



U8/U9

JEU N° 5 : DECOUVRIR LE 2 C 1



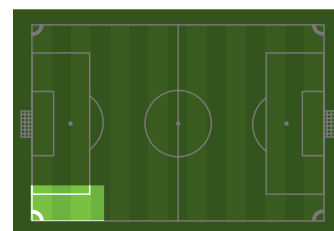
SAMEDI 22 AVRIL 2017

SAMEDI 6 MAI 2017

On a le ballon	Conserver / Progresser	Déséquilibrer / Finir
On n'a pas le ballon	S'opposer à la progression	S'opposer pour protéger son but

ORGANISATION

ESPACE



L 20m x l 20m

L = Longueur • l = largeur

EFFECTIF

5 X

5 X

MATÉRIEL PAR TERRAIN

6 X

6 X

5 X

4 X |

5/5 X

TEMPS DE JEU

10'

DEGRÉ DE DIFFICULTÉ



SCHÉMA



EXERCICE U8/U9

DÉROULEMENT

CONSIGNES

2 c 1.

Les 2 attaquants en zone B cherchent à déséquilibrer le pour aller marquer dans le but en zone A.

La zone B se franchit en conduite ou en passe.

Le défenseur après récupération relance en C ou D.

20" / duel maxi.

BUTS

2 points : accéder en zone A + but marqué.

1 point : accéder en zone A + but non marqué.

2 points : récupération du ballon + relance en C ou D.

Chaque responsable d'équipe gère son équipe

INTERVENTIONS PEDAGOGIQUES

ADAPTATION DE L'EFFECTIF	VARIANTES pour vos séances d'entraînement	ANIMATION	VEILLER À...
<ul style="list-style-type: none"> + 1 en attente 	<ul style="list-style-type: none"> Temps limite pour tirer au but 3 c 2 	<ul style="list-style-type: none"> Active Faire répéter l'action Questionner / Orienter 	<ul style="list-style-type: none"> 15" maxi par passage / rotation des joueurs Changer les équipes de statut Compter les points Valoriser les initiatives Non porteur : proposer en s'écartant de l'adv Porteur : fixer / donner / repropose

