

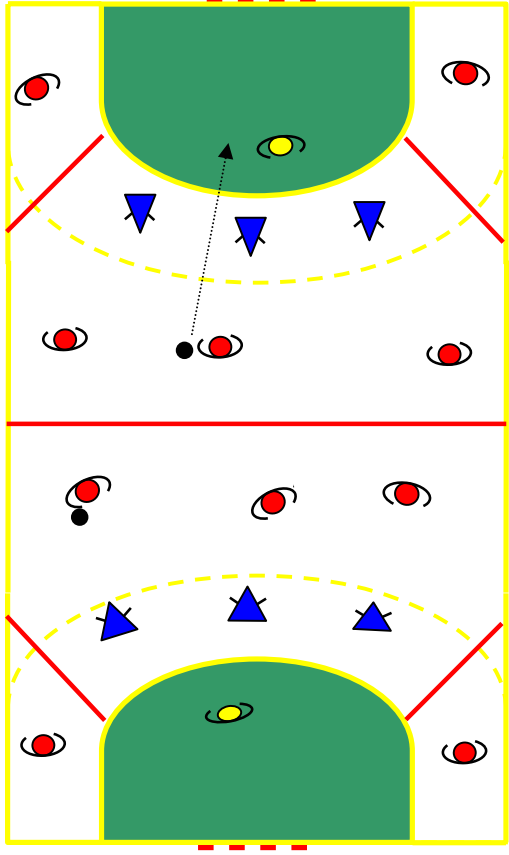


	- 9	-12	-14	<b>-16</b>	-18	Sen	♀	♂	Thème	<b>Jeu du Demi-Centre Face à une défense alignée ou étagée</b>
	-Fondamentaux du jeu au poste de DC -Perception / Décision / Action -Intentions Tactiques // Défense alignée ou étagée									
<b>Soirée technique du 28 novembre 2006 - Club Sallanches Moins de 16 ans Masculins - Formateur : Vincent KELLER</b>										

Echauffement préalable en autonomie (3 min)  
 Situation d'échauffement : forme jouée (20 min)

<p><b>Objectifs</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>⇒ Activation cardio-respiratoire et articulaire</li> <li>⇒ Sensibilisation des Attaquants à l'écartement et à la prise d'info sur joueur dedans</li> <li>⇒ Sensibilisation DC au soutien offensif (rapprochement du Pdb), à l'équilibre (DC-PVT), à la rupture d'alignement (DC-Déf)</li> </ul> <p><b>Disposition / Organisation</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>⇒ 3 contre 3 secteur central</li> <li>⇒ 2 passeurs ailiers</li> <li>⇒ <b>1 joker dans les 6m</b></li> </ul> <p><b>Ce qu'il faut dire pour faire fonctionner la situation</b></p> <p><b>But du jeu :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>⇒ <u>Pour les attaquants</u> : s'échanger la balle et tenter de faire une passe au joker = 1pt</li> <li>⇒ <u>Pour les défenseurs</u> : s'organiser pour toucher le ballon un maximum de ballons</li> <li>⇒ <b>On joue 6 ballons ; le contrat est à 4 passes réussies au joker, 5 sauts groupés par point d'écart par rapport au contrat</b></li> </ul> <p><b>Règles de fonctionnement</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>⇒ Auto arbitrage sur chaque demi-terrain</li> <li>⇒ Les passes lobées sont interdites</li> <li>⇒ Pas de contact avec les attaquants (jeu sur les trajectoires)</li> </ul> <p><b>Ce qu'il faut dire/faire pour transformer le joueur</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>⇒ Pour le joueur x :</li> <li>⇒ Pour le joueur y : <b>Pas de volonté de transformer mais plutôt d'évaluer les joueurs puis de les sensibiliser au respect des fondamentaux</b></li> </ul> <p><b>Evolution</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>⇒ Respect de l'Equilibre – Position DC à l'opposé du joueur dedans (joker)</li> <li>⇒ Pour marquer 1 pt, il faut faire 2 passes successives au joueur dedans (joker)</li> <li>⇒ Passe DC – joueur dedans = 2 pts</li> <li>⇒ Mettre deux ballons en jeu</li> </ul>	
--	---

## Situation 1 : Echauffement GB + Motricité Spécifique (10 min)

<p><b>Objectifs</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>⇒ Echauffement GB</li><li>⇒ Motricité spécifique : Dissociation des appuis et du haut du corps, Changement de vitesse lors de l'engagement vers le but</li></ul>	
<p><b>Disposition / Organisation</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>⇒ 1 colonne centrale avec un ballon chacun</li><li>⇒ 1 GB dans les buts</li></ul>	
<p><b>Ce qu'il faut dire pour faire fonctionner la situation</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>⇒ Pour les <u>attaquants</u> : Enchaîner deux changements de direction et tir à 9 mètres à deux mains, là où indique le GB</li></ul>	
<p><b>Ce qu'il faut dire/faire pour transformer le joueur</b></p>	
<p><b>Evolution</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>⇒ Débordement extérieur avec un passage de bras</li><li>⇒ Lancer la balle au sol entre les jambes, au dessus de la tête, récupérer et tirer à une main en montrant l'impact avec le bras libre</li><li>⇒ Idem, si GB anticipe sur impact désigné, tir diamétralement à l'opposé</li></ul>	

## Situation 2 : Situation Evolutive : Amélioration Relations Base Arrière – Base Avant (30 min)

## Objectifs

- ⇒ Amélioration de la relation DC - PVT
- ⇒ Prise d'info DC sur défense qui s'aligne ou s'étage

## Disposition / Organisation

- ⇒ 1 GB dans chaque cage
- ⇒ 2 colonnes de DC avec 1 balle chacun
- ⇒ 1 Défenseur n°3
- ⇒ 1 PVT

## Ce qu'il faut dire pour faire fonctionner la situation

### But du jeu : Faire le bon choix et marquer

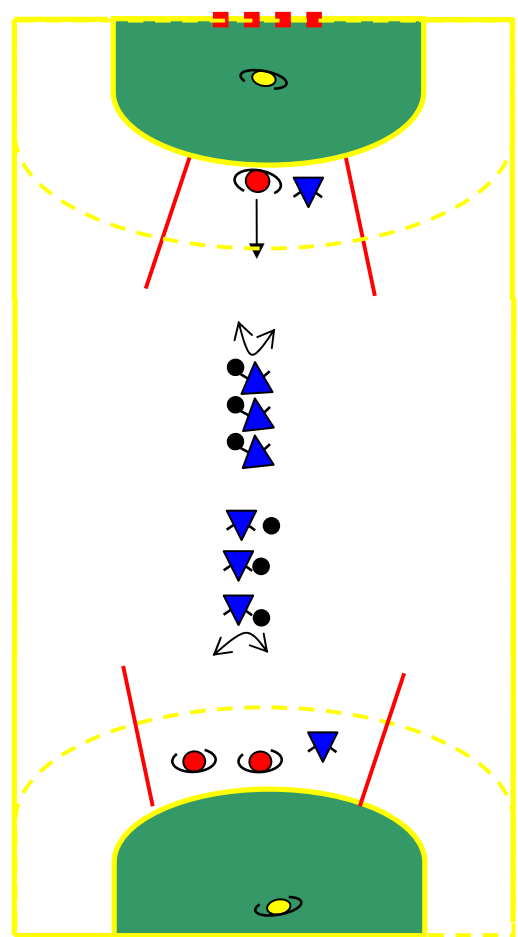
- ⇒ Pour le DC : Effectué une double volte. Tir si Défenseur est resté à 6m ou passe au PVT si Défenseur est monté sur lui. Si PVT reçoit la balle en position de poste, DC tentera de se démarquer dans le dos du Défenseur, à l'opposé du PVT poste
- ⇒ Pour le PVT : Sortie en poste et jeu avec DC ou reste démarqué à 6m et tire si réception
- ⇒ Pour le Défenseur : Monter pour défendre sur DC ou rester à 6m face au DC

## Ce qu'il faut dire/faire pour transformer le joueur

- ⇒ Pour le DC :
  - S'informer sur le Défenseur, son placement, ses intentions
  - S'informer sur le PVT, à 6m ou en poste, ses intentions
  - Prise de décision la plus appropriée à la situation : tirer, passer, se désaligner ou repasser au bloc
- ⇒ Pour le PVT :
  - S'orienter de profil à 6m
  - Sortir en poste dans le bon timing, **loin du défenseur**
  - Sortir en bloc dans le bon timing, **près du défenseur**
- ⇒ Pour le Défenseur :
  - Monter sur DC dans le bon timing
  - Déplacements équilibrés

## Evolution

- ⇒ Idem + 2<sup>ème</sup> Défenseur, Défenseurs varient leurs intentions
- ⇒ + ARG et ARD, + 2 Défenseurs n°2, on joue 4 contre 4 secteur central
- ⇒ Situation de rupture : Montée de balle à 2 contre 0



Situation 3 : Attaquer une défense Alignée (10 min)

**Objectifs**

⇒ Battrer un dispositif aligné par la création du jeu par le DC

**Disposition / Organisation**

⇒ 6 contre 6  
 ⇒ Défense alignée (0-6) Défenseurs tiennent un ballon dans les deux mains  
 ⇒ GB dans les buts

**Ce qu'il faut dire pour faire fonctionner la situation**

**But du jeu : Etre la première équipe à marquer 10 buts**

⇒ Pour les attaquants :  
 -Espace de jeu maximum : AL aux points de corner  
 -Arrières attaquent externe  
 -Pour le DC : - Respect des fondamentaux (soutenir , alterner d'un côté à l'autre)  
 - Création du jeu : Menacer – Tirer – Jouer avec le PVT ou décaler

⇒ Pour les défenseurs : respecter le projet initial

**Règles de fonctionnement**

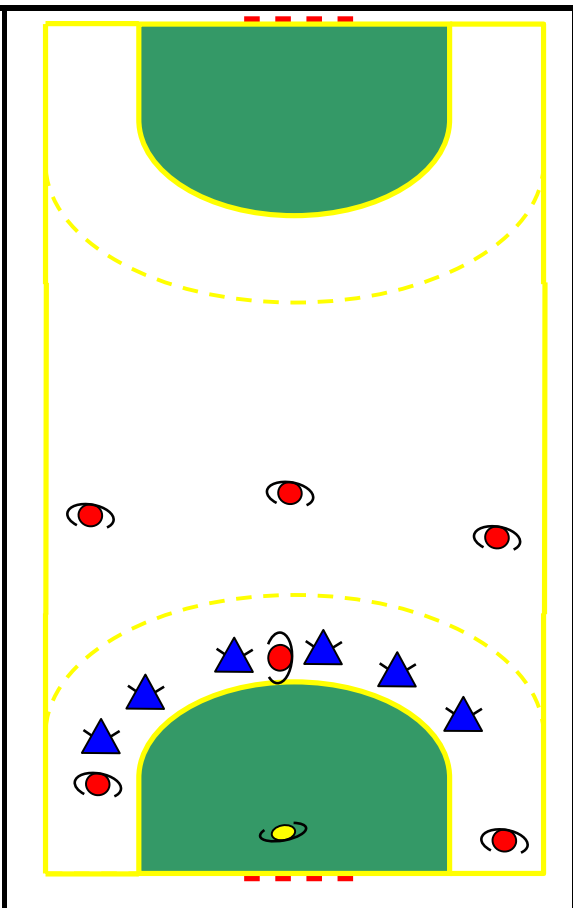
⇒ En défense, Système Zone  
 ⇒ But marqué, on reste en attaque

**Ce qu'il faut dire/faire pour transformer le joueur**

⇒ Pour les ATT:

**Evolution**

⇒ Retirer ballons aux Défenseurs  
 ⇒ DC joue côté PVT puis renverse sur ARL  
 ⇒ Rentrée du DC en 2<sup>ème</sup> PVT



Situation 4 : Attaquer une défense étagée (10 min)

**Objectifs**

⇒ Battrer un dispositif étagé (1-5)

**Disposition / Organisation**

⇒ 6 contre 6  
 ⇒ Défense étagée (1-5)

**Ce qu'il faut dire pour faire fonctionner la situation**

**But du jeu : Etre la première équipe à marquer 10 buts**

⇒ Pour le DC : Respect des fondamentaux :  
 - Soutenir  
 - Alternner d'un côté à l'autre  
 - Se désaligner de son adversaire direct  
 - Jouer avec le PVT

⇒ Pour les défenseurs : Respect du projet initial

**Règles de fonctionnement**

⇒ En défense ; Système Homme à Homme  
 ⇒ But marqué, on reste en attaque

**Ce qu'il faut dire/faire pour transformer le joueur**

**Evolution**

⇒ Utilisation croisé ARL-DC à l'opposé du PVT  
 ⇒ 6 contre 6 sur grand espace : Dispositif au choix

