



PHASE DE JEU

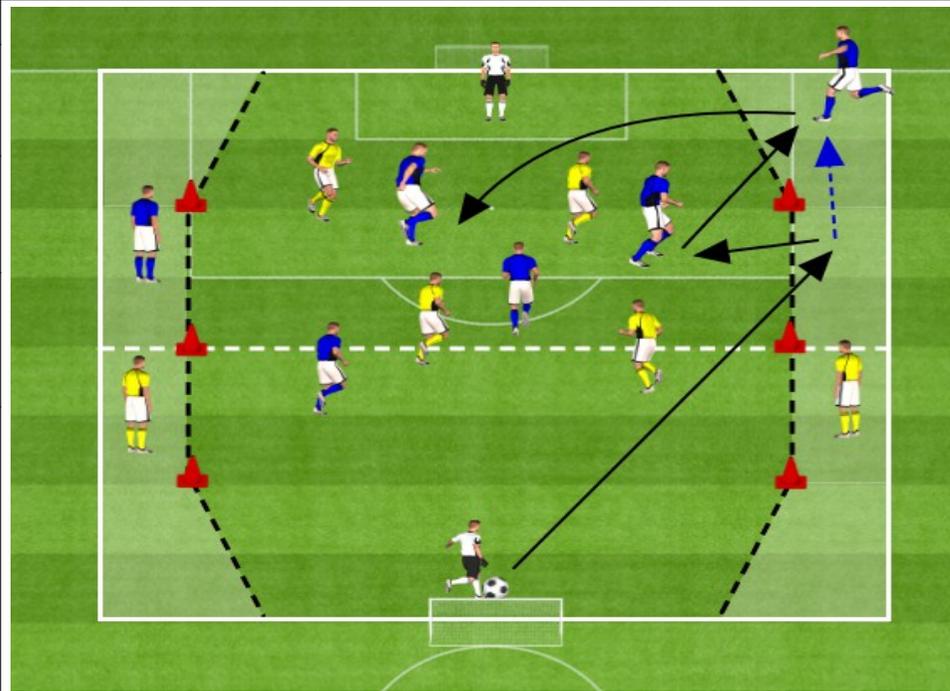
DÉSÉQUILIBRER / FINIR

PRINCIPE DE JEU

SE DÉMARQUER EN ZONE DE FINITION
S'AJUSTER, SE RÉAJUSTER DEVANT LES BUTS



ORGANISATION



OBJECTIFS 	Marquer. S'ajuster, se réajuster devant le but.
BUTS 	Marquer un but suite à un centre = 1 point . Marquer un but en 1 touche = 2 points .
MISE EN PLACE 	2 équipes de 6 joueurs en opposition (4 VS 4 + 4 appuis). Terrain divisé en 2 moitiés (défensive et offensive) + couloirs sur les côtés pour les appuis.
CONSIGNES 	Obligation d'écartier au moins 1 fois le jeu par possession avant de tirer. Le gardien relance vers un joueur de côté. Le centreur ne peut pas sortir de sa zone. Il doit recevoir le ballon avant le cône pour prendre de la vitesse avant de centrer ou de jouer un 1-2.
ATTENTES 	Occuper toutes les zones lors de la réception du centre. Jouer sur le côté et se projeter vite vers l'avant. <u>Centreur</u> : → centres de qualité (se positionner, s'orienter). <u>Attaquants</u> : → passer devant son adversaire. → se positionner sur un alignement différent de son ou de ses partenaires. → s'ajuster, se réajuster devant le but.

SURFACE			
Long	40 mètres		
Larg	45 mètres		
DURÉE			
	25 min		
CHARGE			
Nbr série	6		
Durée série	4 min		
EFFECTIF			
		14	
	6		-
	6	GB	2

VARIABLES

Quand le ballon franchit la ligne médiane, les défenseurs restés dans le camp adverse ne peuvent plus revenir défendre. Le centreur peut rentrer et tirer. L'appui à l'opposé peut entrer pour apporter une solution supplémentaire à la réception du centre (avantage numérique pour l'équipe qui attaque).	Appui entrant-sortant : le joueur qui donne à l'appui prend sa place. Limiter le nombre de touches de balle pour le centreur. Imposer un temps limite pour marquer suite à la récupération du ballon (8" par exemple).
--	---

ASTUCE	
Mettre en opposition une équipe d'attaquants contre une équipe de défenseurs.	
EXIGENCE	
Timing relation à 2 (centreur-attaquant).	