

**➤ MISE EN PLACE**

Toro à 7 contre 3.

8 cônes positionnés autour du terrain.

➤ BUTS DU JEU**Rouges** : conservation → 8 passes = **1 point**.**Jaunes** : récupérer le ballon et dégommer un cône sur une passe = **1 point**.

SÉANCE	ILLUSTRATION	DIFFICULTÉ
Mise en route		1 2 3 4
EFFECTIF		1 2 3 4
10 joueurs		1 2 3 4
DIMENSION		1 2 3 4
18 X 18 m		1 2 3 4
DURÉE		1 2 3 4
10 à 15 min		1 2 3 4
OBJECTIFS		1 2 3 4
1. Conservation		oui non
2. Maîtrise technique		oui non
3. Démarquage	oui non	
4. Prise d'information (adversaires, position du ballon, coéquipiers)	oui non	
		TORO 2 COULEURS
		7 3 0

➤ EXPLICATIONS

7 rouges conservent le ballon contre 3 jaunes à l'intérieur de l'espace de jeu.

Si les jaunes récupèrent le ballon, ils jouent la transition offensive en tentant de dégommer l'un des 8 cônes sur une passe appuyée.

Instaurer un système de rotation entre les attaquants et les défenseurs (à chaque but marqué ou toutes les 2 minutes par exemple).

➤ VARIABLES

1. Transition vers un toro en 2 zones. Côté rouges, 1 seul joueur peut se déplacer dans les 2 zones pour augmenter la supériorité numérique (3 à 4 contre 2). Pas plus de 2 jaunes dans la zone où est le ballon.

2. Variable finition : les jaunes peuvent marquer dans l'un des 4 petits buts ou dégommer un cône pour obtenir 1 point.

3. Changer de zone en 1 touche de balle pour les rouges.

VARIABLE ILLUSTRÉE