

Mercredi 28 Février 2018

**PHASE DE JEU** S'opposer à la progression

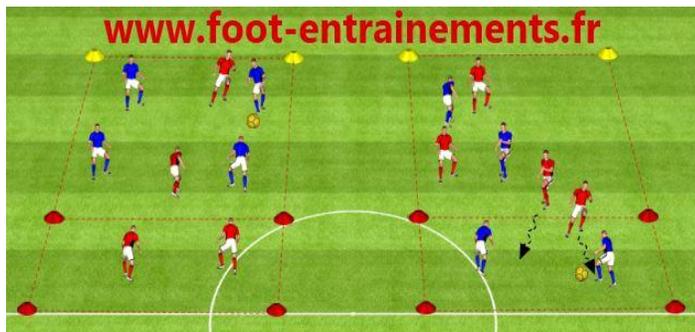
**REGLE D'ACTION COLLECTIVES** Récupérer le ballon en bloc

**REGLE D'ACTION INDIVIDUELLES** Récupérer le ballon sur des temps de passe / Déplacer le bloc en fonction du ballon / Cadrer et orienter le porteur / Empêcher la dernière passe et/ou tir / Marquage contrôle du joueur lancé

## 1) Échauffement jeu réduit 15 mn

Réalisez un rectangle d'environ 30m sur 35m avec une zone de 10m sur 35 m. Dans la zone de 10m y mettre 2 joueurs de la même équipe, les autres dans la grande zone. (Dans la plus grande zone, cela donne un 4 contre 2).

Les joueurs de football étant en surnombre dans la plus grande zones doivent réaliser des passes sans perdre le ballon et doivent arriver à faire 6 passes pour remporter 1 point. Les joueurs en infériorité numérique dans la grande zone doivent faire le pressing et récupérer le ballon pour le transmettre à leurs coéquipiers qui sont dans la zone des 10 m.

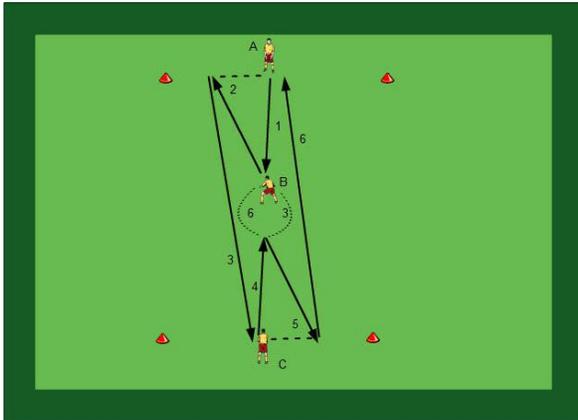


À partir du moment où le ballon est dans la zone des 10m, l'adversaire a le droit de pénétrer dans cette zone pour récupérer le ballon. A savoir que si les joueurs dans la zone des 10m reçoivent le ballon suite à une interception dans la grande zone cela leur fait 1 point et il est doublé s'ils parviennent à se faire un échange de passe entre ces deux joueurs dans les 10m.

Si les joueurs adverse récupère le ballon dans la zone des 10m ils doivent sortir de cette zone avec le ballon. Si les joueurs de la zone des 10m parviennent à faire 1 échange de passe cela compte double comme je le disais mais s'il parviennent toujours à conserver le ballon et qu'ils le ressortent de la zone alors cela vaudra 3 points car cela signifiera un gros manque de sérieux dans le pressing adverse

## 2) JONGLAGE 15 mn sous forme de duel montée descente

### 3) TECHNIQUE 15 mn



### JEU 25 mn

Julien SOKOL – CTD Rhône -

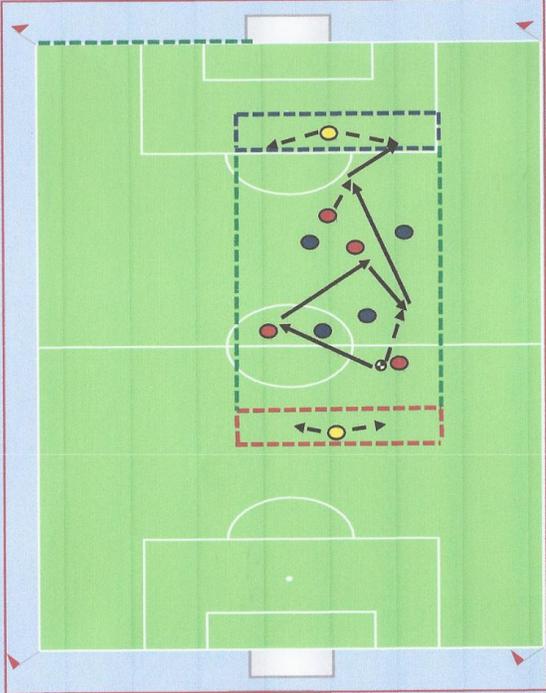
<p><b>S'opposer à la progression du ballon (2 lignes).</b></p> <p><b>Récupérer en interceptant</b></p> <p><b>Correctifs :</b> Défendre en bloc, Cadrer le porteur de balle, Réduire les angles, les intervalles, Réduire le nombre de solution du porteur de balle.</p>	<p><b>Objectif :</b> Défendre le + haut possible</p> <p><b>But :</b> Marquer en égalité numérique.</p> <p><b>Règles et consignes :</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- si but marqué après une récupération en zone offensive : 3 pts.</li><li>- si but marqué après une récupération en zone médiane : 2 pts.</li><li>- si but marqué après une récupération en zone défensive : 1 pts.</li></ul> <p>Jeu libre.</p> <p><b>Critères de réussite :</b> Pas plus de 10 pts en 10'.</p> <p><b>Variante :</b> Pour récupérer, l'équipe ne doit pas être dans plus de 2 zones.</p>	
---	---	--



**Thème** Sécuriser et maîtriser la possession

**Catégorie** U13 F

On a le ballon	Conserver/Progresser	Déséquilibrer/Finir
On a pas le ballon	S'opposer à la progression	S'opposer pour protéger son but



**Organisation – règles – consignes**

**Objectif** : jouer en soutien si le jeu vers l'avant est impossible

**But** : un point à chaque passe sur le capitaine

**Consignes** : jeu au sol , changer les capitaines toutes les 3'  
30x20 m

**Critères de réalisation**

- être visible du porteur ( non porteur )
- Voir avant de recevoir ( prise d'information )
- Joueurs et ballon en mouvement
- communication ( déplacements , changement de rythme , parole )

**Evolution de la situation**

- Compter le point après une passe retour du capitaine ( même joueur ou sur un 3ème joueur )

**Jeu**

**Durée : 15'**

**4**

●

**4**

●

**2**

●

**1 jeu**

▲