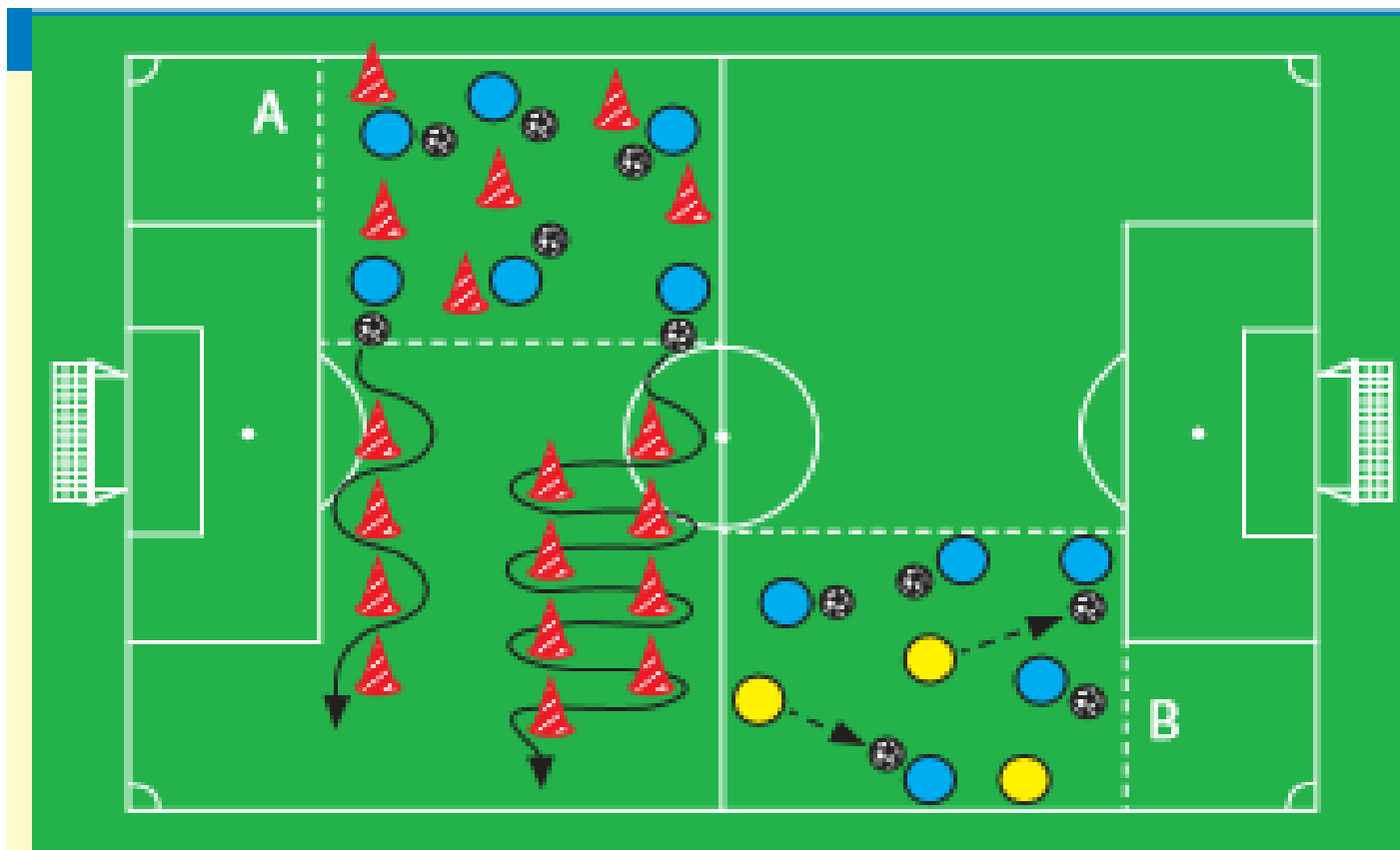


ENTRAÎNEMENT TECHNIQUE ; DRIBBLES ET FEINTES



Organisation :

- ✓ 2 groupes de 6 à 8 joueurs.
- ✓ Surfaces délimitées.
- ✓ 1 ballon par joueur + cônes

Points de correction :

Attaquant :

- ✓ Chercher le dribble
- ✓ Changement de rythme
- ✓ Faire croire
- ✓ Déstabiliser les appuis du défenseur
- ✓ Conserver son temps d'avance

Règles :

Déroulement :

- ✓ Sur surface réduite, les joueurs conduisent leur ballon.
- ✓ Face à un cône, dribble et enchaînement de conduite.
- ✓ Chaque joueur exécute « son » dribble.
- ✓ Au signal de l'entraîneur, les joueurs enchaînent les dribbles entre les cônes (divers dribbles).

Variante: (terrain B)

- ✓ 5 joueurs conduisent le ballon.
- ✓ 3 « chasseurs » sans ballon font opposition.
- ✓ Les 3 « chasseurs » tentent de prendre le ballon.
- ✓ Les porteurs doivent soit : protéger le ballon, dribbler pour conserver.