

Futsal- Défendre sur les tirs à mi-distance



Séquence de base

Organisation

- Utiliser une seule moitié de terrain.
- Placer un but à chaque extrémité de la surface de jeu.
- Placer un gardien dans chaque but.
- Délimiter une surface de 2 x 20 m au centre de la zone d'exercice.
- Placer un attaquant dans la zone délimitée.
- Les joueurs restants se placent en file indienne derrière la ligne de touche au niveau de la zone centrale, avec un ballon chacun.

Consignes

- Le premier joueur de la file adresse une passe à l'attaquant placé dans la zone centrale.
- Il peut attaquer le but de son choix et a deux possibilités :
 - Tirer en première intention.
 - Faire un contrôle orienté pour sortir de la zone délimitée et défier le gardien en duel. Dans ce cas de figure, l'attaquant a trois secondes pour tirer au but.
- Si le gardien se saisit du ballon, il lance une contre-attaque en faisant rouler la balle hors de sa surface de réparation et en dribblant. L'attaquant qui vient de tirer doit se replacer en défense après avoir touché une coupelle sur la ligne des 5 mètres.
- Si l'attaquant marque, il conserve sa place et reçoit une passe du même passeur.
- Si son tir sort du terrain, il rejoint la file de passeurs et le joueur suivant prend sa place dans la zone centrale.

Variantes

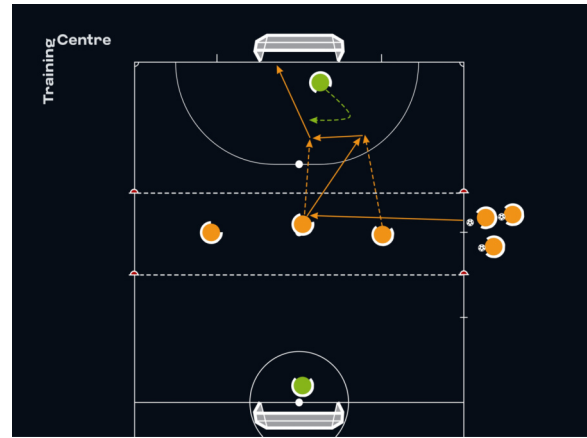
- Variante 1 : placer trois attaquants dans la zone centrale. Ils devront décider entre eux qui sera le tireur et si le tir sera en première intention ou précédé d'un contrôle orienté.
- Variante 2 : l'attaquant a la possibilité de servir un coéquipier. Ce dernier devra tirer en une touche à l'intérieur de la surface de réparation.
- Si le gardien capte le ballon, il lance une contre-attaque. Le dernier attaquant à avoir touché la balle se replie en défense, ce qui crée une situation de 2 contre 1.



Variante 1

Éléments techniques

- Demander aux gardiens de sortir dès qu'ils comprennent que l'attaquant a choisi de contrôler et non de tirer en première intention.



Variante 2