

## PASSES ET CHANGEMENTS DE JEU

Par Bobby Clark (Head Men's Soccer Coach, University of Notre Dame)

### Finition dans le tiers offensif du terrain . la méthode Ipswich

j'aimerais vous montrer un exercice que nous utilisons. C'est une de mes séances favorites et je fais référence à elle comme la méthode Ipswich. La raison pour le nom est parce que je l'ai vu la première fois quand Ipswich a joué contre Aberdeen, mon équipe écossaise, dans la coupe UEFA dans les années 80. C'étaient une bonne équipe de cette époque et avaient deux joueurs hollandais très habiles Thyssen et Muhren. Ajoutez Paul Mariner, John Wark, et George Burley (maintenant à Ipswich comme entraîneur) et vous pouvez voir que s'étaient une très bonne équipe. Le soir avant le match ils ont utilisé cet entraînement afin de travailler passes, centres, et finition.

### Echauffement & Tecnico / Tactique (30 minutes)

Après un bon échauffement et étirements avec quelques passes de base, les joueurs se sont installés pour cette longue routine de passes:

Les joueurs sont répartis dans une zone de 40 x 40 avec 4 groupes assemblés derrière un cône à # 1, 2, 3, & 4. on place aussi des joueurs au milieu à 5 & 6.

Au commencement il y a deux balles, une en #1 et une autre en #4.

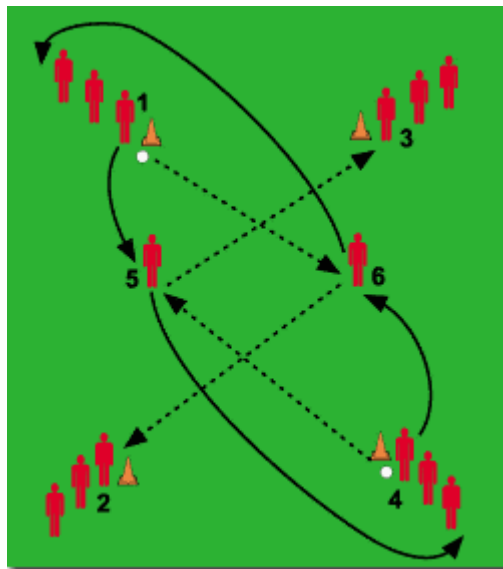
Les passes démarrent simultanément, donc les deux joueurs avec la balle doivent être informés l'un l'autre. C'est excellent pour le timing, en levant la tête et étant informé de ce qui se passe.

Les deux joueurs doivent choisir leur cible #5 ou #6 et donner une balle aérienne précise. Avec les plus jeunes joueurs les passes peuvent être faites à terre, mais avec mon équipe de collègue je cherche la passe aérienne jouée avec le pied approprié. Ce que je signifie par approprié est que #4 et #1 utilise leur pied gauche. #5 reçoit la balle et dans un minimum de touches joue sur #3.

En même temps #6 reçoit la balle et la remet à #2 aussi rapidement et correctement que possible.

Après le passe #4 se déplace pour être le prochains #6 et #1 devient le prochain #5.

Après que #5 est joué pour #3 il va en #4 et de la même façon #6 après avoir joué en #2 va dans la direction opposée vers #1.



Les balles devraient être maintenant à #2 et #3 et tout est prêt pour que #s 2 et 3 utilisent leur pied droit pour passer. Il faudra un peu de temps pour que les joueurs apprennent cet exercice mais une fois qu'on obtient un bon déroulement on prend conscience du réglage des passes. J'aime le fait que le receveur dans les régions centrales (#s 5 & 6) passe la balle et parte dans la direction opposée (notion de remplacement en couverture).

J'aime le fait que les deux balles aient besoin de se déplacer à l'unisson et par conséquent que les joueurs aient besoin d'être informé des choses extérieures au seul travail de passer et recevoir. J'aime aussi la rotation qui progressivement permet aux joueurs de travailler les deux pieds.

Il serait aussi intéressant de l'intégrer dans les équipes plus jeunes en réduisant le terrain à 25x25 avec des passes à ras de terre.

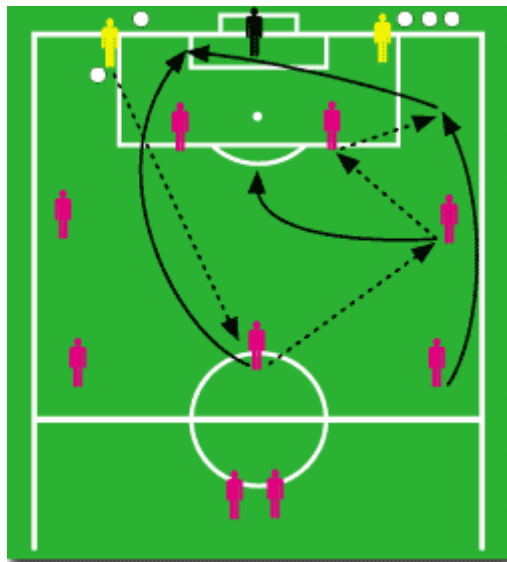
## Le développement tactique

L'entraînement s'installé devrait ressembler à ça

L'entraînement a maintenant lieu sur un demi terrain.

J'ai mes deux défenseurs centraux habituels (jaune) avec les ballons de part et d'autre de la surface réparation. Le reste de l'organisation est deux attaquants, 2 milieux latéraux et 2 défenseurs latéraux, ainsi qu'un joueur de milieu de terrain axial. Les joueurs de rechange peuvent être des joueurs de milieu du terrain supplémentaires ou des défenseurs qui attendent leur tour dans le rond central

Le jeu commence avec un des défenseurs centraux qui joue une passe dans les 16m. Il lève les yeux, donne un ballon aérien au milieu de terrain axial. Le milieu reçoit la passe, et change le jeu en remettant à un milieu extérieur qui glisse à un attaquant qui a deux options soit frapper, soit remettre à l'arrière latéral faisant appel dans son dos.



Le milieu qui a joué la passe vient se placer au second poteau en cas de centre..

Cela peut paraître compliqué, mais c'est seulement un exercice d'ombre pour encourager l'aiguillage du jeu par le milieu du terrain, la frappe des attaquants et la mobilité sur les flancs par appels dans le dos.

Cela est très intéressant aussi pour les attaquants pour résoudre l'équation entre nécessité de frappe ou passe dans l'espace, mais le plus important est le réglage des courses devant le but. J'aime le fait que le milieu qui reçoit la balle change et vienne prendre dans la boîte au 1<sup>er</sup> poteau du dos.

C'est un entraînement terrible vraiment et une fois les joueurs apprennent l'exercice il y a tant d'occasions d'enseignement dans tant de zones différentes.

Le dernier morceau est que le défenseur qui commence le jeu avec une longue passe au milieu peut venir au marquage d'un des attaquants. Cela veut dire maintenant que chaque porteur doit choisir la meilleure option. Cela rend des choses plus réaliste et permet aussi de faire travailler les défenseurs centraux dans les défis aériens.

Le deuxième défenseur peut aussi être ajouté et les centres doivent être plus précis.

Finalement un troisième et quatrième défenseur peuvent être ajoutés.

Attention ! N'essayez pas de faire tout dans la première session.