

Programme d'encadrement des talents de la FIFA: Restrictions par zone



Organisation

- Délimiter une aire de jeu de 30 x 10 m divisée en 3 zones dans le sens de la largeur.
- Constituer 2 équipes de 6 (orange et bleue).
- Disposer 2 joueurs de chaque équipe dans chacune des 3 zones.
- Prévoir un joueur neutre (gris), qui commence l'exercice dans la zone centrale.

Explication

- Les joueurs de l'équipe en possession doivent avancer de zone en zone tout en respectant celle qui leur a été assignée.
- Le joueur neutre joue avec l'équipe qui a la balle.
- L'équipe sans ballon essaie de récupérer la possession, un de ses joueurs étant autorisé à quitter sa zone pour presser.
- Si elle récupère le ballon, les rôles s'inversent.
- Si le ballon sort de l'aire de jeu, un des entraîneurs remet en jeu sur un joueur de l'équipe en possession.

Variante

- Un joueur de l'équipe en possession est autorisé à quitter sa zone.

Éléments techniques clés

- L'organisation de l'exercice, avec les joueurs répartis dans chaque zone, incite les défenseurs à anticiper pour passer devant leur adversaire et récupérer la balle.
- Les joueurs qui reçoivent la balle doivent être efficaces dans leur prise d'information, leur déplacement et leur orientation afin d'éviter une interception ou une récupération adverse
- À ne pas faire : les joueurs de l'équipe en possession doivent offrir rapidement plusieurs lignes de passe dégagées au porteur, tout en évitant de se trouver à deux sur une même ligne.
- À ne pas faire : les joueurs de l'équipe en possession doivent offrir rapidement plusieurs lignes de passe dégagées au porteur, tout en évitant de se trouver à deux sur une même ligne.

Rôle des entraîneurs

- Entraîneur 1 : explique l'exercice et donne des indications aux joueurs sur la façon de se déplacer pour avancer plus efficacement.
- Entraîneur 2 : encourage les joueurs situés dans l'une des zones et assure les remises en jeu.
- Entraîneur 3 : encourage les joueurs situés dans une autre zone que celle de l'entraîneur 2 et assure les remises en jeu.