

# LA CONDUITE

Prendre des informations pendant la conduite

Fréquence des touches de balle

La conduite de balle permet au joueur de progresser sur le terrain lorsque l'espace est libre. Elle peut être effectuée vers le but, mais comporte souvent des changements de direction. Elle est toujours jumelée à un autre juste technique : conduite puis dribble, conduite puis passe ou centre, conduite puis tir...



AUTRE	Catégories concernées	U7	U9	U11	U13	U15	U18	Sen
-------	-----------------------	----	----	-----	-----	-----	-----	-----

DESCRIPTIF	BUT / CONSIGNES	CRITERES DE REUSSITE
	<p>Tous les joueurs sont placés dans une zone de stoppe balle avec chacun un ballon, sauf un défenseur qui se placera dans la zone en face.</p> <p>Au signal de l'éducateur les joueurs doivent traverser le terrain et stopper le ballon dans la zone opposée alors que le défenseur doit sortir les ballons de ses adversaires de l'air de jeu. Ceux qui n'ont plus de ballons deviennent défenseurs.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Le dernier joueur en possession du ballon marque 1pt et devient épervier.</li> <li>➤ Variantes : imposer des surfaces de contact, le dernier en face est éliminé.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Utiliser les bonnes surfaces de contact</li> <li>➤ Fréquence des touches de balle</li> <li>➤ Prise d'information pour éviter les défenseurs</li> </ul>

AUTRE	Catégories concernées	U7	U9	U11	U13	U15	U18	Sen
-------	-----------------------	----	----	-----	-----	-----	-----	-----

DESCRIPTIF	BUT / CONSIGNES	CRITERES DE REUSSITE
	<p>Tous les joueurs sont placés à l'intérieur de l'air de jeu avec chacun un ballon.</p> <p>Au signal de l'éducateur, les joueurs doivent traverser les 5 zones le plus rapidement possible, en terminant par la zone centrale.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Le 1<sup>er</sup> joueur arrivé dans la zone centrale = 1pt</li> <li>➤ Variantes : imposer des surfaces de contact, mettre 1 ou 2 défenseurs</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Utiliser les bonnes surfaces de contact</li> <li>➤ Fréquence des touches de balle</li> <li>➤ Prise d'information pour éviter les défenseurs</li> </ul>



EXERCICE		Catégories concernées	U7	U9	U11	U13	U15	U18	Sen
----------	--	-----------------------	----	----	-----	-----	-----	-----	-----

DESCRIPTIF	BUT / CONSIGNES	CRITERES DE REUSSITE
	<p>Faire un carré avec 9 petits zones de 2m/2m ou un joueur s'y place avec 1 ballon.</p> <p>L'éducateur va ensuite donner de nombreuses directives aux joueurs :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Alternier intérieur pied droit/pied gauche</li> <li>➤ Alternier semelle pied droit/pied gauche</li> <li>➤ Ramener le ballon de la semelle et contrôle intérieur de l'autre pied</li> <li>➤ L'éducateur demande de prendre des informations.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Prise d'information pendant l'exécution des gestes</li> <li>➤ Etre toujours sur les appuis</li> <li>➤ Fréquence de touche de balle</li> </ul>

SITUATION		Catégories concernées	U7	U9	U11	U13	U15	U18	Sen
-----------	--	-----------------------	----	----	-----	-----	-----	-----	-----

DESCRIPTIF	BUT / CONSIGNES	CRITERES DE REUSSITE
	<p>La situation démarre avec le ballon dans les pieds d'un des deux attaquants, dès que le ballon est en mouvement le défenseur peut défendre. Les attaquants doivent passer dans l'une des deux pour ensuite finir. Le défenseur ne peut plus défendre une fois qu'une porte est franchie. S'il l'a récupéré avant il doit stopper le ballon derrière la ligne (une phase de réversibilité).</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Variantes : mettre une contrainte de temps, démarrer sur une passe de l'éducateur.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Utiliser les bonnes surfaces de contact</li> <li>➤ Fréquence des touches de balle</li> <li>➤ Prise d'information pour éviter les défenseurs</li> <li>➤ Fixer et passer au bon moment</li> <li>➤ Se servir de l'espace libéré par un coéquipier</li> </ul>



EXERCICE		Catégories concernées	U7	U9	U11	U13	U15	U18	Sen
----------	--	-----------------------	----	----	-----	-----	-----	-----	-----

EXERCICE	DESCRIPTION	BUT / CONSIGNES	CRITERES DE REUSSITE
		<p>Les joueurs sont placés chacun avec un ballon à un cône extérieur. Ils devront ensuite contourner un cône intérieur et revenir à un cône extérieur.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Conduite en forme de 8</li> <li>➤ Imposer les surfaces de contact</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Utiliser les bonnes surfaces de contact</li> <li>➤ Fréquence des touches de balle</li> <li>➤ Prise d'information pour éviter les coéquipiers</li> </ul>

EXERCICE		Catégories concernées	U7	U9	U11	U13	U15	U18	Sen
----------	--	-----------------------	----	----	-----	-----	-----	-----	-----

EXERCICE	DESCRIPTION	BUT / CONSIGNES	CRITERES DE REUSSITE
		<p>Placer un joueur à chaque coupelle et laisser une coupelle libre. Orientation de la prise de balle vers la zone libre et passe une fois que le joueur est proche de la coupelle.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Séquence de 3m</li> <li>➤ Imposer les surfaces de contact</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Prise d'information avant de recevoir</li> <li>➤ Prise de balle orientée vers la zone libre</li> <li>➤ Utiliser les bonnes surfaces de contact</li> <li>➤ Fréquence des touches de balle</li> </ul>



EXERCICE		Catégories concernées	U7	U9	U11	U13	U15	U18	Sen
----------	--	-----------------------	----	----	-----	-----	-----	-----	-----

EXERCICE	DESCRIPTION	BUT / CONSIGNES	CRITERES DE REUSSITE
		<p>Faire des triplettes et les répartir dans 2 carrés. Le joueur en possession du ballon doit aller le plus possible dans le carré d'en face en évitant les éventuels obstacles. Procéder sous forme de relais et le coéquipier peut seulement prendre le ballon une fois qu'il a pénétré sa zone.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Les 1ers arrivés : 1pt</li> <li>➤ Imposer les surfaces de contact</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Prise de balle orientée</li> <li>➤ Utiliser les bonnes surfaces de contact</li> <li>➤ Fréquence des touches de balle</li> </ul>

EXERCICE		Catégories concernées	U7	U9	U11	U13	U15	U18	Sen
----------	--	-----------------------	----	----	-----	-----	-----	-----	-----

EXERCICE	DESCRIPTION	BUT / CONSIGNES	CRITERES DE REUSSITE
		<p>Tous les joueurs sont placés à l'intérieur de l'air de jeu avec un ballon chacun, ils ne doivent jamais sortir ou se percuter sinon ils sont éliminés. L'éducateur va au fur et à mesure donner des directives aux joueurs (imposer un pied, imposer une surface de contact...</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Conduire le ballon d'un pied et une balle de tennis dans la main opposée (dissociation segmentaire).</li> <li>➤ Stopper le ballon dans un cerceau</li> <li>➤ Immobiliser le ballon (semelle)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Prise d'information pour ne pas se percuter</li> <li>➤ Utiliser les bonnes surfaces de contact</li> <li>➤ Fréquence des touches de balle</li> </ul>



EXERCICE		Catégories concernées	U7	U9	U11	U13	U15	U18	Sen
----------	--	-----------------------	----	----	-----	-----	-----	-----	-----

DESCRIPTIF	BUT / CONSIGNES	CRITERES DE REUSSITE
	<p><b>Jeux de l'horloge</b>            Les joueurs rouges s'effectuent des passes dans un sens alors que les autres doivent à tour de rôle faire leur tour de leurs adversaires en conduite de balle.</p> <p>1 point à chaque tour de cercle en passe            1 point à chaque tour de cercle en conduite</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Imposer les surfaces de contact</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Utiliser les bonnes surfaces de contact</li> <li>➤ Fréquence des touches de balle</li> </ul>

EXERCICE		Catégories concernées	U7	U9	U11	U13	U15	U18	Sen
----------	--	-----------------------	----	----	-----	-----	-----	-----	-----

DESCRIPTIF	BUT / CONSIGNES	CRITERES DE REUSSITE
	<p><b>Epiervier avec couloir.</b>            Les rouges doivent traverser le terrain en conduite pour aller dans la zone opposée. Alors que les jaunes s'effectuent des passes par deux dans un couloir. Si le ballon d'un joueur rouge est touché, ce dernier est éliminé.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Imposer les surfaces de contact</li> <li>➤ Toucher au minimum 4 fois le ballon par couloir</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Prise d'information pour éviter les ballons</li> <li>➤ Utiliser les bonnes surfaces de contact</li> <li>➤ Fréquence des touches de balle</li> </ul>



JEU		Catégories concernées	U7	U9	U11	U13	U15	U18	Sen
-----	--	-----------------------	----	----	-----	-----	-----	-----	-----

DESCRIPTIF	BUT / CONSIGNES	CRITERES DE REUSSITE
	<p>Match 4/4 avec 2 buts à défendre et 2 à attaquer. 1 but = 1 point</p> <p>Le porteur de balle est immunisé (personne ne peut lui prendre la balle) lorsqu'il s'immobilise un pied sur le ballon. Par contre il doit repartir directement par une passe.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Prise de balle orientée</li> <li>➤ Utiliser les bonnes surfaces de contact</li> <li>➤ Fréquence des touches de balle</li> <li>➤ Prise d'information</li> </ul>

EXERCICE		Catégories concernées	U7	U9	U11	U13	U15	U18	Sen
----------	--	-----------------------	----	----	-----	-----	-----	-----	-----

DESCRIPTIF	BUT / CONSIGNES	CRITERES DE REUSSITE
	<p>Le jeu des cabanes</p> <p>Placer des ballons dans chaque carré ainsi qu'une équipe. L'objectif est ramener un maximum de ballon en un temps donné (ramener un ballon à la fois).</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Imposer les surfaces de contact</li> <li>➤ Faire le tour d'un cerceau sur le retour</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Prise d'information pour ne pas se percuter</li> <li>➤ Utiliser les bonnes surfaces de contact</li> <li>➤ Fréquence des touches de balle</li> </ul>



AUTRE		Catégories concernées	U7	U9	U11	U13	U15	U18	Sen
-------	--	-----------------------	----	----	-----	-----	-----	-----	-----

DESCRIPTIF	BUT / CONSIGNES	CRITERES DE REUSSITE
	<p>1-2-3 Soleil</p> <p>Lorsque le joueur qui est contre le mur prononce « soleil » et se retourne tous les autres joueurs doivent être identiques ainsi que les ballons. Celui qui ne l'est pas recommence depuis le début.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Imposer les surfaces de contact</li> <li>➤ Imposer le pied</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Prise d'information pour ne pas se percuter</li> <li>➤ Utiliser les bonnes surfaces de contact</li> <li>➤ Fréquence des touches de balle</li> </ul>

AUTRE		Catégories concernées	U7	U9	U11	U13	U15	U18	Sen
-------	--	-----------------------	----	----	-----	-----	-----	-----	-----

DESCRIPTIF	BUT / CONSIGNES	CRITERES DE REUSSITE
	<p>Utiliser toute la longueur du terrain comme espace.</p> <p>Sur le principe des chaises musicales mettre de la musique en fond et lorsqu'elle s'arrête le joueur ainsi que son ballon doivent être immobiles. Si ce n'est pas le cas il repart depuis le début.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ 1<sup>er</sup> arrivé = 1pt</li> <li>➤ Variantes : imposer le pied, les surfaces de contact, solliciter les autres sens (dès que l'éducateur à le bras levé le ballon doit être stoppé).</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Prise d'information pour ne pas se percuter</li> <li>➤ Utiliser les bonnes surfaces de contact</li> <li>➤ Fréquence des touches de balle</li> </ul>