



JEU DE CONSERVATION

JEU

CONSERVATION AVEC APPUIS

OPPOSITION

5 VS 5 (+4)



ORGANISATION		SURFACE	
OBJECTIFS 	Jouer en mouvement. Former des triangles pour jouer en 1 touche de balle.	Long	25 mètres
BUTS 	Conservation : 10 passes consécutives = 1 point . 4 appuis trouvés sur la même possession = 1 point .	Larg	25 mètres
MISE EN PLACE 	2 équipes de 5 joueurs en opposition. 4 appuis neutres de chaque côté du terrain.	DURÉE 30 min	
CONSIGNES 	3 passes maximum à l'intérieur du terrain avant de trouver un appui extérieur (fixer intérieur puis sortir de la densité). Les appuis sont inattaquables. Les appuis peuvent se déplacer entre les cônes (pas sur toute la largeur). 2 à 3 touches de balle maximum.	CHARGE Nbr série 6 à 8 Durée série 4 min	
		EFFECTIF 14 5 4 5 GB -	
ATTENTES 	Attitude dynamique des appuis qui se déplacent entre les cônes pour ouvrir des lignes de passes. Jouer avec les appuis pour profiter de la supériorité numérique. Voir avant de recevoir. Se démarquer à distance de passe, vu du porteur et à l'écart des défenseurs.	VARIABLES Agrandir l'espace de jeu. Rajouter un joker au milieu : 5 VS 5 (+5).	
		Pas d'appui-remise (jeu à 3). 1 touche de balle pour les appuis. Jouer en 2 touches - 1 touche. Trouver l'appui avec le pied faible. Pas plus de 3 passes dans le terrain.	
		CONSEILS Placer les appuis dans le terrain afin de densifier le jeu ou les autoriser à décrocher. Si 3 équipes de 5 joueurs : mettre un violet en joker.	

