Foot Animation - Ecole de foot saison 2015/2016

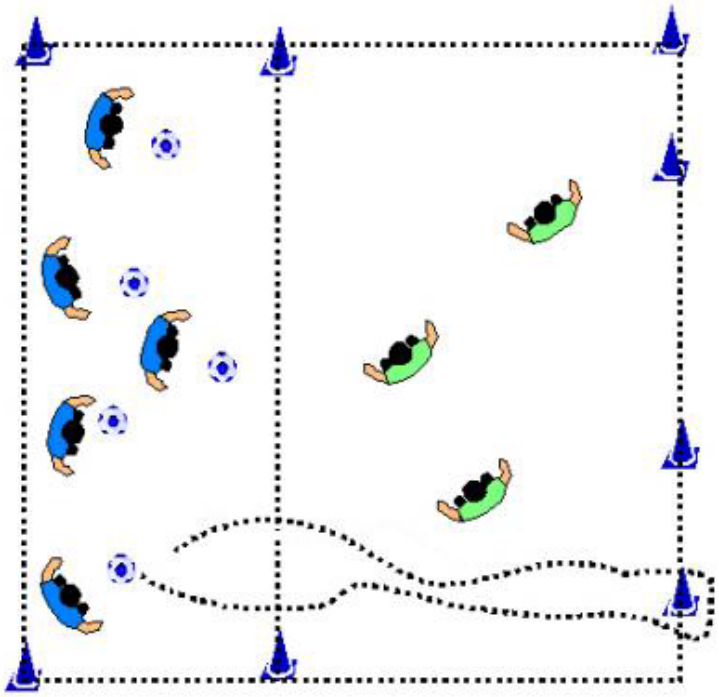
Fiche exercice

Eveil U6/U7

Amélioration Technique La Conduite de Balle

Eveil technique

Thème secondaire :
Objectif :
Conduire son ballon malgré l'opposition
Effectif :



-15 minutes

Dimensions :

Matériel :
1 ballon par attaquant 8 Plots ou constri-foot maillots chrono

Mise en place / Organisation et consignes :
Intervention des défenseurs dès que les attaquants ont contourné le plot. But : Revenir le plus vite possible à la case départ Pour l'(es) attaquant(s) : Faire le tour des plots et revenir à sa base sans se faire prendre le ballon. Pour l'(es) défenseur(s) : Faire sortir le maximum de ballons de l'aire de jeu. Variante : Jouer sur le nombre de défenseurs. Varier leur entrée sur le terrain (départ du rond central, des côtés du terrain, de la ligne de but). Ajouter un but dans chaque case (enchaîner conduite+tir).