



PHASE DE JEU

DÉSÉQUILIBRER / FINIR

PRINCIPE DE JEU

JOUER À L'OPPOSÉ APRÈS AVOIR FIXÉ

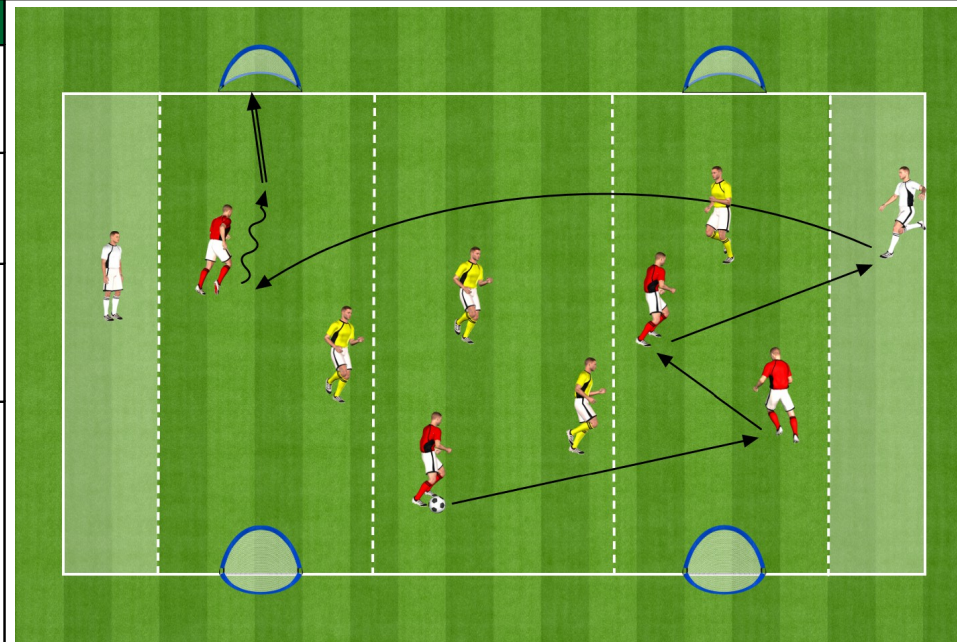


PROCÉDÉ

JEU

## ORGANISATION

OBJECTIF	Améliorer la capacité collective à fixer et à renverser.
<input checked="" type="checkbox"/>	
BUT	Marquer dans un petit but = <b>1 point</b> .
MISE EN PLACE	2 équipes de 4 joueurs en opposition (+2 appuis latéraux dans les bandes blanches à l'extérieur du terrain). Le terrain est divisé en 3 zones sur la largeur (3 X 15m).
CONSIGNES	Obligation de marquer dans l'un des 2 petits buts en utilisant 1 appui latéral afin de retrouver le principe de jeu travaillé (fixer sur un côté puis renverser). L'équipe en possession occupe les 3 zones. L'équipe qui défend coulisse côté ballon.
ATTENTES	Fixer sur une aile pour jouer à l'opposé. Fixer collectivement par des redoublements de passes. Contourner le bloc adverse en passant par les côtés. Jeu combiné à 2, à 3 dans les couloirs. Alterner jeu court / jeu long. Prendre de la vitesse à la réception du jeu à l'opposé (percuter).



## SURFACE

Long	25 mètres
Larg	35 mètres

## DURÉE

	25 à 30 min
--	-------------

## CHARGE

Nbr série	4
Durée série	5 min

## EFFECTIF

		10	
	4		2
	4	GB	-

## VARIABLES

**Rapport de force :**

- jouer avec des jokers offensifs sur les côtés.
- mettre un joker sur le terrain (4 VS 4 + 1).

**Missionner la défense :**

- quand le ballon est dans les zones latérales, l'équipe défensive occupe 2 zones.

**Cible :**

- jouer avec 2 grands buts mais conserver les zones (cf illustration de droite).

