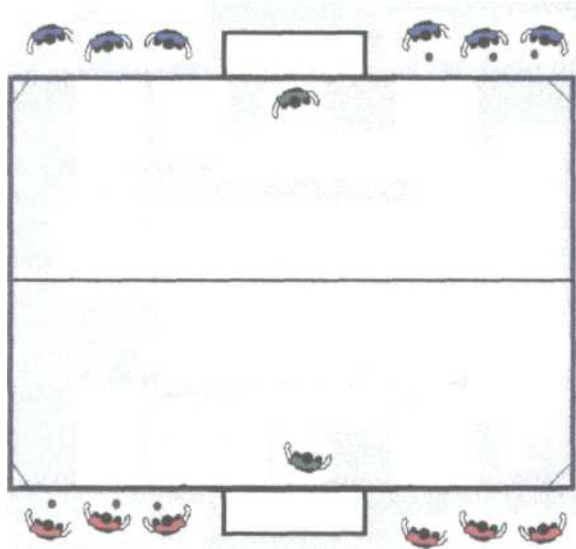


# Craig Brown\* : préparation d'une équipe au tir

Craig Brown a été entraîneur national de l'équipe d'Écosse. Cette séance, relatée par Chris James, est une séance incluse dans la formation des entraîneurs pour la licence « A » UEFA.

## Multi passes et tir au but.

La taille de la zone de jeu dépend de la capacité des joueurs. On peut tabler sur 50m entre les 2 buts. Les joueurs par paire attendent sur la ligne de but. Les joueurs avec ballon sont à gauche du but.

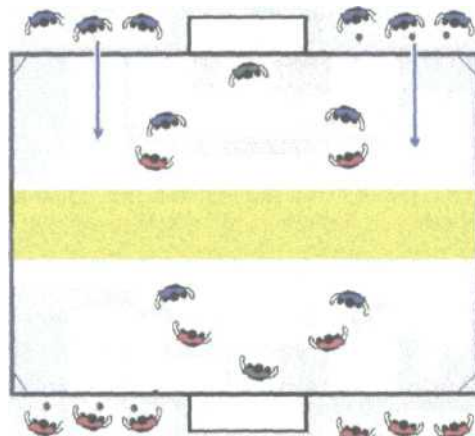


Plusieurs activités sont possibles.

- répétitions de passes et tirs.
- répétition de passes, feinte et tir
- Jouer latéralement pour le partenaire pour un centre, centre conclut de la tête ou du pied
- Passe en profondeur pour le partenaire qui contrôle, cours et shoote sous la pression du défenseur parti en même temps que la passe initiale
- Introduire des ailiers dans chaque direction. Jouer sur le côté, changer de côté pour l'autre ailier qui centre.
- Introduire un défenseur qui choisit de défendre contre un des 2 attaquants. On peut utiliser le défenseur dans tous les entraînements précités dès que les joueurs ont maîtrisé une fois les mouvements de base

### Progression

Une extension de cette activité de répétitions de passes et frappes est d'introduire 2 joueurs en appuis et 2 attaquants.. 2 joueurs viennent alors par les côtés en se servant des appuis. Mouvement continu de passes du centre vers l'extérieur puis en profondeur pour les attaquants. La bande jaune au milieu du terrain sert de "no mans land" ou les 2 attaquants peuvent venir servir d'appui au porteur de balle sans être attaqués..



Après l'attaque, les 2 joueurs retournent à leur place. L'opération se mène ensuite dans l'autre sens. On peut maintenant réaliser l'exercice en 4 v 2 dans la première zone et 6-2 dans la zone offensive avec l'apport des 2 joueurs extérieurs.

Si le 6 v 2 est très favorable à l'équipe attaquante, les 2 joueurs en appui peuvent être obligés de rester dans la zone défensive.

La zone centrale peut aussi être enlevée.

### Coacher avec 3 défenseurs centraux.

Cet exercice démarre avec le gardien relançant dans la zone centrale d'un terrain de 40mx40 avec une zone délimitée au 35m où on s'affronte en 4v4 ou 5v5. Dans la zone de but, 3 défenseurs contre 2 attaquants.

Après un nombre fixé de passes entre eux (3 ou 4 par exemple), l'attaque démarre. D'abord sans personne dans la première zone, puis avec les 3 défenseurs, puis en rajoutant les 2 attaquants.

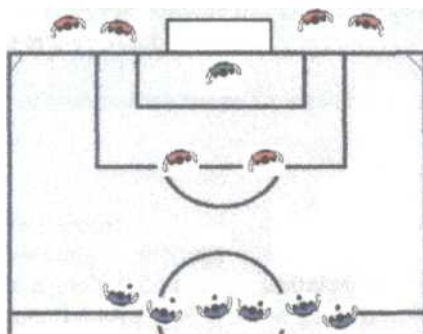
Ces 2 attaquants ne peuvent rentrer en jeu qu'après que leur équipes est effectuée un nombre donné de passes.

Si le jeu se développe correctement, on peut ensuite agrandir les 2 zones sur une distance de 70 m au lieu de 40.



### Travail progressif de frappes

Cette extension de l'exercice du "shoot out" (tous les joueurs conduisent le ballon et frappent en même temps, le gardien doit en repousser le maximum) inclut non seulement le gardien mais aussi 2 défenseurs positionnés au 16m. D'autres défenseurs, placés le long de la ligne de but, remplacent à chaque vague les deux défenseurs en situation toutes les 2 attaques.



Les attaquants avec le ballon sont placés à 35m du but. Le premier attaquant part seul et essaie de marquer malgré les défenseurs. Et ainsi de suite.

Quand tous les attaquants sont passés en individuel, on construit des 2v2, puis des 3v2.

Le jeu continue ainsi jusqu'à un 6v2

Le jeu se déroule avec la règle du hors jeu

On peut aussi demander que le but soit marqué de la tête à partir du surnombre offensif.