Stratégie offensive rapide

Football • Lycée Terminale • CA4

Objectif

Mettre en place une attaque rapide organisée

But

Marquer en moins de 10 s après récupération

Thème

Construire une stratégie offensive et défensive en lien avec les rôles de chacun

Organisation et rôles

5 joueurs en action, 1 observateur par équipe; rotation toutes les 5 min — 12 élèves, dont 10 en action et 2 observateurs.

Sécurité

Respect des règles de contact, intensité progressive, espace dégagé

Consigne

Match réduit 5c5 sur 30×20 m. Après récupération, équipe doit tirer dans les 10 s. +1 point si but dans le temps imparti.

Critères de réalisation

- Passer rapidement vers l’avant
- Se démarquer immédiatement
- Occuper la largeur du terrain

Critère de réussite

≥ 3 buts rapides en 10 min

Matériel

10 chasubles, 6 plots, 4 ballons, 2 mini-buts

Variables de différenciation

- Durée attaque 8–12 s
- Terrain 25–35 m
- Nombre de joueurs 4c4 à 6c6