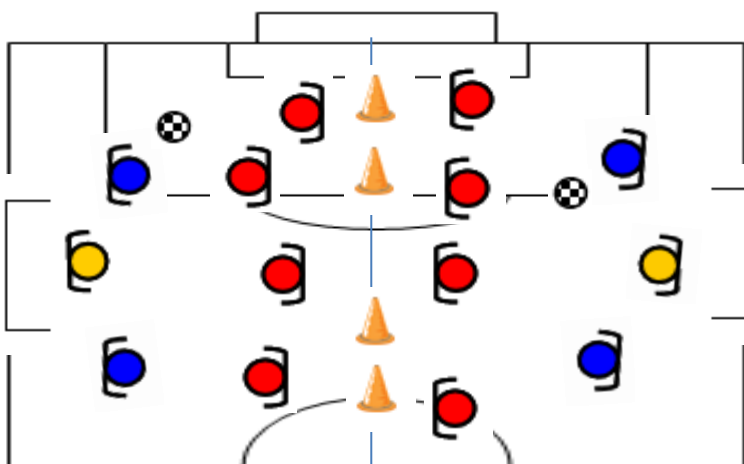


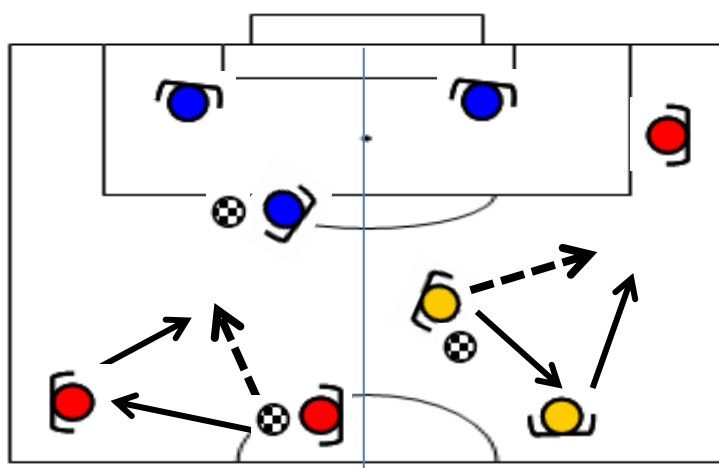
Jeu réduit (12')

2 équipes de 6 joueurs + 1 gardien. Travail sur demi-terrain. Jeu à 4 attaquants contre 2 défenseurs. L'équipe rouge doit marquer dans le grand but, tandis que l'équipe bleu doit marquer dans l'un des buts à plots. Utiliser la règle du hors-jeu. Chaque début de séquence, démarrer avec le ballon aux bleus.



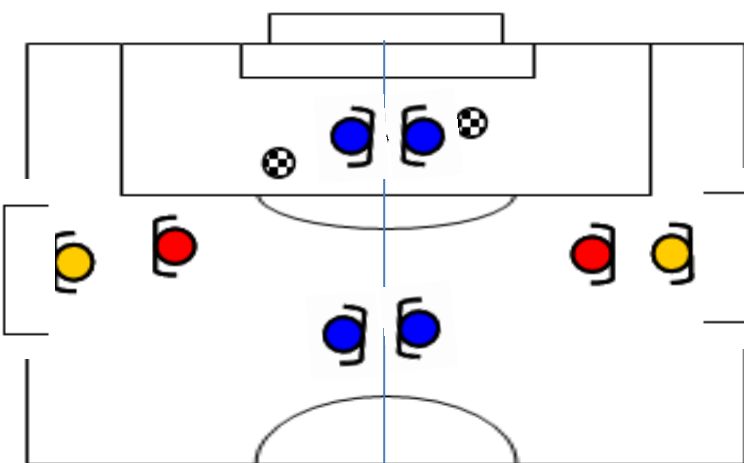
Travail technique (12')

Sur un espace de jeu de 50 x 40 mètres. Tous les joueurs sont en mouvement. Le porteur sollicite un ou deux joueurs sans ballon. L'appui lui remet en une touche. Si après passe, le porteur ne fait pas l'appel, l'appui conserve le ballon.



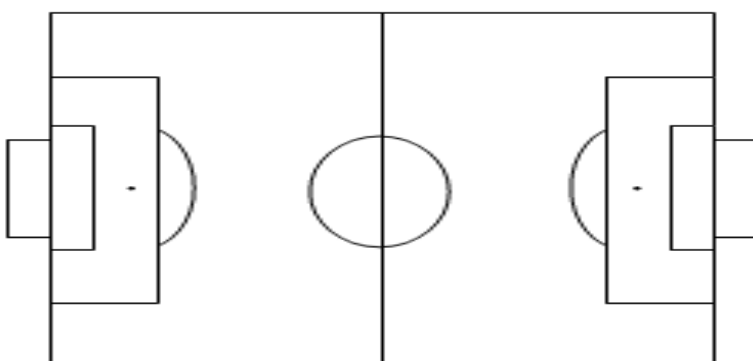
Travail technique + jeu d'application (9 et 12')

1. Sur des terrains de 15*10 mètres avec deux petits buts. 1 contre 1 avec joker qui tient avec le porteur de balle. 3 périodes de 3 minutes en changeant le joker.
2. 2 joueurs démarrent au milieu du terrain et tentent de marquer sur un but protégé par un défenseur + gardien. Faire 3 périodes de 4 minutes en changeant les rôles de chacun.

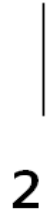
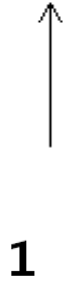


Jeu libre.

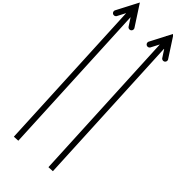
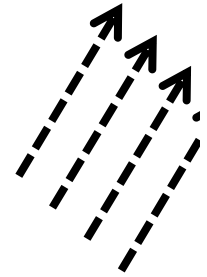
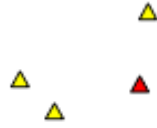
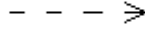
7 contre 7. Laisser faire, observer. Retrouve t'on ce que nous venons de travailler ?



LEGENDE



3



7

1