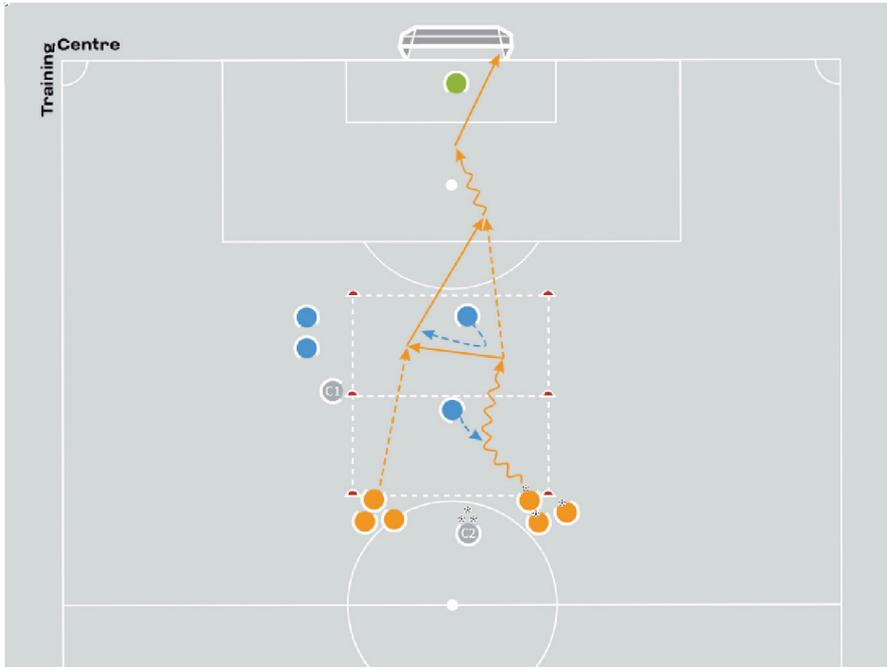


Programme d'encadrement des talents de la FIFA- Apprendre à progresser dans l'axe



Organisation

- Utiliser une moitié de terrain.
- Placer un but standard à une extrémité du terrain, l'autre extrémité étant la ligne médiane.
- Mettre un gardien dans le but.
- À 20 m du but, délimiter un espace de 20 x 15 m pour représenter l'axe d'un terrain normal.
- Diviser l'espace de 20 x 15 m en deux dans le sens de la largeur.
- Répartir les joueurs en deux équipes : 6 orange et 4 bleus.
- Poster un défenseur dans chaque zone pendant que les deux autres défenseurs attendent au bord, dans la longueur.
- Placer trois attaquants aux deux coins de la moitié de terrain réduit la plus proche de la ligne médiane.

Consignes

- Pour les attaquants, l'exercice consiste à traverser le mini-terrain en partant d'un coin, et pour l'un d'entre eux, à conduire le ballon envoyé par un entraîneur.
- Les attaquants combinent pour éliminer le premier défenseur puis entrer dans la deuxième zone.
- Une fois dans l'autre zone, ils combinent à nouveau pour effacer le second défenseur et progresser vers le but en essayant de conclure le plus rapidement possible.
- Le premier défenseur doit s'arrêter s'il est battu, mais pas le second défenseur. Celui-ci doit continuer son effort et peut même reculer pour empêcher un but.
- La règle du hors-jeu s'applique dès que le ballon quitte l'espace réduit.
- Les joueurs tournent à la fin de chaque séquence offensive.

Variante

- Le joueur qui court balle au pied n'a pas le droit d'alerter son coéquipier dès son entrée sur le petit terrain.

Éléments techniques clés

- Le porteur doit provoquer le défenseur pour l'attirer. L'espace ainsi libéré donne du temps à l'autre attaquant et la passe qu'il reçoit permet d'effacer le premier rideau défensif.
- À ne pas faire : le second attaquant se positionne trop loin de son partenaire, se met en position de hors-jeu ou ne se rend pas disponible, faisant ainsi perdre l'avantage théorique d'une situation de 2 contre 1.
- À faire : l'attaquant sans ballon reste mobile et ajuste constamment sa position pour proposer une bonne ligne de passe sans se mettre hors-jeu.
- Le porteur ne doit pas hésiter à utiliser des feintes de corps ou de passe pour masquer ses intentions et tromper le défenseur. Il peut ainsi se donner le choix entre livrer un duel balle au pied ou adresser une passe à son coéquipier.

Rôle des entraîneurs

- Entraîneur 1 : dirige l'exercice et donne des consignes aux joueurs depuis le bord du terrain réduit, dans la longueur.
- Entraîneur 2 : encourage les joueurs et remet des ballons aux attaquants en se plaçant juste devant la ligne médiane, à mi-chemin entre les deux groupes de trois attaquants en position de départ.