Foot Animation - Ecole de foot saison 2015/2016

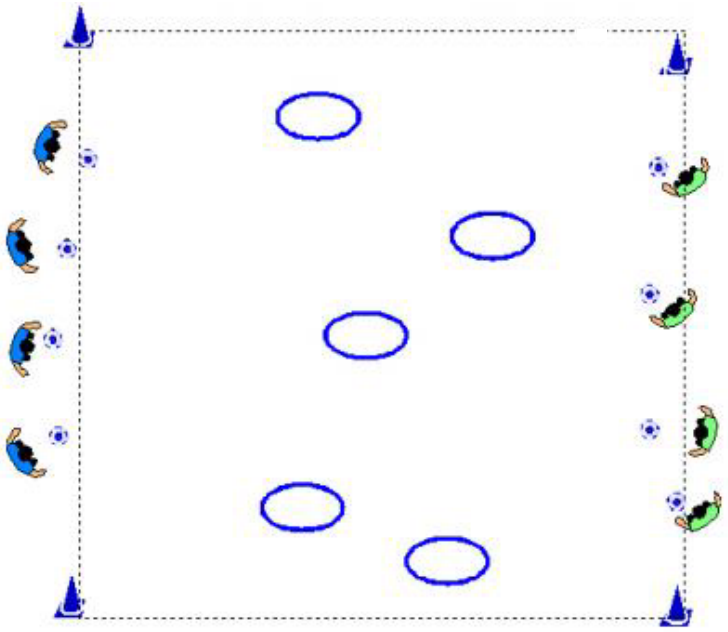
Fiche exercice

Eveil U6/U7

Amélioration Technique La Conduite de Balle

Eveil technique

Thème secondaire :
Objectif :
Conduire son ballon
Effectif :



-10 minutes

Dimensions :

Matériel :
4 Plots 5 cerceaux Maillots 1 ballon par attaquant Chrono

Mise en place / Organisation et consignes :
2 équipes de 4 à 5 joueurs Chaque joueur conduit la balle autour d'un cerceau puis revient le plus vite possible à la case départ. Variante : - Ajouter un défenseur par équipe sur le terrain qui va gêner la conduite de balle. Le défenseur qui revient avec un ballon dans son camp marque 2 points - Ajouter d'autres obstacles (plots)

Critères de réalisations / Veillez à :
Interdire aux défenseurs de shooter dans le ballon