



JEU DE CONSERVATION / TRANSITION

JEU

D'UN APPUI À L'AUTRE

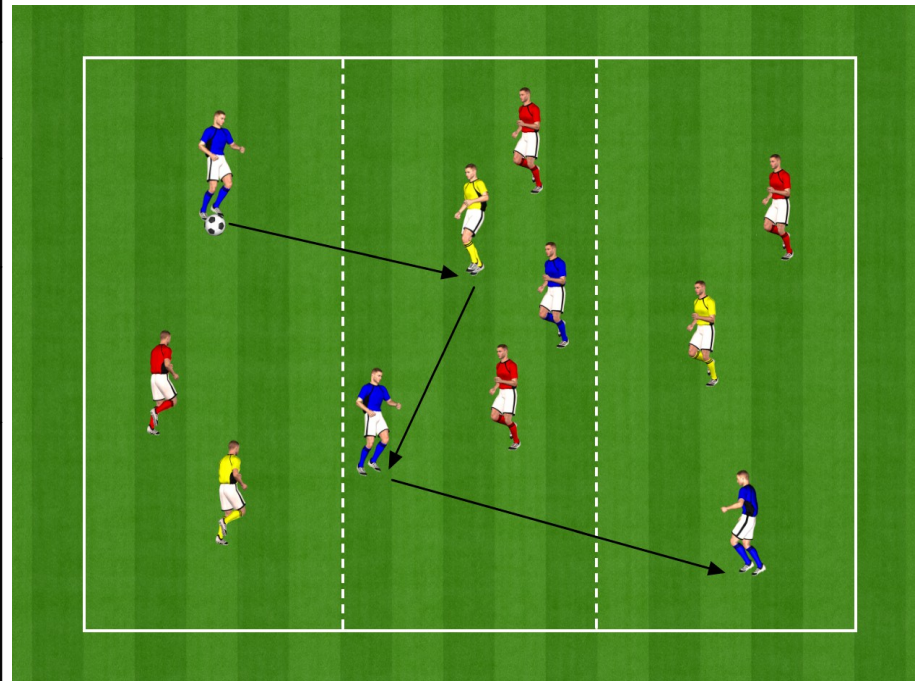
OPPOSITION

4 VS 4 (+3)



ORGANISATION

OBJECTIFS 	Jouer dans les intervalles. Se déplacer pour ouvrir des angles de passes et assurer la conservation.
BUTS 	● et ● : faire circuler le ballon à travers les zones. X passes = 1 point .
MISE EN PLACE 	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).
CONSIGNES 	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.



ESPACE	
Long	20 mètres
Larg	30 mètres

DURÉE	
	25 min

CHARGE	
Nbr séries	5
Durée	4 min

EFFECTIF			
		11	
	4		3
	4	GB	-

ATTENTES 	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.
---------------------	--

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 +.