

LE SWITCH: CHANGEMENT DES ANGLES D'ATTAQUES

Par David Moyes Entraîneur d'Everton

Cette session est conçue pour encourager et développer le football rapide et incisif. Les joueurs devraient regarder pour commuter rapidement le point d'attaque, utilisant le dépassement vers l'avant et les passes en angle, les une-deux, en utilisant en outre des déplacements plus intelligents.

La capacité de maintenir la possession et changer rapidement le front de jeu sont importantes pour désarçonner les défenses adverses et créer l'espace pour des occasions de but.

Séance principale

Organisation

Zone : 55x35 yards

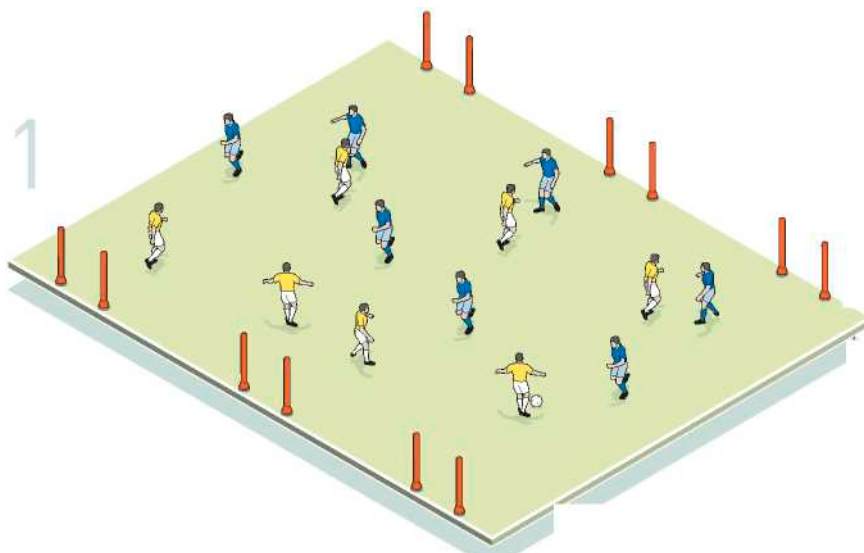
Matériel : ensemble de constricts, ballons

Nombre de joueur : 14

Que dois je faire pour l'obtenir des joueurs ?

Jeu 7 vs 7, avec chaque équipe qui défend trois buts espacés à points égaux le long des plus longs côtés. L'entraîneur sert la balle à une équipe dont le but est de marquer des points dans chacun des trois buts de l'opposition.

Dans la possession, l'équipe attaquante doit avoir l'intention de passer rapidement et d'effectuer des changements de jeu, chercher des passes vers l'avant avec différents angles. Si ils ne peuvent pas marquer des points, ils doivent garder la balle.

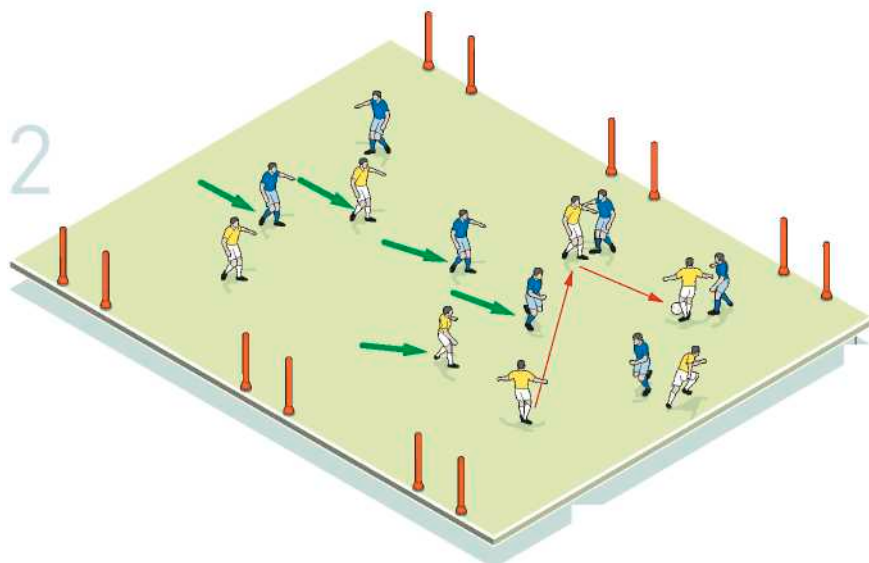


Quels sont les éléments clés à rechercher du point de vue technico-tactique?

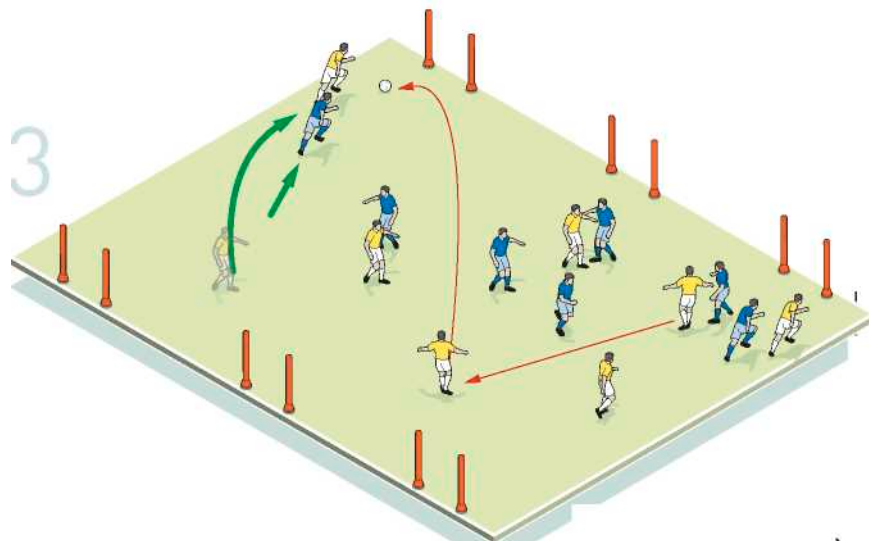
Techniquement nous cherchons des joueurs pour déplacer la balle rapidement en maintenant le contrôle à tous moments. Nous attendons qu'ils varient le jeu avec des passes courtes et des passes longues.

. En outre, il y a les principaux aspects tactiques à réaliser. Si possible, nous recherchons l'équipe attaquante pour fabriquer les situations de 2v1 du côté opposé au jeu (c.-à-d. dans des secteurs opposés au positionnement du ballon). Le changement de jeu est progressif et devrait finalement finir avec des objectifs créant des situations créées de centres, des frappes ou des une-deux.

..



L'équipe jaune commence avec la possession de la balle Les joueurs construisent des mouvements rapides en passe



Le joueur côté gauche crée l'espace pour le changement de jeu .

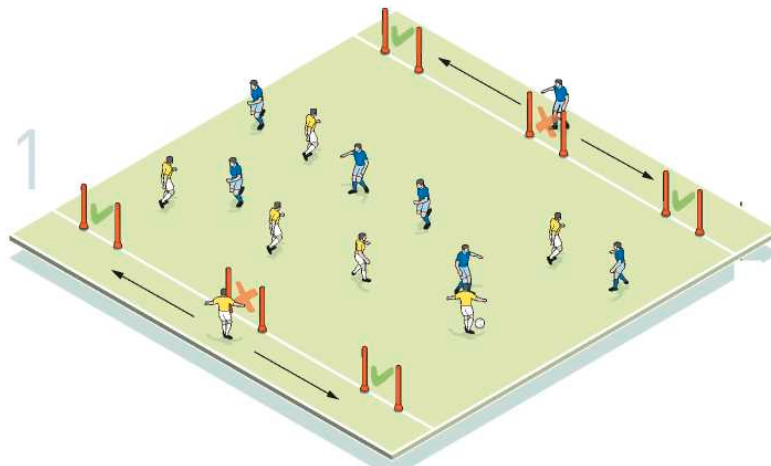
Changement de jeu . Progression

Comment est-ce que je fais progresser ma séance ?

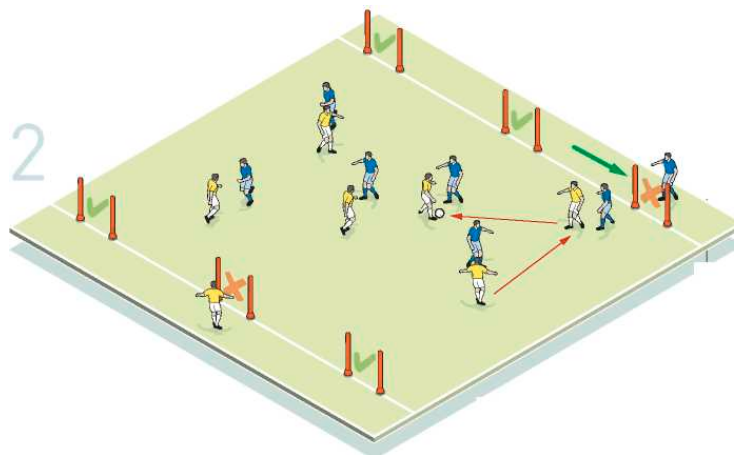
Nous progressons la session avec l'introduction de « liberos » .

Chaque équipe a un libéro qui joue derrière la ligne du but, par conséquent sur la zone derrière les 3 buts. On ne peut plus marquer des points dans un but que le libéro protège. L'introduction de forces des libéros oblige les joueurs à garder leurs têtes pour établir où l'attaque devrait être dirigée.

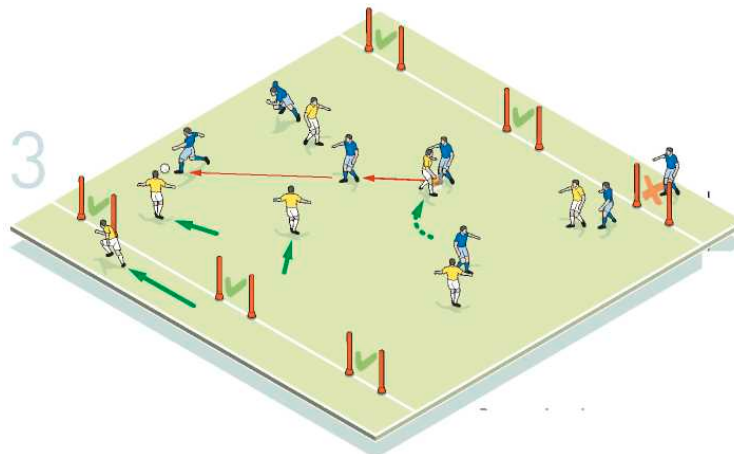
La présence de ce joueur dans chaque équipe devrait encourager les joueurs de l'opposition à changer rapidement le point d'attaque avant que le libéro soit capable de faire comprendre et défendre un autre but.



Chaque équipe a un libero derrière les buts



Ici l'équipe jaune doit changer le jeu pour attaquer le but à l'opposé du libero



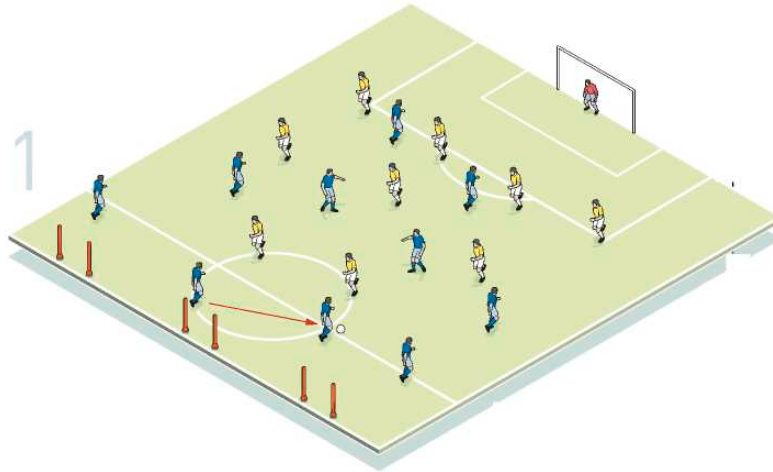
La possession change de mains et un changement rapide met l'ailier bleu devant un but sans surveillance

SITUATION DU JEU

Comment est-ce que vous mettriez ceci dans une situation du jeu?

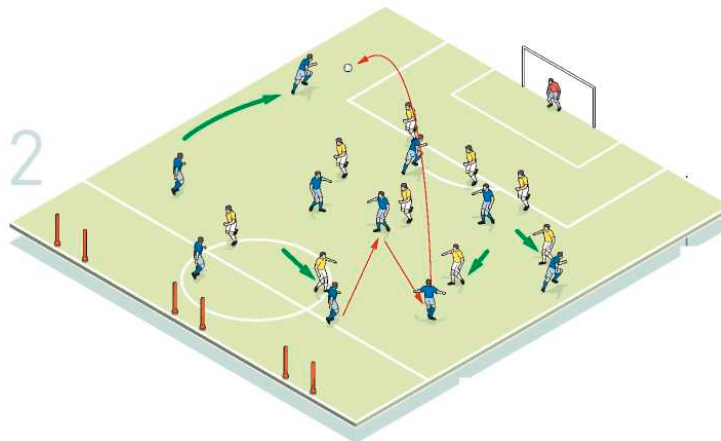
L'exercice peut être augmenté pour aller jusqu'à 10 ou 11 joueurs pour devenir une situation du jeu.

Il faudra alors utiliser un demi terrain avec d'un côté un but grandeur nature et trois petits buts a placé seulement au-delà la ligne médiane , comme dans le diagramme



L'équipe jaune qui a un gardien en place peut marquer des points dans chacun des trois buts. Elle doit construire des mouvements en partant de derrière. L'équipe bleue attaque le but grandeur nature. Du point de vue de la tactique, il doit retenir bloc équipe et espace et devrait presser devant étant donné qu'ils tirent seulement sur une cible.

Nous encourageons chaque fois l'équipe attaquante à avoir un résultat positif. Les équipes doivent jouer les une-deux, centres, coups francs et exécuter des changements de zones entre joueurs.



En 2 l'équipe bleue , en attaquant le but , utilisent la création d'un espace à gauche
 En 3 l'équipe jaune construit en 1-2..

