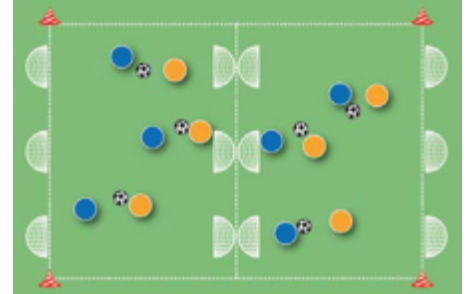


Football – Marquer des buts: 1 contre 1 (cat. F)

Dans cet exercice, Eric tente de marquer un but. Mais avant cela, il doit d'abord déborder Sandro.

Eric et Sandro s'affrontent en un contre un. Sandro ne peut pas arrêter le ballon avec la main. Eric a trois buts à choix. Si Sandro réussit à récupérer le ballon, il attaque à son tour. Simultanément, Christophe et Claude ainsi que Marc et Nicolas se défient aussi en duels.



Terrain de jeu: env. 7 × 10 m

Variantes

- Attaquer à droite et à gauche: Eric se déplace vers Sandro; dès qu'il a passé la marque, il choisit de tirer de la droite ou de la gauche en direction du but.
- Attaquer sur un but: Eric et Sandro jouent sur leur terrain, avec un but dévolu à chacun.
- Jouer sous forme de concours d'équipe.

Remarque: Changer les adversaires.

Matériel: Ballons, assiettes de marquage, chasubles, petits buts

Source: Raphael Kern, responsable football des enfants ASF, Peter Knäbel, directeur technique ASF, Bruno Truffer, chef de sport J+S Football



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Office fédéral du sport OFSPO