

## Fiche exercice

Initiation  
U8 - U13

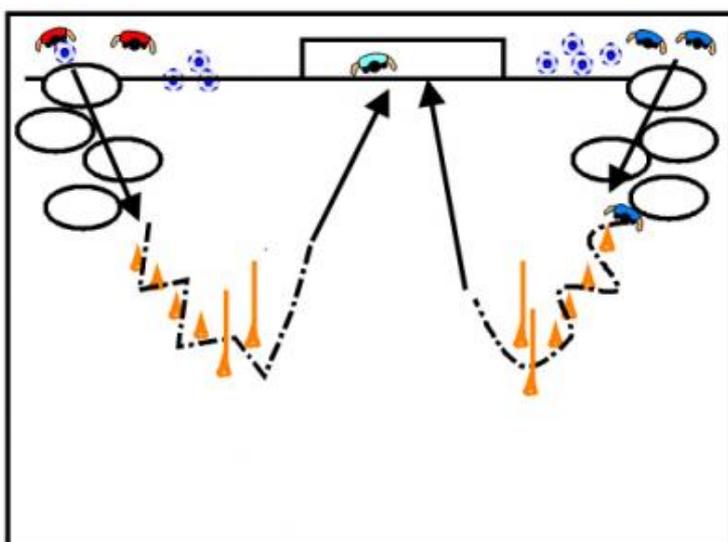
Intelligence de jeu **La Finition**

## La finition : échauffement, motricité

### Objectif :

Travail des appuis, dans la conduite et la frappe

### Effectif :



### Dimensions :

1/2 Terrain à 7

### Matériel :

4 plots ou piquets 8 cerceaux 6 plots 10 Ballons

### Mise en place / Organisation et consignes :

Le joueur effectue une passe et travaille les appuis dans les cerceaux puis récupère le ballon et enchaîne une conduite au travers des plots à la sortie il change de direction et frappe au but.

Variante : Demander des frappes précises.