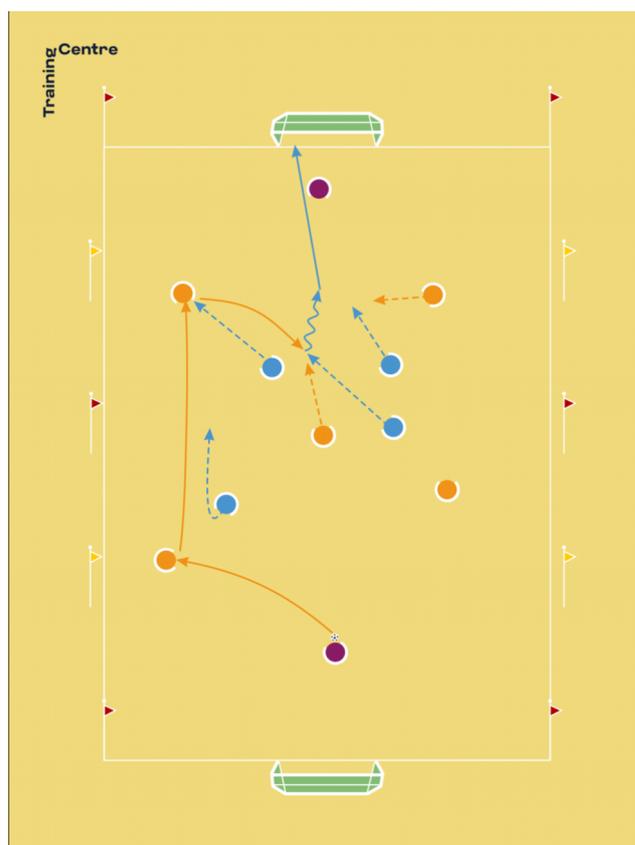


Beach soccer

—●— Travail défensif en bloc



Organisation

- 1 gardien dans chaque but et 4 joueurs en possession du ballon font face à 4 défenseurs (verts) en infériorité (6v4). Utiliser la totalité du terrain.

Explications

- Deux gardiens + 4 joueurs sont en possession du ballon contre 4 défenseurs en vert (6v4). Les 6 joueurs en supériorité doivent essayer de garder la possession du ballon, pendant que les 4 défenseurs doivent trouver le bon moment pour le récupérer.
- L'idée du principe entraîné ici est de presser en équipe, en un seul bloc compact pour récupérer. Défendre ensemble et choisir le bon moment pour mettre la pression et récupérer dans cette situation d'infériorité. Anticipation, communication et coordination sont des points clés dans cet exercice.
- À la récupération l'équipe en défense initialement doit essayer de marquer le plus vite possible pour terminer l'action.

Éléments techniques

- Poser des questions aux joueurs pour savoir quels moments est le plus important pour presser selon eux.
- Lorsque le gardien ou un coéquipier joue un long ballon, voilà un exemple de bon moment pour presser en équipe le joueur receveur et ses coéquipiers proches de lui.