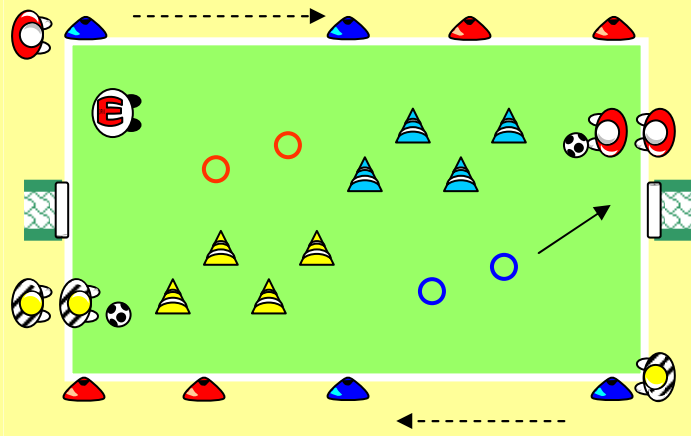


**PARTIE 1**

Coordination / conduite de balle :



**EXPLICATIONS**

2 équipes, face à face sont placées à côté des mini buts.  
Conduite du ballon entre les plots, puis pied gauche et pied droit autour des cerceaux. Finir par une frappe dans le but.  
Revenir au départ en course arrière / demi tour / cloche pied Gauche / cloche pied droit.

**MATERIEL**

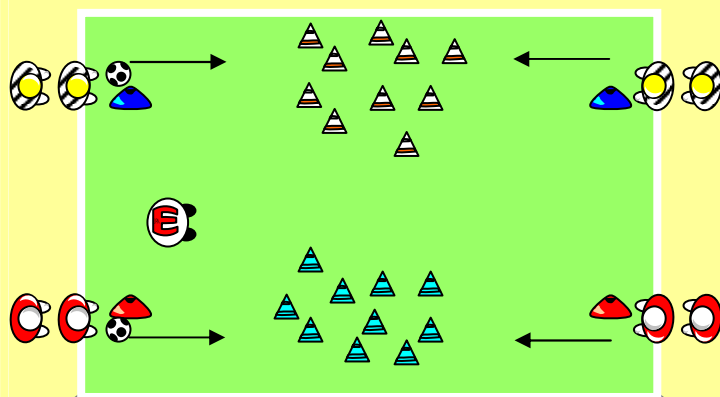
2 mini buts, chasubles, 8 plots, 4 cerceaux, 8 coupelles, 1 ballon par joueur

**CONSIGNES**

**EVITER DE REGARDER SON BALLON  
A CHAQUE TOUCHE,  
GARDER LE BALLON A PROXIMITE DE SOI**

**PARTIE 2**

Conduite de balle / dribble:



**EXPLICATIONS**

2 équipes. Former, 2 groupes par équipe, l'un en face de l'autre. Conduire le ballon sans en perdre le contrôle face à un obstacle. Il faut que le maximum de joueur traverse la forêt de coupelles ou de plots sans en toucher.

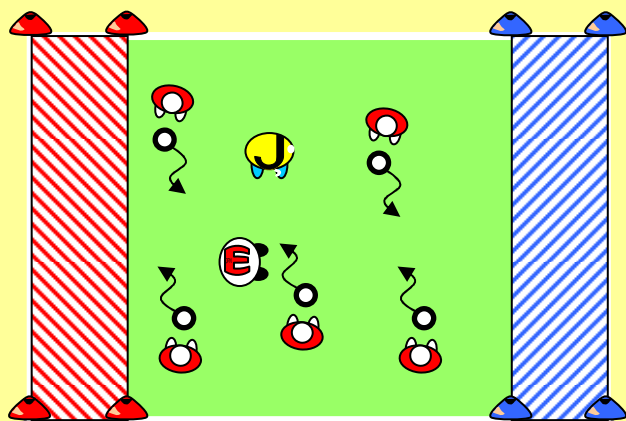
**MATERIEL**

30 plots ou coupelles / 4 coupelles / 2 ballons

**CONSIGNES**

**EVITER DE REGARDER SON BALLON  
A CHAQUE TOUCHE  
GARDER LE BALLON A PROXIMITE DE SOI**

**PARTIE 3**



**EXPLICATIONS**

Conduite du ballon face à un adversaire. Les joueurs se promènent dans la zone en conduite de balle. Au signal visuel de l'éducateur (coupelles en mains), les joueurs doivent regagner la bande de terrain indiquée (rouge ou bleue) sans se faire prendre le ballon par le joueur J. Le joueur n'ayant plus de ballon devient le loup.

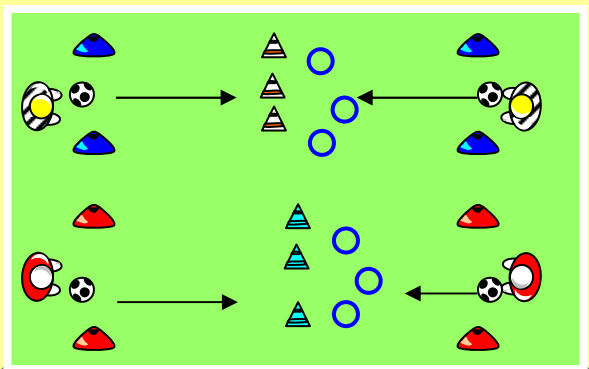
**MATERIEL**

1 ballon par joueur / coupelles

**CONSIGNES**

**EVITER DE REGARDER SON BALLON  
GARDER LE BALLON A PROXIMITE DE SOI**

**PARTIE 4**



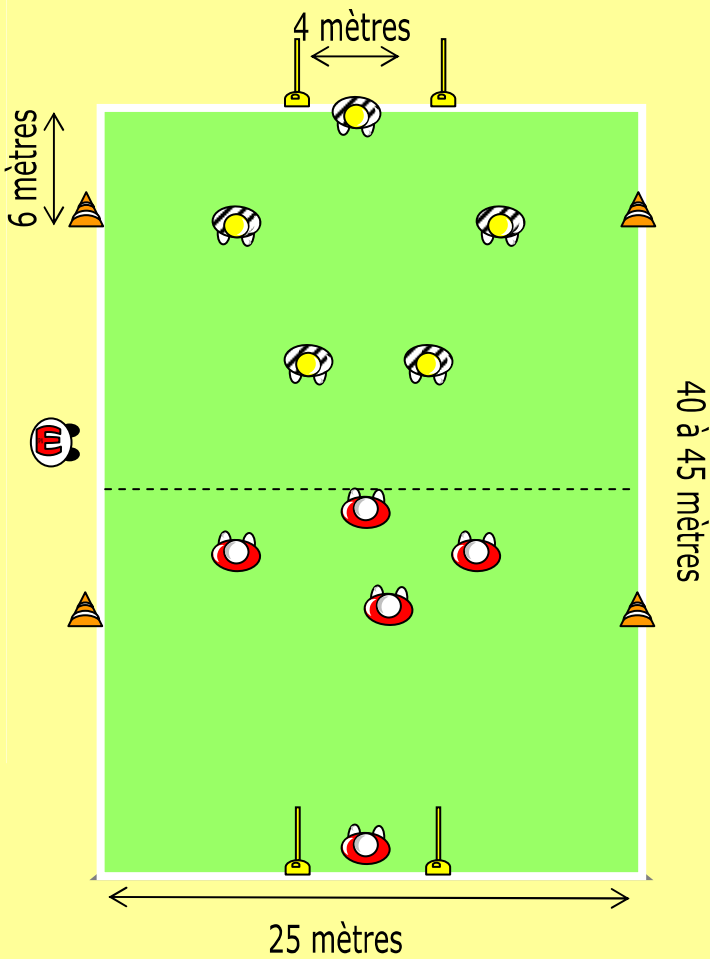
**EXPLICATIONS**

Le jeu consiste à renverser le maximum de plots (1 plot tombé = 1 point) ou de viser l'intérieur des cerceaux avec le ballon (1 ballon dans un cerceau = 1 point). Faire 2 équipes et comptabiliser les points par équipe en 5 min.

**MATERIEL**

Coupelles / plots / cerceaux / 1 ballon par joueur  
APPORTER DES CORRECTIONS SUR :  
**POSITION DU PIED D'APPUI PAR RAPPORT AU  
BALLON. POSITION DU CORPS.  
SURFACES DE CONTACT**

## TOURNOI



### EXPLICATIONS

Match 5 contre 5 avec 1 gardien dans chaque équipe.

Pour pouvoir marquer 1 point toute l'équipe doit se trouver dans la partie offensive (devant la ligne du milieu de terrain).

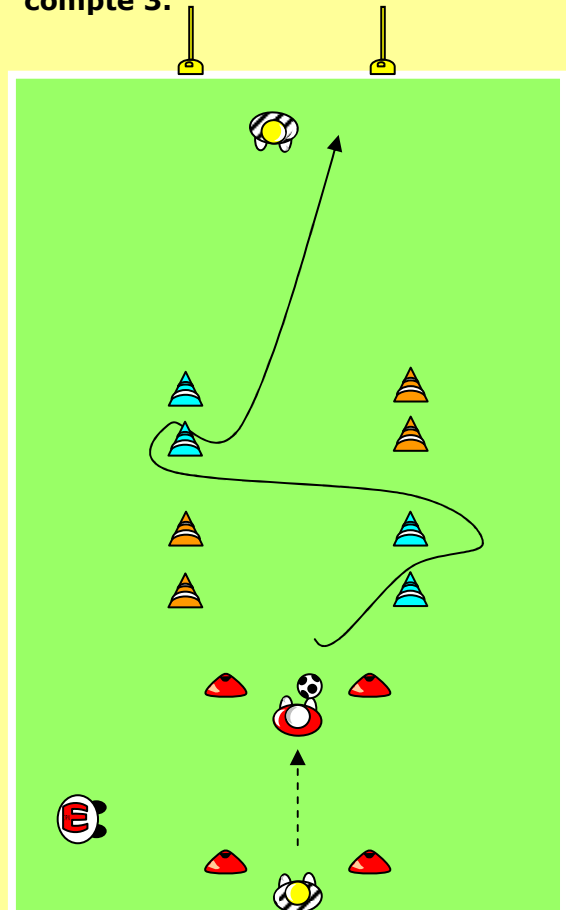
Durée du match : 12 min

### MATERIEL

4 constri / 4 plots / coupelles / 1 ballon / 10 chasubles

### DEFIS TECHNIQUE ENTRE LES MATCHS

- 1) Pénalty (possibilité de reprise pour le tireur)
- 2) Conduite et tir sous pression (départs simultanés de l'attaquant et du défenseur. Si l'attaquant est touché par le défenseur, son but compte 1, sinon il compte 3.



Charles Sorin, La Vitreenne FC