
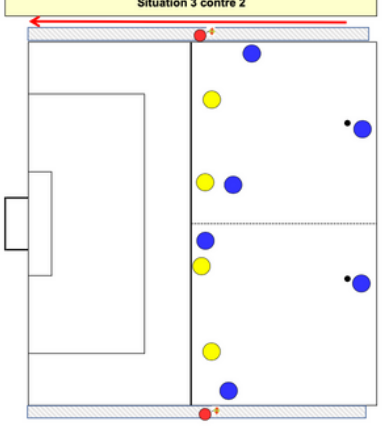




Exemple d'exercices à mettre en place lors d'une séance d'entraînement pour petits et grands :


Le but ici est de se mettre à la place de l'arbitre, et ainsi sensibiliser à la prise de décisions sur l'instant.

SITUATION 3 CONTRE 3




	Situation 3 contre 2		Thème du jeu : Se démarquer pour fixer, éliminer, passer ou finir – Le Jugement du hors-jeu		U 14 à U 18
	On a le ballon	Conservier / Progresser	Déséquilibrer / Finir		
	On n'a pas le ballon	S'opposer à la progression	S'opposer pour protéger son but		

Parties	Taches	Descriptif	Éléments pédagogiques	
Situation	Objectif : Être capable de se déplacer dans un espace libre pour fixer, éliminer, passer ou tirer. Savoir juger et signaler un hors-jeu. Buts : Marquer = 1 point Consignes : La situation débute avec le milieu de terrain balle au pied. Jouer des situations de 3 attaquants contre 2 défenseurs. Les joueurs ne peuvent entrer dans la zone de déséquilibre qu'une fois que le ballon y est entré. La rotation s'effectue entre les attaquants, défenseurs et arbitres assistants	Durée 15' à 20' Nbre de joueurs 14 joueurs Espaces Adapté à la catégorie	Situation 3 contre 2 	Variables Modifier la largeur du terrain Adapter la hauteur de la zone de déséquilibre Jouer les situations en 6 contre 4 (Possibilité de mettre les défenseurs en 3 - 1 afin d'avoir deux lignes) ou en 6 contre 5 (4-1) Possibilité de passer en 4 contre 2 si trop de difficulté pour les attaquants Veiller à ... Compter les points et valoriser les réussites 3 situations en tant qu'AA avant de changer de rôle Porteur de balle : Prendre ou garder un temps d'avance, jouer dans le dos des défenseurs, masquer ses intentions Non-porteur de balle : sortir du champ visuel des défenseurs, arriver lancé devant le but pour couper les trajectoires Arbitre assistant : être aligné avec l'avant dernier défenseur et juger les différentes situations de hors-jeu ou non, avec la bonne gestuelle
	 Sens du jeu pour juger le HJ  Zone de déplacement de l'AA			

SITUATION 4 CONTRE 4

	Conservation 4 contre 4 avec AA		Thème du jeu : Améliorer la conservation collective du ballon, proposer des solutions au porteur – Le Jugement du hors-jeu		U 11 à U 15
	On a le ballon	Conservier / Progresser	Déséquilibrer / Finir		
	On n'a pas le ballon	S'opposer à la progression	S'opposer pour protéger son but		

Remarques	Possibilité d'être utilisé en échauffement ou dans la séance. L'animation de l'éducateur est importante sur ce jeu afin de mettre de la vie et d'éviter de laisser les joueurs trop longtemps sur un "poste". Bien anticiper les sources de ballon.
------------------	---

Parties	Taches	Descriptif	Éléments pédagogiques	
Jeu	Objectif : Améliorer la conservation du ballon, le jeu combiné – Le Jugement du hors-jeu Buts : Faire 10 passes (ou moins) afin de valider 1 point. Consignes : Les joueurs se déplacent librement et doivent enchaîner un nombre de passes sans perdre la possession du ballon. Faire des parties de 2 ou 3' avant de changer l'équipe en arbitrage. L'équipe en AA doit signaler à chaque hors-jeu qui lui fait face, dans le sens du jeu.	Durée 6' à 15' Nbre de joueurs 4 contre 4 avec appuis Espaces Adapté à la catégorie	Conservation 4 contre 4 avec appuis 	Variables - Modifier la taille du terrain / Le nombre de joueurs par équipe - Modifier le nombre de passes selon le niveau et la catégorie - Mettre un nombre de touches de balle limité (fibre, 2 T., libre, 2 T.) - Obliger l'équipe qui a le ballon à utiliser plusieurs zones - Contraindre l'équipe qui défend à n'utiliser qu'une zone ou 2 zones - Ajouter des jokers au milieu afin d'apporter une supériorité numérique Veiller à ... - Gérer les sources de balle afin de garder un temps de jeu effectif - Se rendre visible, ouvrir les lignes de passe (au soleil) - Se déplacer dans les espaces libres - Prendre l'information sur les partenaires, adversaires et l'espace - Être aligné avec le dernier défenseur. - Signaler le hors-jeu lorsque le joueur fautive touche le ballon
	 Sens du jeu pour juger le HJ  Zone de déplacement de l'AA			

Pour accompagner ces deux exercices nous encourageons les coachs à proposer des moments de matchs et y placer un arbitre centre pour que chacun puisse avoir l'occasion de souffler dans le sifflet.

