

# Construire le jeu

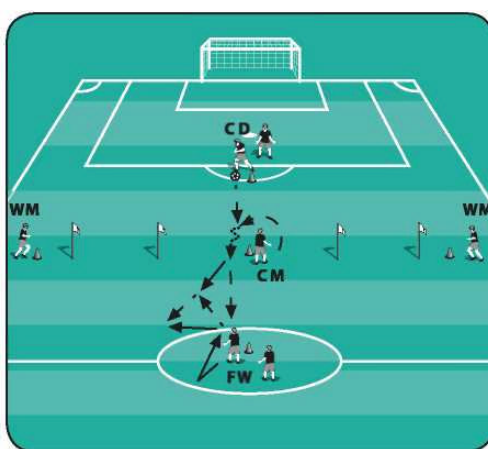
Par Per Jense IFK LULEA (2eme division suédoise)

## exercice 1: Construction en passe

Exercice en 2 phases : la première phase démarre avec le défenseur central qui effectue une bonne passe du pied droit au milieu axial qui se retourne et passe de l'intérieur du pied droit à l'attaquant (après un appel – contre appel avant contrôle du ballon) . qui remet au milieu qui a suivi sa passe . Celui-ci lui remet à nouveau .

Points de coaching :

- Le défenseur central doit doser sa passe au milieu de terrain
- Le milieu ne doit pas venir vers le défenseur central.
- Le milieu doit montrer à l'attaquant qu'il veut combiner avec lui.



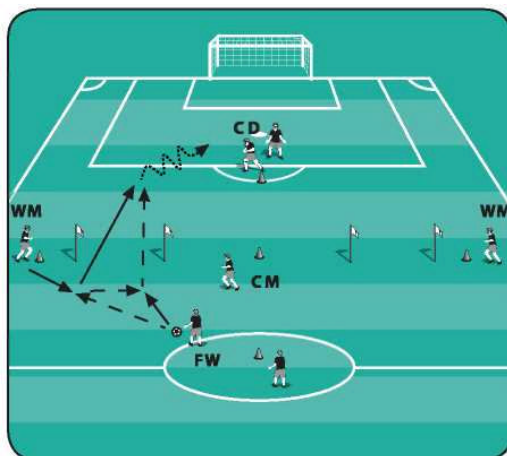
## Exercice 2 : seconde phase

La seconde phase commence après que le passe et suit (ou 1-2) soit terminé entre l'attaquant et le milieu axial. L'attaquant maintenant effectue un « passe et suit » avec l'un des milieux excentrés . Après avoir retourné la passe , le milieu excentré effectue une course diagonale entre les constricts représentant la ligne défensive adverse.

Il reçoit à nouveau la balle et donne au défenseur central pour une nouvelle construction finissant côté opposé.

Point de coaching :

- le milieu excentré peut choisir une course entre les constricts ou à l'extérieur de l'un d'eux.



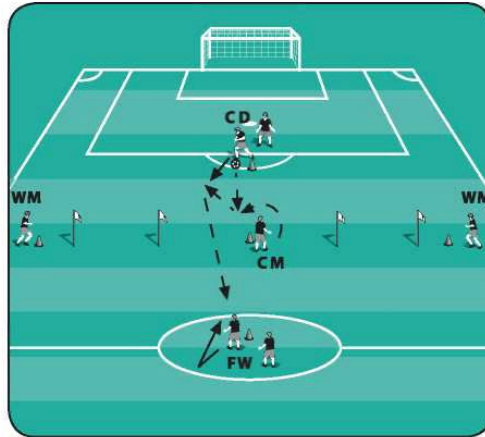
Cliquez ici pour voir les figures animés : [www.entraineurdefoot.com/lulea1.html](http://www.entraineurdefoot.com/lulea1.html)

### Exercice 3 construction du jeu en passe (Première phase)

La construction est la même que dans l'exercice 1 sauf que le défenseur central, à la sortie du 1-2-3 donne en profondeur à l'attaquant qui a effectué un appel-contre appel.

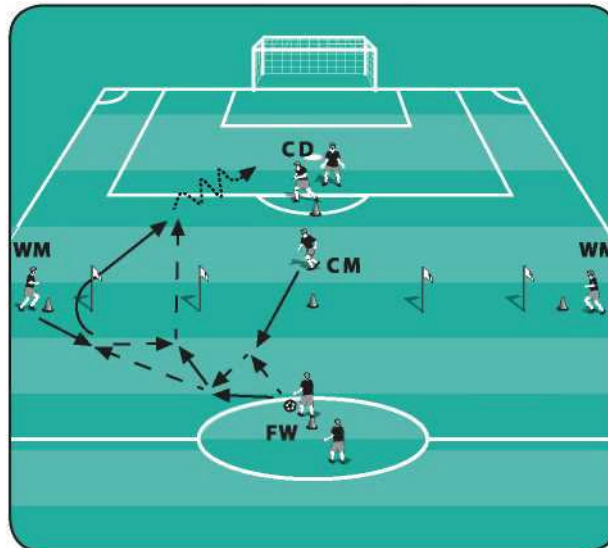
Points de coaching :

- Le défenseur central ouvre l'angle de passe du milieu axial
- Le milieu axial reste face au défenseur central jusqu'à la passe à l'attaquant.



### Exercice 4 construction du jeu en passe (Seconde phase)

La seconde phase se déroule sous la forme de 2 une-deux entre l'attaquant d'un côté, le milieu axial et le milieu excentré de l'autre, pour finir avec une passe en profondeur dans l'espace comme dans l'exercice 2. L'exercice continue de l'autre côté.



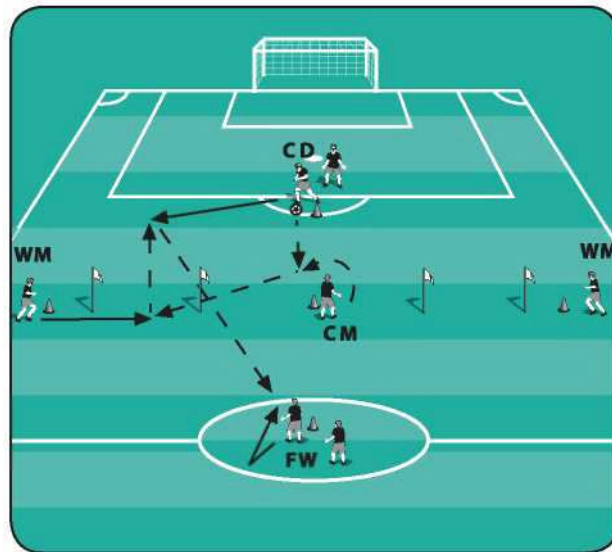
Cliquez ici pour voir les figures animés : [www.entraineurdefoot.com/lulea2.html](http://www.entraineurdefoot.com/lulea2.html)

### Exercice 5 : construction en passe

La première phase démarre avec la passe du défenseur central pour le milieu axial qui s'est déplacé pour créer une ouverture. Le milieu axial donne en une touche au milieu excentré qui remet en retrait au défenseur central qui peut alors passer à l'attaquant.

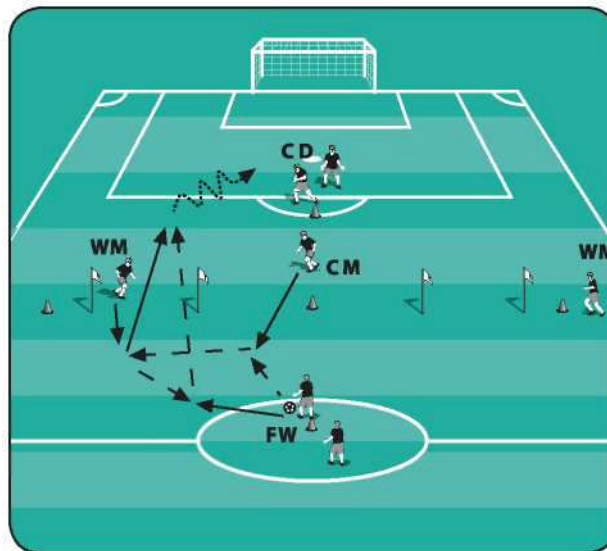
Points de coaching :

- Le défenseur ne doit pas venir trop vite vers le milieu excentré pour recevoir la passe mais doit créer un angle de passe.
- L'attaquant doit continuer à se déplacer et être réactif aux passes.
- Le milieu excentré ne doit pas s'élancer trop tôt vers l'intérieur pour recevoir la passe du milieu axial.



**Exercice 6** : construction en passe suite

Dès que la balle est reçue par le défenseur central , le milieu axial se tourne pour recevoir une passe de l'attaquant . . Le milieu axial effectue une passe en une touche au milieu excentré qui remet à l'attaquant . Le milieu excentré effectue ensuite une course de démarquage derrière la ligne défensive pour recevoir à nouveau la balle de l'attaquant.



Cliquez ici pour voir les figures animés : [www.entraineurdefoot.com/lulea3.html](http://www.entraineurdefoot.com/lulea3.html)