



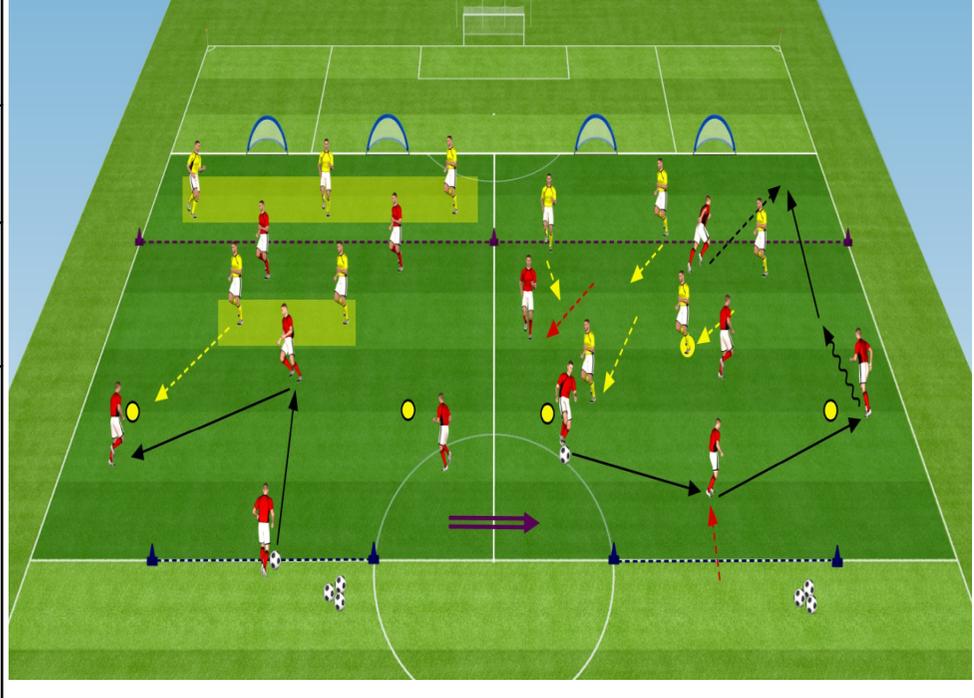
PHASE DE JEU

DÉSÉQUILIBRER / FINIR

PRINCIPE DE JEU

CRÉER, UTILISER LES ESPACES POUR DÉSÉQUILIBRER
UNE ÉQUIPE ORGANISÉE EN BLOC BAS

ORGANISATION

OBJECTIF 	Améliorer la capacité à déséquilibrer un bloc bas en créant et en utilisant les espaces libres.			SURFACE Long 40 mètres Larg 1/2 terrain		
BUTS 	● : marquer dans un petit but = 2 points . ● : récupérer le ballon et le donner au joueur rouge replacé à la source = 1 point .			DURÉE  30 min		
MISE EN PLACE 	2 équipes en opposition sur 1/2 terrain : 6 VS 5. Les rouges sont organisés en 4-2 (4 milieux en losange et 2 attaquants). Les jaunes sont organisés en 3-2 (3 défenseurs et 2 milieux défensifs).			CHARGE Série 3 Séquence 6 à 10		
CONSIGNES 	L'action débute par une passe du joueur source en rouge pour le milieu à la pointe du losange. Dès que ce dernier remise vers un des 2 excentrés, la situation débute et les 2 milieux jaunes entament le pressing côté ballon. Les joueurs sont libres dans les déplacements. Le joueur source est inattaquable et peut entrer dans le terrain pour participer au jeu (solution en soutien). Il se replace derrière la ligne à la perte de balle (les jaunes tentent de le trouver sur une passe à la récupération). Hors-jeu appliqué à partir de la ligne violette.			EFFECTIF  11 et +  6  -  5  -		
ATTENTES 	Conserver : préparer l'ouverture dans la défense adverse. Occuper les espaces autour du porteur de balle (en appui pour les 2 attaquants, en soutien pour le joueur source, sur les côtés pour les milieux excentrés, à distance de passe). Changer de rythme pour surprendre. Les attaquants proposent des appels différents. Fixer pour jouer dans une zone libre.			VARIABLES Jouer sur le grand but ou reculer la ligne de buts pour donner plus de profondeur au jeu. Imposer aux 2 milieux défensifs jaunes de défendre côté ballon et de sortir au pressing (pour libérer le milieu rouge à l'opposé). 1 touche de balle maximum pour le joueur qui reçoit dos au jeu (contraint le joueur à s'orienter face au jeu avant d'avoir la balle). Imposer un temps limite pour tirer au but dès que le milieu excentré entre en possession du ballon (se projeter, percuter).		CONSEIL Mise en place sur 2 ateliers si l'effectif le permet. Passer ensuite sur un seul atelier en travaillant sur toute la largeur (9 VS 7 par exemple) .