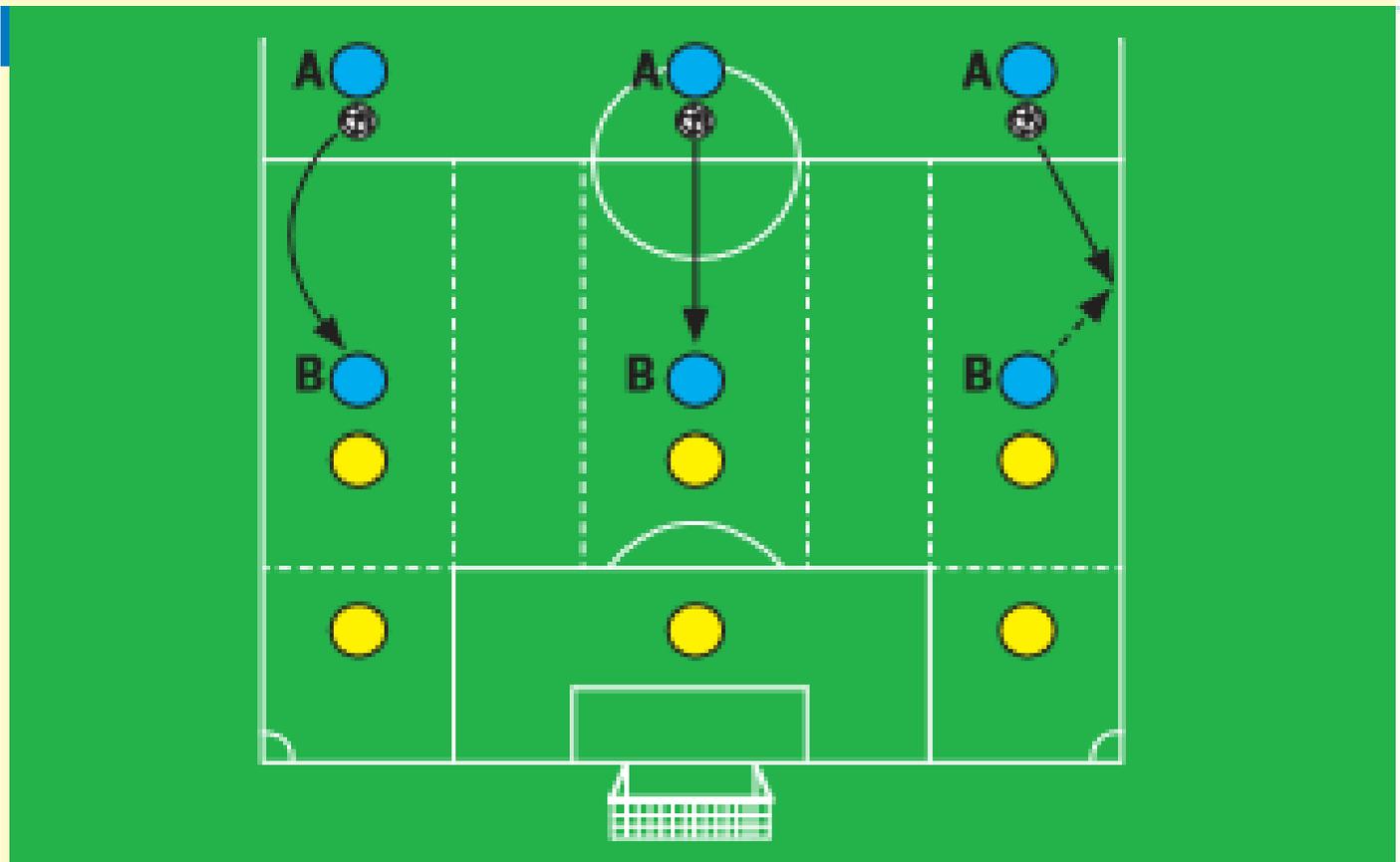


## CONSERVER LE BALLON ET ATTAQUER

**Organisation :**

- ✓ 3 groupes de 4 joueurs.
- ✓ Surfaces délimitées.
- ✓ On joue 1v1 – temps limité
- ✓ Fini dès la sortie du ballon

**Points de correction :****Attaquant :**

- ✓ Chercher le dribble
- ✓ Changement de rythme
- ✓ Faire croire
- ✓ Déstabiliser les appuis du défenseur
- ✓ Conserver son temps d'avance

**Défenseur :**

- ✓ Comportement défensif
- ✓ Cadrer (distance et vitesse)
- ✓ Orienter (Attention – exercice avec 4 buts)
- ✓ Intervenir
- ✓ Enchaîner

**Règles :****Déroulement :**

- ✓ A joue à B qui se libère du marquage du défenseur. Ballon au pied, il tente de le conduire derrière la ligne de défense.
- ✓ Si le défenseur récupère, il joue en retrait sur le défenseur derrière la ligne.

**Variante:**

- ✓ Si le défenseur sort le ballon par un duel ou un tackle glissé, il fait 1 point.