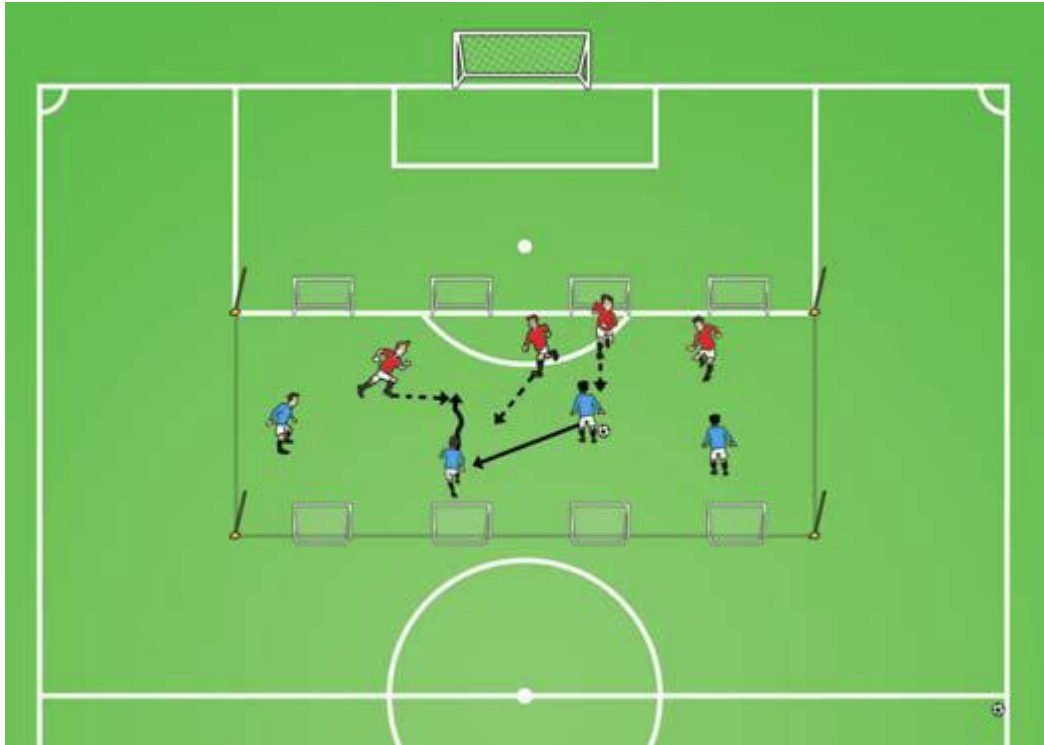


Vestiaires

Premier magazine consacré aux éducateurs de football

Cadrer pour s'opposer à la progression



Former 3 équipes de 4 joueurs. Sur un espace de jeu équivalent à la surface de réparation, deux équipes de 4 joueurs s'affrontent. Chacune doit défendre et attaquer 4 petits buts. Les passes vers l'avant sont interdites. La progression ne peut donc s'effectuer que par la conduite ou le dribble. Une règle qui doit inciter les défenseurs à enchaîner rapidement à la récupération du ballon.

Faire trois séquences de 4 minutes entrecoupées de 2 minutes de récupération. Chaque équipe dispute 2 matches.

Critères de réalisation : cadrer le porteur sans se faire éliminer; orienter le porteur vers un partenaire (prise à deux) pour l'obliger à reculer et jouer derrière; intervenir au bon moment dans les pieds de l'attaquant (ne regarder que le ballon, ne pas se jeter...).