

Catégorie : U.13

Thème : Déséquilibre / Finition

Objectifs : Jeu combiné sur les côtés - Recherche du dédoublement

Situation pb : 20'

Contenu :

Sur 1 moitié de terrain. 4 att + 1 déf comme sur le schéma.

Le ballon part toujours du milieu axial vers le milieu latéral dans la zone.

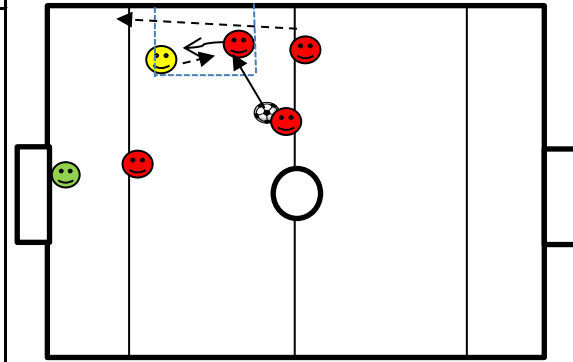
Jouer un 2c1 dans la zone (le 2è att ne peut entrer dans la zone qu'après que son partenaire ait touché le ballon.

Le déf ne peut plus défendre un fois la zone franchie par un des 2 att.

Variantes : le défenseur peut défendre après la zone - jouer un 3c1 sur la côté ou un 4c2 (en ajoutant un défenseur central)

Objectifs :

Jeu combiné sur le côté



Technique associée : 20'

Contenu :

Travail sur 1 moitié de terrain

1 - 8' : Le milieu excentré va fixer le plot et donne dans la profondeur au défenseur latéral qui dédouble pour un centre.

2 - 8' : Le milieu excentré va fixer le plot et donne à l'attaquant qui décroche. Ce dernier donne au milieu axial qui dédouble pour un centre

Objectifs :

Jeu combiné sur le côté (travail du dédoublement)

