

Fiche exercice

Eveil
U6/U7

Amélioration Technique La Conduite de Balle

Relais Cibles

Thème secondaire :

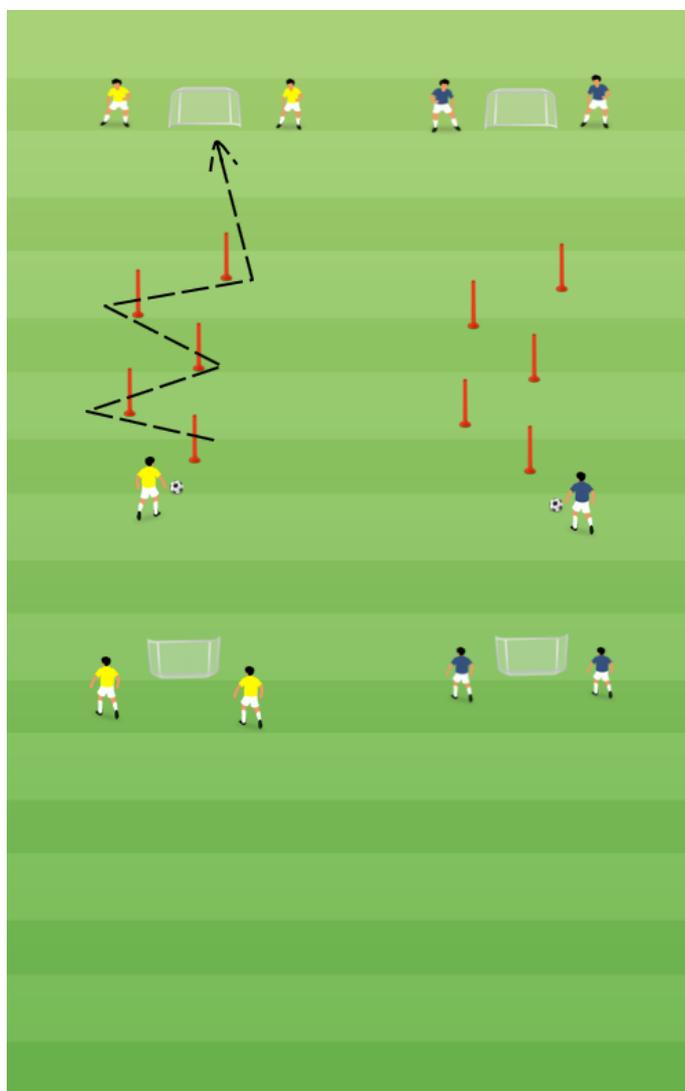
Tirs

Objectif :

Vitesse de déplacement

Effectif :

10



Dimensions :

10 x 20m

Matériel :

10 constri-foot 2 ballons 4 mini buts

Mise en place / Organisation et consignes :

Tracer un parcours avec des constri-foot espacé de 2m et en début et fin de ce parcours disposer deux mini but sans gardien. A la sortie de ce parcours le joueur doit attraper la cible en effectuant un tir. Il prendra la place d'un joueur qui lui récupérera le ballon réalisera à son tour le parcours en sens inverse pour a son tour effectuer un tir, ainsi de suite. On comptabilisera le nombre de but par équipe. Celle qui aura marqué le plus de but sera déclaré vainqueur. Variante: a) limiter le temps. b) mettre une zone de tir.

Critères de réalisations / Veillez à :

Laisser conduire le ballon avec la surface de contact choisie par le joueur. Orientation du corps vers la cible lors de la frappe Comptabiliser les buts Dynamiser et valoriser