

# Football – Jeu de tête: Formation – Global Jeu 1: Handball avec la tête 2

Conclure de la tête en faisant preuve de courage est l'objectif de cet exercice. Les jeunes améliorent ainsi les trajectoires de course devant le but.

Terrain de 15 × 20 mètres avec deux buts de cinq mètres. Par équipe: quatre joueurs dans le terrain et deux à côté des buts. Jeu avec les mains.

Il est permis de faire trois pas avec le ballon en mains, mais sans dribbler. Les buts ne comptent que s'ils sont marqués de la tête.



## Variante

- Permettre à tous les joueurs à côté des buts d'être sollicités par les deux équipes. Des buts peuvent être marqués des deux côtés si après la conquête du ballon il a été joué par-dessus la ligne médiane.

## Coaching

- Transition rapide.
- Jeu en profondeur.
- Recherche de la conclusion avec détermination.

Source: Bruno Truffer, chef de sport J+S Football



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

Office fédéral du sport OFSPO