



PHASE DE JEU

CONSERVER / PROGRESSER

PRINCIPE DE JEU

JOUER À 2, À 3 ET ENCHAÎNER  
(RELATION DÉFENSEURS - MILIEUX)



PROCÉDÉ

JEU

ORGANISATION		SURFACE	
OBJECTIFS 	Jouer entre les lignes depuis la relance du gardien. Améliorer la relation défenseurs - milieux de terrain.	Long	60 mètres
BUTS 	Marquer un but = <b>1 point</b> . Nombre de buts marqués sur un temps contraint.	Larg	40 mètres
MISE EN PLACE 	2 équipes de 8 joueurs en opposition (+1 joker). Le terrain est divisé en 3 zones dans le sens longitudinal. Organisation des équipes en 3-3-2.	DURÉE 20 min	
CONSIGNES 	Les joueurs sont fixes dans leur zone dans un premier temps et la progression en zone supérieure se fait en conduite de balle ou sur une passe. Un milieu de la zone médiane peut entrer en zone offensive pour suppléer les 2 attaquants (3 VS 3). Obligation de repasser par la zone défensive si récupération du ballon en zone médiane (travailler la ressortie de balle).	CHARGE Nbr série 2 Durée série 10 min	
		EFFECTIF 16 8  - 8 GB 2	
ATTENTES 	Rompres les alignements. Communication (« seul » ; « ça vient ») lors de la relance de la zone défensive à la zone médiane. Jeu direct ou indirect (remise) selon la communication. Disponibilité des milieux en dézonant pour favoriser la coopération, le jeu en mouvement. S'orienter pour jouer vers l'avant et poursuivre les actions.	VARIABLES 	Liberté de déplacements dans les zones. Réduire le terrain en largeur pour mettre les joueurs en crise de temps et d'espace dans la construction de l'action. Les attaquants peuvent défendre en zone médiane dès que le ballon a franchi la ligne. Passe obligatoire entre les zones.
		CONSEIL limiter le nombre de passes dans les zones pour que les joueurs jouent entre les lignes et que le ballon se déplace dans la profondeur.	

