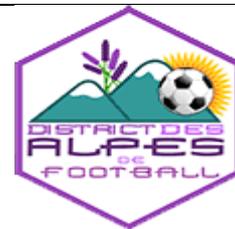
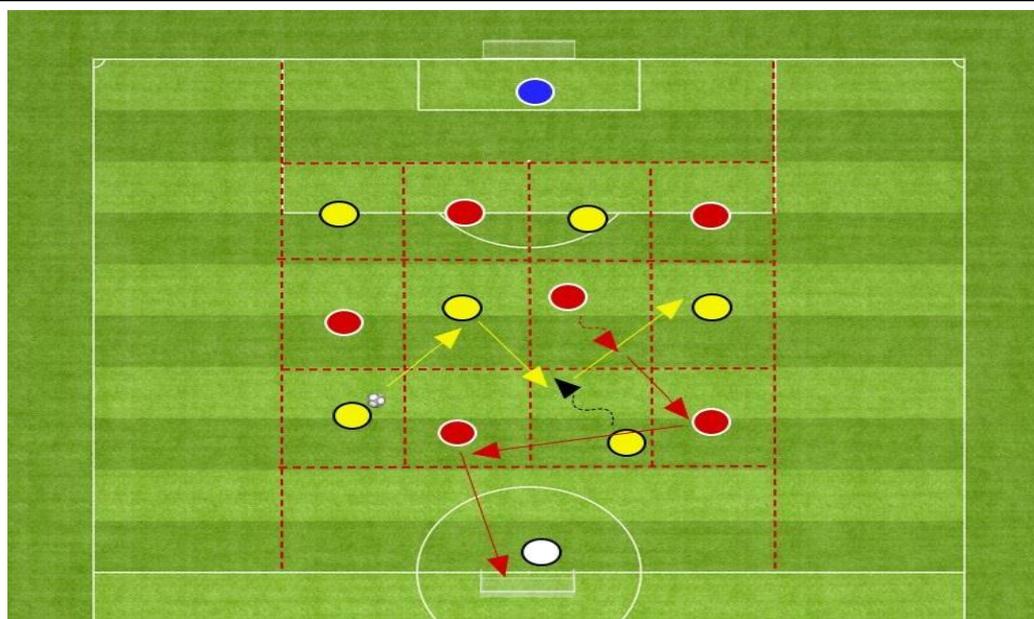


DISTRICT DES ALPES DE FOOTBALL



Jeu : Damier + Finition
(Possibilité d'adapter : sens de jeu, nombre de joueurs, nombre de zones)



Nombre de joueurs

12 + 2 GB

Durée

3 séquences de
6 à 12 min

Niveau

U10 – Sénior

Espace

40m x 50m
Zone 10m x 10m

DISPOSITIF

6 contre 6 + 2 GB

DESCRIPTION

But :

Emmener le ballon en zone de finition afin de conclure l'action par une frappe et un but.

Règles :

Chaque joueur est fixe dans sa zone mais doit se déplacer et être actif à l'intérieure de celle-ci afin d'être disponible pour le porteur du ballon en phase offensive et de fermer les angles de passe en phase défensive.

1 ou 2 touches de balle pour plus de rythme (possibilité d'adapter selon le niveau)

Veiller à :

Changer régulièrement les joueurs de zone afin d'évoluer à différents postes (posture et comportement différent).

Source de ballons suffisante auprès de l'éducateur afin de maintenir le rythme quand les ballons sortent de l'air de jeu.

EVOLUTION - VARIANTES

Complexifier :

Réduire l'espace de jeu / la taille des zones

Jeu aérien interdit

Contraintes de touches de balle

Simplifier :

Agrandir l'espace de jeu / la taille des zones

Augmenter le nombre de touches de balle

Rajouter 2 jokers neutre de chaque côté du terrain qui se déplacent sur la longueur de l'espace de jeu

PEDAGOGIE ACTIVE : Laisser jouer – Observer - Questionner

Voir avant de recevoir

Orienter son corps pour voir un maximum de partenaires

Donner et se déplacer dans sa zone = ouvrir les angles de passe

Etre concentré