

Jeu entre 2, dans les intervalles

Situation de base :

Zone médiane dense (milieux)

Action recherchée :

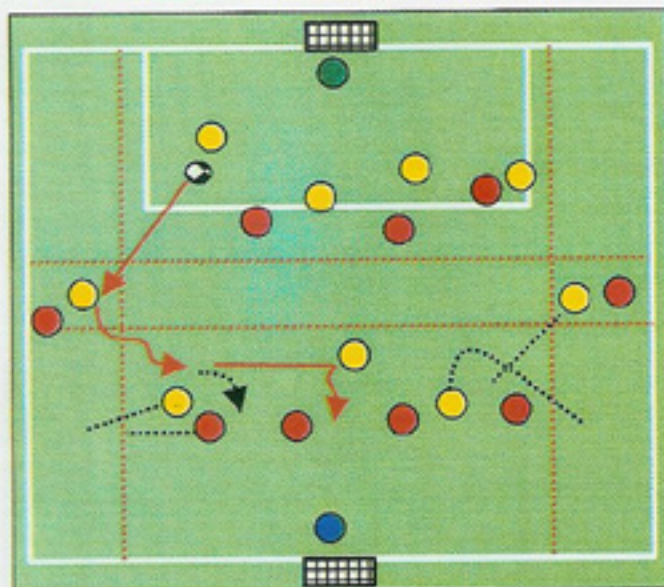
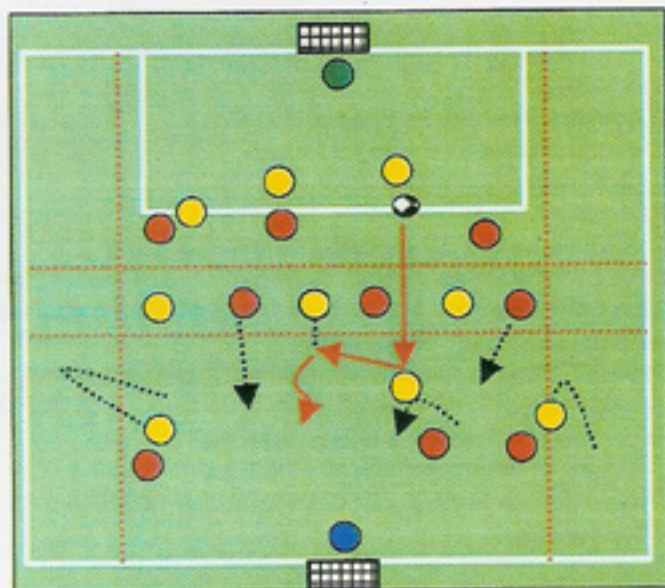
- Recherche de l'attaquant par défenseur
- Milieu qui monte sur l'appui (supériorité)

Consignes :

- Coordination des déplacements devant le but
- Défense, en zone, gère l'infériorité.

Variantes :

- 1- Utilisation de toute la largeur du terrain
- 2- Défense en individuelle (à 4c. 3)
- 3- Milieu adverse défend (pression)
- 4- Défenseur passeur monte en zone médiane



Déséquilibre par les côtés

Situation de base :

Joueur de couloir libre rentrant avec ballon

Action recherchée :

- Prise de balle, conduite et enchaînements
- Situations à 2, 3, 4 sur le but

Consignes :

- Coordination des déplacements devant le but
- Défense, en zone, en infériorité

Variantes :

- 1- Joueur de couloir opposé rentrant
- 2- Individuelle dans zone de but + libéro
- 3- Adversaire en couloir opposé défend
- 4- Joueur de couloir passe avant de suivre

Appuis latéraux

Situation de base :

Joueur de couloir libre en appui médian

Action recherchée :

Défenseur : appui latéral et enchaînement.

Consignes :

- Coordination des déplacements devant le but
- Défense, en zone, en infériorité.

Variantes :

- 1- Pression par adversaire dans couloir
- 2- Défense en individuelle avec libéro
- 3- Joueur de couloir opposé rentrant
- 4- Défenseur changeant de zone

Bien adapter la surface, les difficultés techniques et les exigences tactiques en fonction du niveau des joueurs.

