

MATCH EN ZONES



Consignes de l'exercice :

Mise en place :

- Un terrain divisé en **trois zones : rouge (défense), jaune (milieu), et bleu (attaque)**.
- Deux équipes avec **un gardien par équipe**.
- **2 joueurs de chaque équipe positionnée** dans chaque zone, soit **12 joueurs au total**.
- Possibilité d'adapter le nombre de joueurs selon les effectifs disponibles.

Déroulement :

1. **Départ du jeu** : Les **rouges** débutent en **zone de défense** avec les joueurs **1 et 2**, face aux attaquants **bleus 5 et 6**.
2. Un joueur **bleu** de la **zone jaune (milieu de terrain)** peut rejoindre l'attaque pour créer une **supériorité offensive (3 vs 2)**.
3. Les **rouges** peuvent progresser en **passant la balle dans la zone jaune** avant d'aller en attaque, **ou envoyer directement le ballon en zone bleue**.
4. Lors du passage en attaque, un **milieu rouge** peut également avancer pour créer une nouvelle **supériorité offensive**.
5. **Objectif** : Jouer en **créant des supériorités offensives** tout en respectant les **zones** et le positionnement des joueurs.

Objectifs pédagogiques :

- Prise de décision
- Progression du ballon
- Vision de jeu
- Décisif devant le but

Matériels :

- 2 buts
- Assiettes de 3 couleurs
- Ballons