

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

Durant cet exercice, les enfants doivent mener une action et la conclure uniquement par un jeu de tête. Courage et plaisir du jeu sont essentiels.

Terrain de 15 × 20 mètres avec deux buts de cinq mètres. Quatre joueurs par équipe dans le terrain et deux partenaires à l'extérieur de la zone offensive. 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.



## Variantes

- Pouvoir aussi marquer des points lorsqu'un joueur extérieur renvoie le ballon de la tête à l'un de ses coéquipiers.
- Défendre uniquement de la tête dans la zone de but (cercle).

## Coaching

- Agir au lieu de réagir.
- Chercher avec détermination à conclure ou passer de la tête avec précision.

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



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

Office fédéral du sport OFSPO