



DEFI TECHNIQUE CRITERIUM 2023-2024

PHASE 2 (de mars à mai)



U11

Objectifs :

- > Continuer d'améliorer la maîtrise technique individuelle.
- > Finaliser l'échauffement ou le débiter.
- > Vivre une rencontre amicale face à un autre jeune.

1

ORGANISATION :

Doubler la surface de réparation.

Sur un but 2 équipes s'affrontent en 1x1 avec GB avant la première rencontre.

Départ de l'action :

un défenseur à l'arrêt à hauteur de la surface de réparation.

Un attaquant à l'arrêt avec un ballon sur la ligne latérale jaune.

Une équipe attaque pendant 6 minutes, l'autre équipe défend. On inverse ensuite les rôles.

Alterner une action de chaque côté.

Compter les points des attaquants et des défenseurs.

Le GB de l'équipe qui attaque joue également le rôle de l'attaquant !

2

BUTS :

L'attaquant doit marquer après un dribble pour marquer 1 pt.

Si le défenseur récupère le ballon, il peut marquer 1 pt en allant bloquer le ballon sur l'une des lignes jaunes.

Critères de réalisation pour réussir le dribble :

Déclencher le dribble à distance en évitant d'aller dans les pieds du défenseur.

Le dribble doit permettre de changer de direction et de mettre en difficulté le défenseur en utilisant des feintes (feintes de corps, passément de jambes... !

Accélérer lorsque le défenseur est dépassé (changement de rythme) !

3

CONSIGNES :

Au signal de l'éducateur, l'attaquant et le défenseur démarrent. **(1) et (2).**

L'action s'arrête après 1 but, après un arrêt du GB après que le défenseur marque 1 pt (voir précisions « BUTS », ou après que le ballon soit sorti des limites du jeu.

Si pas de point marqué après 20 secondes, l'action est stoppée.

Lorsque l'action est terminée, l'attaquant récupère le ballon et vient se placer dans l'autre file d'attente de son équipe et le défenseur sort du terrain **(3a et 3b).**

Débute alors une action de l'autre côté **(4a et 4b).**

