

Préparation d'entraînement UEFA A

Catégorie: Senior

Nom: Fauville Laurent / Teklak Alexandre

Thème:

Exploiter le côté faible à l'échelon médian du 1-4-2-2-2 avec un dispositif en 1-3-5-2

Directives de coaching (+mots de coaching):

1. Pour le gardien de but: Joue haut, participe au jeu, soigne ta relance et communique avec tes partenaires, **Donne, soigne, Participe.**
2. Pour les défenseurs: Rends toi disponible, demande le ballon si tu es libre, Donne et ose une bonne transversale, positionne toi correctement, Garde une position axiale en B-, **Demande, Joue long ou mi-long, ose, Communique.**

Pour l'échelon médian

3. Demi-latéraux:

Ecarte le jeu au maximum en B+ et apporte la supériorité numérique, demande le ballon, infiltre toi sur ton flanc, donne un bon centre, soigne ta passe, **Ecarte, demande, soigne, infiltre-toi, centre, ose.**

4. Pour le milieu défensif:

Forme toujours le T défensif en B- avec tes défenseurs, guide tes partenaires de l'échelon médian en B-, Rends-toi disponible en B+ et demande le ballon pour réorienter le jeu vers le coté faible adverse, **disponible, demande, replace-toi, relaye le jeu, communique, vision.**

5. Pour les milieux offensifs:

Apporte du soutien offensif en B+, infiltre-toi dans l'axe sans ballon, demande dans les intervalles adverses, tente l'action individuelle dans les 30 derniers mètres, **demande, ose, infiltre-toi.**

6. Pour les attaquants:

En B-, ferme les angles de passe vers l'échelon médian adverse, serre immédiatement coté ballon l'arrière latéral adverse concerné par l'action, **ferme, presse, repositionne-toi.**

En B+, Plonge dans le dos des défenseurs adverses, Tente l'action individuelle dans les 30 derniers mètres, décroche et part en profondeur. En fonction du flanc attaqué, pour 1 des 2 attaquant profond, positionne toi dans la zone de l'arrière latéral concerné pour monopoliser son attention afin de libérer ton demi-latéral. **Ose, demande, bouge, décroche.**