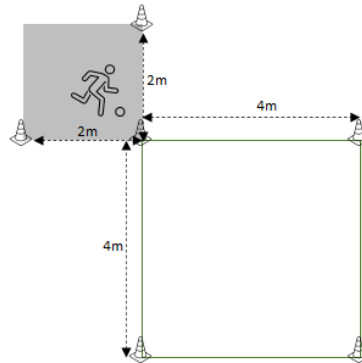


Special Olympics Challenge

Skill Football 7 – SQUARE



Description du Skill

Le joueur effectue une course avec la balle au pied. Il passe à l'extérieur d'un carré formé par 4 cônes, puis effectue le chemin en sens inverse. Le parcours se termine lorsque le joueur met le pied sur le ballon, dans la zone de départ (zone grisée).

Effet du Skill

Avec ce skill, les sportifs entraînent la conduite de balle. Ils doivent contrôler le ballon pour le garder à proximité tout en se déplaçant selon un parcours défini.

Etablissement du score

Le temps est démarré lorsque le joueur touche le ballon, il effectue le parcours dans les deux sens. Lorsque le joueur arrive dans la zone finale et pose le pied sur le ballon, le coach arrête le chronomètre. L'exercice est effectué deux fois, le score final est le meilleur des deux résultats.

Règles

- Les cônes sont positionnés comme sur le schéma ci-dessus. Un carré de 2x2 mètres pour la zone de départ/d'arrivée, un carré de 4x4 mètres pour le parcours.
- Lors du parcours, le ballon doit passer à l'extérieur des cônes.
- A mi-parcours, la balle doit pénétrer dans la zone grisée avant que l'athlète ne reparte dans l'autre sens.
- Si le joueur perd le contrôle du ballon, il doit le récupérer. Le temps continue d'être comptabilisé.
- Le skill doit être exécuté avec un ballon de taille 4 ou 5.
- Le skill peut s'effectuer sur n'importe quelle surface de jeu.
- Le skill doit être exécuté avec le même ballon et sur la même surface durant toute la durée du challenge.

Si vous avez des questions, nous nous tenons volontiers à disposition : challenge@specialolympics.ch