



PHASE DE JEU

CONSERVER / PROGRESSER

PRINCIPE DE JEU

JOUER DANS LES INTERVALLES ET ENTRE LES LIGNES



PROCÉDÉ

SITUATION

ORGANISATION		SURFACE	
OBJECTIFS	Jouer entre les lignes depuis la relance du gardien. Améliorer la relation défenseurs - milieux de terrain.	Long	60 mètres
BUTS	<p>● : marquer dans le grand but = <b>1 point.</b></p> <p>● : récupérer le ballon et le transmettre au joueur source = <b>1 point.</b></p>	Larg	40 mètres
MISE EN PLACE	Le terrain est divisé en 3 zones dans le sens longitudinal. 3 VS 2 en zone basse et 2 VS 1 en zone médiane. Joueur fixes dans les zones dans un premier temps.	DURÉE	
CONSIGNES	<p>La situation débute par une passe du joueur source en vert pour un des violets en zone basse.</p> <p>Les 3 défenseurs violets en zone basse tentent de trouver un violet en zone médiane sur une passe.</p> <p>Le passage de la zone basse à médiane se fait sur une passe. Le passage de la zone médiane à la zone haute se fait en conduite de balle ou sur une passe (appel dans la profondeur).</p> <p>Chaque défenseur défend dans sa zone.</p>	🕒	30 min
ATTENTES	Être disponible, se déplacer dans les intervalles. Rompre les alignements avec le(s) défenseur(s). S'orienter pour jouer vers l'avant et poursuivre les actions. Jouer en soutien dos au jeu, ne pas forcer le jeu.	CHARGE	
		Série	2 à 3
		Séquence	10
		EFFECTIF	
		👤 👤	10
		●	3
		●	1
		●	5
		GB	1
		CONSEIL	
		Mettre en opposition une équipe d'attaquants contre une équipe de défenseurs.	
		VARIABLES ORGANISATIONNELLES	VARIABLES TACTIQUES
		Élargir le terrain. Ajouter un défenseur soit dans la zone basse (3 VS 3) ou médiane (2 VS 2).	Liberté de déplacements dans les zones pour les rouges. Les 2 défenseurs jaunes en zone basse peuvent défendre en zone médiane lorsque le ballon y est.

