

## Circuit de passes

### Déroulement:

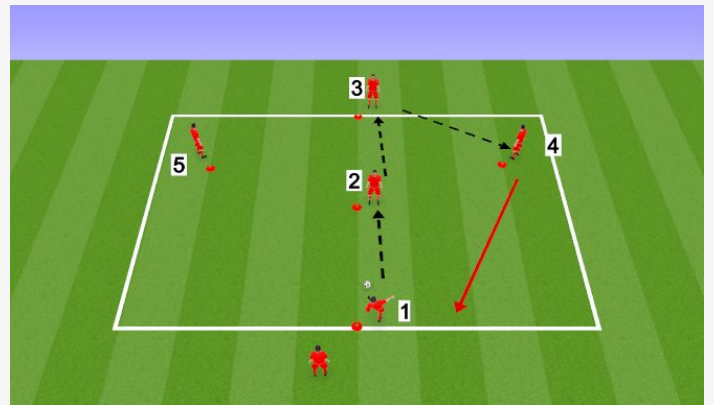
Séquence de passe, 1 passe le ballon à 2 qui doit tourner et passer le ballon vers 3. Après la réception 3 joue vers 4 qui conduit son ballon jusqu'à la source de ballon. Sur la 2e séquence 3 jouera vers 5 pour assurer la bonne rotation.

### Points d'enseignement:

Utilisation du bon pied pour tourner, Qualité de la passe (dosage et précision), vitesse de l'enchaînement réception/transmission

### Variantes:

Redoublements de passe, utilisation des cônes comme défenseurs, tourner en protection, etc



## Duels 3vs3

### Déroulement:

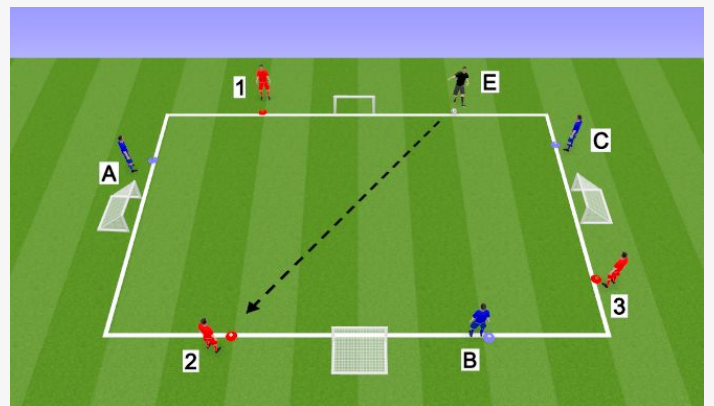
L'action commence avec l'entraîneur qui passe le ballon à un joueur d'une des équipes (joueur rouge 2 sur l'image) à ce moment tous les joueurs (A-B-C et 1-2-3) entrent en jeu pour former le 3 vs 3. L'équipe en possession doit faire au minimum 1 passe avant de pouvoir marquer dans un des quatre buts.

### Points d'enseignement:

Placement du corps, déplacement pour créer les options de passes, qualité des enchaînements réception/transmission.

### Variantes:

Ajouter un nombre de passes avant de marquer, obligation que les 3 joueurs touchent au ballon avant de marquer, assigner deux buts à attaquer et 2 but à défendre, etc.



## Possession 3 zones

### Déroulement:

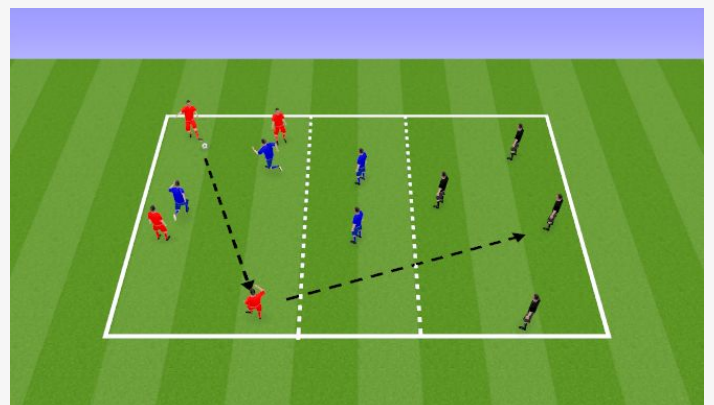
Les rouges doivent réussir à faire 5 passes avant de transférer vers l'équipe des noirs. Même principe pour les noirs lors de la réception du ballon. Changer l'équipe défensive après une durée d'environ 3 minutes.

### Points d'enseignement:

Création des options de passes, placement du corps, vitesse des enchaînements réception/transmission

### Variantes:

Varié le nombre de joueur défensifs, varier le nombre de passes, transfert doit être exécuter sur 1 touche, etc.



## Match

Match libre, seule contrainte est que les touches seront jouées au pied

**Points d'enseignement:**

Création des options de passes, placement du corps, utilisation du bon pied pour tourner.

