



PHASE DE JEU

PROTÉGER SON BUT

PRINCIPE DE JEU

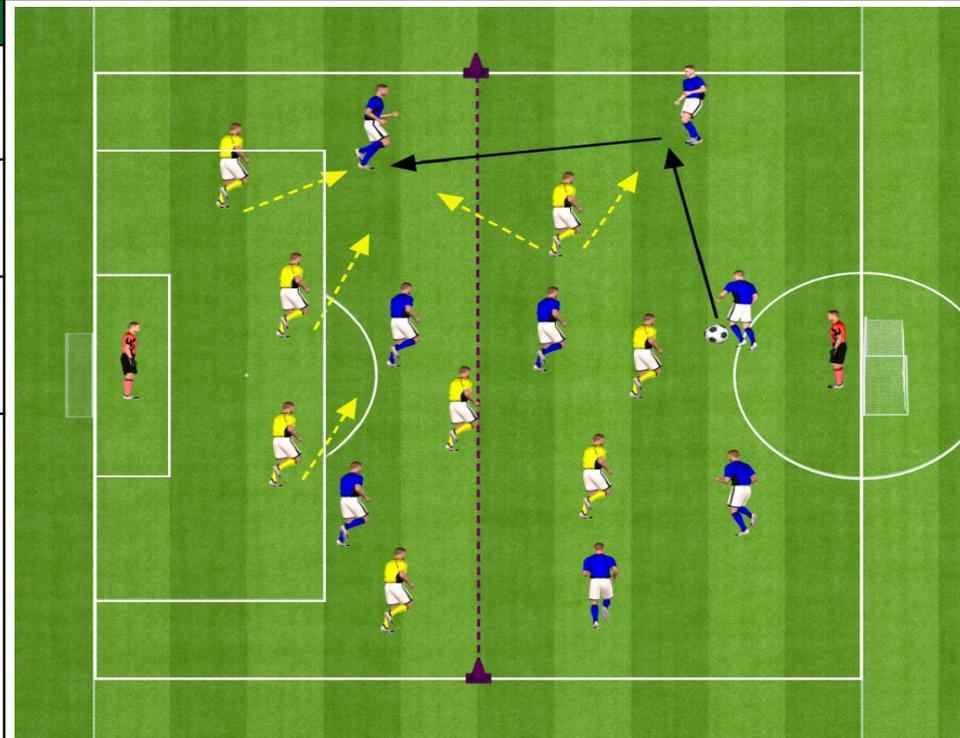
DÉFENDRE SON BUT, RÉCUPÉRER LE BALLON



PROCÉDÉ

JEU

ORGANISATION	
OBJECTIFS 	Récupérer le ballon en bloc et protéger son but. Bloc équipe ; repli défensif, protection axe ballon-but.
BUTS 	But marqué = <b>1 point</b> . Un joueur adverse (ou plusieurs) ne s'est pas replacé dans la moitié défensive lors du but marqué = <b>2 points</b> .
MISE EN PLACE 	Le terrain est découpé en 2 zones. 2 équipes de 8 joueurs en opposition. Les 2 équipes sont organisées en 2 ou 3 lignes.
CONSIGNES 	Marquer depuis la moitié offensive. La règle du hors-jeu est appliquée à partir de la ligne médiane. Les joueurs se replacent rapidement dans la moitié défensive à la perte de balle pour former un bloc compact : pas de pressing haut.
ATTENTES 	Protéger le couloir de jeu direct. Se replacer et reformer le bloc. Densité défensive dans la zone basse. Contrôler les joueurs lancés. Garantir le cadrage.



SURFACE			
Long	1/2 terrain		
Larg	50 mètres		
DURÉE			
	30 min		
CHARGE			
Nbr série	3		
Durée série	8 min		
EFFECTIF			
		16	
	8		-
	8	GB	2

VARIABLES	
	2 touches de balle minimum (pour favoriser le pressing sur temps de passe et la récupération du ballon). Transition offensive : récupérer le ballon dans la moitié défensive et ressortir en moins de 3 passes ou dans un temps limite (ressortir vite).

ASTUCE
Diviser le terrain en 3 zones pour travailler sur la hauteur du bloc (haut, médian, bas).