

Juniors E

INDIVIDUEL :

Condition :

- Vitesse
- Souplesse

Coordination :

- École de course
- Technique intégrée
- Petits jeux
- Polysportivité

Technique :

- Touché du ballon (toutes les surfaces et les 2 pieds)
- Conduite du ballon (toutes les surfaces et les 2 pieds)
- Feinte et dribble
- Passes (toutes les surfaces et les 2 pieds)
- Amorti et contrôle orienté du ballon (2 pieds)
- Tir au but
- Jeu de tête

Tactique :

- Se démarquer, s'offrir
- Duel offensif
- Duel défensif

Mental :

- Concentration
- Courage, prise de risque
- Penser positif

Gardien :

- Technique
- Jeu de position
- Construction du jeu

Social :

- Activités annexes
- Règles et sanctions
- Activités complémentaires

Collectif (3-3 au 2-3-1)

- Une-deux
- Jeu par les côtés
- Construction du jeu depuis l'arrière
- Marquage de zone