

ATELIER NUMERO : 4

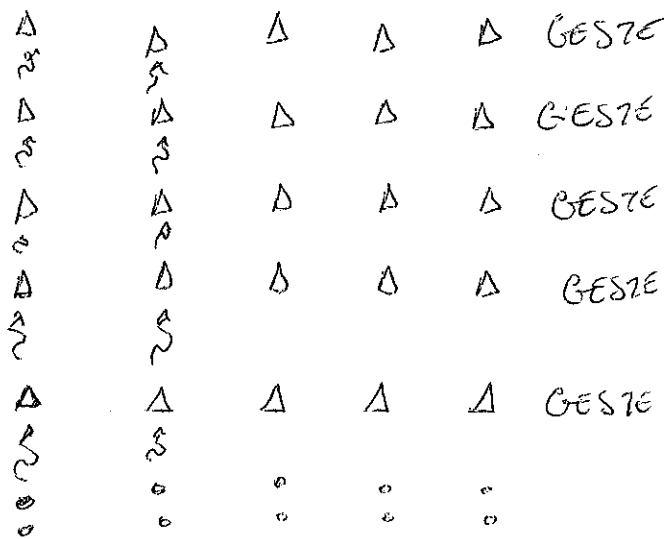
DATE : 26/9 ET 28/9

EXERCICE COERVER

Par Arthur u10/11, Quentin u12/13

Description :

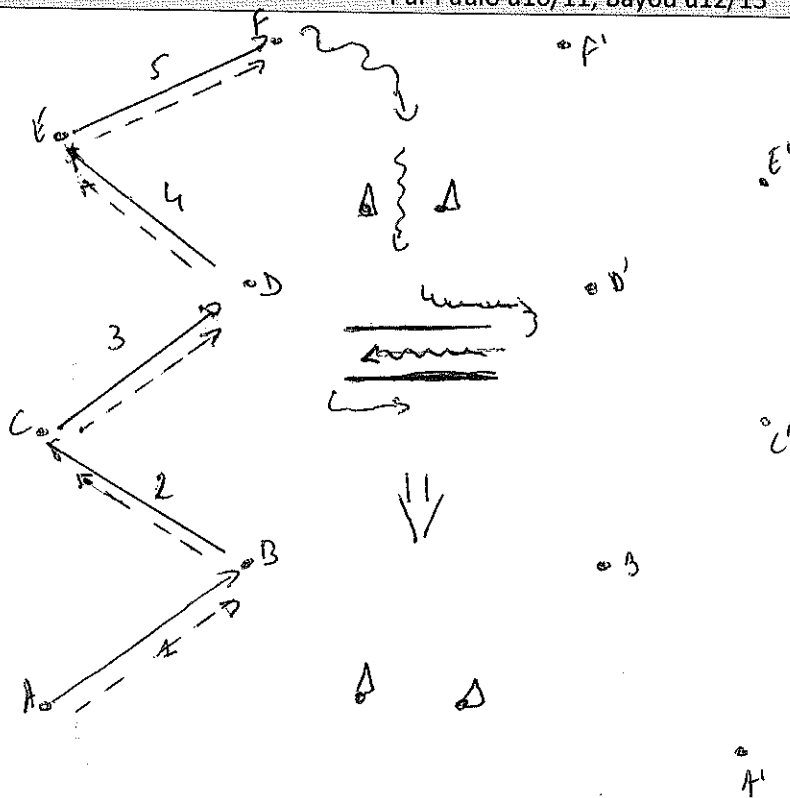
LIGNE DE PLOT.
LES ENFANTS VONT
EN CONDUITE JUSQU'A
UN PLOT, DEVANT LE
PLOT UN GESTE COERVER
POUR PASSER → CONDUITE
→ GESTE → CONDUITE → ...



Matériel : PLOTS, BALLONS.
Gestes utilisés :

Thème : PASSES 15m U10/11 ET PASSES 20m U12/13 (PASSES MI-LONGUES)

Par Paulo u10/11, Bayou u12/13



Description :

PASSER - SUIRE
EN TRIANGLE
→ SUIV CONDUITE
PLOT, BARRE AU SOL
TIR PETIT COUL.

▲ SUIRE LA PASSE
EVENTUELLEMENT CONTRÔLE
ORIENTE.

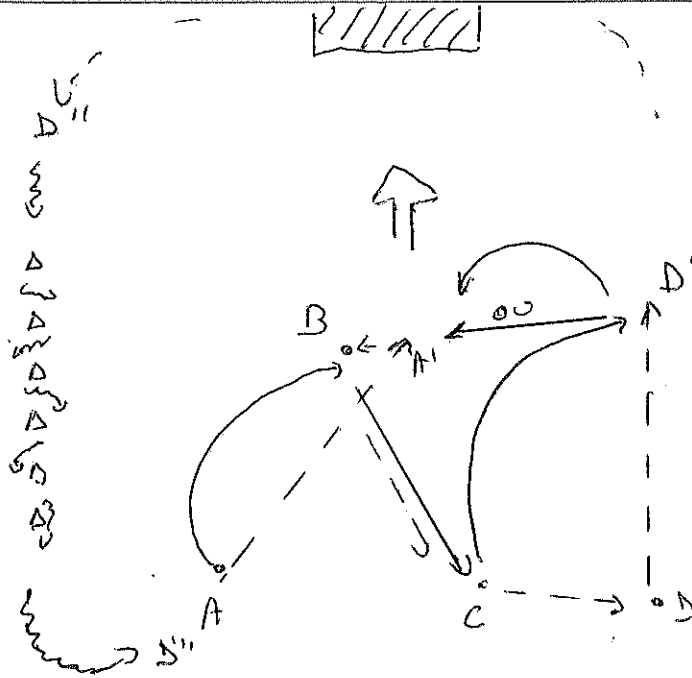
Matériel :

PLOTS, BARRES (x2), BALLONS

Coaching :

Thème : CONTRÔLE DE BALLE SUR PASSE A MI-HAUTEUR

Par Matthieu u10/11, Marc u12/13



Description :

A → passe lobée vers B (contrôle mi-HAUTEUR)
B PASSE SOL → C.
C PASSE LOBEE → D
D (contrôle mi-HAUTEUR)
D VERS A
A SHOOT.

Matériel :

PLOTS, GOAL

Coaching : VA VERS LE

BALLON, RAMENE LE AU SOL

Forme de match

Par Olivier u10/11, Eric u12/13

AU CHOIX

Description :

Matériel :

Coaching :