

**➤ MISE EN PLACE**

Toro à rapport de force évolutif et à 7 contre 1 au départ.

7 rouges à l'intérieur de l'espace de jeu.

6 jaunes positionnés entre les portes de cône, prêts à entrer pour chasser.

➤ BUTS DU JEU

Rouges : conservation → 5 passes = **1 point**.

Jaunes : récupérer le ballon et le conserver : x passe(s) = **1 point**.

SÉANCE	ILLUSTRATION				DIFFICULTÉ			
Mise en route					1	2	3	4
EFFECTIF					INTENSITÉ			
10 à 15 joueurs					1	2	3	4
DIMENSION					PRISE D'INFO			
20 X 20 m					1	2	3	4
DURÉE					LUDIQUE			
10 à 15 min					1	2	3	4
OBJECTIFS					TRANSITION RÉCUP'			
1. Conservation					oui		non	
2. Maîtrise technique					TORO 2 COULEURS			
3. Démarquage	●	●	●					
4. Prise d'information (adversaires, position du ballon, coéquipiers)	7	6	0					

➤ EXPLICATIONS

Les rouges conservent le ballon. Après 5 passes, un défenseur jaune vient chasser.

Un défenseur supplémentaire vient chasser toutes les 5 passes tant que les rouges préservent la possession du ballon.

3 touches de balles maximum pour les rouges.

Instaurer un système de rotation entre les attaquants et les défenseurs.

➤ VARIABLES

1. Agrandir l'espace de jeu.

2. Rentrée d'un défenseur supplémentaire au bout de 7 ou 8 passes.

3. Réduire l'espace de jeu.

4. Techniquement : 2 touches de balle maximum.

5. Pas d'appui-remise, trouver un 3^{ème} joueur.