



PHASE DE JEU

S'OPPOSER À LA PROGRESSION

PROCÉDÉ

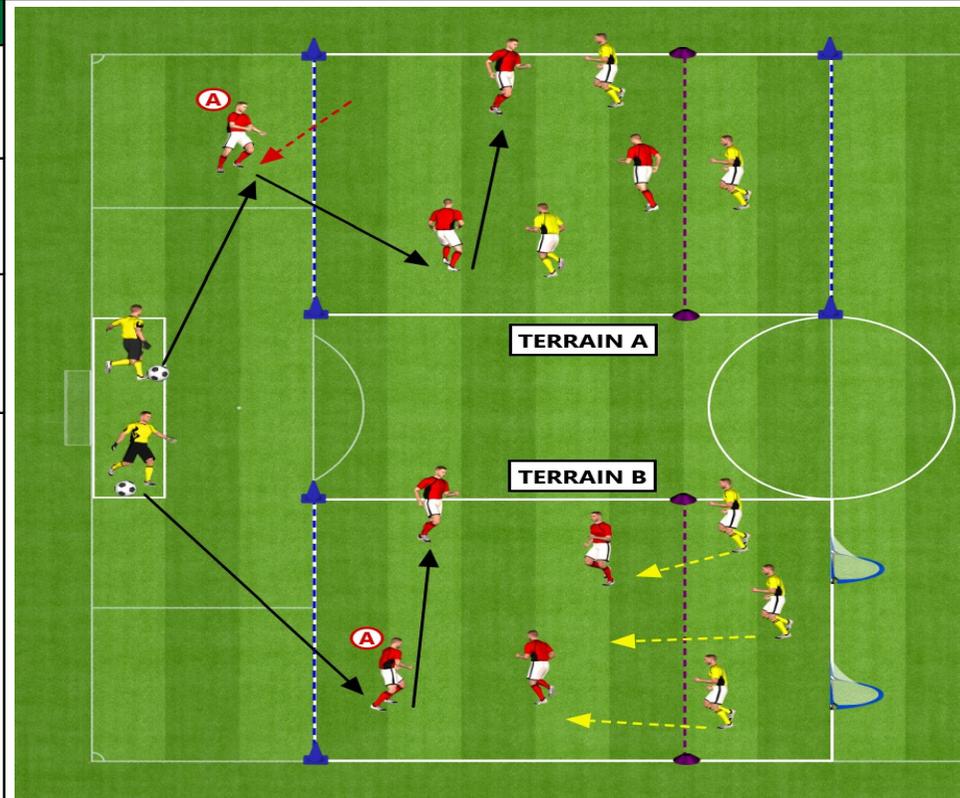
SITUATION

PRINCIPE DE JEU

ORGANISER LA PRESSION COLLECTIVE SUR LE TEMPS DE PASSE



ORGANISATION	
OBJECTIFS ☑	Déclencher un pressing sur le temps de passe. Déclencher un pressing sur les bons starters.
BUTS 🎯	<b>Rouges</b> : franchir la ligne bleu en stop-ballon ou marquer dans un petit but = <b>1 point</b> . <b>Jaunes</b> : marquer dans le but après récupération du ballon.
MISE EN PLACE 📏	2 zones de jeu de chaque côté du terrain (40 X 30 mètres). Ligne de finition en stop-ballon pour le terrain A, 2 petits buts sur le terrain B.
CONSIGNES 📋	4 VS 3 sur chaque terrain. La ligne violette représente la ligne de hors-jeu. <b>Terrain A</b> : Le joueur A décroche (inattaquable) pour recevoir le ballon du gardien. Sur le temps de passe du joueur A pour un de ses partenaires rouges dans le terrain, les jaunes déclenchent le pressing. <b>Terrain B</b> : Les 3 jaunes sont positionnés derrière la ligne de hors-jeu. Le gardien relance vers le joueur A. Sur le temps de passe, les défenseurs jeunes déclenchent le pressing et défendent en avançant.
ATTENTES ⚽	Trouver le bon moment pour sortir presser ensemble sur le temps de passe pour ne pas se faire éliminer. Créer de la densité autour du porteur. Lorsque le joueur "starter" enclenche le pressing, les autres suivent. Défendre sur des starters précis. Être agressif et ne pas laisser le joueur se retourner.



VARIABLES ↔
Mettre les défenseurs jaunes en marquage individuel sur les attaquants rouges. Équilibrer le rapport de force : 4 VS 4. Avant chaque relance du gardien, faire reculer l'équipe qui défend pour faciliter la première relance. Imposer un temps limite pour marquer après la récupération (6' à 8").

SURFACE			
Long	1/2 terrain		
Larg			
DURÉE			
🕒	30 min		
CHARGE			
Série	2		
Séquences	8 à 10		
EFFECTIF			
👤	17		
🔴	2 X 4	⚫	-
🟡	2 X 3	GB	1
ASTUCES			
Mettre les 2 ateliers en quinconce (favoriser les répétitions). Finir sur opposition à 8 VS 8 sur 1/2 terrain.			