



Déroulement du jeu

Le jeu devrait idéalement se dérouler en trois parties distinctes.

- **1ère partie** : mise en place du jeu avec observation libre. Le coach laisse jouer afin d'identifier les comportements, les réussites et les points à améliorer.
- **2ème partie** : intervention du coach. Il apporte les points de coaching, corrige les aspects importants et rappelle les objectifs du jeu. Les consignes doivent être simples, concrètes et directement applicables lors de la reprise.
- **3ème partie** (au milieu de la séance ou entre deux séquences) : il serait intéressant de désigner un joueur par équipe qui devra partager deux points de coaching (ce qu'il a compris, ressenti ou observé).

Cela permet d'impliquer les joueurs, de vérifier leur compréhension et d'identifier



comment ils ont vécu la situation sur le terrain.

L'objectif est de favoriser la réflexion des joueurs, leur autonomie et la communication au sein de l'équipe, tout en renforçant l'apprentissage collectif.

Organisation du jeu et taille du terrain

- 2 équipes à l'intérieur qui s'affrontent
- 1 équipe à l'extérieur du terrain répartie autour de la zone de jeu, servant de sources de ballons. Chaque joueur extérieur dispose de 2 ballons à ses pieds.

La taille du terrain dépend du nombre de joueurs.

Règles du jeu

Match libre

Mais si le ballon sort du terrain, ou un but est marqué:

- Le coach annonce un numéro correspondant à un joueur extérieur.
- Le joueur appelé remet immédiatement un ballon en jeu.

But du jeu

- L'équipe qui avait le ballon doit réagir instantanément
 - soit effectuer un contre-effort défensif si elle perd l'avantage,
 - soit se projeter en transition offensive rapide si la nouvelle mise en jeu lui est favorable.

Planification du jeu

Jeu à répéter chaque semaine. Sur une [planification](#) qui correspond à :

- 2 microcycles -> mon équipe perd le ballon
- 2 microcycles -> mon équipe gagne le ballon



Microcycle	Objectif	Points de coaching TE et TA	Mots clés	Phase de jeu
M1	Fermer l'axe et protéger le but	<p>Orientation motrice (position latérale et sur la pointe des pieds) Chercher le duel corps à corps (reconnaître les signaux) Bloquer les tirs, les centres et les passes Mettre immédiatement sous pression le porteur Chercher le duel et le gagner Marquage Réduire l'espace Freiner Orienter</p> <p>Orientation motrice (position latérale et sur la pointe des pieds) Chercher le duel corps à corps (reconnaître les signaux)</p>	Rester proche et compact	Mon équipe perd le ballon
M2	Orienter l'adversaire et le danger vers l'extérieur	<p>Bloquer les tirs, les centres et les passes Mettre immédiatement sous pression le porteur Chercher le duel et le gagner Marquage Réduire l'espace Freiner Orienter</p>	Orientation et mise sous pression	Mon équipe perd le ballon



Microcycle	Objectif	Points de coaching TE et TA	Mots clés	Phase de jeu
M3	Projection vers l'avant	Prise de décision rapide Sortir de la zone de récupération (éviter le contre pressing). Jouer en 1ère intention Première touche (contrôle, passe, dribbling et conduite du ballon) Orienter vers l'avant (jeu vertical) Dribbling Contrôle du ballon (Orienter vers l'avant -> jeu vertical ou orienter dans l'espace libre -> possession du ballon)	Attaquer l'espace libre	Mon équipe récupère le ballon
M4	Orienter vers l'avant (jeu vertical)	Occupation du terrain (Utiliser les zones extérieures et la profondeur) Verticalisation du jeu (Chercher le joueur cible, Attaquer l'espace dans le dos de la défense)	Recommencer une action ou Se projeter	Mon équipe récupère le ballon