

U8-U9



Saison 2025-2026

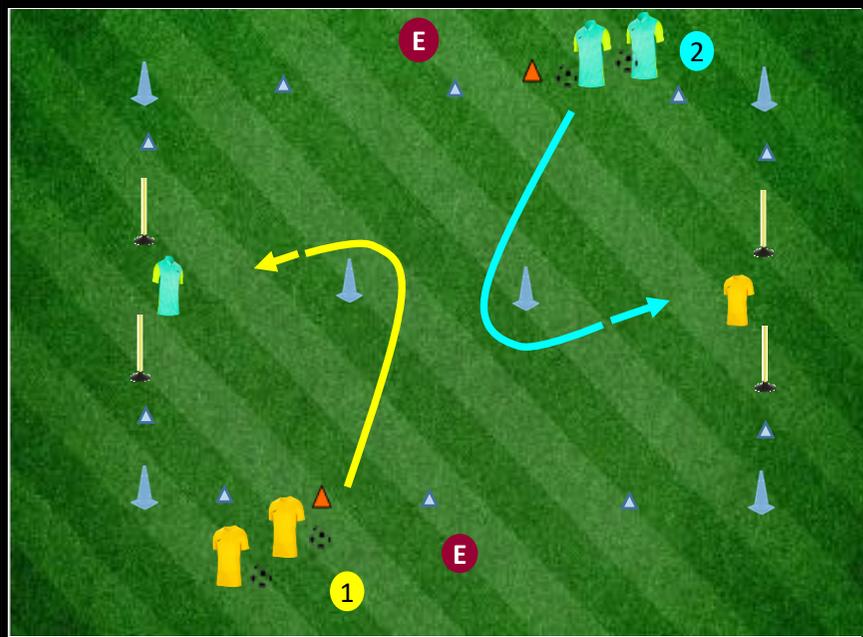
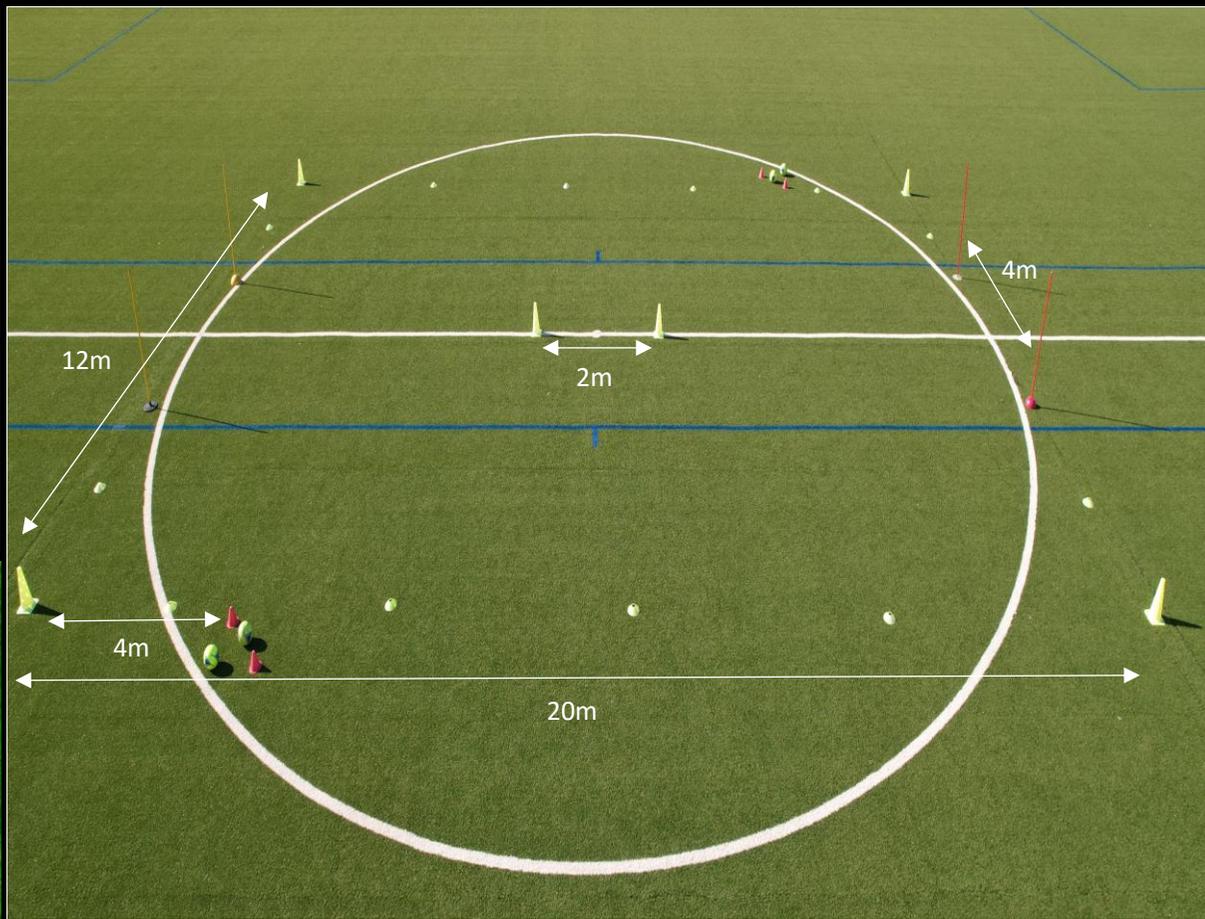
JEU N°3

DEFI FRAPPE DE BALLE (Exercice Technique)

Matériels 6 plots - 4 Jalons - Coupelles - Ballons

Organisation 2 équipes s'affrontent au nombre de buts marqué sur 1 séquence
Faire autant de séquences possibles
Chaque séquence, tout le monde passe 1 fois

Consignes -Départ au signal d'un Educ. (vérifier que les joueurs soient prêts)
-Marquer le premier
-Conduite de balle rapide, contourner le plot et frapper dans le but avec gardien.



Corrections

Garder le Ballon proche de son pied

Ne pas taper trop fort dans le ballon

Toucher le ballon souvent

Frappe au but

Lever la tête avant de frapper pour regarder le GB

Choisir une cible dans le but. Ne pas frapper fort sur le GB