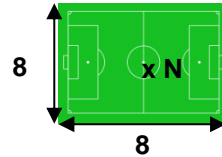


N° 80	Thème >>>	Les dix vies		Catégories	Pédagogie
Exercice	On a le ballon	Conserver/Progresser	Déséquilibrer/Finir	U9	Directives
	On n'a pas le ballon	S'opposer à la progression	Protéger son but	À U13	Expliquer – Démontrer – Faire répéter



12'

Objectif	Utiliser son corps pour conserver et faire obstacle au défenseur
But	Préserver son capital de 10 vies durant 30''
Consignes	Des carrés de 8x8 Au signal de l'éducateur, interdire l'accès au ballon pour l'adversaire A chaque fois que l'adversaire touche le ballon : - 1 vie Si le ballon sort des limites : -2 vies
Variantes	Bonus à chaque fois que le porteur du ballon stoppe le ballon sur le côté du carré
Points de vigilance	Mettre son corps entre le ballon et l'adversaire Venir au contact du corps de l'adversaire pour pas se faire contourner Organiser plusieurs ateliers en fonction du nombre de joueurs



	14	10						

6 6

Coach

→ Déplacement ballon → Déplacement joueur → Déplacement Joueur + ballon