

# Football – Préparer des buts ensemble: 4 contre 4 + 2 jokers (cat. E)

Patrick améliore le jeu collectif et l'application des principes de jeu dans cet exercice.

Patrick et ses coéquipiers affrontent l'équipe de Boris. Reto et Nadine sont les jokers, ils jouent toujours avec l'équipe en possession du ballon. Après cinq minutes, les joueurs discutent des principes de jeu avec l'entraîneur. Aujourd'hui, ils mettent l'accent sur «l'utilisation de la largeur et de la profondeur».

L'entraîneur leur explique la fleur. Quand l'équipe est en possession du ballon, la fleur s'ouvre. Les joueurs occupent donc les côtés et l'attaquant se place loin devant. Cela permet d'allonger les échanges et de réduire ainsi la pression sur le joueur. Si l'équipe perd la balle, la fleur se referme et les joueurs resserrent les rangs.



Terrain de jeu: env. 20 x 30 m

## Variantes

- Réduire le nombre de joueurs: 3 contre 3 + 2 jokers, 2 contre 2 + 2 jokers.
- Augmenter le nombre de jokers: 3 contre 3 + 3 jokers.
- Imposer ou limiter le nombre de contacts avec le ballon.
- Limiter le temps de l'attaque.
- Modifier la grandeur des terrains (largeur et longueur).

**Matériel:** Ballons, buts pour enfants, chasubles, assiettes de marquage

Source: Raphael Kern, responsable football des enfants ASF, Peter Knäbel, directeur technique ASF, Bruno Truffer, chef de sport J+S Football



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

Office fédéral du sport OFSPO