

U8-U9



Saison 2025-2026

JEU N°2

DEFI 1 contre 1 (Exercice Technique)

Matériels 4 plots - 4 jalons - Coupelles - Ballons

2 équipes s'affrontent en duel 1 contre 1

Séquence 1

Les joueurs de l'équipe 1 attaquent tous 1 fois contre 1 adv.

Séquence 2

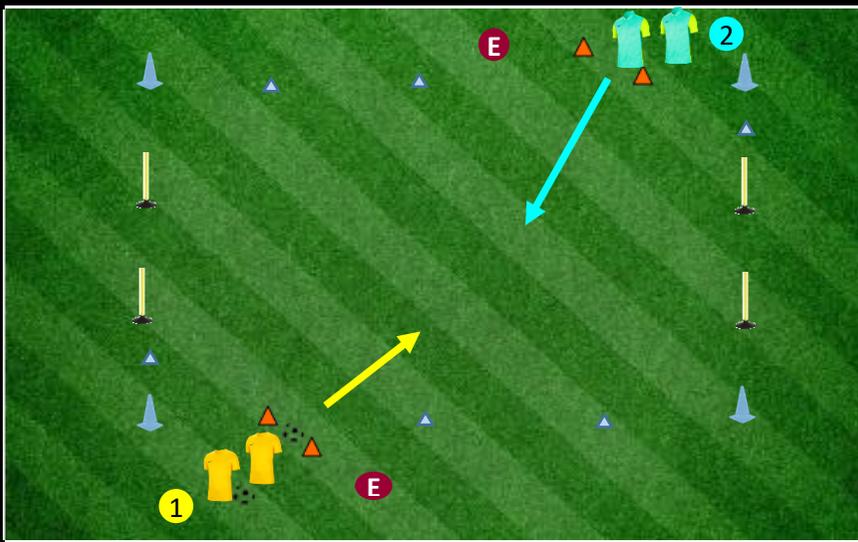
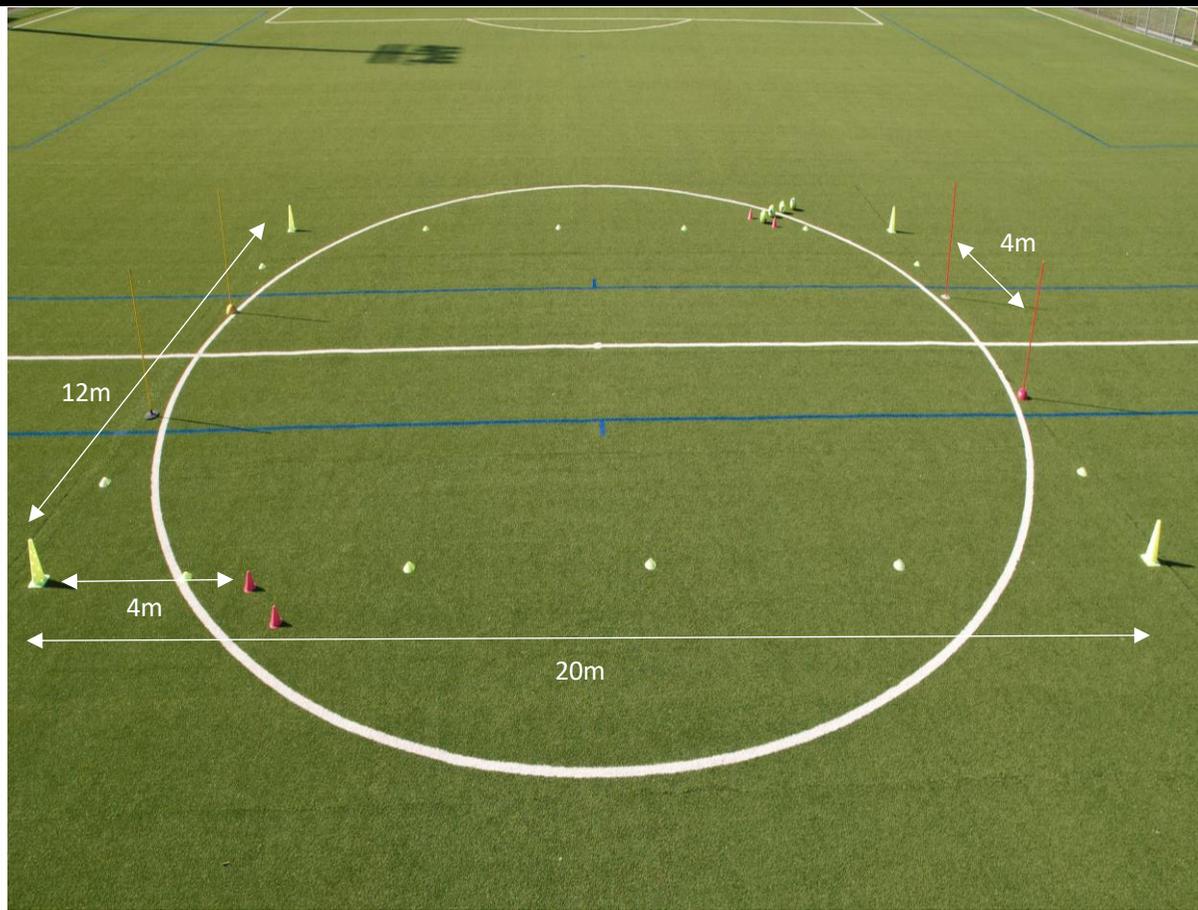
Les joueurs de l'équipe 2 attaquent 1 fois contre 1 adv.

Consignes

-Départ au signal d'un Educ. (vérifier que les joueurs soient prêts)

-Partir en conduite de balle face à un adversaire et **marquer en passant dans la porte opposée.**

-Temps pour marquer : Maximum 10 secondes



Corrections

-Garder le Ballon proche de son pied

Ne pas taper trop fort dans le ballon

Toucher le ballon souvent

-Lever la tête pour savoir où se trouve l'adversaire

-Dribbles Niv 1 : savoir changer de direction

Niv 2 : Accélérer sur le changement de direction

Niv 3 : Savoir feinter