



1 – Jeu réduit : Balle au capitaine (25 mn)

Mise en place

Effectif :

3 contre 3 + 2 capitaines neutres

Règles :

On marque un point en réalisant une passe à un capitaine. Après avoir trouvé un capitaine, l'équipe en possession du ballon doit rechercher le capitaine situé à l'autre extrémité.

Avant de jouer avec un capitaine, l'équipe en phase de progression doit impérativement trouver une relation dans la zone axiale (jeu à 2, jeu à 3).

Evolution :

Limiter le nombre de touches de balle.

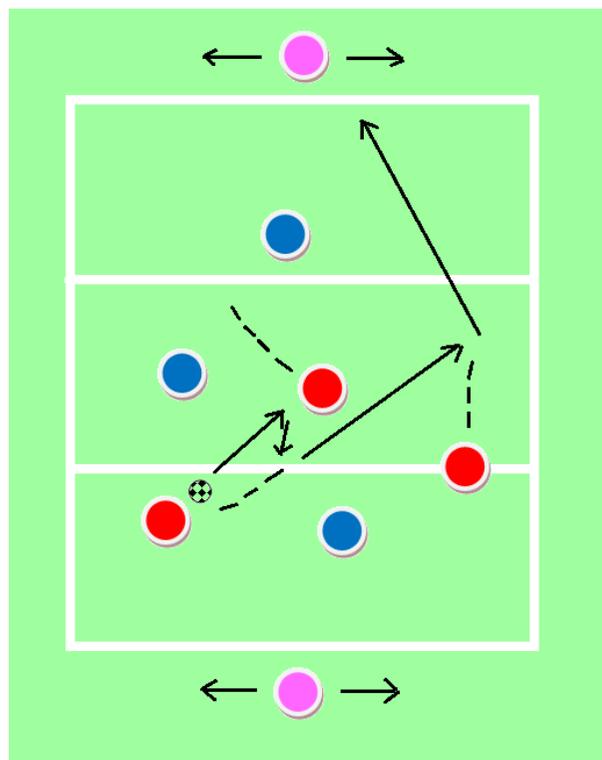
Organisation

Période : 4 x 5mn

Surface de jeu : 30 x 20 m

Ballon(s) : 4 ballons

Chasubles : 3 x 3 + 2



Animation

Objectif : Trouver des combinaisons à 2, à 3 pour progresser.

Consignes :

Le partenaire proche du porteur dans la zone axiale : Sollicite un appui-remise, un « une-deux » ...

L'autre partenaire : demande dans un espace libre.

Réalisation (Veiller à)

- Le possesseur du ballon : re-solliciter le ballon immédiatement après la passe soit vers l'avant, soit en soutien – adapter le dosage de la passe (dans les pieds, dans la course) ;
- Les autres joueurs : Occuper le terrain sur la largeur, se déplacer pendant le trajet du ballon.

Réussite (Etre capable de)

Effectuer le plus grande de progression d'un capitaine à l'autre en favorisant le jeu à 2, à 3.

2 – Situation problème : Appui-remise , déviation suivi d'un tir (25 mn)

Mise en place

Exercice 1 (sans adversaire) :

Après une situation « appui-remise » ou « appui-déviation » le ballon est transmis en profondeur pour l'un des joueurs qui se déplacent vers l'avant.

Exercice 2 (avec adversaire) :

Idem exercice 1 avec un défenseur : le choix de passe est conditionné par le déplacement des partenaires (synchronisation, hors-jeu) et par l'attitude du défenseur.

Si le défenseur récupère le ballon il le transmet à l'éducateur.

Evolution :

Le joueur qui se propose en appui peut réaliser un contrôle orienté vers le but sans remiser ou dévier ce qui induit un comportement différent de ses partenaires (appel croisé, dédoublement,).

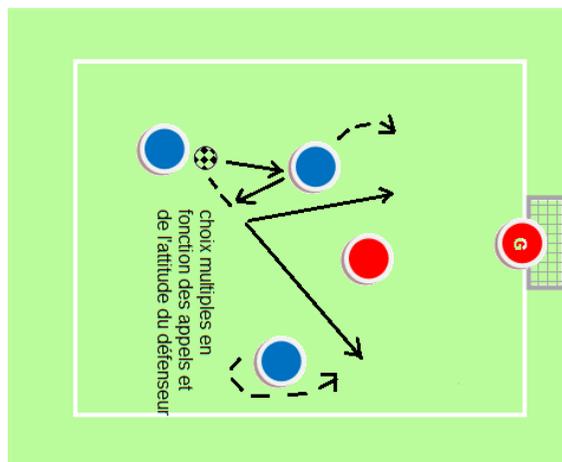
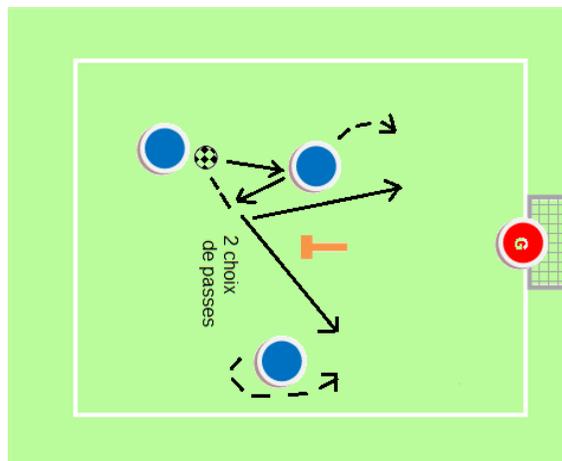
Organisation

Surface de jeu : 30 x 20 m

But(s) : 1 but avec gardien

Ballon(s) : 1 ballon pour 3 joueurs

Constri : 1



Animation

Objectif : Marquer à partir d'une situation offensive à 3.

Consignes :

Insister sur la précision des gestes techniques et sur la pertinence et la synchronisation des déplacements des attaquants (par rapport au porteur, au défenseur ...)

Réalisation (Veiller à)

- **Décrocher** : Lorsque le porteur me voit et de façon à remiser ou dévier pour permettre de rechercher vite la profondeur ;
- **Les appels dans la profondeur** : Synchroniser l'appel avec la possibilité pour le porteur de réaliser la passe et l'attitude du défenseur (timing de l'appel pour éviter d'être hors-jeu et recevoir le ballon dans la course).

Réussite (Etre capable de)

- **Remise, déviation** : remettre le ballon dans la course de partenaire en 1 touche ;
- **Appel en profondeur et tir** : Contrôler en mouvement et enchaîner.



3 – Jeu d'entraînement (20 mn)

Mise en place

Effectif :

2 équipes 3 + 2 joueurs neutres
Avec Gardiens de but

Règles :

L'équipe en possession du ballon joue en supériorité numérique avec l'aide des deux joueurs neutres situés dans la zone axiale.

Un joueur de chaque équipe doit toujours rester en zone d'attaque.

Evolution :

Les appuis neutres peuvent être attaquables ou inattaquables.

Les appuis peuvent passer en zone d'attaque.

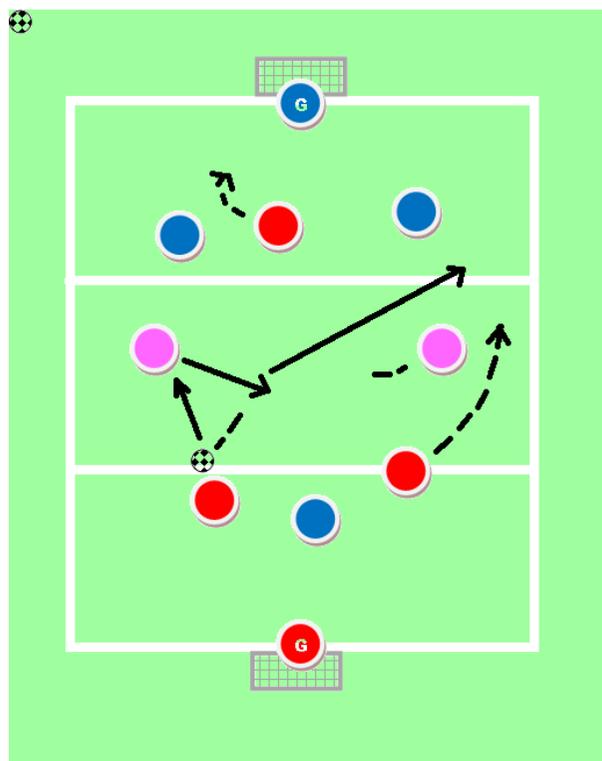
Organisation

Surface de jeu : 20 x 30 m

But(s) : 2

Ballon(s) : 5 ballons dans chaque but

Chasubles : 2 x 3 + 2



Animation

Objectif : Rechercher le jeu à 2, à 3.

Consignes :

Rechercher les appuis neutres dans la zone axiale pour créer un déséquilibre (appui-remise, déviation, ...) afin de trouver des attaquants dans la profondeur.

Réalisation (Veiller à)

- **Le porteur :** Jouer entre 2, voir le déplacement des partenaires, doser les passes ;
- **Les autres joueurs :** Se démarquer, synchroniser les appels de balle au moment de la prise d'info du passeur.

Réussite (Etre capable de)

- De maîtriser le ballon collectivement et individuellement ;
- De progresser (jeu dans les intervalles) ;
- De marquer.