

“PRÉPARER UNE SÉANCE ET PRÉSENTER UNE SÉQUENCE VISANT A AMÉLIORER LES JEUX DE TÊTE.”

CATÉGORIES: U15, U17, U19, ÉCOLE DE FOOT, SÉNIOR

DOMINANTES: **TECHNIQUE**

NOMBRES DE JOUEURS: **16**

MATÉRIELS: **CONSTRIS - BALLONS - CHASUBLES - COUPELLES**

Critères de réalisation

- Par groupe de 3 et 2 groupes de 2.
- J'envoie le ballon a la main pour la tête du joueur.

1

Durée
15min



Critères de réalisation

- 4 équipes de 4.
- L'équipe qui marque reste sur le terrain.
- Jouer de la tête uniquement

2

Durée
30min



Critères de réalisation

- 4 équipes de 4.
- 4 vs 4
- Les attaquants ne doivent pas être alignés

3

Durée
25min



Critères de réalisation

- Match 9 vs 8 (+coach)
- Le but doit venir d'un centre, d'une tête

4

Durée
20min

