



# JEU DE CONSERVATION / TRANSITION

JEU

D'UN APPUI À L'AUTRE

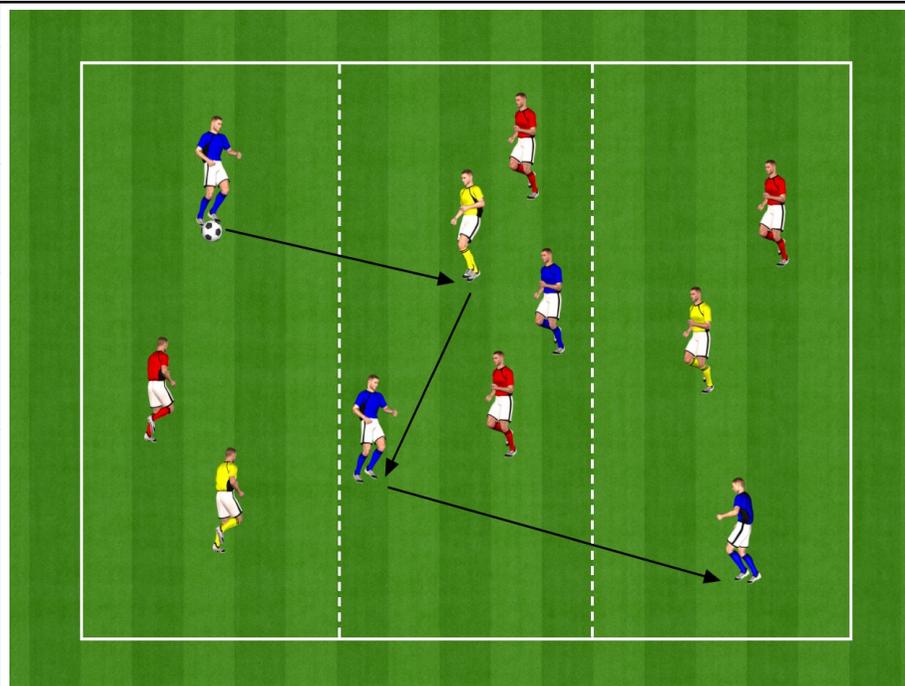
OPPOSITION

4 VS 4 (+3)



## ORGANISATION

<b>OBJECTIFS</b> ✔	Jouer dans les intervalles. Se déplacer pour ouvrir des angles de passes et assurer la conservation.
<b>BUTS</b> 🎯	● et ● : faire circuler le ballon à travers les zones. X passes = <b>1 point</b> .
<b>MISE EN PLACE</b> 📏	Le terrain est divisé en 3 zones. Conservation à 4 VS 4 (+3). Les joueurs sont fixes dans les zones (1 VS 1 + 1 dans les zones latérales ; 2 VS 2 + 1 en zone médiane).
<b>CONSIGNES</b> 📋	Les jaunes sont jokers et jouent avec l'équipe qui a le ballon. 1 jaune par zone. Faire circuler le ballon à travers les différentes zones. Jeu au sol. 2 à 3 touches de balle maximum.
<b>ATTENTES</b> ⚽	Voir et être vu dans les intervalles et entre les lignes. Se déplacer pour créer des lignes de passes. Donner et redemander. Réduire le nombre de touches de balle et mettre de la vitesse dans les échanges. Faire circuler le ballon dans toutes les directions.



## ESPACE

Long	20 mètres
Larg	30 mètres

## DURÉE

🕒	25 min
---	--------

## CHARGE

Nbr séries	5
Durée	4 min

## EFFECTIF

👤	👤	11	
●	4	●	3
●	4	GB	-

## VARIABLES



Agrandir l'espace de jeu.  
Ajouter des appuis inattaquables sur les côtés.  
**2 touches de balle minimum obligatoire.**  
**Changement de zone en 1 touche de balle.**

## CONSEIL

Pour adapter ce jeu avec un effectif plus conséquent, reportez-vous dans la rubrique 14 joueurs et +.