

FICHE TECHNIQUE

**S'ADAPTER ET UTILISER LES PRINCIPES SELON
L'ENDROIT OÙ LE BALLON EST RECUPERE**

MON ÉQUIPE CONTRE ATTAQUE

LES PRINCIPES A UTILISER POUR RENDRE UNE CONTRE ATTAQUE EFFICACE

JOUER DANS L'ESPACE

- JOUER derrière la dernière ligne défensive (dans le dos de la défense adverse) (largeur / profondeur)

CONSERVER LA BALLE

- Conserver un peu le ballon le temps d'attirer l'équipe adverse dans une zone avant de renverser

JOUER DANS LES PIEDS

- OFFRIR UNE SOLUTION DE PASSE a l'interieur du jeu si toutefois il n'y a pas d'espace dans le dos de la ligne défensive adverse

CONDUITE DE BALLE

- Si aucune solutions de passes, conduire le ballon dans l'espace de contre attaque (intensité , vitesse d'exécution)

JOUER A L'OPPOSÉ

- Tenter de trouver rapidement le joueur lancé à l'opposé ou le joueur le plus proche de l'espace à l'opposé

JOUEUR LIBRE

- Trouver le joueur libre en utilisant différents types de passes (longues , au sol, aérienne, mi-longues...)

COURIR

COURIR

COURIR

COURIR

DISPO EN PDF SUR



WWW.JOSSELINLEBRETONEDUCATEUR.COM