

Futsal

—•— Orienter le jeu vers l'avant



Organisation

- Jouer sur le terrain entier.
- Diviser le terrain en trois zones, avec une zone centrale de 10 m de long.
- Organiser un 2 contre 2, plus gardiens, devant chaque but.
- Organiser un 1 contre 1 dans la zone centrale, plus un joueur neutre à l'appui de l'équipe en possession.

Explication

- L'exercice commence par une rentrée de touche depuis la ligne de touche de la zone centrale. Il ne s'interrompt que lorsque le ballon sort du jeu.
- Seul le ballon peut passer d'une zone à une autre.
- Les joueurs doivent toujours rester dans leur zone attribuée.

Variantes

- Un joueur supplémentaire peut venir aider les attaquants pour créer une situation de 3 contre 2 dans les zones d'en-but.

Éléments techniques

- S'écarter du porteur du ballon pour éviter d'attirer les adversaires vers lui.
- Étirer le jeu sur la longueur et la profondeur pour mieux attaquer.
- Essayer de regarder, de passer et de se déplacer vers l'avant afin d'exploiter toutes les occasions.
- Effectuer des déplacements sans ballon pertinents et créer constamment des lignes de passes qui permettront de progresser peu à peu vers le but.
- Créer le décalage par des passes rapides et appuyées.
- Se rendre disponible après chaque passe.
- Changer constamment de joueur neutre pour accélérer la transition.