

Catégorie :

**U9**

Exercice N° :

**11**

Espace :

**15x10m**

Effectif :

**8**

Durée :

**12'**

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*

Thème de la séance : Prises de balle et enchaînement pour conserver ou progresser

Descriptif

OBJECTIF

Prise de balle et enchaînement pour conserver ou progresser

BUT

Réaliser un maximum d'aller/retour en 2'

CONSIGNES

Par groupe de 4 - Libre dans les touches de balle  
Les deux joueurs du milieu doivent toucher le ballon pour valider le point

VARIABLES

1/ Passe et suit (rajouter un joueur)  
2/ 3 touches obligatoire pour chaque joueur  
3/ Concours entre les 2 équipes

METHODE PEDAGOGIQUE

**DIRECTIVE**

Expliquer - Démontrer - Faire répéter les gestes

VEILLER A :

S'orienter pour gagner du temps, utiliser la bonne surface de contact  
Réaliser la passe avec l'intérieur du pied  
Valoriser la bonne exécution gestuelle

