# **Principes de jeu**

Comment attaquer  
*"Vous pouvez être sûr de réussir dans vos attaques si vous ne l'attaque des endroits qui ne sont pas défendus»***Sun Tzu, L'Art de la guerre**

**1. Pénètrent**Toujours essayer de marquer:. "Puis-je marquer?".  
  
**2. Soutien**Aidez le joueur qui a le ballon.  
  
**3. Créer largeur**Lorsque vous attaquez, utiliser toute la largeur du terrain.  
  
**4. Créer de la profondeur**  
Lorsque en possession, vous devriez tenter d'étirer l'opposition aussi bien verticalement que horizontalement.  
  
**5. Surprise / créativité**La balle doit être déplacé vers le but le plus rapidement possible mouvement et le joueur doit être immédiate et difficile à prédire. Les joueurs doivent être créatifs dans leur façon de bouger la balle.  
  
**6. Mobilité**Les attaquants doivent faire des courses dans les différentes zones du terrain afin d'attirer les défenseurs de leurs positions, en essayant de déséquilibrer la défense.  
  
Comment se défendre  
  
**1. Pression / délai**Pour empêcher les attaquants de pénétrer dans la défense, le premier défenseur (le joueur le plus proche de la balle) devrait exercer une pression immédiate pour le porteur du ballon.  
Son objectif n'est pas de gagner le ballon, il est de ralentir l'attaque, obtenir la tête de l'attaquant vers le bas et d'essayer de forcer l'attaquant dans un endroit où elle ne peut pas tirer.  
  
**2. Couverture / support**Le défenseur qui est la deuxième plus proche de la balle prend une position intermédiaire entre le premier défenseur et le but et fournit une couverture. Son rôle est de prendre en charge le poste de premier défenseur si l'attaquant parvient à passer son coéquipier.  
  
**3. Balance**Alors que les défenseurs des premier et deuxième travaille sur l'attaquant avec le ballon, le reste de la défense assure l'équilibre.  
Leur travail consiste à couper les options de passage, surveillez les autres attaquants faisant court et à assumer le rôle de soit le défenseur première ou la seconde si le besoin s'en fait sentir.  
  
**4. Compact (également connu sous le nom de concentration)**Pour éviter de laisser des lacunes dans la défense qui peut être dribblé ou passé à travers, les défenseurs devraient concentrer leurs numéros dans la région de la hauteur entre le ballon et le but.  
  
**5. Contre-attaque**La finale - et le plus important - le principe de défense consiste à toujours prendre une opportunité pour lancer une contre-attaque.