



# JEU DE CONSERVATION / TRANSITION

JEU


CONSERVATION DANS LES 4 ZONES


OPPOSITION


5 VS 5 (+1)





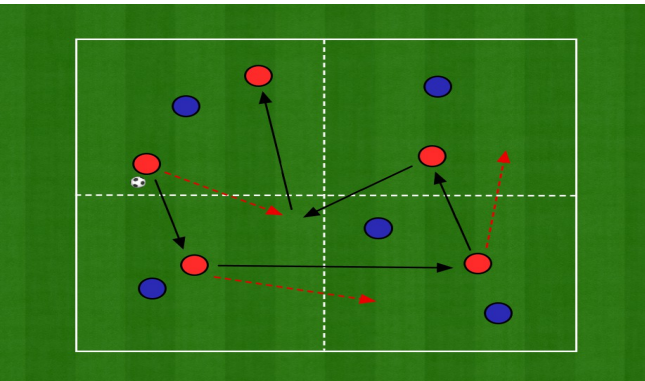
## ORGANISATION

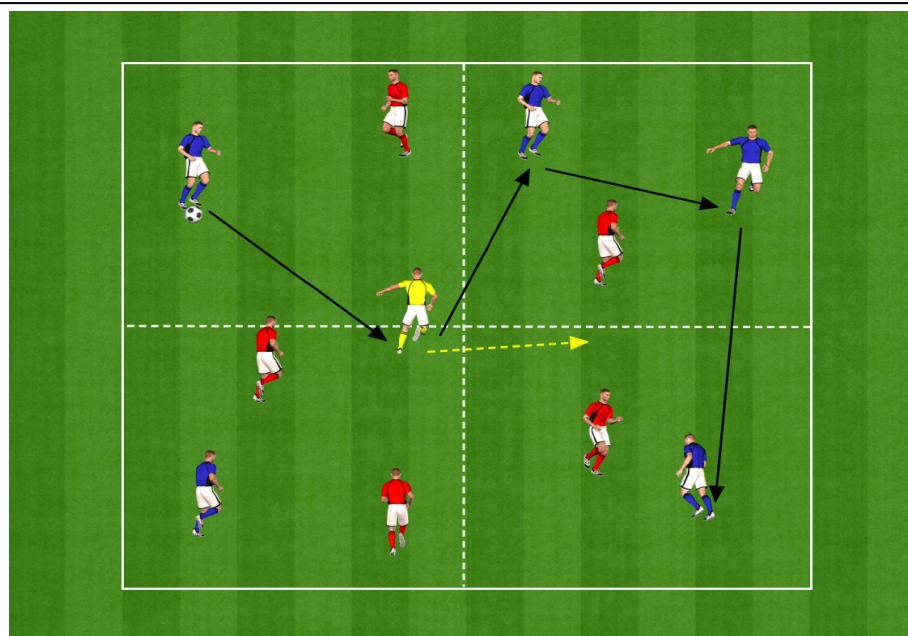
**OBJECTIFS**  
 Agrandir l'espace de jeu en largeur et en profondeur.  
 Offrir des solutions de passes pour maîtriser le ballon sous pression.

**BUTS**  
 Conservation : 8 passes = **1 point**.  
 Faire circuler le ballon dans les 4 zones sur une même possession = **1 point**.

**MISE EN PLACE**  
 2 équipes de 5 joueurs en opposition.  
 1 joker jaune qui joue avec l'équipe en possession.  
 Terrain divisé en 4 zones de 15 X 15 mètres.

**CONSIGNES**  
 Les joueurs peuvent se déplacer librement dans les zones.  
 2 passes maximum dans une zone.  
 Possibilité de changer de zone en conduite de balle ou sur une passe.  
 Le joker est en mouvement permanent au centre du terrain pour proposer une solution proche au porteur de balle.


**VARIABLE ILLUSTRÉE**  
 



## ESPACE

Long	30 mètres
Larg	30 mètres






## DURÉE

	25 min
---	--------

## CHARGE

Nbr séries	5
Durée	5 min

## EFFECTIF

		11	
	5		1
	5	GB	-

## ATTENTES

Être visible et disponible du porteur de balle.  
 Offrir des solutions proches et lointaines.  
 Former des triangles pour échanger en 1 touche de balle.  
 Bien occuper l'espace lorsque l'équipe a le ballon.  
 Faire circuler le ballon dans toutes les directions.

## VARIABLES

Le joker ne peut pas remiser : jeu à 3 obligatoire pour retrouver des triangles.  
 Le changement de zone se fait par une passe.  
 1 touche de balle maximum pour changer de zone.  
 Mettre en place un marquage individuel sur quelques séries si l'effectif est pair.  
 Le joueur change de zone après sa passe : mouvement permanent.

## CONSEILS

**Jeu qui réclame du mouvement. Veiller à ce qu'aucun joueur ne soit à l'arrêt.**  
**Jouer sur la taille du terrain pour influencer sur la maîtrise de balle sous pression adverse.**