

Objectif : résoudre les problèmes affectifs

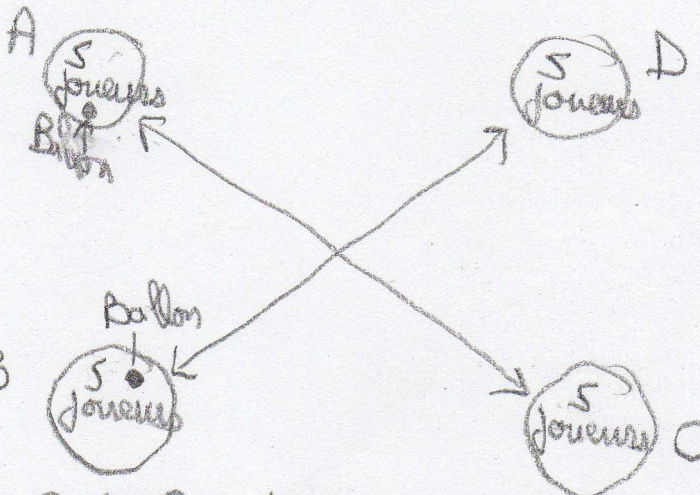
But : Dès le lancement de l'exercice (5 c 5), l'équipe doit porter le ballon dans le cercle en face. Les opposants doivent le récupérer et le poser dans l'autre camp.

Consignes : les partenaires du porteur de balle doivent mettre les opposants au sol pour permettre au porteur d'aller marquer. Le porteur peut faire des passes en avant mais a obligation de lâcher le ballon s'il est mis au sol.

Espace : S'il s'agit des catégories - de 9 et - de 11 ans, un terrain de 15 X 15 est idéal

Ce même exercice peut être effectué avec les - de 13 et - de 15 ans mais avec des terrains plus larges.

Variable : augmenter le nombre de ballon.



Equipe A contre Equipe C  
Equipe B contre Equipe D

\* équipes A et B avec 1 Ballon.  
\* équipes C et D dépendent pour récupérer le ballon.