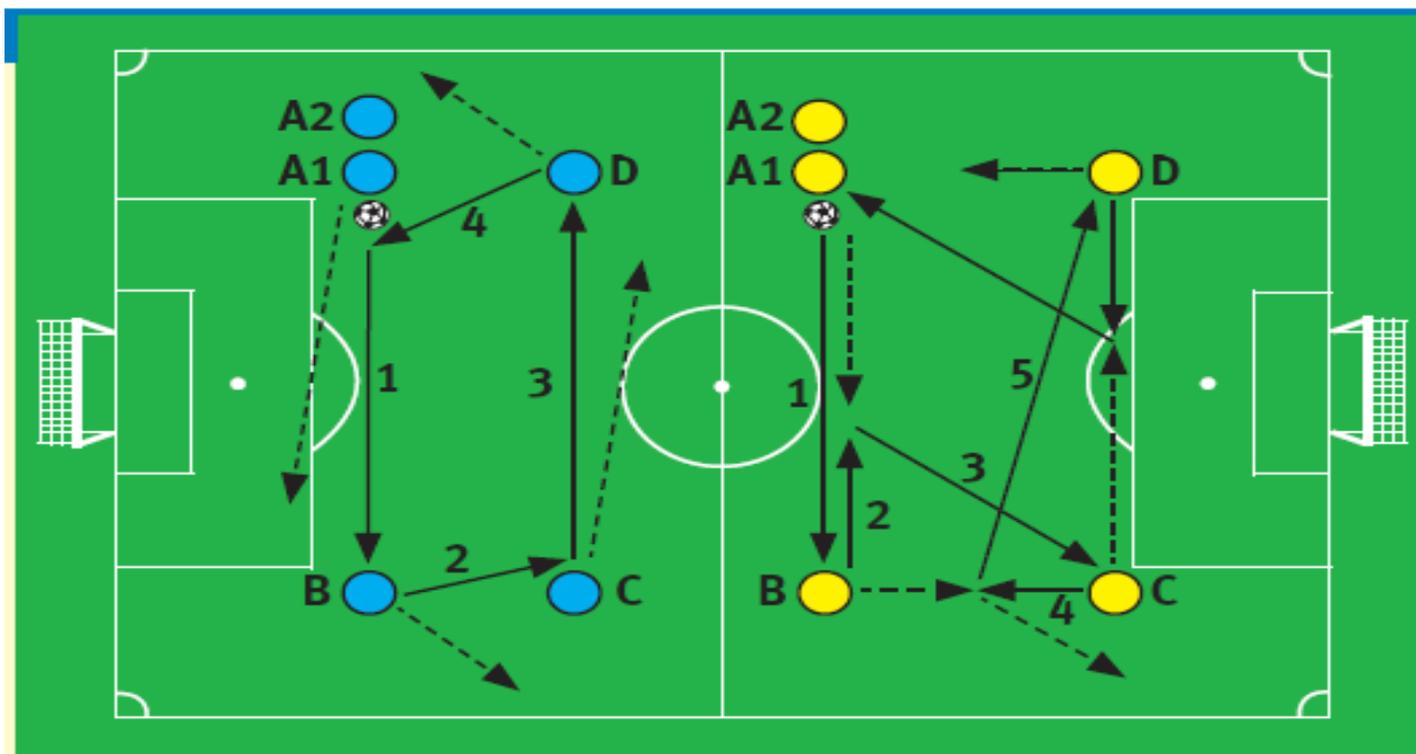


### PASSES ET CONTRÔLES (prise de ballon)



#### Organisation :

- ✓ 5 joueurs par exercice
- ✓ Surface délimitée
- ✓ 1 puis 2 ballon

#### Points de correction :

- ✓ Pied d'appui, hanches et épaules en direction de la cible
- ✓ Dosage et précision de la passe
- ✓ Prise d'information avant de recevoir le ballon pour faire contrôle orienté dans l'espace libre
- ✓ Amorcer la rotation du corps avant de recevoir le ballon
- ✓ Accélérer dans l'espace suite au contrôle orienté.

#### Règles :

- ✓ Le joueur **A1** joue sur **B**, puis prend la place de **B**.
- ✓ **B** contrôle orienté et joue dans la course de **C** et prend la place de **C**.
- ✓ **C** joue à **D** contrôle orienté et joue dans la course d'**A2**.
- ✓ Après la passe, on change de position, selon les indications de l'entraîneur.
- ✓ Changer les directions

#### Variante(s) :

- ✓ Passes et contrôles variés – exercice avec 2 ballons.
- ✓ Jeu direct à 1 touche (passe / remise / passe) selon l'exemple avec les joueurs jaunes.