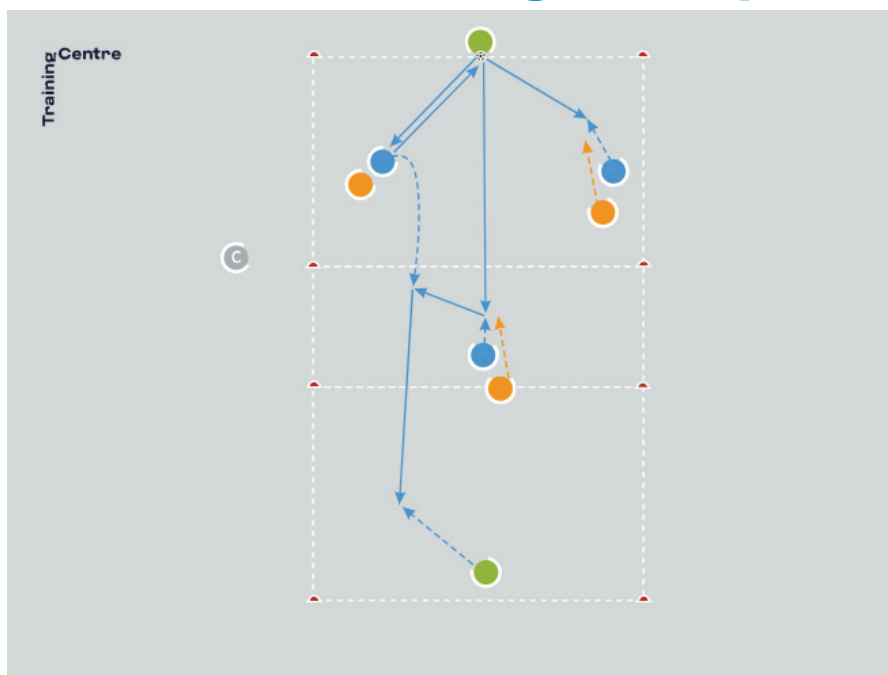


Programme d'encadrement des talents de la FIFA- Jeu de possession à 3 contre 3 plus 2 : privilégier le jeu vers l'avant



Organisation

- Délimiter un terrain de 25 x 10 m.
- Diviser la zone d'exercice en trois bandes avec deux zones finales de 10 mètres de long et une zone intermédiaire de 5 mètres de long.
- Répartir les joueurs dans trois équipes : 3 joueurs en orange, 3 en bleu et 2 en vert.
- Disposer les joueurs comme suit : 1 joueur vert à chaque extrémité de la zone d'exercice ; 2 joueurs bleus face à 2 joueurs orange à l'intérieur de la zone de départ et 1 bleu face à 1 orange à l'intérieur de la zone intermédiaire.

Explication

- Au début de l'exercice, un des joueurs verts est en possession du ballon.
- Il le transmet à l'un des deux joueurs bleus en zone 1.
- Les deux joueurs orange pressent pour récupérer le ballon. S'ils y parviennent, la possession change de côté et les équipes échangent leurs rôles.
- Les deux joueurs bleus doivent combiner de façon à trouver leur coéquipier en zone 2 ou le joueur vert placé en zone 3.
- Le joueur bleu de la zone 2 se positionne en pivot et peut passer le ballon vers l'arrière ou vers l'avant.
- L'objectif du joueur orange de la zone 2 est de bloquer les passes vers le joueur bleu de sa zone ou vers le joueur vert en zone 3.
- Une fois le ballon transmis au joueur vert de la zone 3, l'équipe en attaque doit vite se réorganiser pour refaire l'exercice dans l'autre sens (la zone 3 devient la zone 1).
- Lorsque le ballon est dans la zone 3, le joueur vert peut s'y déplacer librement.

Éléments techniques clés

- Les joueurs qui reçoivent le ballon en ayant une posture ouverte ont un meilleur champ de vision. Cela leur permet de repérer les possibilités de passe vers l'avant ou les espaces vers lesquels se projeter balle au pied.
- Contrôler le ballon dans le dos de la défense peut accélérer la progression du ballon tout en aidant à casser les lignes adverses.
- Contrôler le ballon entre les lignes avec le pied opposé à l'adversaire le plus proche, en se mettant de profil, aide les joueurs à poursuivre la progression du jeu en franchissant les lignes de pressing.

Le rôle des entraîneurs

- Entraîneur 1 : il dirige l'exercice et intervient régulièrement pour donner aux joueurs des conseils sur leur positionnement et leurs déplacements.