

Programme d'encadrement des talents de la FIFA- Jeu de conservation à 5 contre 5



Organisation

- Délimiter une aire de jeu de 20 x 20m divisée en trois zones dans le sens de la longueur.
- Répartir les joueurs en deux équipes de cinq (orange contre bleue).
- Disposer les joueurs de manière à ce qu'au moins un membre de chaque équipe soit dans chaque zone.

Consignes

- L'entraîneur 1 passe le ballon à un joueur.
- L'équipe en possession essaie de conserver le ballon, avec au moins un joueur dans chaque zone de l'aire de jeu.
- L'autre équipe essaie de récupérer le ballon.
- Si l'équipe au pressing récupère le ballon, les équipes inversent les rôles.
- Si le ballon sort de l'aire de jeu, l'entraîneur en remet un en jeu.
- L'équipe qui parvient à faire 7 passes consécutives marque un point.

Éléments techniques clés

- Les joueurs de l'équipe en possession doivent se placer intelligemment pour offrir plusieurs solutions de passe au porteur du ballon. Pour éviter que ce dernier ne se retrouve enfermé, ils doivent proposer différentes lignes de passes courtes et longues dans les trois zones.
- Les joueurs doivent essayer de jouer en première intention pour éviter le pressing. Les exercices de possession en une touche dans espace réduit favorisent la lecture du jeu, la vitesse des appuis et l'usage des deux pieds. Les joueurs en appui doivent faire des appels pour recevoir le ballon sans pression immédiate d'un adversaire.
- Les joueurs qui reçoivent le ballon dans la zone centrale doivent surveiller les adversaires venant derrière eux ainsi que le placement de leurs coéquipiers afin de trouver des solutions de passe masquées pour ressortir le ballon.

Rôle des entraîneurs

- Entraîneur 1 : dirige l'exercice, intervient pour donner des conseils sur une conservation plus efficace de la possession et remet le ballon en jeu
- Entraîneur 2 : donne des conseils aux joueurs.