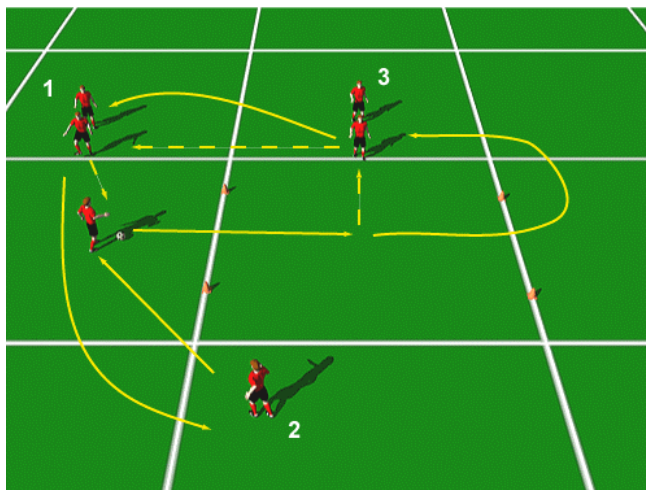


LE JEU DE LA PASSE A TROIS

Par **John O'Hara** . Ontario Soccer Association (canada)



Organisation :

6 joueurs

4 Cones

1 balle

Points de coaching

Dans une zone de 10 yards x 20-25 yards, placer 4 cônes comme sur le diagramme ci-dessus. Diviser vos joueurs en 3 groupes de 2 joueurs.

Position 1: - Le joueur passe la balle au joueur en position 2 puis va prendre sa place dans la file.

Position 2: - le joueur sprints, reçoit la balle et effectue une conduite latérale entre les cônes. A mi-chemin il passe à 3 et continue sans ballon pour contourner le plot et venir en position 3.

Position 3: - Il reçoit la balle de 2, passe à la position 1 et suit son ballon dans le prenant la position 1. .

Tous les joueurs doivent prendre l'ensemble des positions..

Cet exercice a pour but de :

- Bouger avec la balle
- Recevoir la balle
- Créer et voir les espaces où donner le ballon
- Passe et va sans ballon

L'entraîneur doit accentuer les points suivants à l'entraînement:

- Mouvements explosifs
- Qualité du contrôle
- Tête levée pour mieux voir
- Vitesse de passe
- Précision de la passe

Progression:

- Introduire une seconde balle
- Passes en une touche
- En position 2 – encourager la créativité, semelle, feinte, arrêt et redémarrage etc.
- Encourager constamment
- Ajouter un défenseur - position 1 en duel
- Transition rapide de la défense vers l'attaque.