

## Futsal- Défendre son but



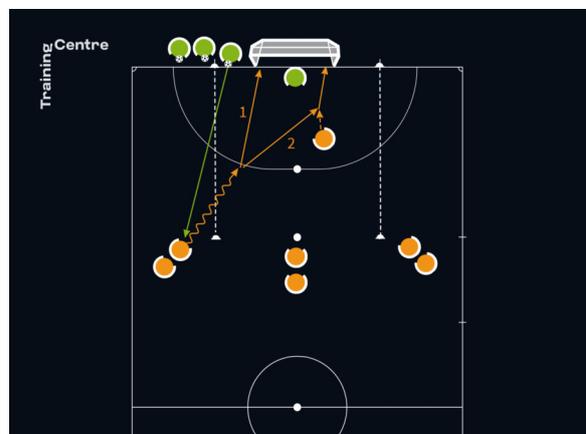
Séquence de base

### Organisation

- Matérialiser une zone de 15 x 20 m.
- Placer un but à l'une des extrémités de la zone.
- Matérialiser une ligne à l'aide de coupelles à 9 m de la ligne de but ainsi que deux zones latérales de 5 m de large.
- Prévoir deux attaquants sur chaque côté, placés 1 m derrière la ligne des 9 m. Placer un attaquant dans la surface. Placer les deux derniers attaquants dans l'axe. À tour de rôle, ceux-ci iront se placer dans la surface, une fois l'action précédente terminée.
- Avec quatre gardiens : placer un gardien dans un but (gardien 1) et les trois autres à côté du but (gardiens 2, 3 et 4).
- Donner un ballon aux gardiens 2, 3 et 4.

### Explication

- La gardien 2, placé à côté du but, a deux solutions pour démarrer chaque séquence : il peut soit servir l'attaquant situé dans la surface, qui devra finir en une touche, soit passer le ballon à l'un des joueurs excentrés, qui devra contrôler, avancer balle au pied et tenter sa chance ou servir son coéquipier au deuxième poteau.
- La séquence prend fin si le ballon sort du terrain, si le gardien parvient à le capter ou si l'attaquant marque.
- Une fois la séquence terminée, les gardiens alternent : le gardien 3 transmet le ballon, à la main et au sol, à l'un des attaquants suivants, le gardien 2 prend place dans le but, le gardien 1 va se placer dans la file à côté du but et le gardien 4 se prépare à lancer la séquence suivante.
- Tant que le ballon est en jeu, tous les joueurs de champ, y compris ceux qui attendent leur tour, peuvent tenter de finaliser (en deux touches maximum).



Le joueur excentré peut tenter sa chance ou servir son coéquipier

### Variante

- L'attaquant situé dans la surface a trois touches maximum pour finaliser.
- Si le gardien capte le ballon, l'attaquant qui vient de tenter sa chance devient défenseur, ce qui génère un 2 contre 1 + gardien. Le gardien passe le ballon, à la main et au sol, à l'un des attaquants et gère cette nouvelle situation avec l'aide de son défenseur.

## Éléments techniques

- Le gardien doit se concentrer sur son placement pour gérer au mieux les différentes situations.
- Il doit constamment ajuster son placement afin d'être toujours situé entre le ballon et son but.
- En cas de lancer de jambe, il doit veiller à faire glisser son talon au sol.



2 contre 1