



OBJECTIF	SCHEMA	CONSIGNES	MATERIEL
<p><b>N° : 120T</b>  <b>AMELIORATION DES QUALITES TECHNIQUES</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>□ Relance sur coup de pied de coin</li> </ul> <p><u>Objectif :</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Cran,</li> <li>- Détermination</li> <li>- Combinaisons</li> </ul> <p><b>TEMPS : 15 min</b></p>		<p><u>CONSIGNES :</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>□ Deux équipes sur un 1/2 terrain</li> <li>□ Une équipe attaque le grand but.</li> <li>□ L'autre équipe est en défense. Elle marque 1 point si elle parvient à renvoyer le ballon dans la porte (7m) du côté d'où est tiré le corner et 3 points si c'est à l'opposé.</li> </ul> <p><u>REMARQUES :</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>□ Faire des choses simples, plus on complique, plus on augmente le risque d'erreur dans la combinaison</li> <li>□ Définir les rôles et les placements</li> </ul>	<p>Maximum de Ballons</p> <p>Assiettes</p> <p>Chasubles</p>

OBJECTIF	SCHEMA	CONSIGNES	MATERIEL
<p><b>N° : 017J</b></p> <p><b>JEU COLLECTIF</b></p> <p>Amélioration spécifique avec support tactique collectif</p> <p><i>Déséquilibre de la défense, fixation pour renversement</i></p> <p><u>Objectifs du jeu d'application :</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Fixer un espace pour jouer sur un autre</li> <li>- Faire un maximum de « stop jeu » pour mise en place de stratégies et correction des attitudes</li> </ul> <p><b>Durée : 25 min</b></p>		<p><u>CONSIGNES :</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➢ Sur un 1/2 terrain de foot à 11 + 2 gardiens</li> <li>➢ Jeu à 7 contre 7 avec les règles du foot à 11</li> <li>➢ Tracer deux lignes dans le sens de la longueur du terrain</li> <li>➢ Les trois zones ont la même largeur.</li> <li>➢ Chaque but est gardé par un gardien</li> <li>➢ Touches de balle libre, trois puis deux touches</li> <li>➢ But marqué sur passe du côté opposé : 2 points</li> <li>➢ But marqué dans le but : 1 point</li> <li>➢ Mise en place sur les situations arrêtées de stratégies</li> </ul> <p><u>REMARQUES :</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>□ Obliger les joueurs à fixer un objectif pour utiliser celui-ci comme fausse piste.</li> </ul>	<p>Maximum de Ballons</p> <p>Assiettes</p> <p>2 couleurs de chasubles</p> <p>2 buts de foot à 11</p>
<p><b>Commentaires :</b></p>			