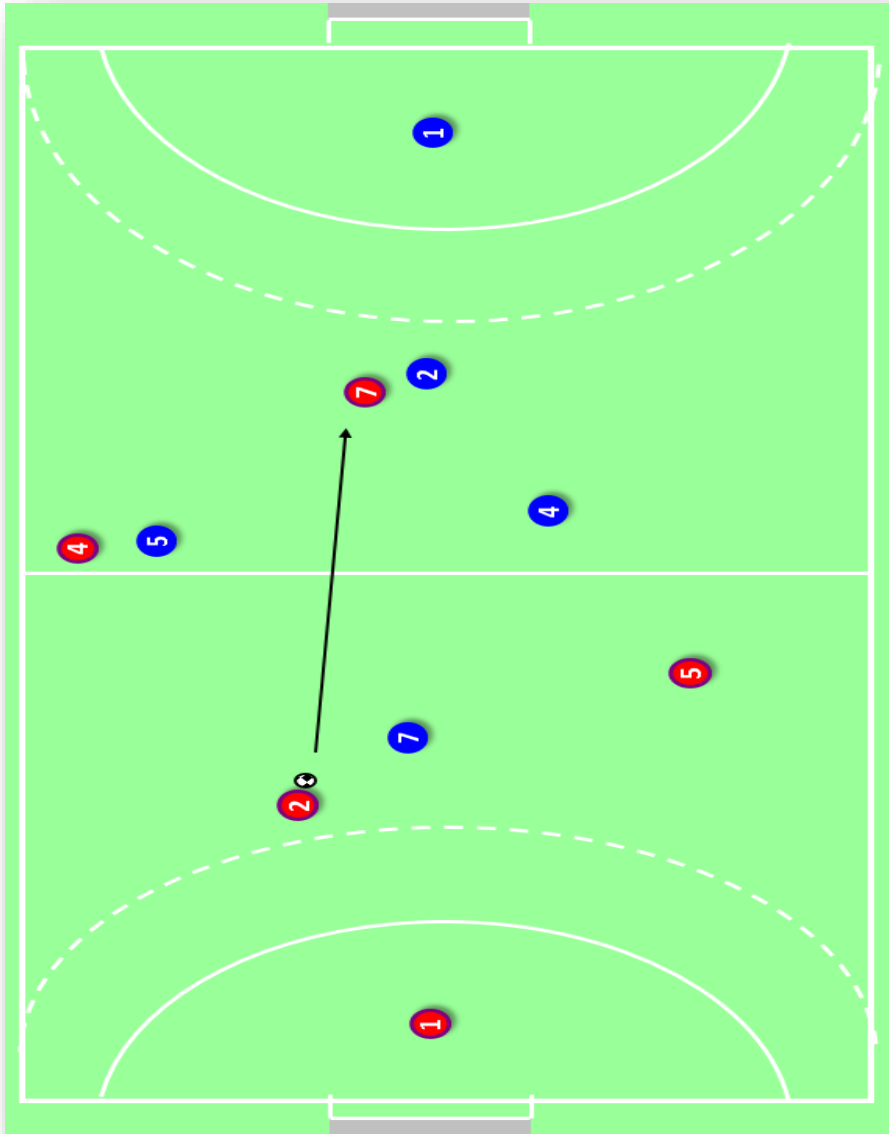


L'entraînement







Créer et profiter du surnombre pour marquer

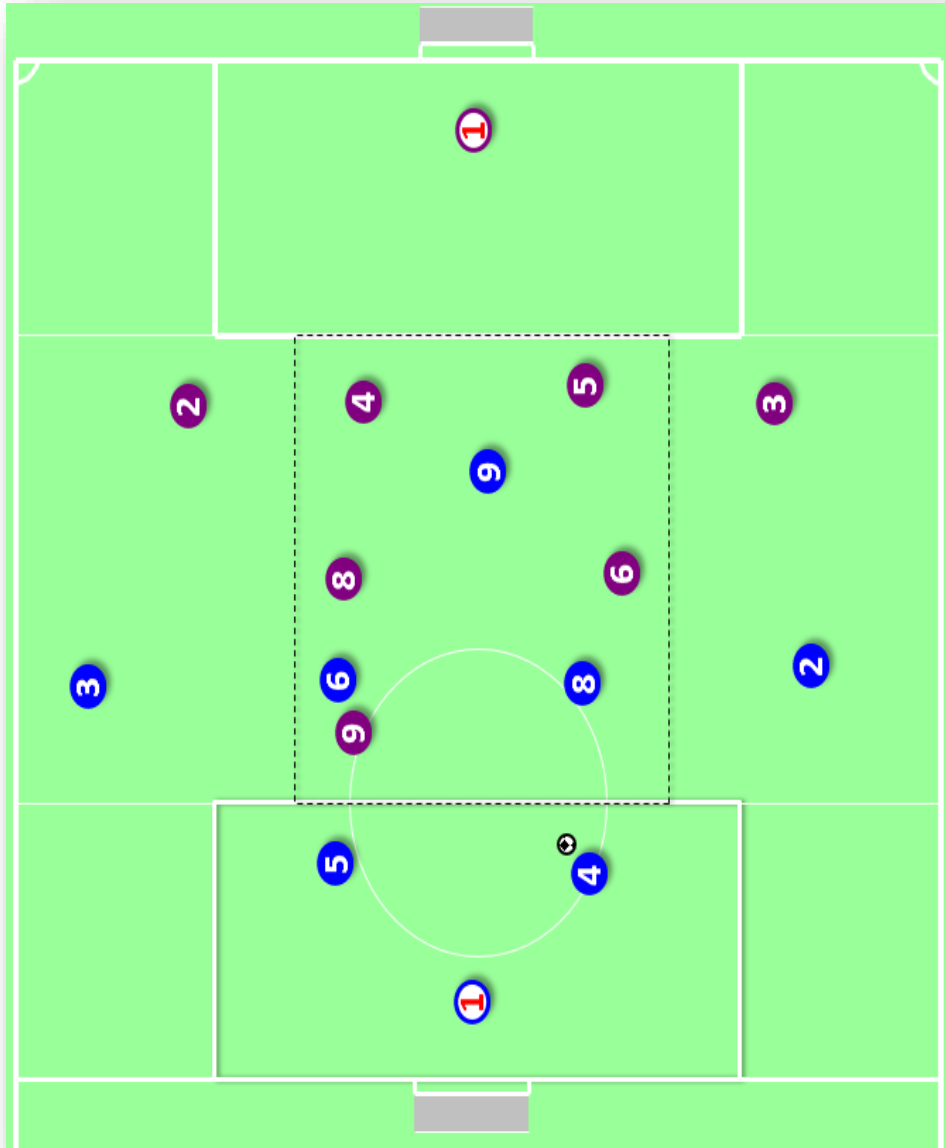
5c5
Futsal
Pas de hors-jeu

Manipulation de la défense

Lorsque le ballon franchit la ligne médiane, tous les défenseurs présents dans la partie adverse sont bloqués.
Ils sont remis en jeu à la première passe vers l'arrière.

-  Bloquer des joueurs adverses
-  Profiter du surnombre
-  Marquer
-  Attaquer en équilibre

L'entraînement



Fixer la défense pour créer une situation de tir

8c8

70x68m avec buts

Zone de 40x30m

Manipulation de la défense

Lorsque le ballon est joué dans la zone, lorsque ce dernier sort de la zone, tous les défenseurs présents dans cette zone sont bloqués. Ils sont remis en jeu à la première passe vers l'arrière.



Bloquer des joueurs adverses



Passe sur un joueur lancé côté... ou axe

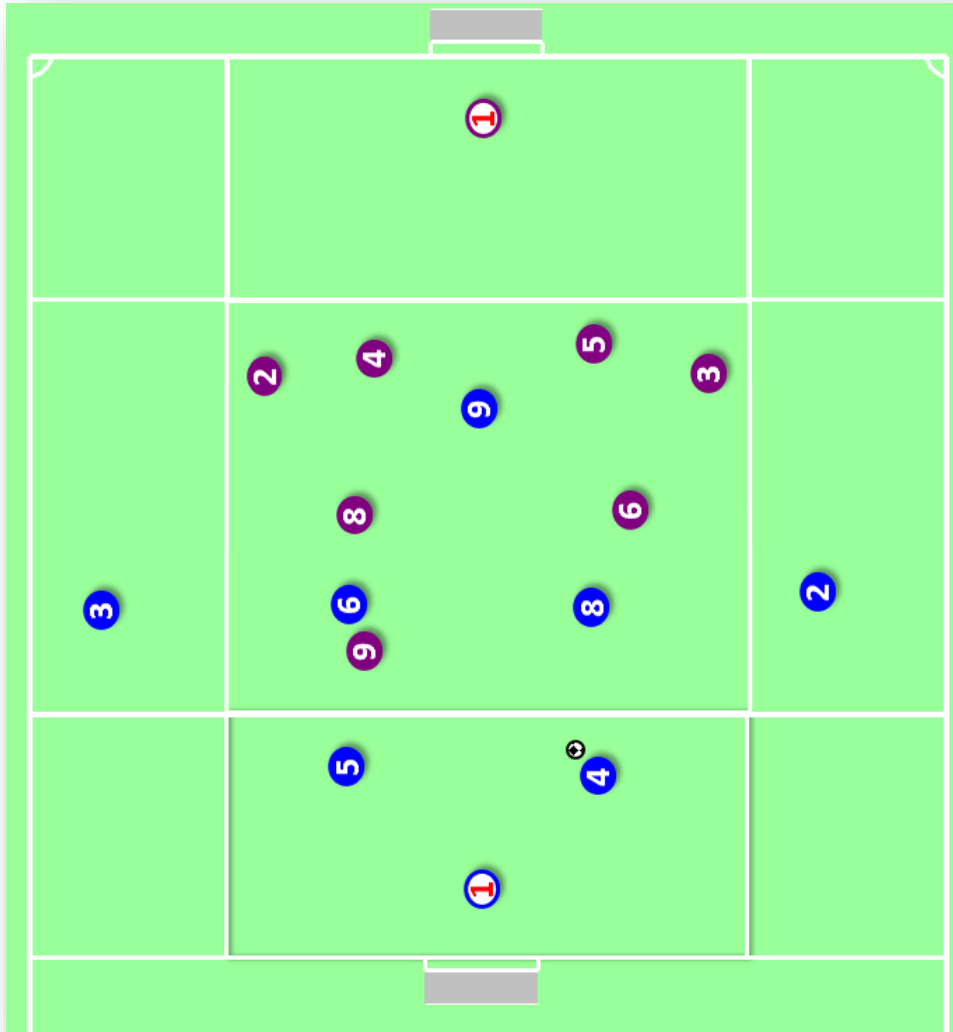


Marquer



Attaquer en équilibre

L'entraînement



Accélération du jeu dans une zone libérée

8c8

70x55m avec buts

Couloirs de 12 à 15m

Manipulation de la défense

Un défenseur ne peut défendre uniquement lorsque le ballon entre dans un couloir (ou est touché dans un couloir).



Fixer côté



Passe sur un joueur lancé côté

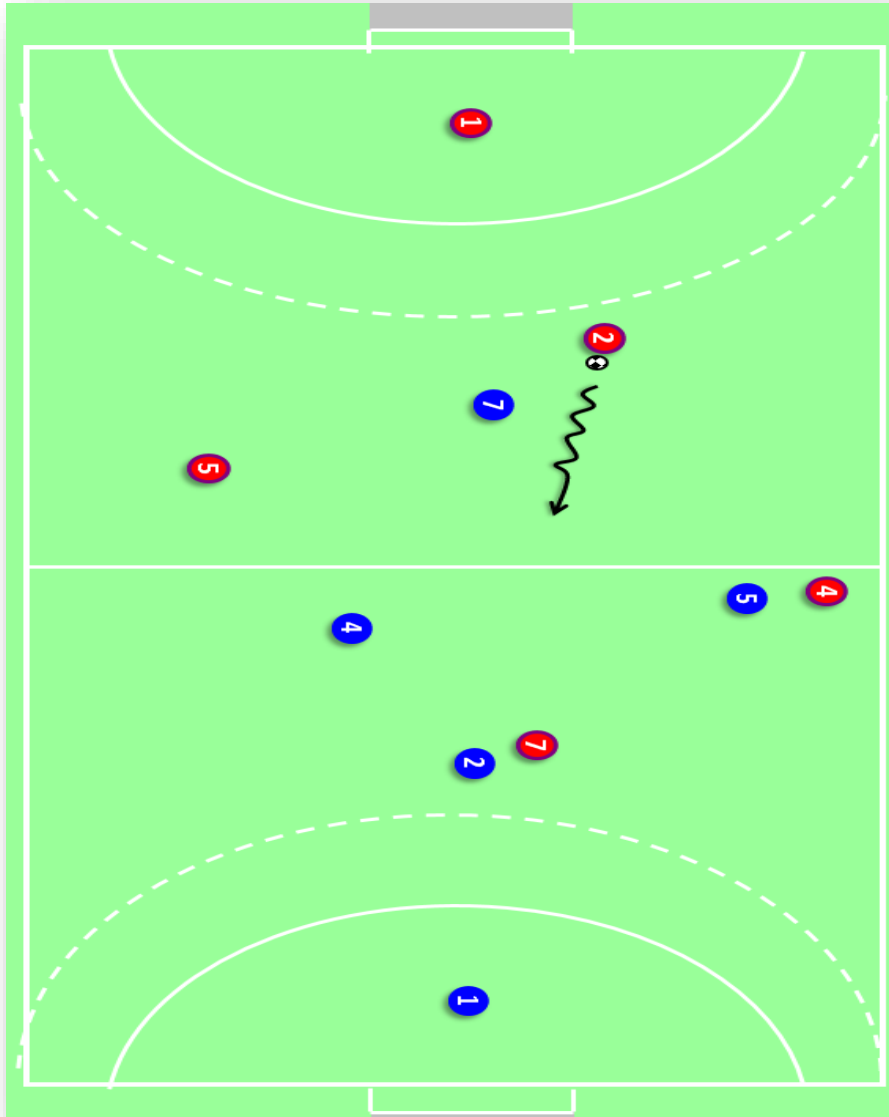


Marquer



Attaquer en équilibre

L'entraînement



Défendre en avançant

5c5
Futsal
Pas de hors-jeu

Manipulation de l'attaque

Le porteur de balle peut donner un ballon à un joueur situé derrière lui (passe en retrait ou sur un joueur lancé)



Harcèlement du porteur de balle



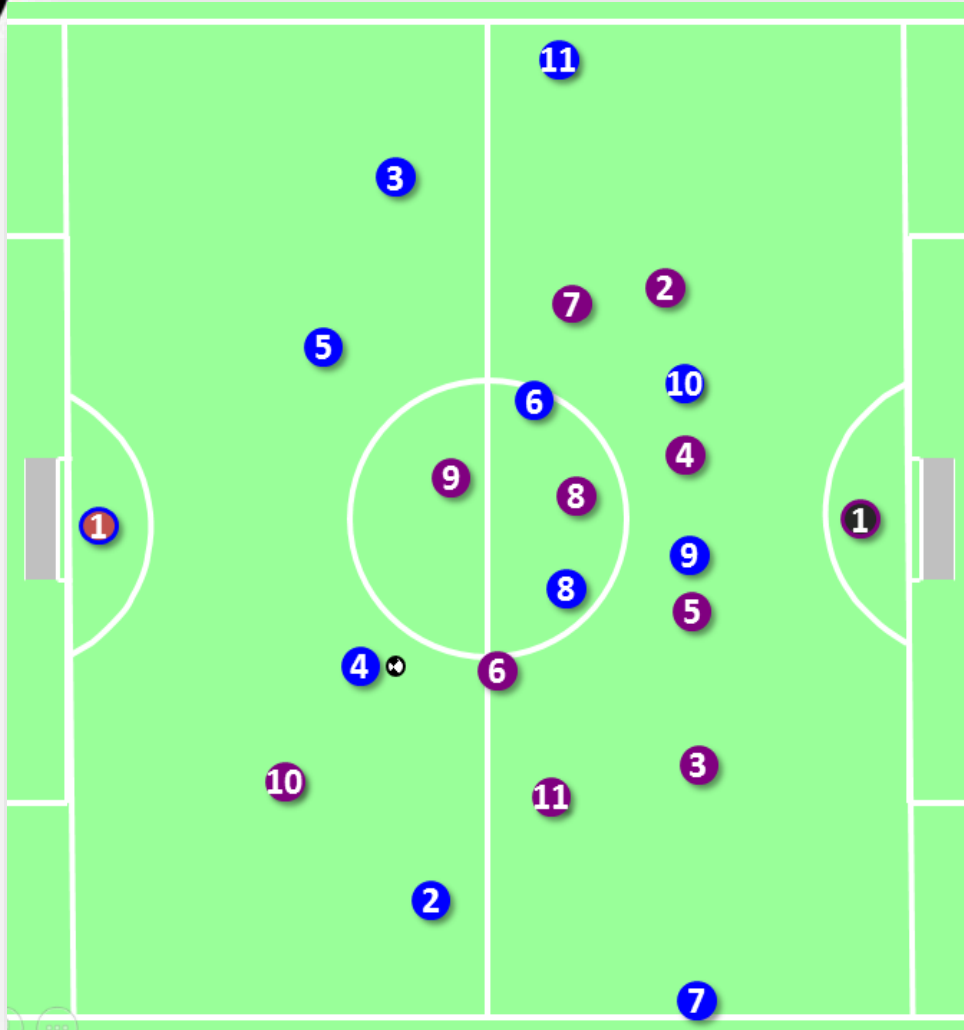
Récupération du ballon sur un duel



Transition par la percussion



L'entraînement



Identifier et jouer une situation d'attaque placée

11c11, terrain 68x72

Jeu libre

Manipulation d'une équipe

Pas de hors-jeu et interdiction de presser dans le camp adverse pour une équipe. Inversion des rôles



Bloc bas

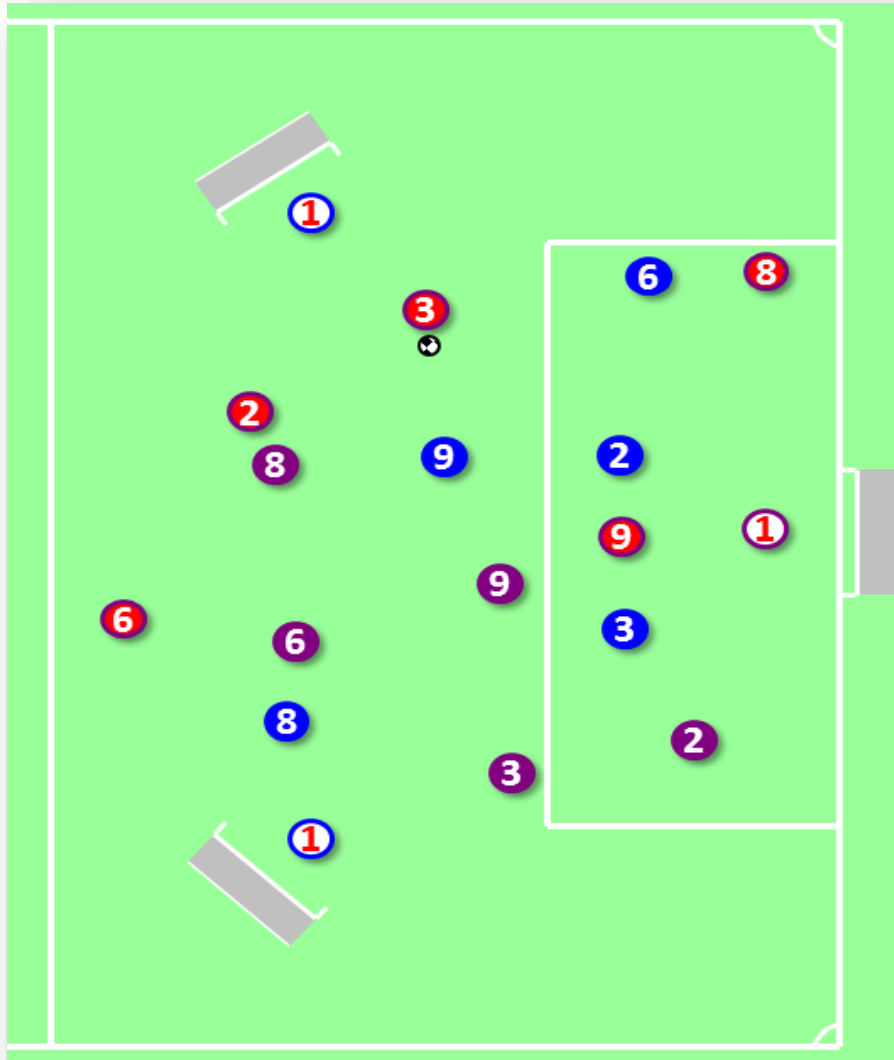


Profondeur en phase défensive



Contre-attaque

L'entraînement



Mise en place de stratégies collectives

7c7c7
Jeu libre

Manipulation d'une équipe

Les rouges marquent chez les bleus
Les bleus chez les violets
Les violets chez les rouges

- ➔ Organisation de la récupération pour marquer
- ➔ Alliances avec des adversaires
- ➔ Stratégies à explorer...

L'entraînement



Utilisation de la profondeur pour les attaquants

4c4+1
Jeu libre
HJ médiane

Manipulation d'une équipe qui travaille

N°9 « bloqué » en zone offensive



Se situer derrière les défenseurs



Se déplacer pour proposer en profondeur



Se positionner pour proposer en appui