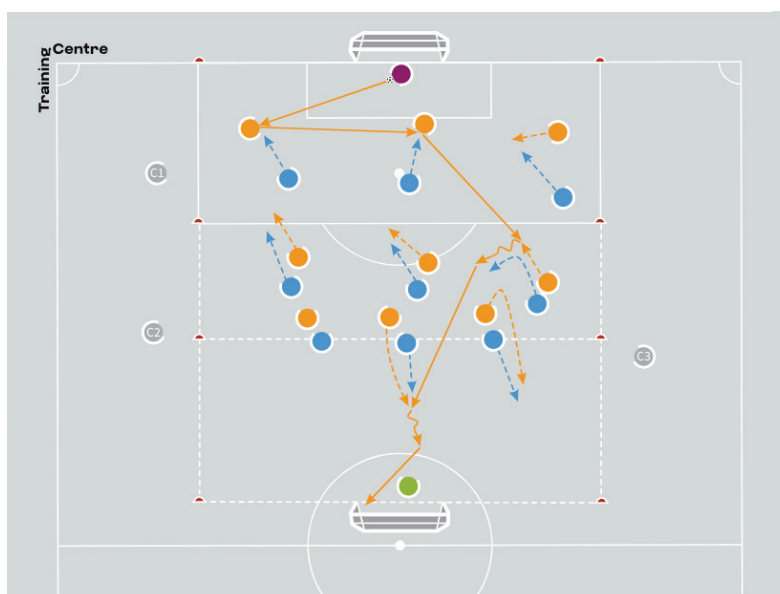


Programme d'encadrement — des talents de la FIFA: Marquage individuel



Organisation

- Délimiter une aire de jeu de 40 x 30 m.
- Placer un but standard à chaque extrémité de l'aire de jeu.
- Diviser la zone en trois dans le sens de la largeur, selon le schéma ci-dessus.
- Constituer deux équipes de 10 (orange et bleue).
- Placer un gardien dans chaque but.
- Chaque équipe se dispose en 3-3-3.

Consignes

- Le ballon part de l'un des gardiens de but.
- L'équipe en possession construit et tente de marquer dans le but adverse.
- L'autre équipe essaie de récupérer le ballon. Si elle y parvient, elle passe en attaque.
- Dès qu'un joueur marque un but ou que le ballon sort du terrain, le jeu reprend à partir d'un gardien.
- La règle du hors-jeu s'applique aux deux équipes dans le dernier tiers.
- Chaque équipe se réunit pendant une minute pour discuter des problèmes rencontrés et trouver des solutions avant de suggérer des possibilités d'amélioration auprès d'un entraîneur. L'exercice reprend à l'issue de ce bref échange.

Éléments techniques clés

- Le marquage individuel implique que le joueur en défense reste à courte distance de son vis-à-vis, en particulier le porteur de balle. Les défenseurs éloignés du ballon ne doivent pas oublier d'assurer la couverture et l'équilibre défensif.
- Les joueurs en défense doivent se rapprocher de leur vis-à-vis dès qu'ils comprennent que l'équipe adverse a l'intention de jouer dans sa zone.
- La communication entre les défenseurs et le gardien de but est essentielle pour organiser l'équipe et éviter des situations comme celle-ci, où deux joueurs marquent le même adversaire, offrant ainsi à l'autre équipe un espace à exploiter.
- Face à un marquage individuel, l'équipe qui a le ballon doit chercher à aspirer ses adversaires pour créer et exploiter des espaces.

Rôle des entraîneurs

- Entraîneur 1 : dirige l'exercice et explique les objectifs.
- Entraîneur 2 : écoute les commentaires de l'une des équipes.
- Entraîneur 3 : écoute les commentaires de l'autre équipe.