



1 – Situation problème : Une-deux, Appui-remise pour jeu en profondeur (20 mn)

Mise en place

Effectif :
6 contre 2

Règles :

Les attaquants jouent en 3 touches de balle. Trouver un joueur lancé dans une des deux zones A après avoir réalisé :

- Un appui-remise (schéma 1)
- ou un « une-deux » (schéma 2)

On marque 1 point lorsqu'un de ces enchaînements est réalisé.

On change les défenseurs toutes les 3 minutes.

Evolution :

Limiter le nombre de touches de balle.

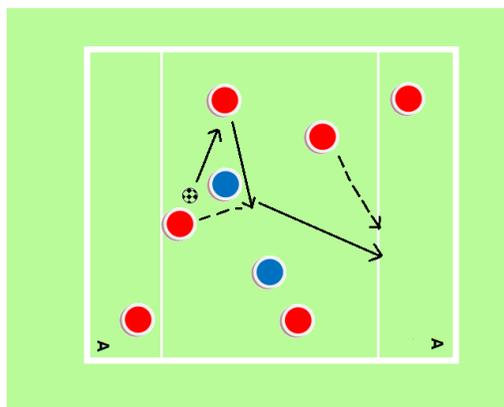
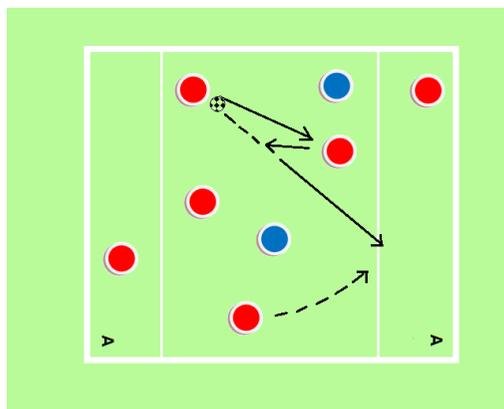
Possibilité d'évoluer à 5 contre 3.

Organisation

Surface de jeu : 30 x 20 m

Ballon(s) : 1 ballon pour 6 joueurs

Chasubles : 1 x 6 + 2



Animation

Objectif : Transmettre le ballon dans l'espace, dans la profondeur après un échange à 2.

Consignes :

Le partenaire proche du porteur sollicite un appui-remise, un « une-deux », ...

Les autres partenaires demandent dans un espace libre.

Réalisation (Veiller à)

- **Le porteur :** Appuyer la 1^{ère} passe, venir en soutien, voir le déplacement des partenaires, doser la 2^{ème} passe ;
- **Le remiseur :** Etre bien équilibré lors de la remise ou du « une-deux » ;
- **Les autres joueurs :** Synchroniser l'appel de balle au moment de la prise d'info du passeur.

Réussite (Etre capable de)

Effectuer le plus grand nombre d'appui-remise, « une-deux », ... suivis d'une passe dans l'espace.



2 – Exercice gestuel : Appui-remise, déviation suivi d'un centre et/ou d'un tir (30 mn)

Mise en place

Exercice 1 (schéma a) :

Après une situation « Appui-remise », le ballon est transmis au 3^{ème} joueur qui la dévie dans la course du remiseur. Ce dernier contrôle et enchaîne par un tir au but.

Exercice 2 (schéma b) :

Après une conduite de balle le premier joueur transmet le ballon dans la course de l'attaquant qui la dévie pour le joueur excentré. Ce dernier déborde et centre pour l'attaquant.

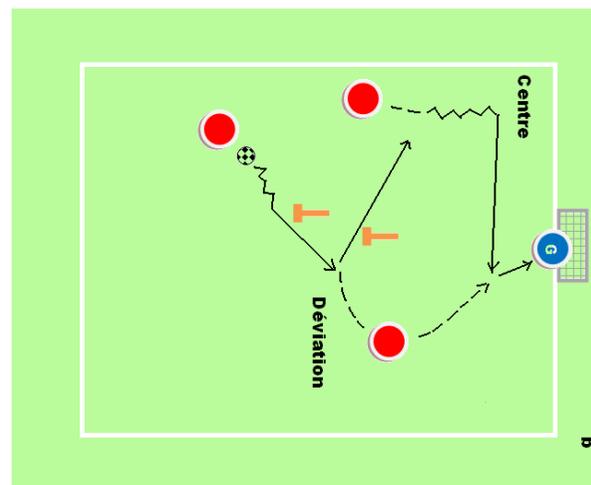
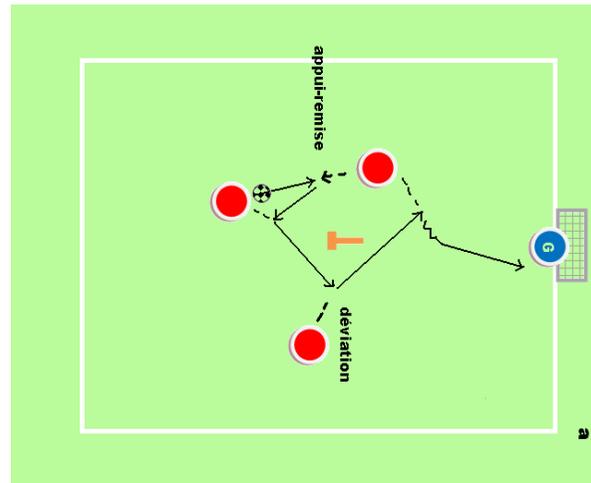
Organisation

Surface de jeu : 30 x 20 m

But : 1 but avec gardien

Ballon(s) : 10 ballons

Constri : 2



Animation

Objectif : Marquer après un enchaînement à 3.

Consignes :

Insister sur la précision des gestes techniques (appui-remise, déviation, centre et tir) et la synchronisation des déplacements par rapport à la prise d'information du partenaire.

Réalisation (Veiller à)

- **Le remiseur :** Etre bien équilibré lors de la remise ;
- **Le joueur en déviation :** Synchroniser son déplacement avec la prise d'info du passeur – s'orienter de façon à jouer directement pour le 3^{ème} joueur ;
- **L'attaquant :** timing et équilibre pour enchaîner le contrôle et le tir

Réussite (Etre capable de)

- **Le remiseur et le joueur en déviation :** remettre le ballon dans la course du partenaire en 1 touche ;
- **Le centreur :** prendre l'info sur le déplacement de l'attaquant avant le centre ;
- **L'attaquant :** Marquer après avoir contrôlé le ballon en mouvement



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.

Lorsque l'on trouve un joueur dans la zone axiale (zone attaquable), il faut impérativement jouer vers l'avant : favoriser les relations « Une-deux », « Appui-remise », « Appui-déviation ».

Evolution :

Limiter le nombre de touches de balle.

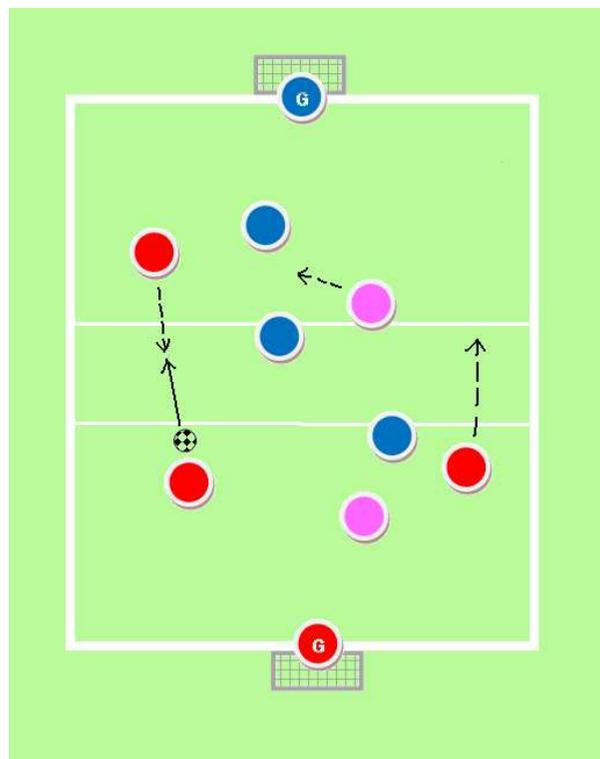
Organisation

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 :

Le partenaire proche du porteur sollicite un appui-remise, un « une-deux », ...

Les autres partenaires demandent dans un espace libre (appel ou soutien).

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.