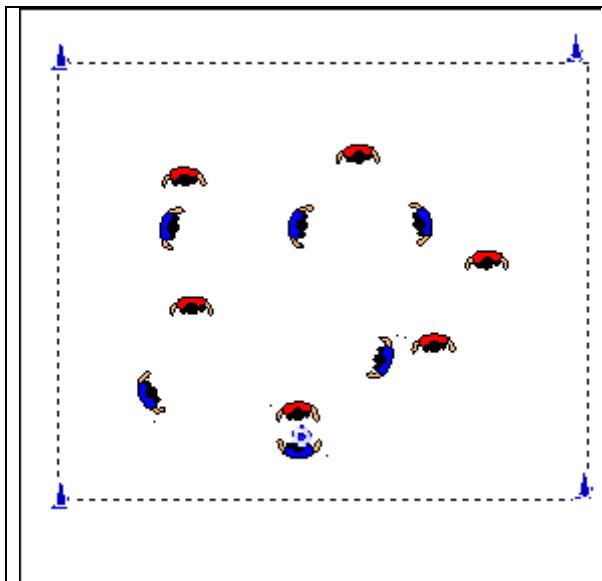


### U13 Entraînement : Recherche de l'espace



#### Objectif de l'exercice

travailler l'occupation de l'espace

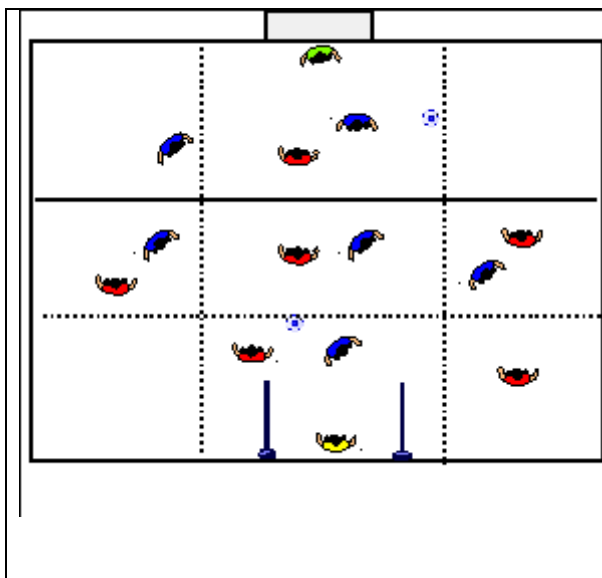
Matériel : 1/2 terrain Déroulement

9 zones, 6 contre 6 , 2 équipes

Les équipes se font des passes à la main et essayent de poser le ballon derrière la ligne de but adverse.

#### Variante

Interdire les passes en arrière



#### Objectif de l'exercice

travailler l'occupation de l'espace

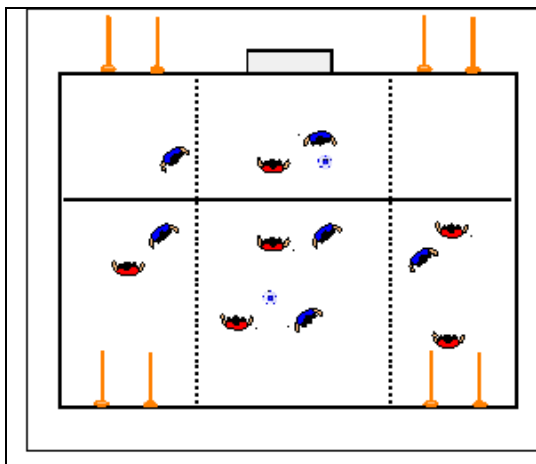
Matériel : 1/2 terrain

Déroulement : 9 zones , 7 contre 7

L'équipe A blanche marque dans le grand but.  
L'équipe B noire marque dans les 2 petits buts  
Les joueurs doivent rester dans leur zone sauf lorsqu'il passe le ballon à un partenaire dans une autre zone

#### Variante :

Le joueur peut changer de zone s'il n'y a pas d'adversaire dans la zone. Après la passe il revient dans sa zone.



#### Objectif de l'exercice

travailler l'occupation des zones

Matériel : 1/2 terrain 8 piquets

Déroulement : Chaque équipe défend 2 buts

Les joueurs doivent marquer dans un des buts adverses

Le jeu est libre dans la zone centrale

A partir de cette organisation l'entraîneur peut changer :

#### les consignes

le placement des joueurs dans les zones

les buts à défendre ou à attaquer

	<p><u>Objectif de l'exercice</u></p> <p>travailler la finition en écartant sur les côtés</p> <p><u>Matériel</u> : 1/2 terrain Terrain 40 sur 30</p> <p><u>Déroulement</u> :</p> <p>2 + un gardien contre 2 + 3 ou 4</p> <p>Les attaquants utilisent les appuis sur les côtés pour construire l'attaque</p> <p>Changer les joueurs toutes les 10 attaques</p> <p>Compter le nombre de buts</p>
--	---

