



PHASE DE JEU

CONSERVER / PROGRESSER

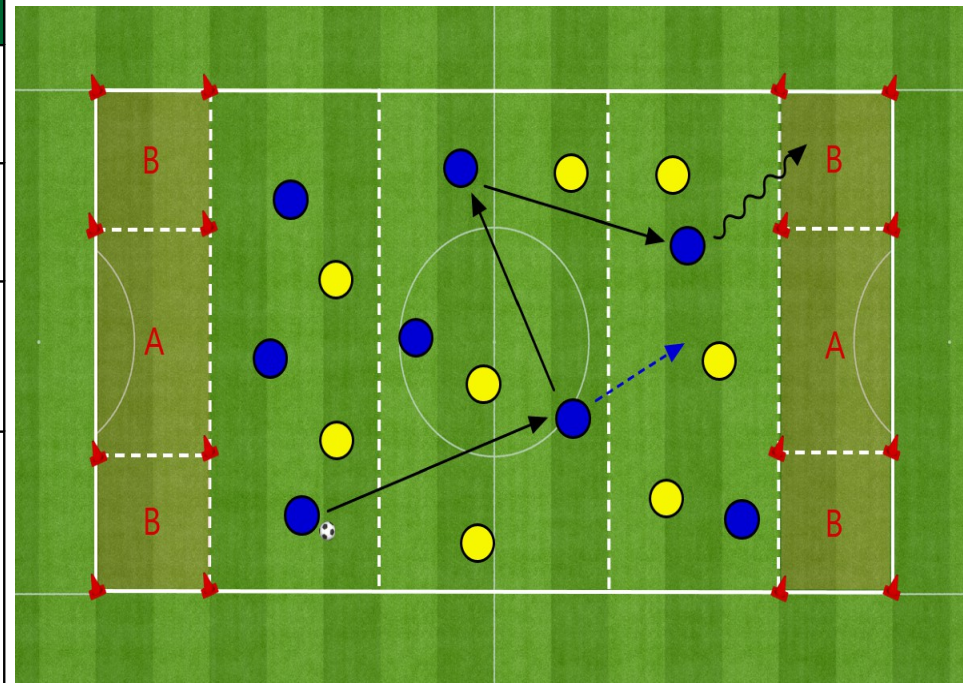
PRINCIPE DE JEU

JOUER DANS LES INTERVALLES ET ENTRE LES LIGNES



ORGANISATION

OBJECTIFS ☑	Améliorer les déplacements collectifs et individuels. Jouer vers l'avant.
BUTS 🎯	Marquer en stop-ballon dans la zone B = 2 points . Marquer en stop-ballon dans la zone A = 1 point .
MISE EN PLACE 📏	Terrain divisé en 5 zones dans le sens longitudinal. Zone de finition découpée en 3 parties sur la largeur et de 5 à 10 mètres de profondeur. Organisation des équipes en 3-3-2.
CONSIGNES 📋	Possibilité de marquer en stop-ballon ou en trouvant un joueur lancé dans la zone A ou B pour marquer un point. Les joueurs sont libres de se déplacer dans chacune des zones afin d'apporter la supériorité numérique quand leur équipe a le ballon (décrocher dans la zone médiane ou basse, suivre l'action en zone haute). Franchir les lignes intermédiaires par une passe dans un premier temps.
ATTENTES ⚽	Former des triangles pour jouer en 1 touche de balle. Voir - donner - bouger (proposer une solution). Ne pas être sur la même ligne (latérale ou verticale) qu'un partenaire (équipe échelonnée). Jouer en mouvement : se démarquer, décrocher ... Prendre des risques pour déséquilibrer et marquer : faire des passes qui éliminent des joueurs, dribbler, donner dans la course du partenaire...



SURFACE			
Long	80 mètres		
Larg	50 mètres		
DURÉE			
🕒	25 min		
CHARGE			
Nbr série	3		
Durée série	8		
EFFECTIF			
👤 👤	16		
🟡	8	🟠	-
🟦	8	GB	-
CONSEILS			
Mettre en place des circuits de progression préférentiels.			
Veiller à la cohérence dans la structure et dans l'organisation des équipes.			

VARIABLES

Possibilité de franchir les lignes en conduite de balle.
Ajouter un joker qui joue avec l'équipe en possession (+1).
Limiter le nombre de passes à l'intérieur d'une même zone.
Limiter le nombre de touches de balle dans la zone médiane et dans la zone défensive.