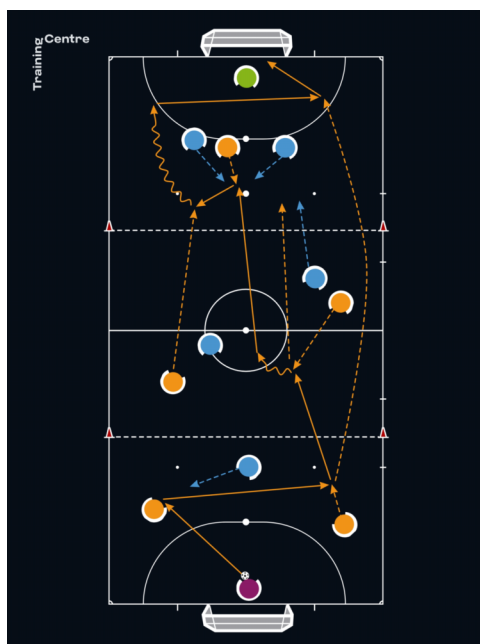


Futsal- —●— Construire de derrière



Organisation

- Divisez le terrain en trois tiers.
- Formez deux équipes de cinq joueurs (plus un gardien).
- Mettez en place un deux contre un dans le premier tiers, un deux contre deux dans le deuxième tiers et un un contre deux dans le dernier tiers.

Explication

- Le ballon doit passer par les trois zones avant qu'un but puisse être marqué.
- Le ballon part du gardien de l'équipe qui attaque.
- Les deux joueurs du premier tiers doivent toucher le ballon au moins une fois chacun avant de pouvoir transmettre dans le deuxième tiers.
- Le joueur qui fait la passe dans le deuxième tiers peut rejoindre les deux coéquipiers qui s'y trouvent déjà afin de créer le surnombre, à trois contre deux.
- Lorsque le ballon arrive dans le troisième tiers, seul un défenseur du deuxième tiers peut redescendre, créant ainsi une situation de quatre contre trois.

Variantes

- Variante 1 : limiter le nombre de défenseurs autorisés dans leur propre moitié de terrain afin de créer un quatre contre trois en faveur de l'équipe qui attaque.
- Variante 2 : tous les joueurs de l'équipe sans ballon peuvent défendre dans leur propre moitié de terrain afin de créer un quatre contre quatre.

Éléments techniques

- Les joueurs doivent se focaliser sur la conservation du ballon afin de pouvoir progresser de tiers en tiers.
- L'équipe avec ballon doit privilégier les passes vers l'avant pour pénétrer dans la défense adverse le plus rapidement possible.
- Ouvrir des lignes de passe au porteur lui offre différentes solutions.
- Il est important de rester patient en phase de possession et d'essayer de créer des espaces.
- La communication non verbale avec ses coéquipiers (gestes, orientation du corps) est essentielle.
- Les feintes de corps peuvent être utiles pour se démarquer et ainsi avoir suffisamment d'espace pour recevoir le ballon.
- Il convient de mettre du rythme, en multipliant les déplacements et en proposant des solutions.
- Faire circuler le ballon rapidement peut désorganiser la défense adverse et ouvrir des brèches.