

DEFI TECHNIQUE : FRAPPE DE LOIN

Avant toute chose, faire un bon échauffement avec ballons de 15 minutes minimum.
 Les ateliers techniques "conduite-passe" ; "contrôle-passe" ; jonglerie en demandant du mouvement à vos joueurs permettront de bien préparer vos joueurs.
 Terminer l'échauffement par des frappes de balles sur votre gardien de but permettra également de l'échauffer pour le défi.

ENFIN, dans un souci de perfectionnement sur les frappes de balle, inciter vos joueurs à frapper du cou de pied !

Avant de commencer le comptage des points, laissez répéter à vos joueurs plusieurs fois la situation.

Le joueur situé à hauteur du poteau de but, conduit son ballon (rentre dans la surface de réparation), à hauteur de la porte fait la passe de l'intérieur du pied (bien appuyée : verrouillage de la cheville) à son partenaire qui enchaîne prise de balle et frappe sans rentrer dans la surface de réparation !

Un but suite à une frappe effectuée dans la surface de réparation ne sera pas comptabilisée.

Les équipes frappent en alternance face au gardien de but adverse ; chaque joueur tire une fois ; Lorsque tous les joueurs sont passés, les équipes changent de côtés. A l'issue des 2 passages (1 à droite, 1 à gauche) déterminer l'équipe vainqueur !

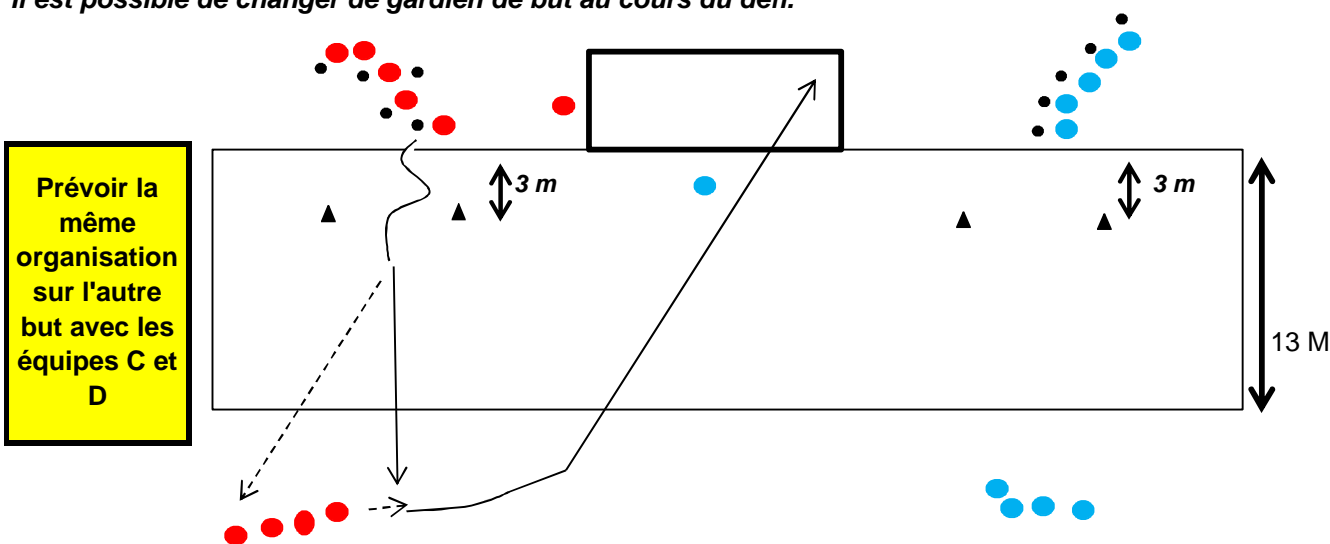
Organisation de la rotation dans chacune des équipes :

le tireur devient passeur et le passeur tireur.

Les équipes en infériorité numérique doubleront les passages pour certains joueurs afin de rééquilibrer le nombre des duels.

Afin d'éviter toute contestation, ces joueurs seront désignés par l'équipe adverse avant le début du défi !

Il est possible de changer de gardien de but au cours du défi.



ATTENTION PAS DE TROP LONGUE FILE D'ATTENTE !

ORGANISATION

Ce défi s'organisera avant chaque début de plateau 15 minutes avant le début de la première rencontre officielle.
 Chaque équipe devra se munir de 6 ballons correctement gonflés.
 Le résultat du défi devra être marqué sur la feuille de match.

OBJECTIFS

Mettre en avant le plaisir de vouloir ou pouvoir marquer des buts !
 Donner à nos joueurs une meilleure aisance technique et prendre le temps de "tenter" des frappes de loin

Donner la possibilité aux gardiens de but de se mettre plus souvent "en avant" et de progresser sur les prises de balles et les frappes de loin.

Donner la possibilité à des enfants d'essayer le poste de gardien de but.

La Commission Technique reste à votre disposition pour toute information complémentaire (06 17 97 31 54 - cdfa@foottarn.fff.fr)