

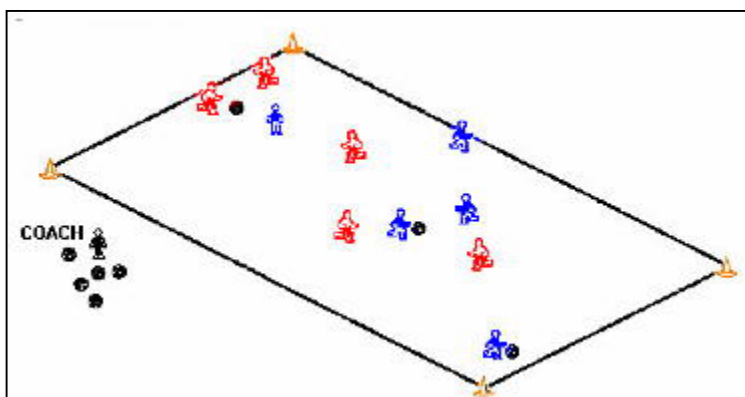


*Direction technique*

## TECHNICO-TACTIQUE: CONTRÔLE DE BALLON Possession des 3 ballons

### Le jeu

Débutez le jeu avec 2 équipes de nombre égal et 3 ballons. Au signal, les joueurs tentent de s'accaparer du plus grand nombre de ballons possible. Au coup de sifflet de l'entraîneur, l'équipe qui contrôle le plus de ballons gagne cette ronde. Les rondes durent 2 ou 3 minutes. Jouez plusieurs rondes consécutives.



### Ce que l'entraîneur demande et démontre

- Les joueurs doivent utiliser la passe et le dribble pour conserver la balle. Ils doivent identifier et occuper l'espace libre lorsqu'ils n'ont pas le ballon; ils doivent décider du bon jeu (passer ou dribbler) et s'ils passent, ils doivent choisir le bon receveur
- Encouragez les joueurs à conserver le ballon sous pression. Plusieurs joueurs ont tendance à se débarrasser du ballon lorsqu'ils sont sous pression. Si un joueur décide de passer le ballon, ce doit être une passe assurée vers un co-équipier

### Variations

- Exigez 5 touches de balle avant la passe: cela force le joueur à dribbler et à protéger son ballon
- Limitez les joueurs à 2 ou 3 touches: cela force le jeu de passe
- Les joueurs n'utilisent que leur pied dominant
- Les joueurs n'utilisent que leur pied faible

