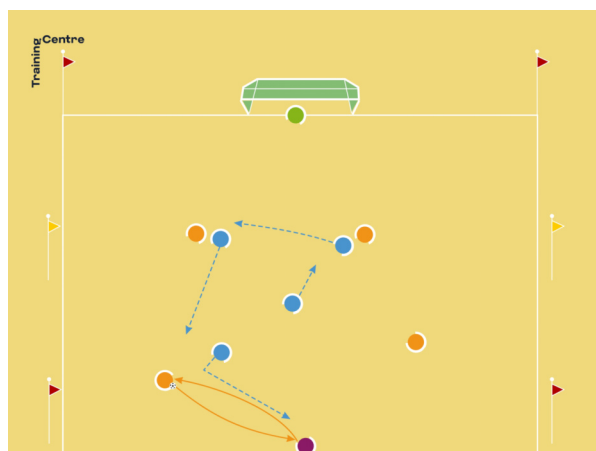
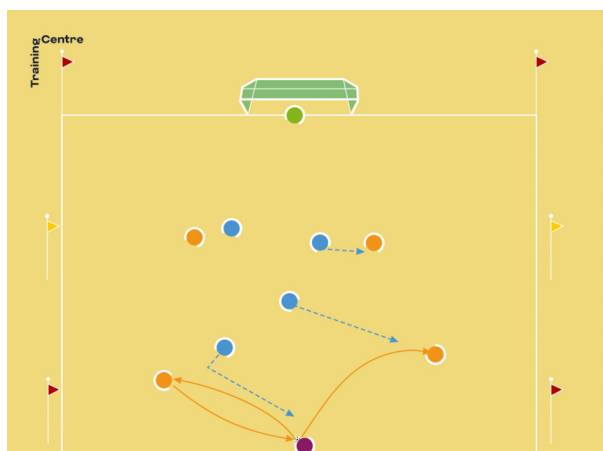


Beach soccer —●— Basculement défensif



Organisation

- 4v4 + 2 gardiens, exercice tout terrain.

Explications

- Mettre les joueurs en situation de match et demander aux défenseurs de sortir systématiquement en pressing sur le porteur du ballon.
- Les défenseurs doivent essayer de couvrir au mieux le changement de position. Au début seul les attaquants changent de position. On commence l'exercice en formation 1-2-2.
- Enchaîner rapidement les attaques, la construction du jeu pour les attaquants débute toujours depuis le gardien.

Variantes

- Laisser la possibilité aux attaquants adverses et aux défenseurs de changer de position cette fois, en équipe. Une variation pour travailler la coordination défensive et l'anticipation dans les changements de positions.

Éléments techniques

- La communication entre les joueurs est primordiale pour l'exercice.
- Apprendre à ne pas laisser libre les espaces stratégiques tel que l'axe du terrain pour les défenseurs.
- Avoir une idée commune de défense avec une rotation précise pour voler le ballon à l'adversaire