

**➤ MISE EN PLACE**

2 équipes de 5 joueurs.

Toro à 5 rouges contre 2 dans une zone.

Chaque équipe a sa propre zone de conservation et chasse dans l'autre.

➤ BUTS DU JEU

Rouges : conservation → x passes consécutives = **1 point**.

Jaunes : récupérer le ballon et l'emmener dans son camp (transition offensive).

SÉANCE	ILLUSTRATION	DIFFICULTÉ								
Mise en route		<table border="1"> <tr> <td>1</td> <td>2</td> <td>3</td> <td>4</td> </tr> </table>	1	2	3	4				
1		2	3	4						
EFFECTIF		<table border="1"> <tr> <td colspan="4">INTENSITÉ</td> </tr> <tr> <td>1</td> <td>2</td> <td>3</td> <td>4</td> </tr> </table>	INTENSITÉ				1	2	3	4
INTENSITÉ										
1		2	3	4						
DIMENSION		<table border="1"> <tr> <td colspan="4">PRISE D'INFO</td> </tr> <tr> <td>1</td> <td>2</td> <td>3</td> <td>4</td> </tr> </table>	PRISE D'INFO				1	2	3	4
PRISE D'INFO										
1		2	3	4						
DURÉE		<table border="1"> <tr> <td colspan="4">LUDIQUE</td> </tr> <tr> <td>1</td> <td>2</td> <td>3</td> <td>4</td> </tr> </table>	LUDIQUE				1	2	3	4
LUDIQUE										
1	2	3	4							
OBJECTIFS	<table border="1"> <tr> <td colspan="4">TRANSITION RÉCUP'</td> </tr> <tr> <td colspan="2">oui</td> <td colspan="2">non</td> </tr> </table>	TRANSITION RÉCUP'				oui		non		
TRANSITION RÉCUP'										
oui		non								
1. Conservation	<table border="1"> <tr> <td colspan="3">TORO 2 COULEURS</td> </tr> <tr> <td>●</td> <td>●</td> <td>●</td> </tr> <tr> <td>5</td> <td>5</td> <td>0</td> </tr> </table>	TORO 2 COULEURS			●	●	●	5	5	0
TORO 2 COULEURS										
●	●	●								
5	5	0								
2. Maîtrise technique										
3. Démarquage										
4. Aide au porteur										
5. Prise d'information (adversaires, position du ballon, coéquipiers)										

➤ EXPLICATIONS

5 attaquants conservent le ballon contre 2 défenseurs dans l'une des deux zones.

Si les 2 défenseurs récupèrent le ballon, ils tentent de faire basculer le jeu dans leur zone en jouant avec l'un des trois joueurs restés dans leur camp. La séquence se poursuit alors et ce sont 2 défenseurs rouges qui viennent chasser dans la zone de conservation des jaunes.

Veiller à ce que ce ne soit pas systématiquement les mêmes joueurs qui aillent défendre à 2 VS 5.

Jeu au sol obligatoire.

➤ VARIABLES

1. Le deuxième défenseur intervient avec un temps de retard (après x passes).

2. Limiter les touches.