

N° : 027J

## JEU COLLECTIF

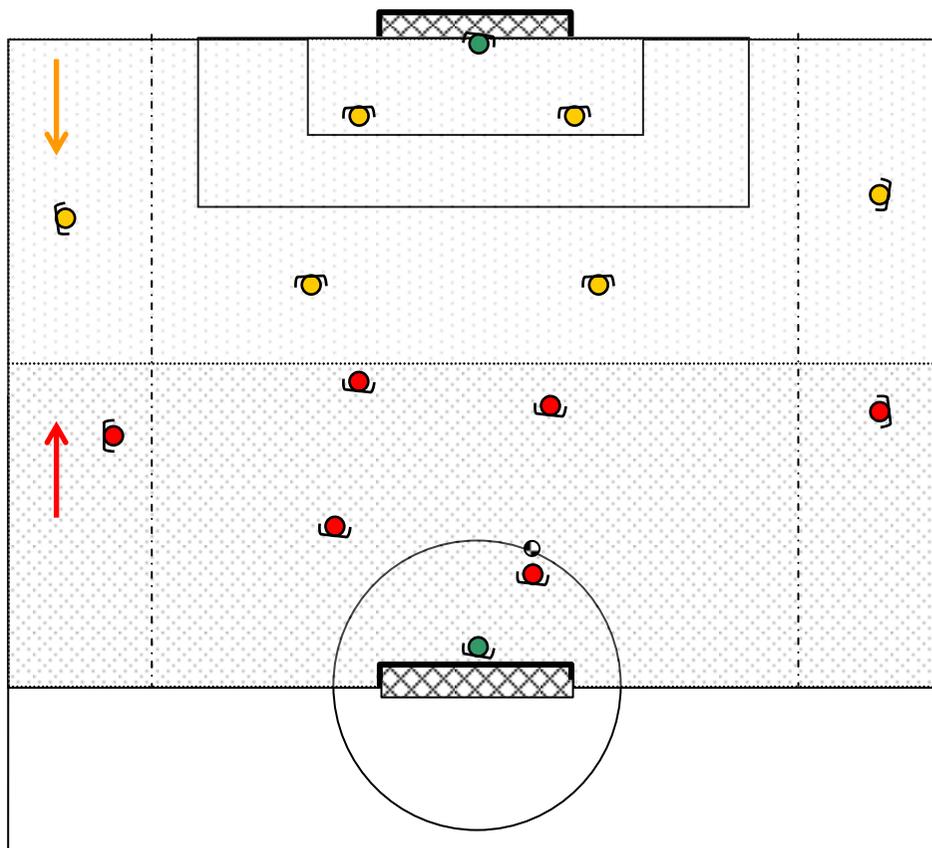
Amélioration spécifique avec support tactique collectif

*Déséquilibre de la défense, utilisation des couloirs*

### Objectifs du jeu d'application :

- Donner sur les côtés à un joueur en attaque pour rechercher une situation de frappe.
- Faire un maximum de « stop jeu » pour mise en place de stratégies et correction des attitudes

**Durée : 25 min**



## CONSIGNES :

- ❑ Jeu en 7 contre 7 sur ½ terrain en longueur, avec deux buts de foot à 11
- ❑ Règles foot à 11 mais pas de hors jeu ni de corner
- ❑ Tracer une zone de 10 m sur toute la longueur des lignes de touche dans la partie défensive de chaque équipe.
- ❑ Mettre un joueur « joker » de chaque équipe, dans les deux zones de leur partie défensive et les changer toutes les 3 minutes
- ❑ Dès qu'un « joker » reçoit une passe il peut aller dans la zone latérale de son adversaire avec le partenaire qui lui a fait la passe et jouer un 2 contre 1
- ❑ Si l'adversaire récupère le ballon, les deux attaquants reviennent dans leurs zones initiales
- ❑ Mise en place sur les situations arrêtées de stratégies.

## VARIANTE :

- Mettre le joueur « joker » de chaque équipe, dans les deux zones de leur partie offensive et les changer toutes les 3 minutes
- Les « joker » ont deux touches de balles pour centrer, passer ou marquer aucun autre joueur ne peut pénétrer dans les zones latérales.
- « le joker » peut sortir de sa zone après avoir reçu le ballon et aucun joueur ne peut défendre sur lui sauf le gardien.
- Mise en place sur les situations arrêtées de stratégies.

## REMARQUES :

- ❑ Matérialiser avec une couleur différente chaque zone équipe.
- ❑ Obliger les joueurs à aller le plus rapidement possible dans une zone

Maximum de Ballons

Assiettes

2 couleurs de chasubles

2 buts de foot à 11

N° : 028J

## JEU COLLECTIF

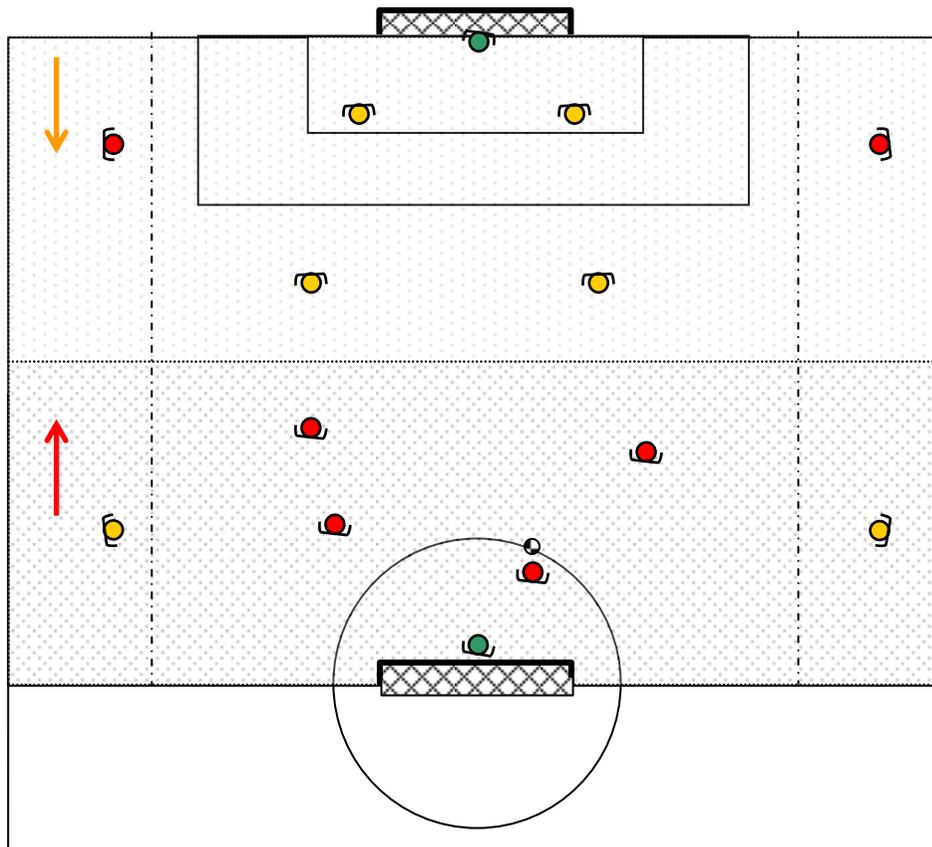
Amélioration spécifique avec support tactique collectif

Conservation du ballon, si pas de déséquilibre attaque placée

Objectifs du jeu d'application :

- Utiliser la supériorité numérique dans la partie offensive pour conserver et mieux déséquilibrer l'adversaire.
- Faire un maximum de « stop jeu » pour mise en place de stratégies et correction des attitudes

**Durée : 25 min**



## CONSIGNES :

- ❑ Jeu en 7 contre 7 sur ½ terrain en longueur, avec deux buts de foot à 11
- ❑ Règles foot à 11
- ❑ Tracer une zone de 10 à 15 m sur toute la longueur des lignes de touche dans la partie offensive de chaque équipe.
- ❑ Mettre un joueur « joker », de chaque équipe, dans les deux zones couloirs de leur partie offensive et les changer toutes les 3 minutes
- ❑ Pour que l'un des « joker » rentre en jeu, un partenaire doit lui faire une passe de la zone axiale de sa partie offensive.
- ❑ Dès la perte du ballon par l'équipe, les jokers reviennent à leur place.
- ❑ But marqué après cinq passes : 2 points
- ❑ But marqués en moins de cinq passes : 1 point.
- ❑ Les « jokers » dans les couloirs ont trois de balle maximum. Jeu libre dans les parties axiales.
- ❑ Mise en place sur les situations arrêtées de stratégies.

## REMARQUES :

- ❑ Obliger les joueurs à faire une passe, dès que possible aux « jokers »

Maximum de Ballons

Assiettes

2 couleurs de chasubles

2 buts de foot à 11

N° : 029J

## JEU COLLECTIF

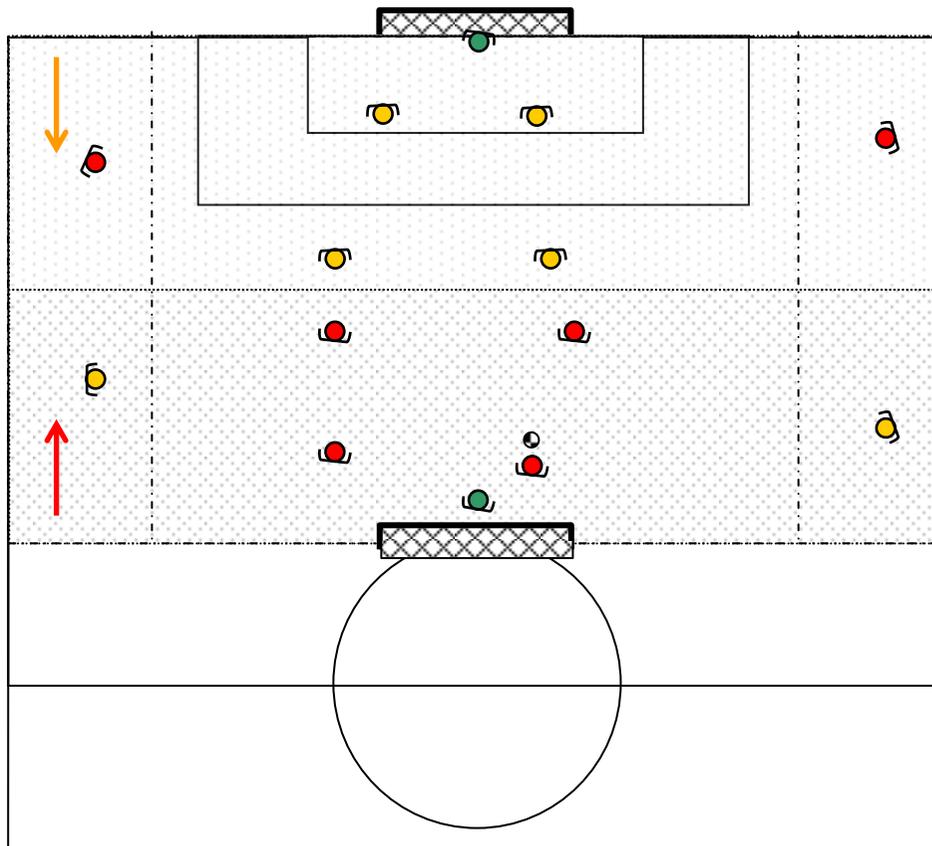
Amélioration  
spécifique avec  
support tactique  
collectif

*Volée et 1/2 volée*

### Objectifs du jeu d'application :

- Reprise sur centre avec duel
- Faire un maximum de « stop jeu » pour mise en place de stratégies et correction des attitudes

**Durée : 25 min**



### CONSIGNES :

- Sur un 3/4 terrain de foot à 11 + 2 gardiens
- Jeu à 7 contre 7 avec les règles du foot à 11
- Marquer de volée ou 1/2 volée
- Tracer une zone de 10 mètres sur toute la longueur des lignes de touche dans la partie offensive de chaque équipe.
- Mettre un joueur « pivot », de chaque équipe, dans les deux zones de leur partie offensive et les changer toutes les 3 minutes
- Les joueurs « pivots » ont deux touches de balle pour centrer et aucun autre joueur ne peut pénétrer dans les zones latérales.
- Pas de corner, ni de hors-jeu
- Chaque but est gardé par un gardien
- Touches de balle libre, trois puis deux touches dans la zone axiale avec trois passes minimum en zone défensive.
- But marqué de volée ou 1/2 volée : 2 points
- But marqué dans le but : 1 point
- Mise en place sur les situations arrêtées de stratégies

### REMARQUES :

- ❑ Le gardien peut relancer directement sur un « pivot »

Maximum de Ballons

Assiettes

2 couleurs de chasubles

2 buts de foot à 11

N° : 030J

## JEU COLLECTIF

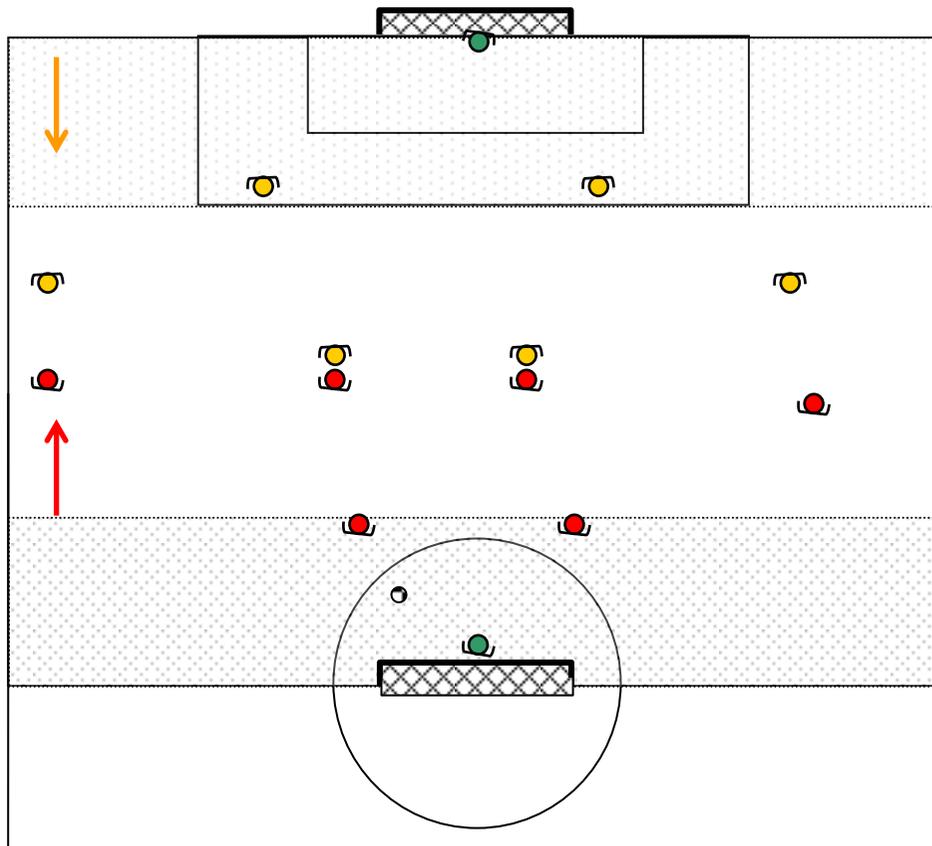
Amélioration spécifique avec support tactique collectif

*Conservation du ballon, si pas de déséquilibre attaque placée*

Objectifs du jeu d'application :

- Aider son partenaire, porteur du ballon, en étant en soutien
- Utiliser le soutien pour conserver et déséquilibrer
- Faire un maximum de « stop jeu » pour mise en place de stratégies et correction des attitudes

**Durée : 25 min**



### CONSIGNES :

- Sur un 1/2 terrain de foot à 11 + 2 gardiens
- Jeu à 7 contre 7 avec les règles du foot à 11
- Tracer une ligne médiane dans le sens de la largeur du terrain
- Les trois zones ont la même largeur
- Dès qu'un joueur reçoit un ballon **en soutien** dans **sa partie défensive** ou dans **la zone axiale**, il devient joueur « relais » et inattaquable
- Trois touches de balle pour le joueur « relais »
- But marqué après cinq passes : deux points
- But marqué en moins de cinq passes : un point
- Mise en place sur les situations arrêtées de stratégies

### VARIANTE 1:

- Dès qu'un joueur reçoit un ballon **en soutien** venant de **sa partie offensive, dans la zone axiale**, il devient joueur « relais » et inattaquable
- Trois touches de balle pour le joueur « relais »
- But marqué après cinq passes : deux points
- But marqué en moins de cinq passes : un point
- Mise en place sur les situations arrêtées de stratégies

### VARIANTE 2:

- Supprimer les zones et faire un jeu libre
- Nommer un joueur « relais » dans chaque équipe qui est inattaquable quand il reçoit le ballon en soutien.
- Trois touches de balle pour le joueur « relais »
- But marqué après cinq passes : deux points
- But marqué en moins de cinq passes : un point
- Mise en place sur les situations arrêtées de stratégies

### REMARQUES :

- Savoir utiliser le soutien pour enchaîner une autre situation
- Obliger le joueur « relais » à enchaîner une situation dans 2 à 3 secondes qui suivent la possession de balle

Maximum de Ballons

Assiettes

2 couleurs de chasubles

2 buts de foot à 11

N° : 031J

## JEU COLLECTIF

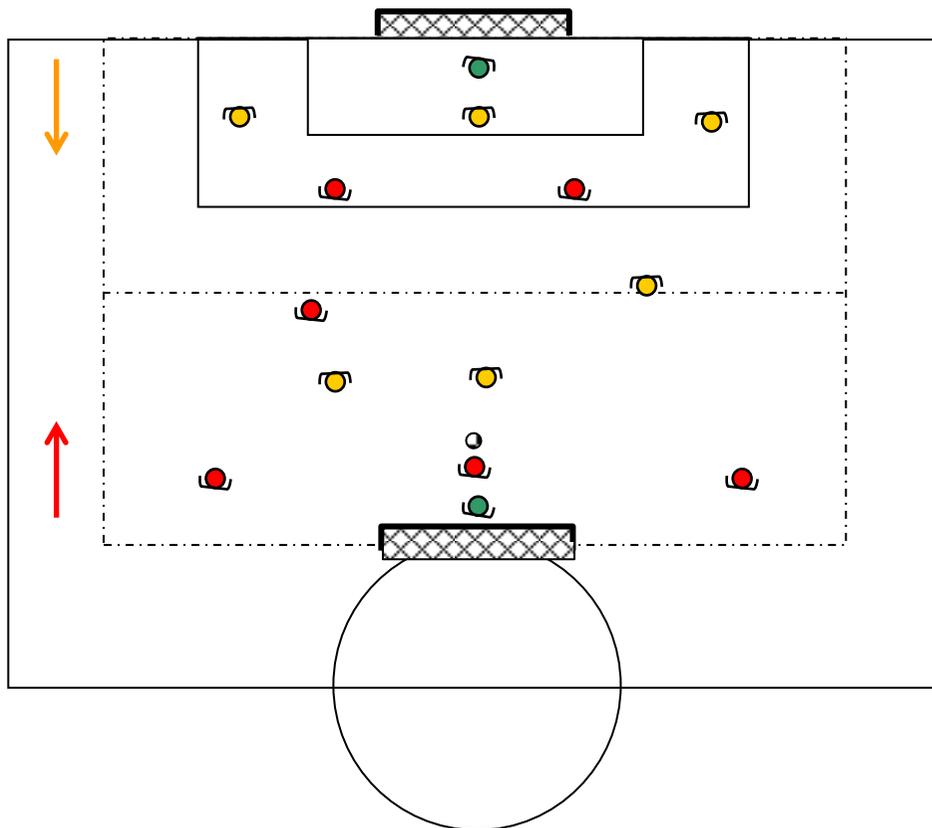
Amélioration spécifique avec support tactique collectif

*Conservation du ballon et déséquilibre de l'équipe adverse en provoquant des duels :*

Objectifs du jeu d'application :

- Prendre des risques en essayant de dribbler et d'aller le plus loin possible avec le ballon
- Obliger les joueurs à être toujours en mouvement.

**Durée : 25 min**



## CONSIGNES :

- Sur un ¾ de terrain de foot à 11 + 2 gardiens
- Jeu à 7 contre 7 avec les règles du foot à 11
- Tracer une ligne médiane dans le sens de la largeur du terrain
- Matérialiser une ligne médiane
- Jeu libre dans la partie défensive
- Dans la partie offensive, le joueur en possession du ballon essaie d'aller le plus loin possible en conduite de balle et ne peut faire une passe que latéralement ou en retrait (ce qui l'incite à prendre plus de risques)
- But marqué après un duel 1 contre 1 gagné : deux points
- But marqué sur passe : 1 point

## REMARQUES :

- ❑ Obliger les joueurs à être toujours en mouvement pour se mettre en position soit de frappe soit de duel

Maximum de Ballons

Assiettes

2 couleurs de chasubles

2 buts de foot à 11

N° : 032J

## JEU COLLECTIF

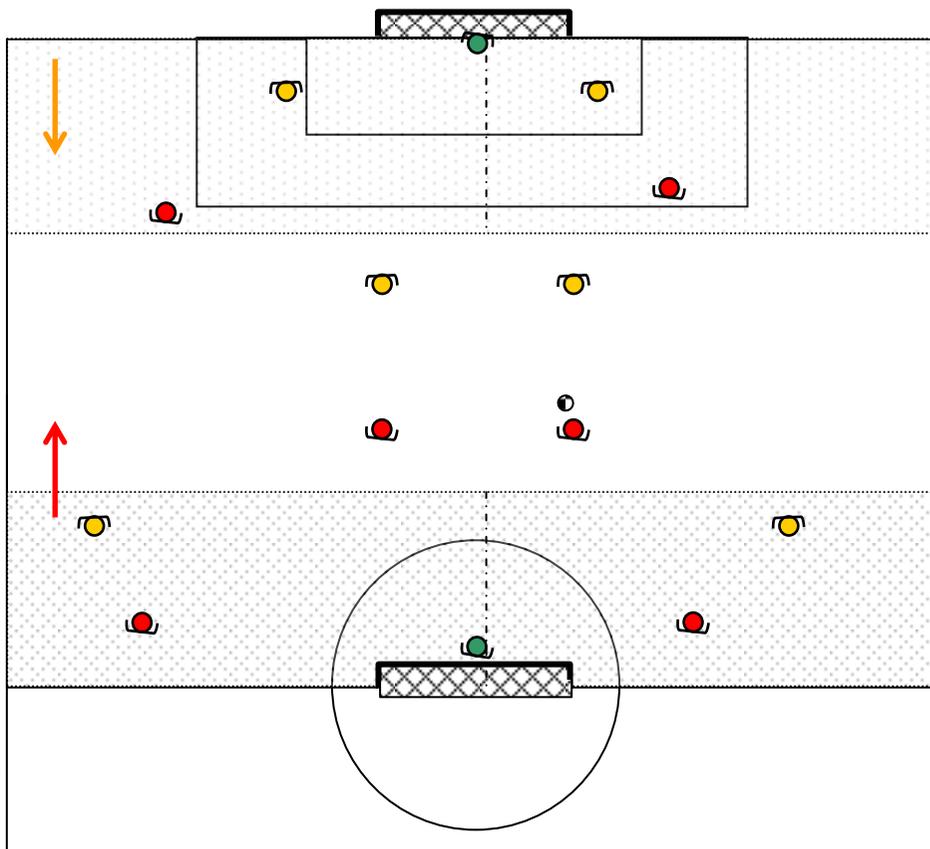
Amélioration spécifique avec support tactique collectif

*Gestion offensive en supériorité numérique*

### Objectifs du jeu d'application :

- Déséquilibrer l'adversaire en jouant un 2 contre 1
- Déplacement et remplacement
- Aider le porteur du ballon
- Faire un maximum de « stop jeu » pour mise en place de stratégies et correction des attitudes

**Durée : 25 min**



### CONSIGNES :

- Sur un 1/2 terrain de foot à 11 + 2 gardiens
- Jeu à 7 contre 7 avec les règles du foot à 11
- Tracer deux lignes dans le sens de la largeur du terrain
- La zone du milieu étant plus large que les autres
- Tracer une ligne médiane dans chaque partie défensive.
- 1 contre 1 dans chaque partie défensive et 2 contre 2 au milieu
- Le milieu de terrain ayant transmis la balle peut rentrer dans la zone offensive pour apporter le surnombre
- Les autres joueurs n'ont pas le droit de changer de zone.
- Dès la perte du ballon remplacement dans sa zone
- Chaque but est gardé par un gardien
- Mise en place sur les situations arrêtées de stratégies

### VARIANTES :

- Les attaquants ont la possibilité de croiser leurs courses

### REMARQUES :

- ❑ Obliger les joueurs non porteurs du ballon à faire des appels
- ❑ Obliger le passeur à venir rapidement aider son partenaire

Maximum de Ballons

Assiettes

2 couleurs de chasubles

2 buts de foot à 11

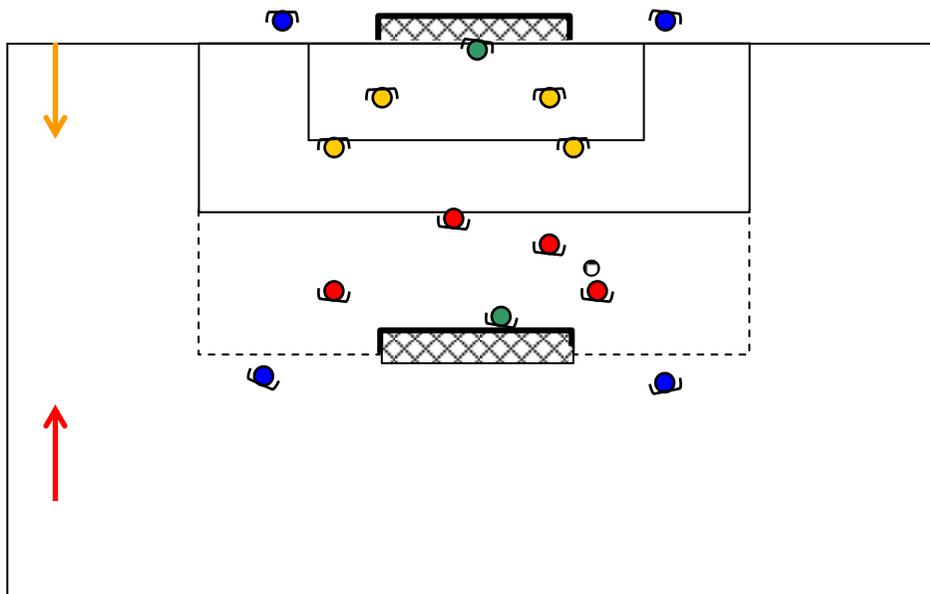
N°: 033J

### JEU COLLECTIF

Amélioration  
spécifique avec  
support tactique  
collectif

Jeu à thème aux  
pieds :  
Tournoi sur le thème  
du tir

**TEMPS : 20 min**



### CONSIGNES :

- ❑ Faire 3 équipes
- ❑ Sur un terrain de 30 X 40 m (2 surface de 16,5 m)
- ❑ Jeu en 4 contre 4 avec 2 gardiens fixes, sous forme de tournoi (l'équipe qui gagne reste sur le terrain l'autre sort)
- ❑ Les joueurs recherchent à jouer sur les pivots
- ❑ Les pivots ont 2 touches de balle pour la remettre en jeu.
- ❑ Libre, 3 touches puis 2 touches dans la zone défensive

### REMARQUES :

- ❑ Attention à équilibrer les zones de jeu

Assiettes

Ballons

Chasubles

Cônes

1 but amovible

N° : 034J

## JEU COLLECTIF

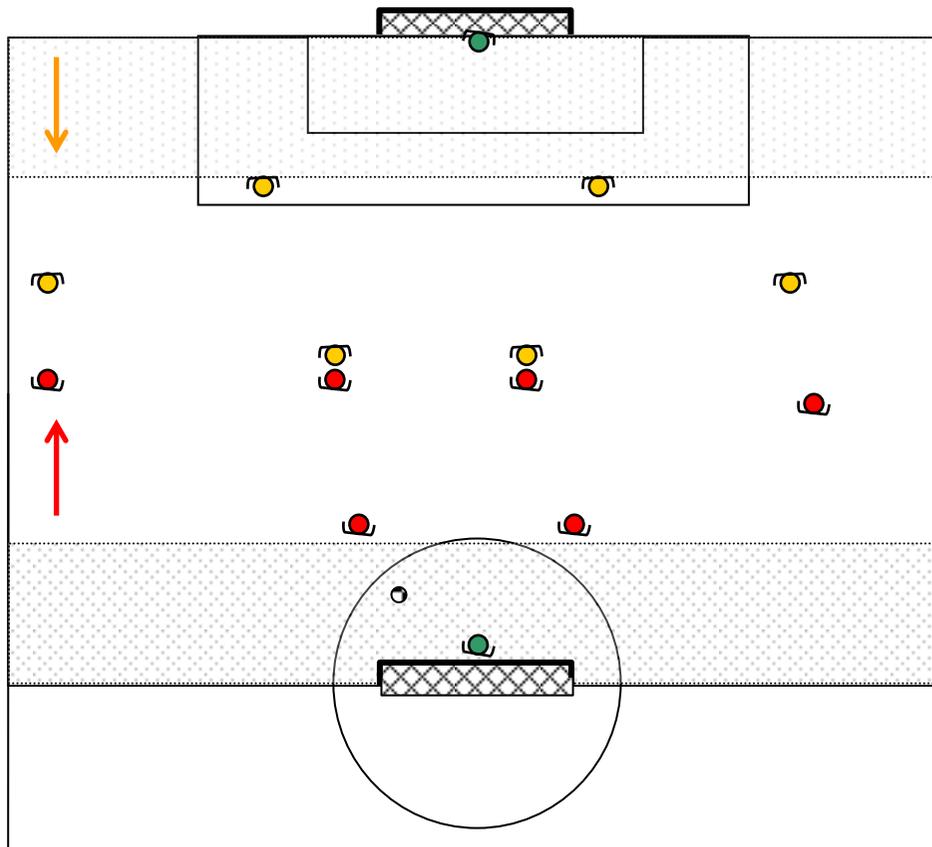
Amélioration  
spécifique avec  
support tactique  
collectif

*Déséquilibre de la  
défense et attaque  
rapide*

Objectifs du jeu  
d'application :

- Aller de l'avant
- Prendre l'espace libre en attaque pour rechercher une situation de finition en supériorité numérique
- Utiliser le hors jeu
- Faire un maximum de « stop jeu » pour mise en place de stratégies et correction des attitudes

**Durée : 25 min**



### CONSIGNES :

- Sur un 1/2 terrain de foot à 11 + 2 gardiens
- Jeu à 7 contre 7 avec les règles du foot à 11
- Tracer une zone de finition de 13 m sur toute la largeur devant chaque but.
- Ne peuvent pénétrer en situation de finition, dans la zone, qu'un joueur sur une passe d'un de ses partenaires.
- Dès que le joueur rentre dans la zone il a deux touches maximum pour frapper
- Compter le hors jeu à partir de la zone de finition
- Dès que le gardien touche le ballon, la situation est terminée
- Relance du gardien libre
- Mise en place sur les situations arrêtées de stratégies

### VARIANTE :

- Le partenaire qui fait la passe à le droit de rentrer dans la zone.
- Dès que le passeur rentre dans la zone un défenseur à le droit de rentrer
- Dès qu'un adversaire touche le ballon, la situation est terminée

### REMARQUES :

- ❑ Etre exigeant sur la qualité du geste
- ❑ Faire respecter le geste travaillé

Maximum de Ballons

Assiettes

2 couleurs de  
chasubles

2 buts de foot à 11

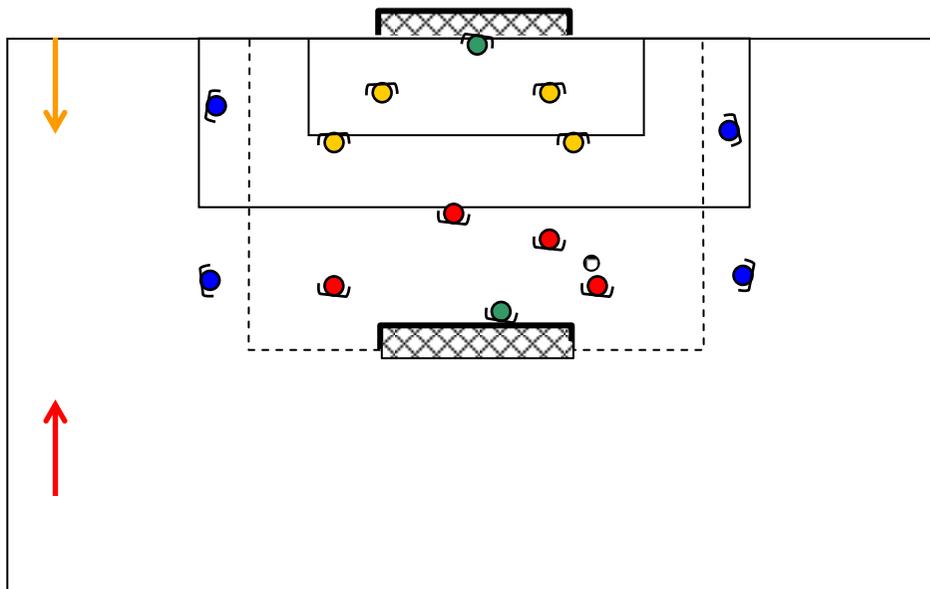
N°: 035J

### JEU COLLECTIF

Amélioration  
spécifique avec  
support tactique  
collectif

Jeu à thème aux  
pieds :  
Tournoi sur le thème  
du tir et centre et  
frappe

**TEMPS : 20 min**



### CONSIGNES :

- ❑ Faire 3 équipes
- ❑ Sur un terrain de 30 X 40 m (2 surface de 16,5 m)
- ❑ Jeu en 4 contre 4 avec 2 gardiens fixes, sous forme de tournoi (l'équipe qui gagne reste sur le terrain l'autre sort)
- ❑ Les joueurs recherchent à jouer sur les pivots
- ❑ Les pivots ont 2 touches de balle pour la remettre en jeu. Devant de but dans les 6 mètres ou en retrait
- ❑ Libre, 3 touches puis 2 touches dans la zone défensive

### REMARQUES :

- ❑ Attention à équilibrer les zones de jeu

Assiettes

Ballons

Chasubles

Cônes

1 but amovible

N° : 036J

## JEU COLLECTIF

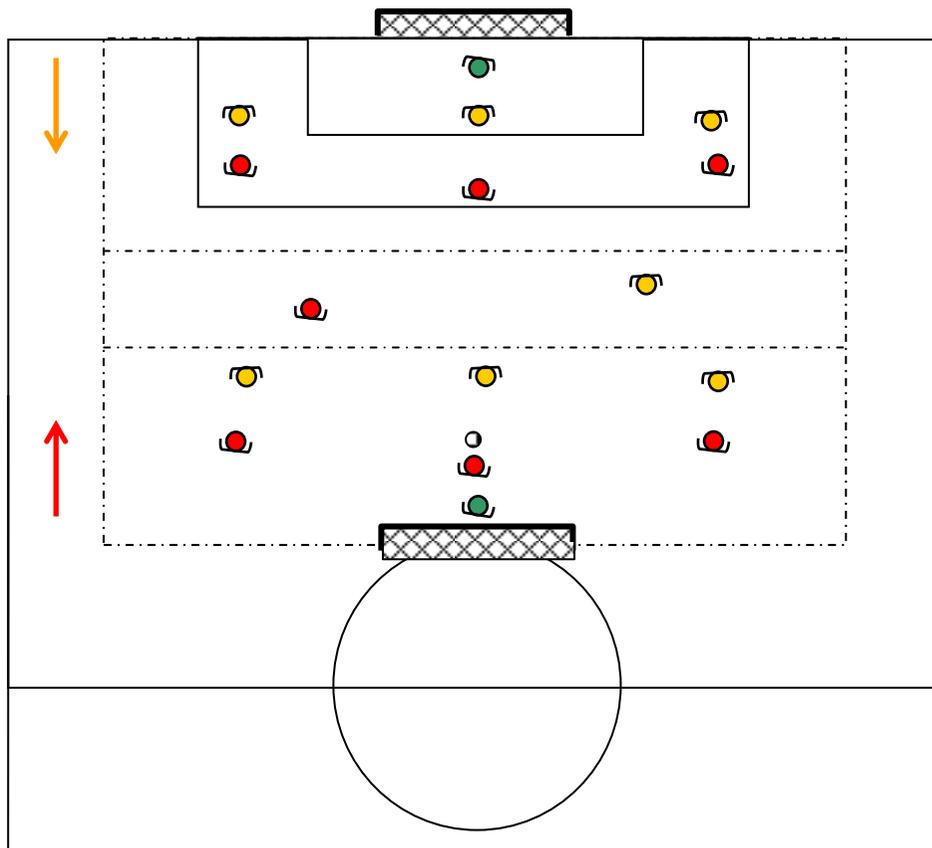
Amélioration  
spécifique avec  
support tactique  
collectif

*Gestion offensive et  
défensive en égalité  
numérique.*

Objectifs du jeu  
d'application :

- Bien utiliser et protéger sa zone d'intervention.
- Relancer rapidement
- Conserver le ballon si pas de déséquilibre

**Durée : 25 min**



## CONSIGNES :

- Jeu 8 contre 8 sur  $\frac{3}{4}$  de terrain, en longueur, avec deux buts de foot à 11.
- Règles foot à 11 mais pas de hors jeu
- Tracer 2 lignes dans le sens de la largeur du terrain
- La zone du milieu étant d'une largeur de 5 mètres
- 3 contre 3 dans les deux zones défensives.
- Jeu libre pour les attaquants, libre, trois puis deux touches pour les défenseurs
- Dans la zone du milieu mettre un « joker » de chaque équipe qui sert d'appui et de transmission entre les deux zones défensives
- Les passes en avant sont interdites dans la partie offensive (uniquement passes latérales et en soutien).
- Les « jokers » ne défendent pas
- Interdiction de changer de zone
- Le gardien relance dans sa zone défensive.

## REMARQUES :

- ❑ Obliger les joueurs à utiliser le « joker » pour créer le déséquilibre.
- ❑ Pour augmenter le travail en endurance capacité travailler en marquage individuel sur les 15 premières minutes
- ❑ Obliger le « joker » lors d'une transmission entre les deux zones à enchaîner une relance, la plus sûre et la plus réelle.

Maximum de Ballons

Assiettes

Chasubles

2 buts de foot à 11

N° : 037J

## JEU COLLECTIF

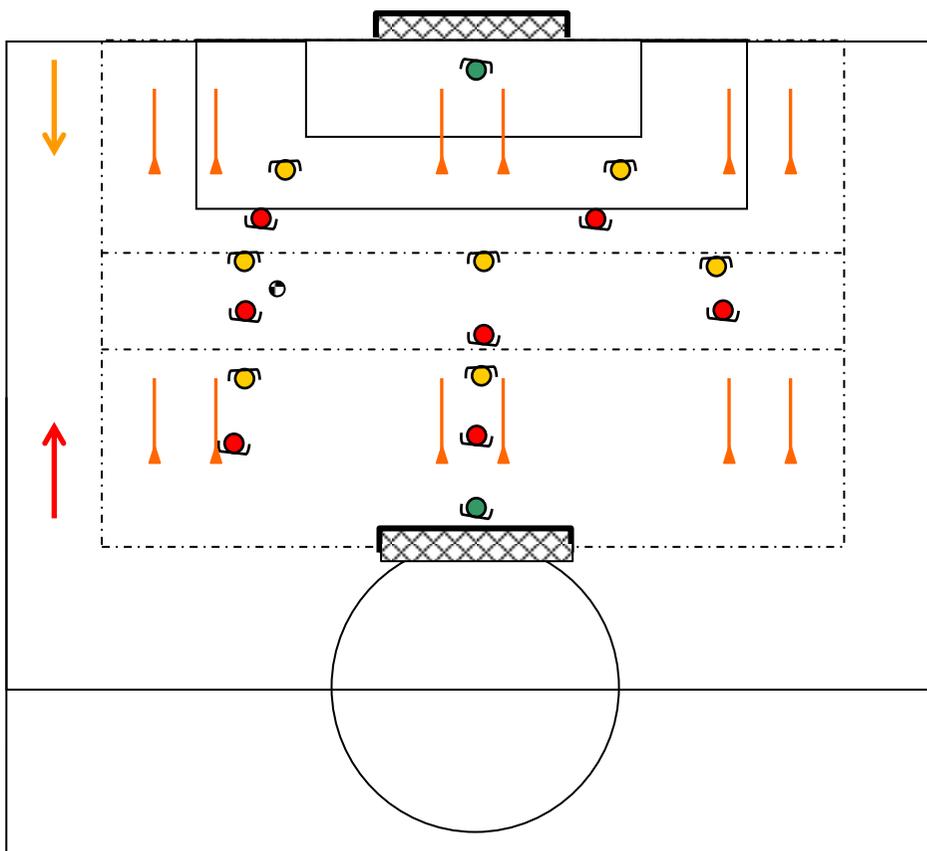
Jeu d'application par zone

Gestion offensive en supériorité numérique

### Objectifs des attaquants :

- Déséquilibrer l'adversaire en jouant une supériorité numérique dans une zone.
- Venir en appui
- Aider le porteur du ballon
- Replacement

**Durée : 25 min**



### CONSIGNES :

- Jeu 8 contre 8 sur  $\frac{3}{4}$  de terrain, en longueur, avec deux buts de foot à 11.
- Règles foot à 11 mais pas de hors jeu
- Tracer 2 lignes dans le sens de la largeur du terrain
- La zone du milieu étant moins large que les deux autres.
- 2 contre 2 dans les deux zones défensives.
- 3 contre 3 au milieu
- Interdiction de changer de zone, sauf sur passe à un partenaire qui a effectué un appel entre une porte vers le porteur du ballon.
- Dès la perte du ballon, remplacement dans sa zone.
- Possibilité de ne compter le hors jeu qu'après qu'un attaquant soit en possession du ballon
- Le gardien relance dans sa zone défensive.

### REMARQUES :

- ❑ Obliger les joueurs non porteur du ballon à faire des appels.
- ❑ Obliger le passeur à venir rapidement aider son partenaire.
- ❑ Si pas de possibilité de donner aux attaquants, demander aux joueurs de conserver le ballon.

Maximum de Ballons

16 constri-foot

Assiettes

Chasubles

2 buts de foot à 11

N° : 038J

## JEU COLLECTIF

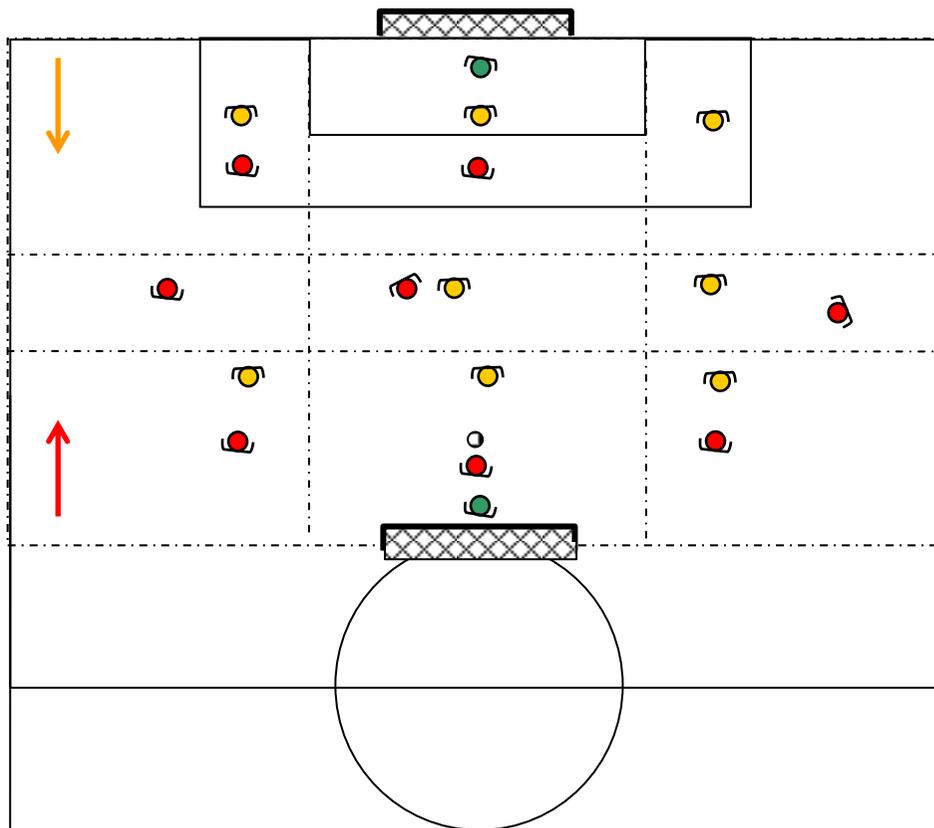
Amélioration spécifique avec support tactique collectif

Conservation du ballon  
attaque placée

Objectifs du jeu  
d'application :

- Quadriller le terrain en fonction du porteur du ballon pour lui donner une solution de passe.

**Durée : 25 min**



## CONSIGNES :

- Jeu 9 contre 9 sur  $\frac{3}{4}$  de terrain, en longueur, avec deux buts de foot à 11.
- Règles foot à 11
- Tracer 2 lignes dans le sens de la largeur et la longueur du terrain.
- La zone du milieu étant moins large que les autres
- Positionner son équipe en fonction de son organisation et schéma de jeu .
- Quand une équipe est en possession de la balle dans sa zone défensive, il doit toujours y avoir un joueur dans chaque zone défensive et au milieu.
- Quand une équipe est en possession du ballon dans la zone du milieu, il doit y avoir un joueur dans chaque zone offensive et milieu.
- Les passes en avant sont interdites dans la partie offensive (uniquement passes latérales et en soutien).

## REMARQUES :

- Laisser un laps de temps pour que les joueurs puissent réagir.
- Demander aux joueurs de se déplacer dans les zones pour être accessibles sur une passe par le porteur du ballon.

Maximum de Ballons

Assiettes

Chasubles

2 buts de foot à 11

N° : 039J

### AMELIORATION TACTIQUE COLLECTIF

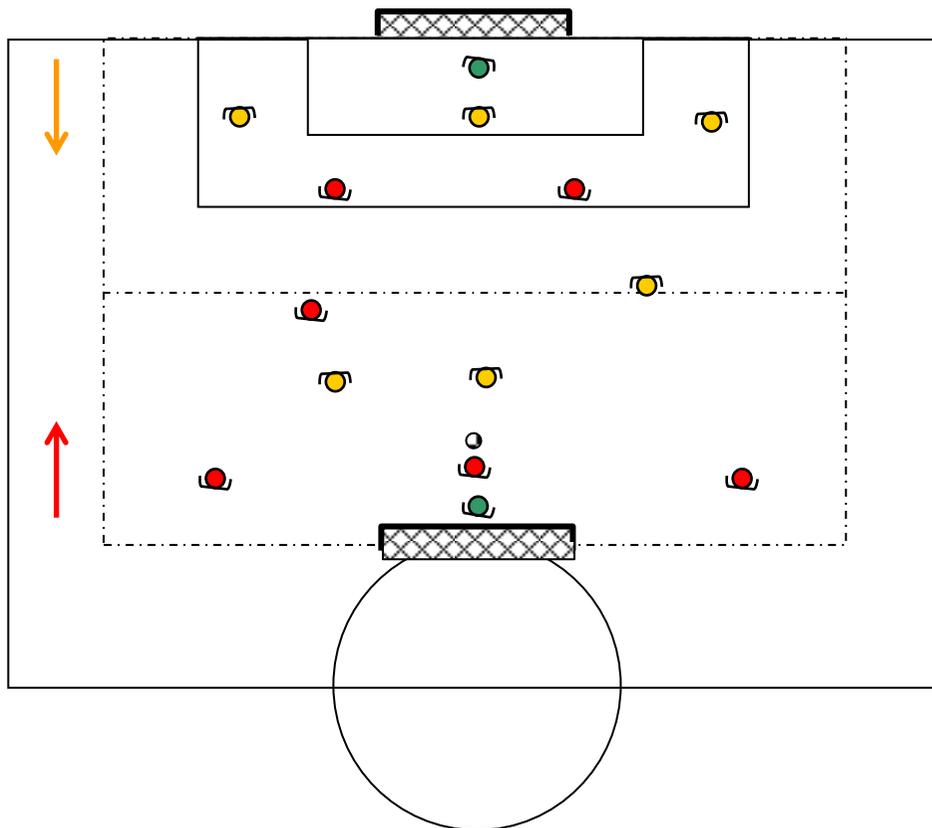
Jeu et stratégies

*Récupération du  
ballon, faire le bon  
choix d'attaque :*

Objectifs du jeu  
d'application :

- Presser le porteur du ballon dans sa zone défensive pour frapper au but.
- Situations stratégiques.

**Durée : 25 min**



### CONSIGNES :

- Sur un 3/4 de terrain de foot à 11 avec les règles du foot à 11
- Jeu à 8 contre 8 + 2 gardiens
- Tracer une ligne médiane dans le sens de la largeur du terrain
- 2 touches de balle
- Dès qu'un joueur récupère le ballon dans la partie défensive adverse personne ne peut défendre sur lui.
- Mise en place sur des situations arrêtées de stratégies.

### REMARQUES :

- ❑ Obliger les joueurs à presser à plusieurs le défenseur, porteur du ballon dans sa partie défensive.
- ❑ Empêcher les défenseurs de gêner l'attaquant qui à récupéré le ballon dans sa partie défensive.
- ❑ Forcer le récupérateur à enchaîner une situation immédiatement si possible par une frappe au but.

Maximum de Ballons

Assiettes

2 couleurs de chasubles

2 buts de foot à 11

N° : 40J

## JEU COLLECTIF

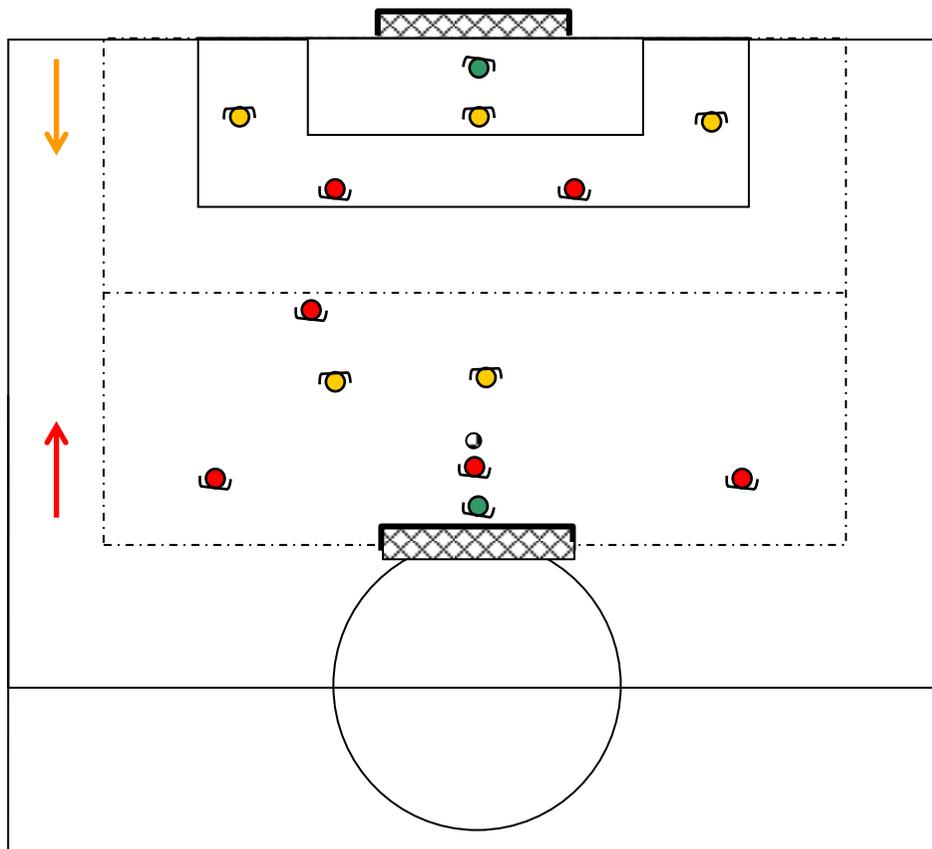
Amélioration spécifique avec support tactique collectif

Contrôle, passes et conduite (remise et déviations)

Objectifs du jeu d'application :

- Jeu de face
- Jeu en remises et déviation
- Jeu à deux et à trois.

**Durée : 25 min**



### CONSIGNES :

- Sur un terrain 40 x 40
- Jeu à 5 contre 5 + 2 gardiens avec les règles du foot à 11
- Tracer une ligne médiane dans le sens de la largeur du terrain
- Jouer de face en jeu libre avec interdiction d'effectuer un contrôle orienté lorsque le joueur est dos au jeu.
- But marqué après cinq passes : deux points
- But marqué en moins de cinq passes : 1 point

### REMARQUES :

- Obliger les joueurs à jouer face à eux
- Travailler en appui/soutien
- Le joueur en possession de la balle doit toujours avoir un joueur en soutien.
- Favoriser le jeu vers l'avant en déviation.

Maximum de Ballons

Assiettes

2 couleurs de chasubles

2 buts de foot à 11

N° : 041J

## JEU COLLECTIF

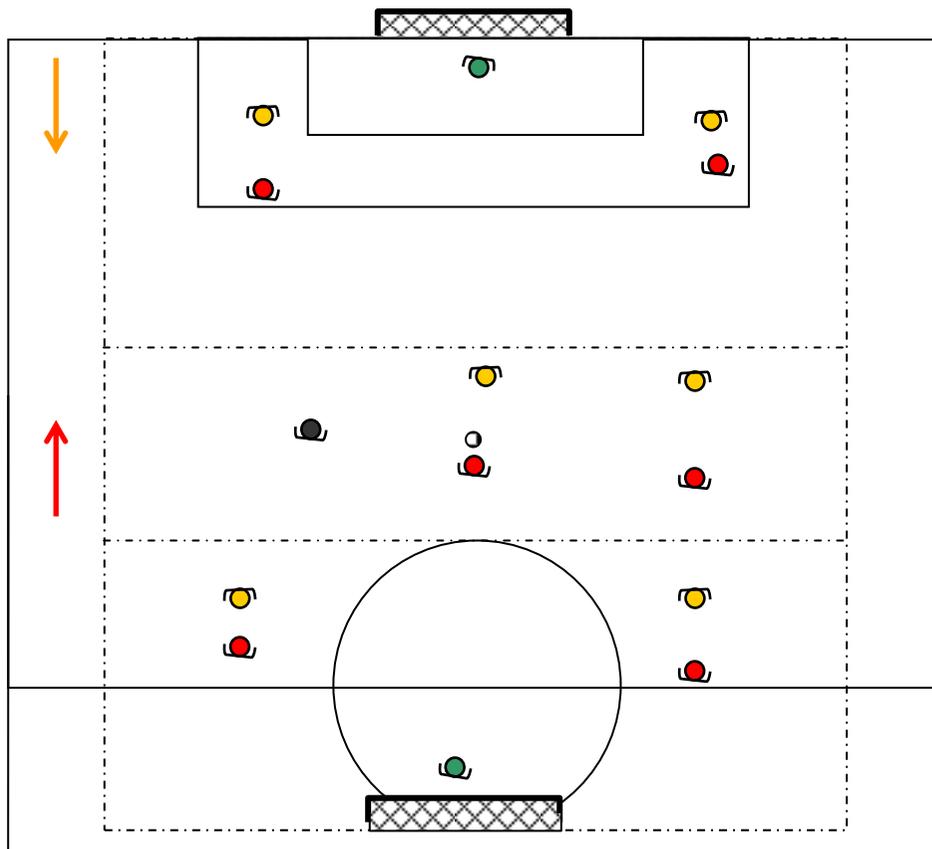
Amélioration  
spécifique avec  
support tactique  
collectif

*Gestion offensive et  
défensive en égalité  
numérique.*

Objectifs du jeu  
d'application :

- Jeu en zone
- Préparation de  
l'attaque placée
- Appel-appui et  
soutien

**Durée : 25 min**



## CONSIGNES :

- Jeu 6 contre 6 + 1 joker + 2 gardiens sur  $\frac{3}{4}$  de terrain, en longueur, avec deux buts de foot à 11.
- Règles foot à 11.
- Tracer 2 lignes dans le sens de la largeur du terrain
- 2 contre 2 dans chaque zone
- Jeu libre.
- Le joker doit rester dans sa zone et est limité à deux touches de balle. Il joue avec l'équipe en possession de la balle.
- Un passeur peut changer de zone, 1 attaquant peut décrocher au milieu mais aura une seule touche.
- Le « joker » ne défend pas
- Le gardien relance dans sa zone défensive.

## REMARQUES :

- ❑ Obliger les joueurs à utiliser le « joker » pour créer le déséquilibre.
- ❑ Obliger le « joker » lors d'une transmission entre les deux zones à enchaîner une relance, la plus sûre et la plus réelle.

Maximum de Ballons

Assiettes

Chasubles

2 buts de foot à 11

N° : 042J

## JEU COLLECTIF

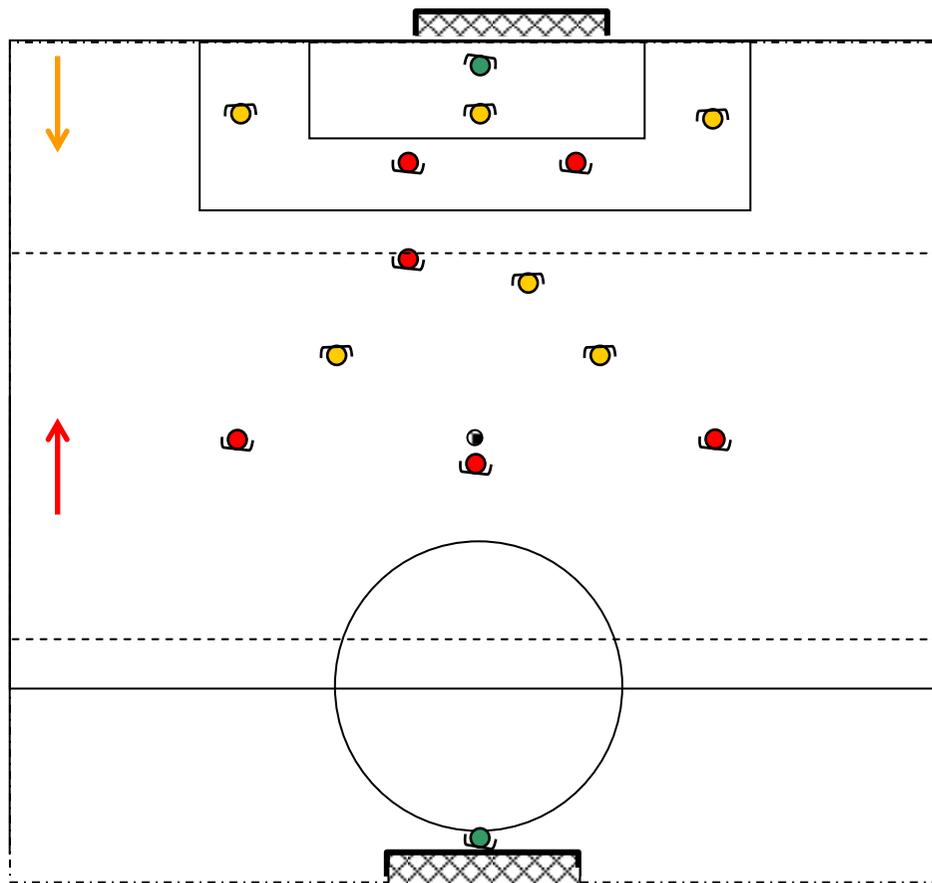
Amélioration  
spécifique avec  
support tactique  
collectif

*Gestion offensive et  
défensive en égalité  
numérique.*

Objectifs du jeu  
d'application :

- Jeu en zone
- Préparation de  
l'attaque placée
- Jeu en soutien.

**Durée : 20 min**



### CONSIGNES :

- Jeu 9 contre 9 sur  $\frac{3}{4}$  de terrain, en longueur, avec deux buts de foot à 11.
- Règles foot à 11
- Tracer deux lignes dans le sens de la largeur à 3 mètres la zone des 16,5m.
- Lorsque le ballon est mis en soutien sur un défenseur dans cette zone personne ne défend sur lui.
- Le défenseur doit en deux touches sans sortir de cette zone assurer une relance la plus sûre.
- Jeu libre, puis trois puis deux touches en situation normale.

### REMARQUES :

- ❑ Utiliser le jeu libre pour rechercher un enchaînement des plus sûrs.

Maximum de Ballons

Assiettes

Chasubles

2 buts de foot à 11

N° : 043J

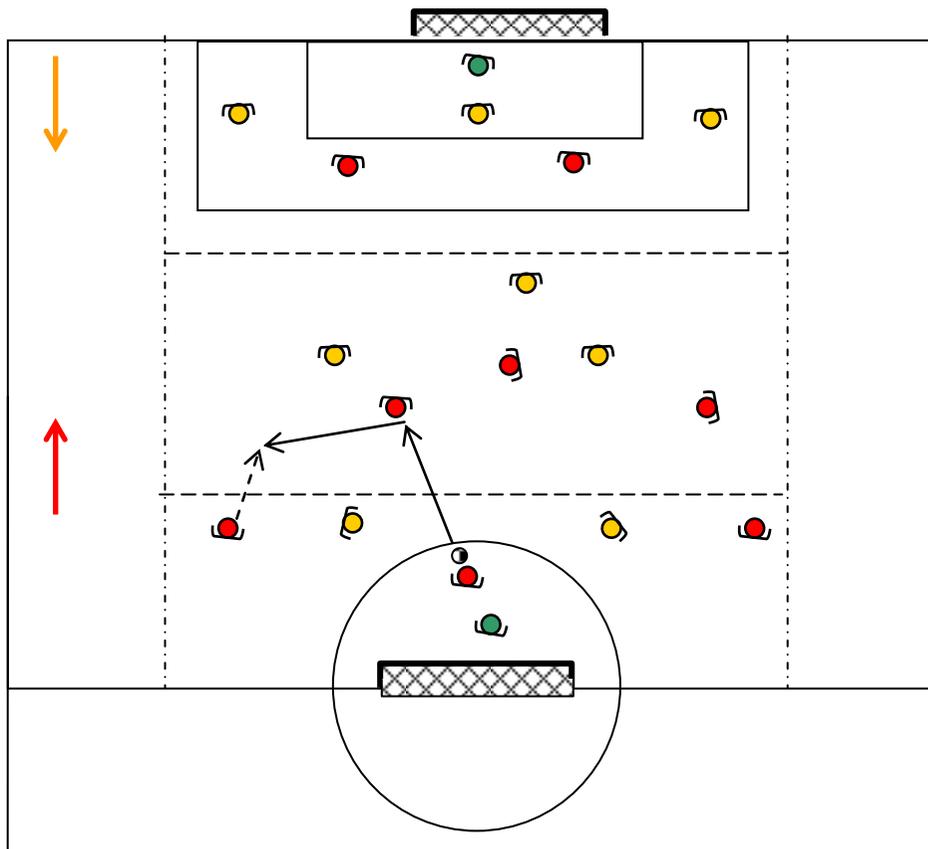
## JEU COLLECTIF

La construction

### Jeu libre

- Préparation à l'action
- Appel/appui et soutien

**Durée : 10 min**



### CONSIGNES :

- Jeu 9 contre 9 sur 1/2 terrain de 50 m, avec deux buts de foot à 11.
- Règles foot à 11
- Jeu libre
- Tracer 2 lignes dans le sens de la largeur du terrain, les trois surfaces étant de même taille.
- Le ballon doit avoir été transmis au milieu par un autre défenseur pour qu'un défenseur puisse entrer dans la zone médiane.
- Jeu libre, trois puis deux touches de balle.
- Compter les hors jeu à partir de la zone défensive.

### REMARQUES :

- ❑ Les partenaires doivent se rendre visible du porteur de balle, réaliser les appels de balle en appui ou en profondeur et être à distance de passe.
- ❑ Le porteur du ballon doit voir avant de recevoir, être toujours face au jeu et ne pas arrêter le ballon.
- ❑ Il faut conserver la profondeur, utiliser la largeur, rechercher le déséquilibre individuel ou collectif, respecter un temps de préparation.
- ❑ Fixer d'un côté pour renverser de l'autre
- ❑ Jeu à deux, à trois.
- ❑ Avoir toujours un joueur en soutien du porteur de balle

Maximum de Ballons

Assiettes

Chasubles

2 buts de foot à 11

N° : 044J

## JEU COLLECTIF

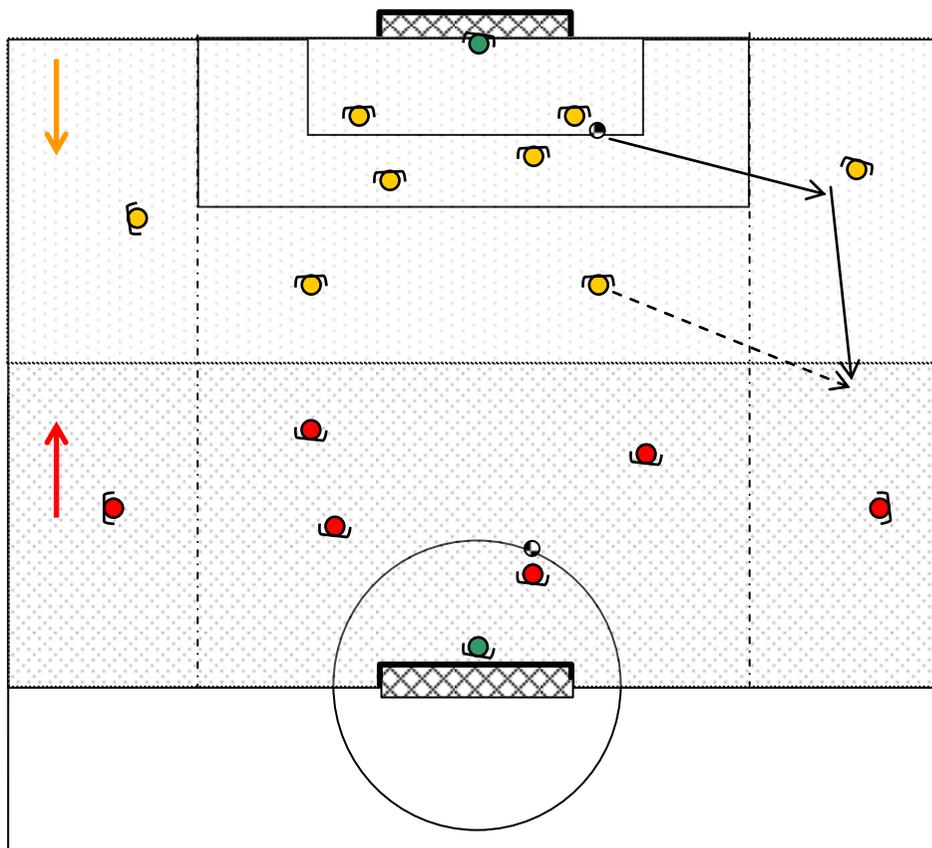
Amélioration spécifique avec support tactique collectif

*Conservation du ballon, si pas de déséquilibre attaque placée*

Objectifs du jeu d'application :

- Utiliser la supériorité numérique dans la partie défensive pour mieux relancer.
- Eliminer son adversaire direct pour pouvoir centrer ou rejouer en soutien.

**Durée : 25 min**



## CONSIGNES :

- ❑ Jeu en 9 contre 9 sur 1/2 terrain en longueur, avec deux buts de foot à 11
- ❑ Règles foot à 11
- ❑ Tracer une zone de 10 à 15 m sur toute la longueur des lignes de touche dans la partie défensive de chaque équipe.
- ❑ Mettre un joueur « joker », de chaque équipe, dans les deux zones couloirs de leur partie défensive et les changer toutes les 3 minutes
- ❑ Un joueur peut rentrer dans le couloir (zone offensive) sur une passe de son joker, pour une opposition sur son adversaire direct dans le couloir adverse.
- ❑ Si le joueur ne peut faire la différence, il peut jouer en soutien mais dans ce cas le joker est obligé de jouer intérieur avec un de ses partenaires.
- ❑ Si l'attaquant réussit à éliminer son adversaire il peut sortir de son couloir.
- ❑ Les « jokers » dans les couloirs ont trois de balle maximum.
- ❑ Jeu libre dans le jeu à l'intérieur.
- ❑ Mise en place sur les situations arrêtées de stratégies.

## REMARQUES :

- ❑ Obliger les joueurs à faire une passe, dès que possible aux « jokers »
- ❑ Obliger les joueurs à se rendre disponible pour recevoir le ballon
- ❑ Autoriser le jeu long sur le couloir.

Maximum de Ballons

Assiettes

2 couleurs de chasubles

2 buts de foot à 11

N° : 045J

## JEU COLLECTIF

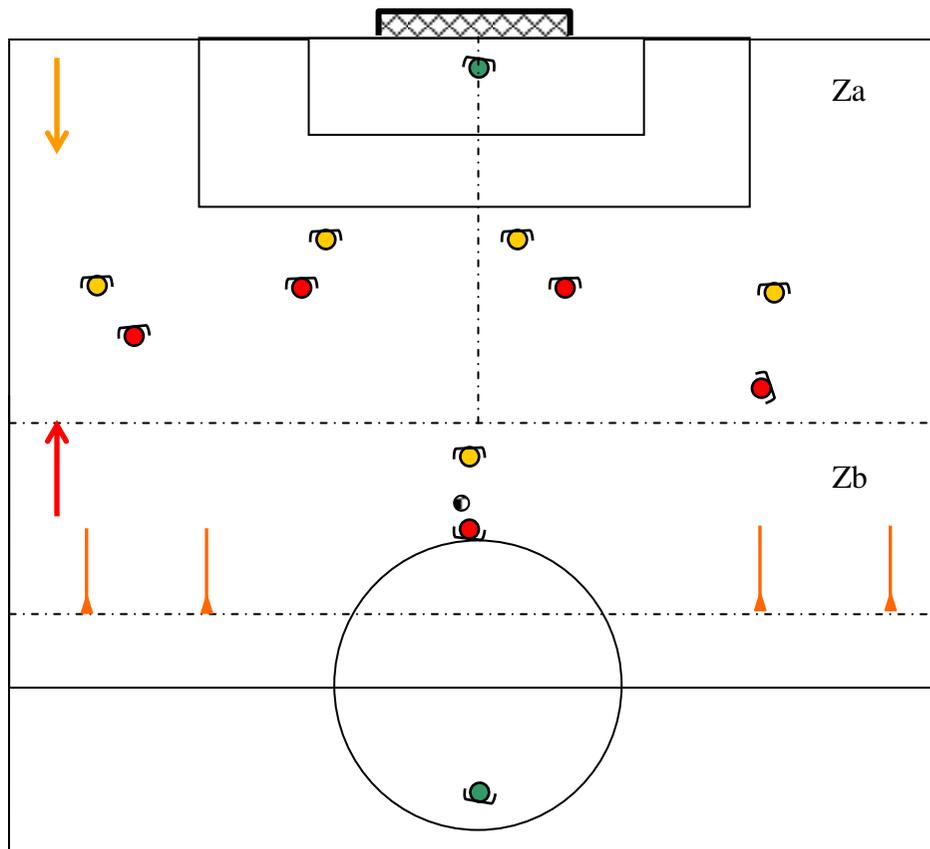
Jeu d'application en  
attaque défense

*Gestion offensive en  
supériorité numérique*

### Objectifs des attaquants :

- Coordination des déplacements des attaquants
- Occupation du terrain
- Jeu en zone
- Recherche du déséquilibre offensif.

**Durée : 25 min**



### CONSIGNES :

- ❑ Jeu à 5 contre 5 + 1 gardien
- ❑ Règles foot à 11, compter les hors jeu à partir de la zone (Za).
- ❑ Mettre deux portes de 1m sur la ligne médiane.
- ❑ Attaque/défense débute par un ballon donné par l'éducateur sur le milieu défensif en (Zb).
- ❑ Les défenseurs doivent rester dans leurs zones.
- ❑ Les attaquants peuvent évoluer partout sur le terrain si le nombre de joueur par zone reste stable.
- ❑ Si un défenseur récupère le ballon il joue un 2 contre 1 avec son partenaire en (Zb).

### VARIANTE :

- ❑ 2 contre 2 en (Za) et 3 contre 3 en (Zb).
- ❑ Les 3 milieux préparent leur attaque en (Zb) et cherchent à donner la dernière passe sur les deux attaquants.
- ❑ Autoriser l'entrée d'un ou plusieurs partenaire(s) dans la zone de tir.

### REMARQUES :

- ❑ Le porteur de balle doit voir avant de recevoir et ne pas arrêter son ballon.
- ❑ Les partenaires doivent se rendre visible du porteur de balle, créer des espaces par des appels de balle, rester à distance de passe et jouer en appel – appui - soutien
- ❑ L'équipe qui attaque doit absolument conserver la profondeur (ne pas être trop vite tous dans la surface), utiliser au maximum la largeur, rechercher le déséquilibre individuel ou collectif, respecter un temps de préparation et éviter un jeu trop latéral.

Maximum de Ballons

4 constri-foot

Assiettes

Chasubles

2 buts de foot à 11

N° : 047J

## JEU COLLECTIF

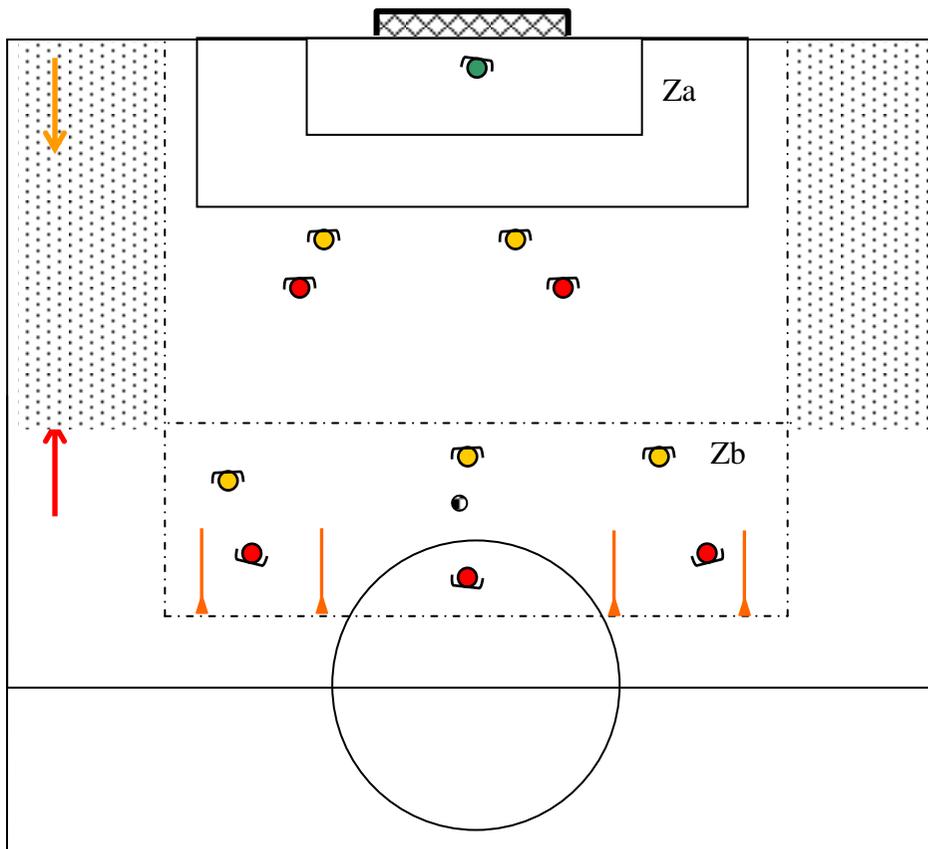
Jeu d'application en  
attaque défense

*Gestion offensive en  
supériorité numérique*

### Objectifs des attaquants :

- Relation milieu et  
attaque
- Attaque placée
- Occupation du  
terrain
- Jeu en zone
- Recherche du  
déséquilibre  
offensif.

**Durée : 25 min**



### CONSIGNES :

- ❑ Jeu à 5 contre 5 + 1 gardien
- ❑ Règles foot à 11, compter les hors jeu à partir de la zone (Za).
- ❑ Mettre deux portes de 4m sur la ligne médiane.
- ❑ Les milieux offensifs préparent leur attaque face au défenseurs en zone (Zb)
- ❑ Il doivent réaliser trois passes pour jouer avec les attaquants en `Za).
- ❑ Les défenseurs doivent rester dans leurs zones.
- ❑ Le joueur ayant fait la passe participe à l'action offensive pour jouer un 2 contre 3.
- ❑ A la récupération, l'équipe qui défend marque dans un des buts de 4m.

### VARIANTE :

- ❑ Tout le monde participe à la conclusion de l'action
- ❑ Possibilité de faire le même jeu avec deux buts de foot à 11.
- ❑ Le joueur ayant fait la passe participe à l'action en sollicitant le ballon dans un des couloirs le long de la touche.

### REMARQUES :

- ❑ Le porteur de balle doit voir avant de recevoir et ne pas arrêter son ballon.
- ❑ Les partenaires doivent se rendre visible du porteur de balle, créer des espaces par des appels de balle, rester à distance de passe et jouer en appel – appui - soutien
- ❑ L'équipe qui attaque doit absolument conserver la profondeur (ne pas être trop vite tous dans la surface), utiliser au maximum la largeur, rechercher le déséquilibre individuel ou collectif, respecter un temps de préparation et éviter un jeu trop latéral.

Maximum de Ballons

4 constri-foot

Assiettes

Chasubles

N° : 048J

## JEU COLLECTIF

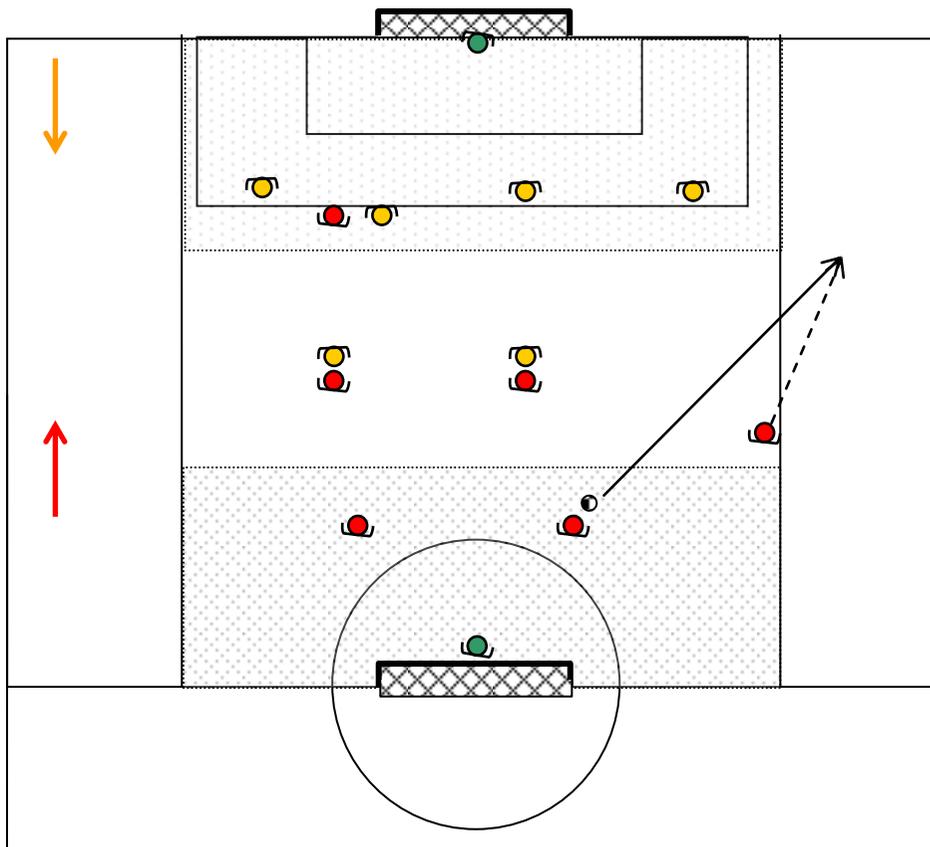
Amélioration spécifique avec support tactique collectif

*Conservation du ballon, et jeu rapide vers l'avant*

Objectifs du jeu d'application :

- Aider son partenaire, porteur du ballon, en étant en soutien
- Jeu sur les côtés
- Faire un maximum de « stop jeu » pour mise en place de stratégies et correction des attitudes

**Durée : 30 min**



### CONSIGNES :

- Sur un 1/2 terrain de foot à 11 + 2 gardiens
- Jeu à 7 contre 7 avec les règles du foot à 11
- Tracer 3 zones dans la largeur de la zone axiale + 2 couloirs de 15m le long de la ligne de touche
- Ne peuvent pénétrer en zone latérale qu'un joueur sur une passe d'un de ses partenaires.
- Dès que le joueur rentre dans la zone latérale il a deux touches maximum pour centrer
- 2 touches en zone défensive
- 3 touches en zone médiane
- Libre en zone offensive
- Relance du gardien libre
- Mise en place sur les situations arrêtées de stratégies

### VARIANTE :

- Le partenaire qui fait la passe a le droit de rentrer dans la zone.
- Dès que le passeur rentre dans la zone un défenseur a le droit de rentrer
- Dès qu'un adversaire touche le ballon, la situation est terminée

### REMARQUES :

- Etre exigeant sur la qualité du geste
- Faire respecter le geste travaillé
- possession de balle

Maximum de Ballons

Assiettes

2 couleurs de chasubles

2 buts de foot à 11

|   |  |   |   |
|---|--|---|---|
| <p><b>N° : 049J</b></p> <p><b>JEU COLLECTIF</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>❑ Coup franc et corner</li> </ul> <p><u>Objectif :</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Cran,</li> <li>- Détermination</li> <li>- Combinaisons</li> </ul> <p><u>TEMPS : 20 min</u></p>               |  | <p><u>CONSIGNES :</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>❑ Jeu 6 contre 6 avec 2 gardiens sur une surface de 2 x 16.5 m avec 2 buts de foot à 11</li> <li>❑ A chaque fois que le ballon est arrêté, fautes ou ballon sorti des limites du terrain, on accorde un coup franc</li> </ul> <p><u>REMARQUES :</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>❑ Interdire de défendre en reculant</li> </ul>        | <p>Assiettes</p> <p>Ballons</p> <p>Chasubles</p> <p>Cônes</p> <p>1 but amovible</p> |
| <p><b>N° : 050J</b></p> <p><b>JEU COLLECTIF</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>❑ Aspects psychologiques</li> </ul> <p><u>Objectif :</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Se dépasser,</li> <li>- Solidarité,</li> <li>- Garder sa lucidité.</li> </ul> <p><u>TEMPS : 20 min</u></p> |  | <p><u>CONSIGNES :</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>❑ Jeu 6 contre 6 avec 2 gardiens sur une surface de 2 x 16.5 m avec 2 buts de foot à 11</li> <li>❑ Jeu libre.</li> <li>❑ Une équipe doit conserver le score, l'autre doit revenir.</li> </ul> <p><u>REMARQUES :</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>❑ Jouer en supériorité numérique</li> <li>❑ Jouer en infériorité numérique</li> </ul> | <p>Assiettes</p> <p>Ballons</p> <p>Chasubles</p> <p>Cônes</p> <p>1 but amovible</p> |

N° : 051J

## JEU COLLECTIF

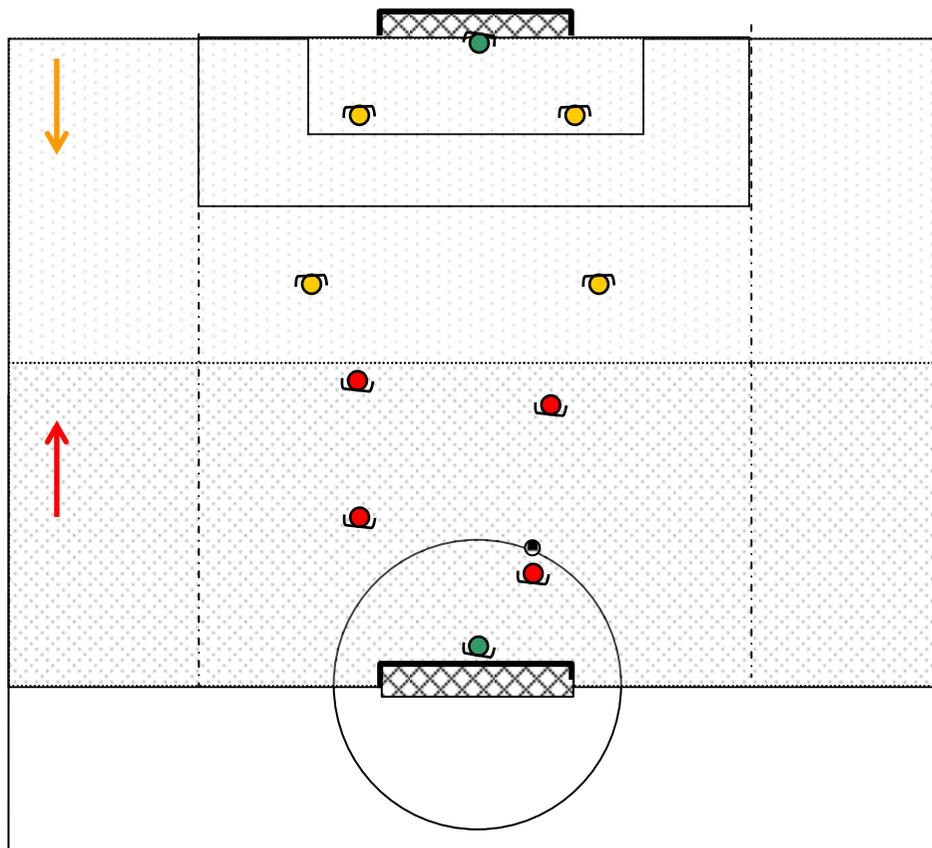
Amélioration spécifique avec support tactique collectif

*Travail de finition face au but*

### Objectifs du jeu d'application :

- Conduites et dribbles
- Mettre son partenaire en position de frappe
- Faire un maximum de « stop jeu » pour mise en place de stratégies et correction des attitudes

**Durée : 25 min**



## CONSIGNES :

- ❑ Jeu en 5 contre 5 sur 1/2 terrain en longueur + largeur de la surface de réparation avec deux buts de foot à 11
- ❑ Règles foot à 11 mais pas de corner
- ❑ Jeu en deux touches de balle.
- ❑ En zone offensive, sur sa prise de balle, le joueur qui dépasse deux touches de balle doit obligatoirement finir par une frappe.
- ❑ Trois passes minimum en zone défensive.
- ❑ Mise en place sur les situations arrêtées de stratégies.

## VARIANTE :

- ❑ Dernière passe en une touche
- ❑ Donner en une touche et marquer en une.

## REMARQUES :

- ❑ Matérialiser avec une couleur différente chaque zone équipe.
- ❑ Repositionner le latéral en fonction de la position du ballon.

Maximum de Ballons

Assiettes

2 couleurs de chasubles

2 buts de foot à 11

N° : 052J

## JEU COLLECTIF

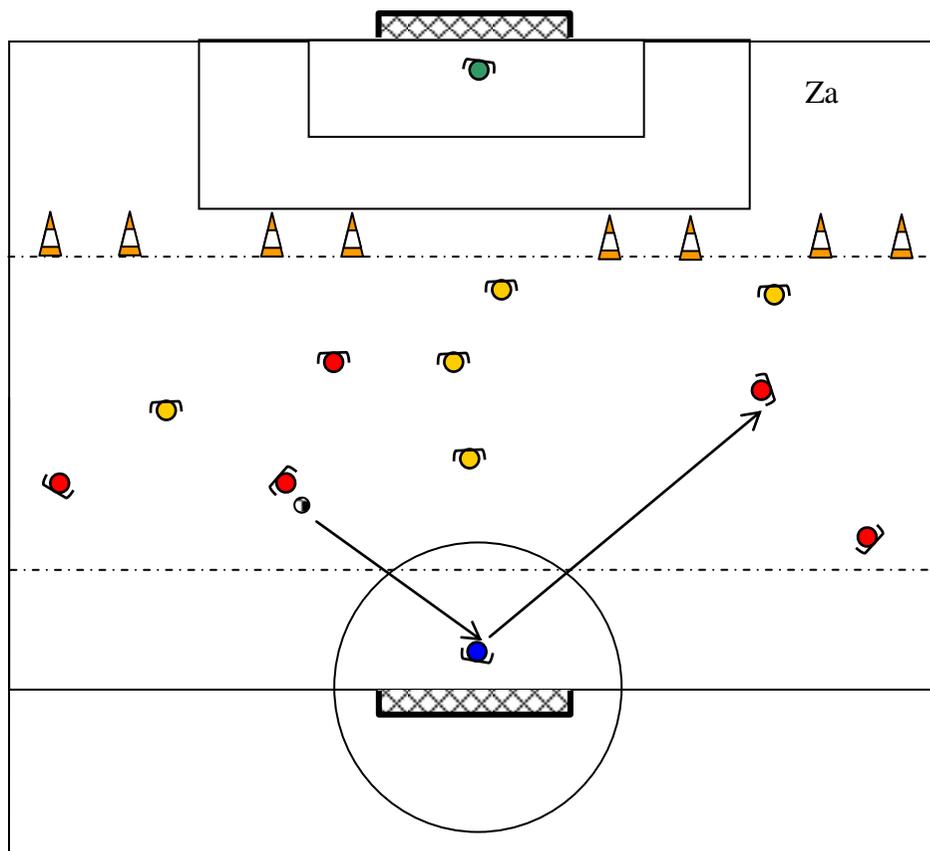
Jeu d'application en  
attaque défense

Conduites et dribbles  
et finition.

Objectifs des  
attaquants :

- Attaques placées
- Jeu des  
attaquants
- Jeu en  
profondeur
- Jeu en appui

**Durée : 25 min**



### CONSIGNES :

- ❑ Jeu à 5 contre 5 + 2 gardien
- ❑ Règles foot à 11, compter les hors jeu à partir de la zone (Za).
- ❑ Les jaunes doivent trouver leurs attaquants.
- ❑ Les rouges doivent en conduite franchir l'une des quatre portes pour ensuite défier le gardien.

### VARIANTE :

- ❑ Pour les jaunes, accompagner leur attaquant, soit le passeur ou un troisième joueur mieux placé.
- ❑ Limiter le nombre de touche de balle.
- ❑ Permettre à un défenseur de revenir ou de suivre l'attaquant rouge ayant franchi les portes.

### REMARQUES :

- ❑ Le porteur de balle doit prendre la décision de dribbler ou donner avant de recevoir le ballon.
- ❑ Par un déplacement judicieux (sans ballon), les partenaires doivent créer des espaces libres par le joueur en possession de la balle.
- ❑ L'équipe qui attaque doit absolument conserver la profondeur (ne pas être trop vite tous dans la surface), utiliser au maximum la largeur, rechercher le déséquilibre individuel ou collectif, respecter un temps de préparation et éviter un jeu trop latéral.

Maximum de Ballons

4 constri-foot

Assiettes

Chasubles

2 buts de foot à 11

N° : 053J

## JEU COLLECTIF

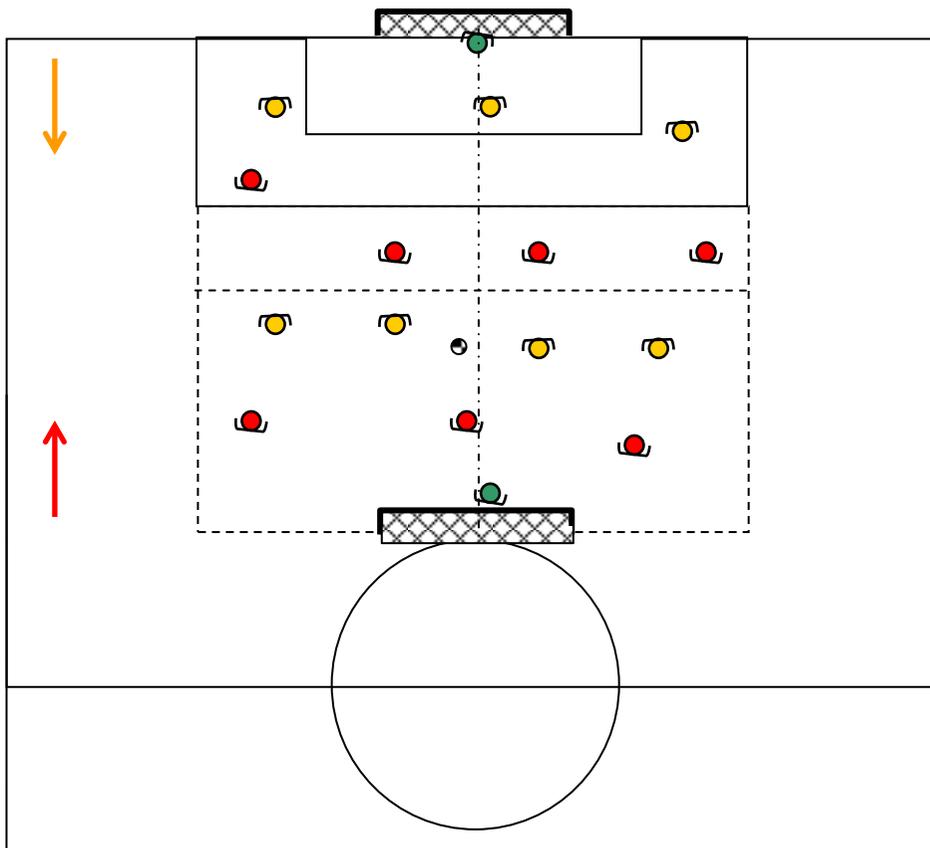
Amélioration  
spécifique avec  
support tactique  
collectif

*Jeu en zone.*

Objectifs du jeu  
d'application :

- Occupation du terrain
- Jeu à deux à trois.
- Faire un maximum de « stop jeu » pour mise en place de stratégies et correction des attitudes

**Durée : 25 min**



## CONSIGNES :

- ❑ Jeu en 7 contre 7 sur un terrain de 40 x 40m
- ❑ Règles foot à 11 mais pas de corner
- ❑ Jeu en deux touches de balle.
- ❑ Les défenseurs coulisent pour défendre, les attaquants restent deux par zone.

## VARIANTE :

- ❑ Autoriser la permutation des attaquants.
- ❑ Varier la taille des buts et leur nombre.

## REMARQUES :

- ❑ Matérialiser avec une couleur différente chaque zone équipe.
- ❑ Repositionner les défenseurs en fonction de la position du ballon.

Maximum de Ballons

Assiettes

2 couleurs de  
chasubles

2 buts de foot à 11

N° : 054J

## JEU COLLECTIF

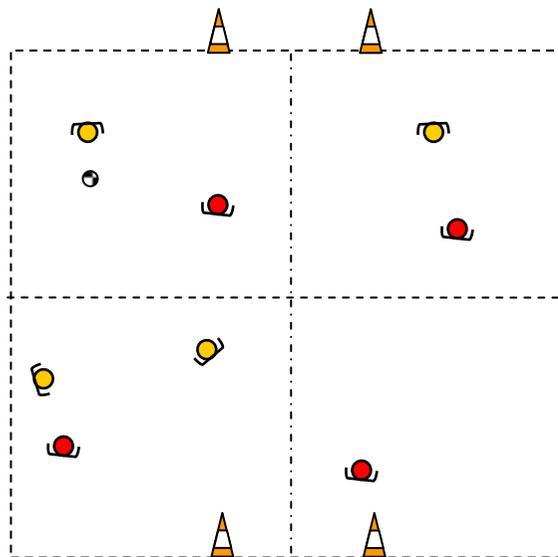
Amélioration  
spécifique avec  
support tactique  
collectif

*Jeu en zone.*

Objectifs du jeu  
d'application :

- Occupation du terrain
- Jeu à deux à trois.
- Faire un maximum de « stop jeu » pour mise en place de stratégies et correction des attitudes

**Durée : 25 min**



## CONSIGNES :

- ❑ Jeu en 4 contre 4 sur un terrain de 25 x 30 m avec deux but de 4m.
- ❑ Pas de hors-jeu ni de corner
- ❑ Jeu en deux touches de balle.
- ❑ les défenseurs ne peuvent permuter contrairement aux deux attaquants. Jeu libre.

## VARIANTE :

- ❑ Varier la taille des buts et leur nombre.

## REMARQUES :

- ❑ Matérialiser avec une couleur différente chaque zone équipe.
- ❑ Repositionner les défenseurs en fonction de la position du ballon.

Maximum de Ballons

Assiettes

2 couleurs de  
chasubles

2 petits buts

N° : 055J

### JEU COLLECTIF

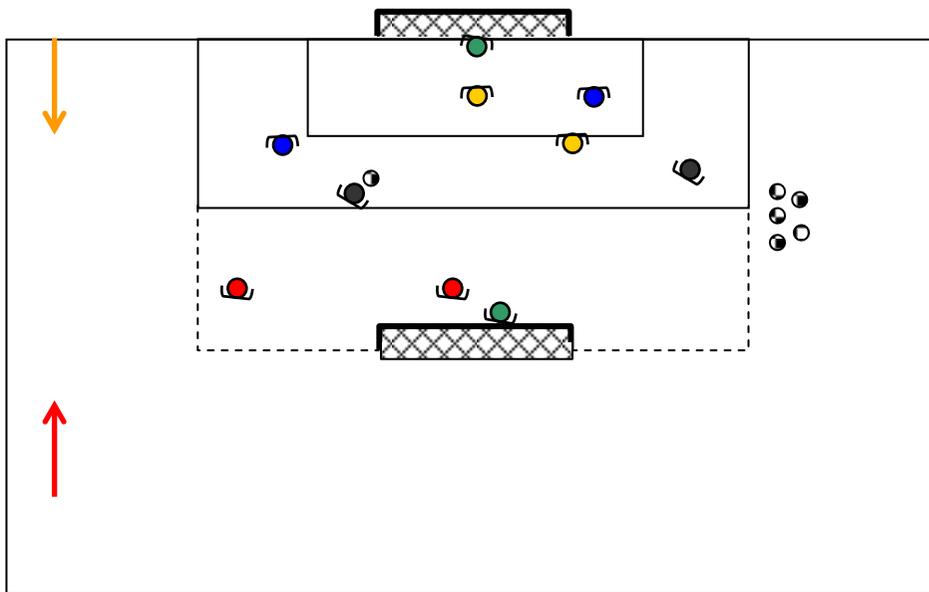
- ❑ Jeu offensif et finition

Travail de finition devant le but:

*Objectifs:*

- Endurance
- Force
- Technique
  - Prises d'initiatives
  - Finition

TEMPS : 20 min



### CONSIGNES :

- ❑ Sur un terrain de 35 x 30m
- ❑ 4 équipes de 2 joueurs + 2 gardiens
- ❑ Jeu libre. Pas de hors-jeu ni de corner
- ❑ Les joueurs peuvent attaquer n'importe quel but
- ❑ C'est l'éducateur remet en jeu après sortie ou but.
- ❑ L'éducateur fixe un nombre de but à atteindre, dès qu'une équipe atteint ce score, l'équipe qui a marqué le moins de but est éliminée les trois autres continuent le jeu

### REMARQUES :

- ❑ Encourager l'imagination et la précision dans le jeu et dans le dernier geste
- ❑ Insister sur l'importance du dernier geste.

Assiettes

Ballons

4 couleurs de chasubles

1 but amovible