



Tableau noir

Apprendre à gérer le déséquilibre défensif



Par **Olivier GOUTARD**
Théoricien du DCF et REZ

Que ce soit dans le football amateur ou professionnel, des jeunes ou des seniors, le jeu repose sur quelques principes bien établis. Principes de jeu offensifs et défensifs. L'un

Préserver la cage. La situation de déséquilibre défensif, terme qui induit généralement une infériorité numérique, réclame de la part des défenseurs une attitude la plus cohérente, coordonnée, et efficace possible.

de ceux-ci vise à s'opposer à la progression de l'adversaire et/ou à récupérer le ballon. Lorsque l'équipe qui attaque perd le ballon et ne parvient pas, dans la foulée, à le récupérer ni à s'opposer à sa progression, elle

doit, de fait, gérer une situation de déséquilibre défensif (un déséquilibre accentué si la perte du ballon survient alors que le bloc était en position haute). En d'autres termes, parvenir à ne pas encaisser de but alors que ses

joueurs se retrouvent à défendre en reculant, voire en courant en direction de leur propre cage ! Autant dire la situation la plus inconfortable pour tous les défenseurs du monde. Le sort des matchs, la défaite ou la victoire, dépend fréquemment d'une juste appréhension de ces situations de déséquilibre. Un comportement inadapté, et le but encaissé vient sanctionner presque à coup sûr les errements défensifs. On comprendra donc tout l'intérêt de ne pas laisser la gestion de ces instants clés au hasard ou à l'a peu près. L'éducateur se doit donc à l'entraînement, de proposer à ses joueurs des situations propices

Défendre en courant vers son but

au développement des attitudes défensives les plus cohérentes et efficaces. En voici deux. L'une sous forme évolutive (exercice 1), l'autre sous une forme jouée (exercice 2). Au cours de ces exercices, l'éducateur devra faire toucher du doigt les comportements défensifs les plus justes en fonction du déroulement de l'action (arrêt-flash, feed back)... Cela implique par la force des choses d'avoir une idée très précise de ce qu'on attend de la part de ses joueurs dans ce type de situation, la finalité demeurant bien entendu de ne pas encaisser de but. ■



SITUATION 1

OBJECTIF : Gérer le déséquilibre défensif, l'infériorité numérique momentanée.

BUT : Ne pas encaisser de but

RÈGLES : Défenseur 1 (D1) aux 30 mètres dans l'axe du terrain, 2 défenseurs (D2 et D3) de part et d'autre du rond central sur la ligne médiane. Gardien dans la cage. 3 attaquants sur la ligne médiane. Coach source de ballon. L'éducateur transmet un ballon dans le dos de l'un des deux défenseurs positionnés sur la ligne médiane (ici, D3). Dès la transmission, le défenseur côté ballon doit faire le tour d'une coupelle située juste derrière la ligne médiane. Les attaquants ont 10 secondes pour marquer le but en situation de 3x1, puis 3x2 (arrivée de D2), puis 3x3 (retour de D3). L'objectif pour D1 étant de freiner ou ralentir l'action offensive afin de permettre l'arrivée de D2 (quelle option défensive va-t-il choisir en fonction de la position du ballon, des attaquants, puis de D1... ?), puis le retour de D3 (quel va être le choix défensif le plus approprié ?). Compter le nombre de buts encaissés. Changer les trios offensifs et défensifs à chaque action.

CRITÈRES DE RÉALISATION : Il convient ici de hiérarchiser les priorités défensives afin de ne pas encaisser de but, à savoir :

ralentir l'attaque adverse (s'opposer à la "crise de temps et d'espace") pour gagner le temps nécessaire au retour d'un ou des défenseurs, s'opposer à la progression du porteur (cadrer le porteur, recul frein), protéger l'axe ballon-but, et marquer les attaquants en fonction de leur "dangerosité" (un joueur aux 6 m50 dans l'axe étant plus dangereux qu'un joueur à l'angle de la surface de réparation).

VARIANTES :

- Changer la position de la source (droite ou gauche du terrain)
- Varier la position des coupelles afin de changer les distances de course de D3 (donc le délai d'intervention).
- C'est le défenseur côté opposé au ballon qui doit faire le tour d'une coupelle.
- Complexification : Dès la transmission du ballon par le coach, les deux défenseurs (D2 et D3) vont faire le tour d'une coupelle (jouer avec les distances).



SITUATION 2

OBJECTIF : Gérer le déséquilibre défensif, l'infériorité numérique momentanée.

BUT : Ne pas encaisser de but

RÈGLES : Un terrain de 40x40 m, 1 but à chaque extrémité avec 1 gardien dans chaque but. 3 zones (Z1, Z2 et Z3). 3 joueurs dans chaque zone. Les joueurs en Z1 doivent transmettre le ballon aux joueurs en Z3 sans se faire intercepter (jeu au sol obligatoire). Obligation de jouer vers l'avant, 1 ou 2 touches de balles maximum, 3 passes maximum entre les joueurs de la même zone. Si interception par les joueurs de la zone médiane, ceux-ci doivent marquer le but dans la cage située en face d'eux (jeu libre). Le défenseur ayant perdu le ballon, doit aller faire le tour d'une coupelle située à l'extérieur du terrain. Les attaquants ont 10 secondes pour marquer le but en 3x2 puis 3x3 (retour de D3). Comptabiliser les buts, puis changer les rôles.

CRITÈRES DE RÉALISATION : Idem exercice 1

VARIANTES :

- 2 défenseurs vont faire le tour de 2 coupelles, donc situation de 3x1 momentanée avant le retour de D2 et D3
- Varier la distance des coupelles
- D'une manière générale, amener des contraintes favorisant la récupération du ballon par les attaquants de la zone médiane afin de multiplier les situations défensives.

