2c2 avec repli défensif

Football • Lycée Seconde/Première • CA4

Objectif

Travailler couverture et entraide défensive

But

Limiter adversaire à 5 tirs cadrés en 8 min

Thème

S'organiser en défense (cadrage, couverture, repli défensif)

Organisation et rôles

Groupes de 4 avec alternance attaque/défense — 4 élèves, dont 4 en action et 0 observateurs.

Sécurité

Surveiller contacts aux appuis

Consigne

Terrain 20×15 m. 2 attaquants contre 2 défenseurs. Défenseurs doivent cadrer et couvrir. Relais après 2 min.

Critères de réalisation

- Un cadrage actif
- Un joueur en couverture
- Communication défensive

Critère de réussite

≤ 5 tirs cadrés concédés en 8 min

Matériel

8 plots, 4 ballons, 2 mini-buts

Variables de différenciation

- Terrain 18–22 m
- Durée séquence 6–10 min
- Touches max 3–4