

Fiche exercice

Eveil
U6/U7

Amélioration Technique Les Tirs

Eveil technique

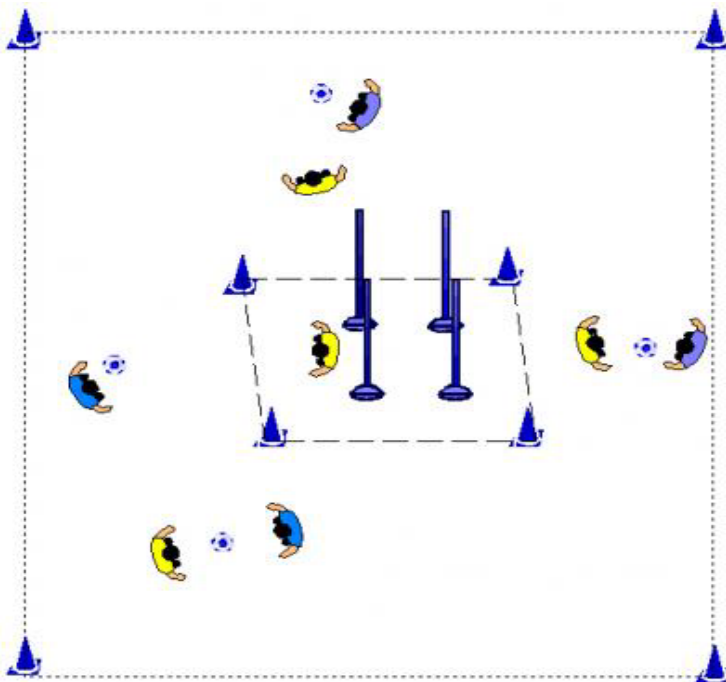
Thème secondaire :

Objectif :

Si je peux tirer, je tire

Effectif :

9 joueurs



- 20 minutes

Dimensions :

Matériel :

ballon chasubles plots coupelles chronomètre

Mise en place / Organisation et consignes :

3 équipes (de 3 joueurs) dont une en défense (2 joueurs hors du carré + 1 gardien de buts), et 2 en attaque (1 seul ballon). 3 minutes de jeu puis changer la défense. But : Marquer le plus de buts possible en 3 minutes. Pour l'(es) attaquant(s) : Marquer de n'importe quelle position, sans pénétrer

dans le carré. Pour l'(es) défenseur(s) : gêner, empêcher les tirs. Gardien de but : protéger ses 4 buts
Variante : Varier la grandeur du carré. Augmenter / Réduire : le nombre d'attaquants, de défenseurs, le nombre et la taille des buts