

COMME DANS UN COURT-MÉTRAGE

Par Amedeo Cassia

Le joueur de demain devra être un joueur éclectique : c'est-à-dire qu'il devra avoir un bon éventail de possibilité dont de choix où puiser pour pouvoir s'adapter dans de brefs délais à la partie situationnelle, liée au rôle qu'il va interpréter.

C'est pour cela que j'ai écrit cet article en me refaisant justement comme le dit le titre un court-métrage, parce qu'il ne dure pas plus de 20-30 minutes, un peu comme devrait être la durée des diverses phases d'exercices du football. Dans cet article, ma méthodologie ressemble un peu à ce qui arrive dans un court-métrage, c'est-à-dire que celui-ci peut avoir des formes diverses dans ce cas définit par un caractère expérimental (comme la capacité tactique-décisionnelle) avec une intrigue unique et linéaire (comme les situations de jeu) qui occupe le film entier, et un personnage fort (le jeu).

La capacité tactique-décisionnelle, qui dans le football et dans les jeux sportifs d'équipe est l'objectif principal, est favorisée par la maîtrise de plusieurs d'informations, acquises à travers les entraînements pour apprendre les habiletés spécifiques, possiblement supportées de méthodes inductives, qui laissent le joueur libre de trouver les solutions plus aptes à déterminer les charges moteur.

Avoir cumulé un certain nombre de connaissances, sous forme vécues d'expériences, est fondamental pour la caractérisation de notre joueur total, qui faciliteront notre joueur demain à mieux concevoir toutes les variantes qu'il devra dérouler dans les diverses situations.

Nous savons tous que dans le football, expression de jeu sportif d'équipe, l'objectif principal est la capacité tactique-décisionnelle, comprise comme la capacité de choisir, au niveau individuel, le geste juste à l'instant juste et dans l'espace le plus apte à la situation contingente.

Pour le développement de la capacité tactique-décisionnelle, c'est à dire pour apprendre à percevoir et ensuite élaborer un plan d'action, plus apte à la situation à laquelle on fait référence, il est nécessaire de proposer des exercices qui engagent le joueur à faire obligatoirement des choix en fonction du comportement d'autres joueurs.

Ces brèves observations nous portent à dire que sans technique il n'y peut pas y avoir de football.

Il est inutile d'être grands tacticiens, d'avoir excellentes qualités physiques si cela n'est pas supporté et soutenu d'une suffisante capacité technique. Chaque mouvement, chaque course, seront vains s'ils ne sont pas accompagnés de gestes adaptés. Il est important insister à l'entraînement, sur l'amélioration des fondamentaux : l'enseignement technique doit être de tout temps, spécialement au niveau juvénile.

Pour ceci il est important que l'entraîneur propose, comme je l'ai déjà dit dans autres articles, avec cognition de cause :

- exercices de situation individuelles et collectives (très simples et facilement reconnaissables, possiblement à caractère polyfonctionnelle) ;**
- jeux à thème et libres en espaces réduits jusqu'à un certain développement physique-psychique-technique (âge biologique de football).**

À travers la technique on passe de la maîtrise de son corps arrêté et en mouvement (sans ballon et avec ballon), de la reconnaissance et de la compréhension de simples situations de jeu pour arriver au développement d'adresses toujours plus raffinées avec des propositions de tactique individuelle et des rudiments de tactique collective.

Pour faire cela, il est fondamental, en phase d'« enseignement-apprentissage », qu'un soin détaillé de la capacité tactique-décisionnelle ou de la technique appliquée, soit retenu comme base de la future capacité d'adaptation aux divers schémas de jeu soit offensif soit défensif.

Tout cela parce que ce type de joueur doit :

- Savoir « lire » rapidement la situation, élaborer une réponse la plus adéquate possible, décider quoi faire, comment et où le faire (système d'élaboration des informations) ;
- Savoir s'adapter rapidement aux différentes situations tactiques dictées par les divers schémas ;
- Disposer de tout l'éventail des capacités coordinative et conditionnelles, ainsi que des habiletés requises.

En séance de formation technico-tactique d'un semblable joueur, en considération les capacités à devoir exalter, je propose quelques exemples d'exercices pour petits et grands espaces.

Donc il sera nécessaire de proposer les exercices sous forme de progression de façon à sommer ensemble les divers « passages intermédiaires » avec l'objectif de rejoindre l'objectif final qui est ensuite les finalisations au but.

Les objectifs que l'entraîneur doivent poursuivre sont liés à :

- une correcte lecture de la situation de la balle c'est-à-dire si le joueur peut (balle jouable) ou ne peut pas (balle non jouable) jouer la balle en profondeur. Point 1
- Une correcte lecture du positionnement et du mouvement du défenseur. Point 2
- Corrigé du développement des mouvements de démarquage coordonnés à plusieurs joueurs. Point 3

Point 1 : L'entraîneur indique des solutions pour transformer une balle non jouable en une balle jouable à travers diverses combinaisons de jeu.

Balle jouable : l'entraîneur indique des combinaisons pour arriver le plus rapidement possible aux finalisations. Donc les mouvements seront effectués en profondeur de la part des joueurs voisins de la balle.

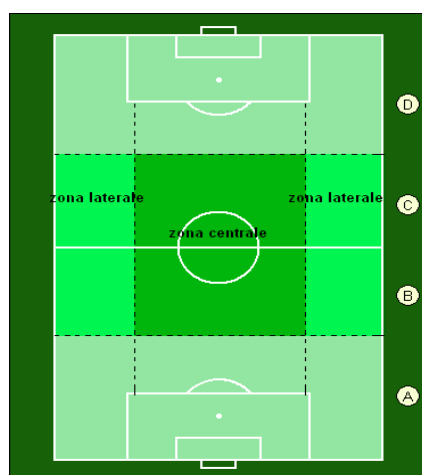
Balle non jouable : les joueurs devront à travers divers mouvements et donc combinaisons de jeu éviter la pression adverse, en réussissant ainsi à rendre la balle jouable.

Point 2 : L'entraîneur indiquera les joueurs comme il marquera l'adversaire (si en avance, ou à l'intérieur, ou en ligne en faisant ainsi comprendre au joueur comment il doit se comporter dans ces situations

Point 3 : Au début l'entraîneur établira à priori le joueur qui doit se déplacer en premier de manière que les partenaires sachent comment ils devront se comporter pour faciliter le développement de l'action en mode synchrone.

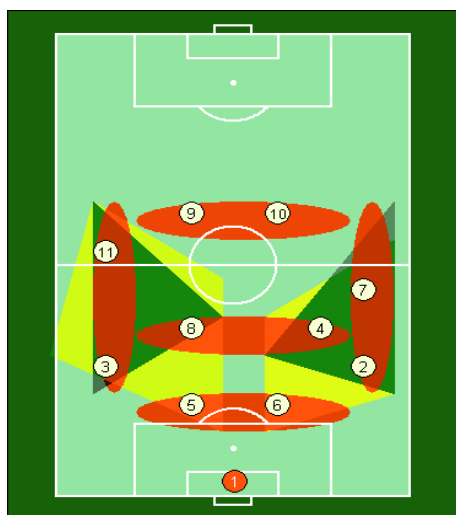
Les trois points doivent être éprouvés latéralement et centralement, et comme indiqué dans mes autres articles «celui qui est le plus près de la balle détermine le premier mouvement pour le démarquage » On fera exécuter d'abord des mouvements sans ballon avec l'entraîneur qui indiquera l'hypothétique possesseur de balle en faisant de sorte que conformément à ce qui vient d'être dit auparavant , il donne l'entame aux mouvements. Au début en ayant comme priorité l'objectif d'améliorer la pensée tactique , on exécutera des exercices pour chaque joueur (tactique individuelle) ensuite se passera au couple, au trio et enfin aux groupes de 4 et 5 joueurs.

Cet article veut approfondir les diverses thématiques offensives de autre mon article (publié dans le n° 30) que j'ai écrit auparavant, avec l'objectif de l'enrichir dans ce qui en second lieu pourraient être des passages intermédiaires fondamentaux pour le développement du jeu. La somme de ces passages intermédiaires (morceaux de film) auront la fonction de développer en mode progressive et didactique la pensée tactique du joueur, lequel choisira de fois en fois la solution la plus apte dans la situation de jeu dans laquelle il se trouve.



On commence en position “attaque” entendu comme partant de la zone défensive distinguée par la lettre A. Il faut tenir présent qu'à l'intérieur de chaque système on forme en son intérieur des COUPLES (couleur rouge), TRIANGLES (ou chaînes latérales de couleur verte sombre) et LOSANGES (de couleur jaune) de joueurs. Ce concept est très important parce que, comme je l'ai déjà dit dans d'autres articles, on détermine qu'elles sont les hiérarchies dans les mouvements de démarquage à l'intérieur de l'équipe.

Nous prendrons par exemple comme système celui qui m'a donné de grandes satisfactions, le 4:4:2 qui peut être modifié en 4:4:1, ou 4:2:3:1, rappelez-vous néanmoins que ceci de toute façon sont seulement des nombres, un entraîneur doit savoir créer, les « équilibres” nécessaires pour pouvoir développer le jeu offensif et défensif.



Dans ce système on distingue donc :

les couples (rouge) ; (5 - 6), (2 - 7), (3 - 11), (4 - 8), (9 - 10).

Les triangles (vert) ou les chaînes de jeu latérales sont ; (2 - 4 - 7), (3 - 8 - 11).

Les différents losanges (jaune) de jeu qu'on vient à former sont ; (6 - 4 - 7 - 2), (5 - 8 - 11 - 3), (2 - 4 - 7 - 10), (3 - 8 - 11 - 9), (4 - 8 - 9 - 10) etc.

LA CONSTRUCTION DU JEU

- Le développement des diverses situations est déterminé par la zone de terrain (central, latéral, et A, B, C, D) dans laquelle la balle sera jouée ou récupérée (après interception ou duel).

- Les joueurs doivent tenir présent à l'esprit la position des adversaires et donc comment ils marquent pour ensuite se déplacer en mode synchrone à l'intérieur du terrain de jeu. Donc aussi bien le possesseur de balle que les appuis devront savoir lire la situation de jeu et évaluer si la balle est jouable ou pas en profondeur en fonction de la pression de l'adversaire.

- En refaisant aux divers groupes de joueurs qui se forment à l'intérieur de système déterminé , il sera très important de mettre en pratique le principe sur le démarquage, pour lequel « le premier joueur détermine le mouvement des suivants » .

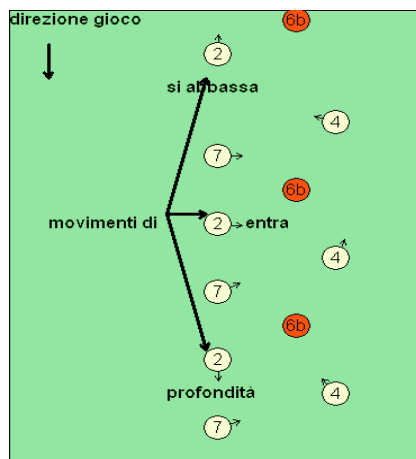


DÉROULEMENT

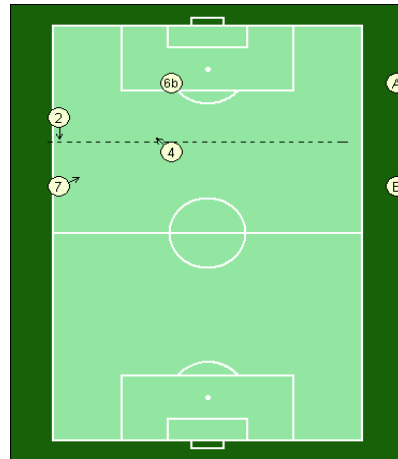
Nous partons de la lettre A "attaque de position en zone centrale et en absence d'adversaires".

Possesseur de balle 6 : Comme indiqué auparavant au troisième point si nous respectons le principe selon lequel doit se déplacer le premier le joueur le plus près du possesseur de balle, dans ce cas on voit que c'est le 2, mais peut être même le 4 suivant les situations.

Cette progression, qui part du simple pour arriver au complexe, conduit le 2 à effectuer un des mouvements étudiés par l'équipe à l'entraînement.



graphique a)



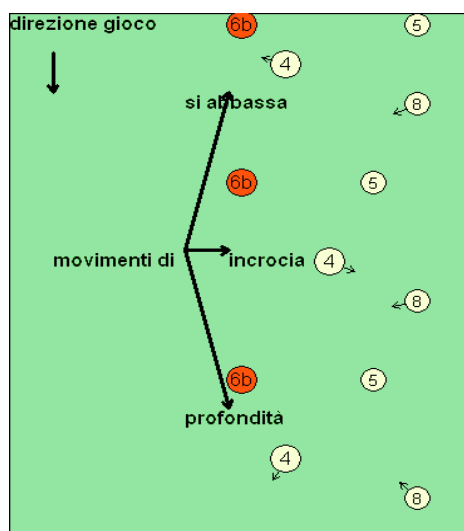
graphique a1)

2 : Nous faisons un exemple ; nous supposons comme il se voit sur le graphique a) que le latéral droit dans le troisième exemple choisisse la profondeur.

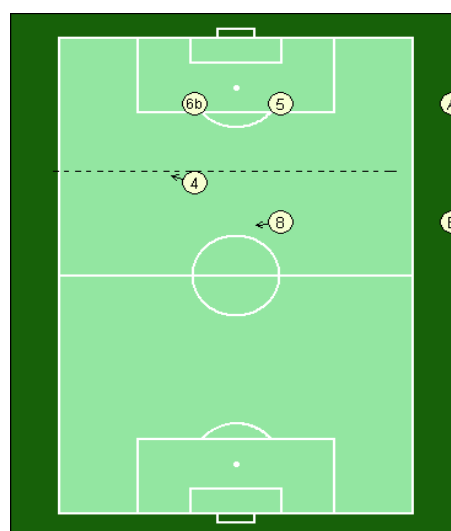
7 qui fait couple avec 2 se déplace en mode contraire, comme des exercices que l'entraîneur doit avoir fait faire auparavant et séparément pour les couples et les triangles de joueurs (voir magazine. 30)

4 : peut recevoir la balle dans les pieds, en profondeur ou comme dans l'exemple rencontré. Rappelez-vous que (2.7.4) font partie de la chaîne de droite.

Ce concept est très important parce qu'à mes joueurs je dis que lorsque l'on attaque il faut maintenir toujours des équilibres, pour éviter de se trouver découverts en cas de perte de la balle. Par principe je leur dit qu'un joueur du groupe chaîne doit toujours rester en couverture.



graphique b)



graphique b1)

Possesseur de balle le 6 : Maintenant nous voyons l'autre losange que forme toujours en position centrale (6.5.4.8).

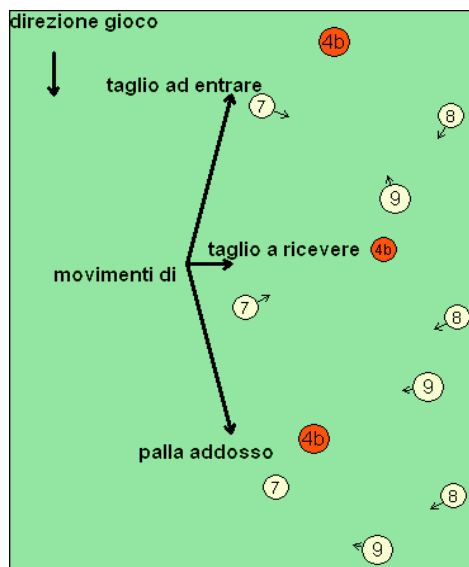
4 Nous faisons un exemple comme auparavant ; nous supposons que 4 comme on le voit dans le premier exemple du graphique b) recule pour recevoir la balle de 6

8, qui fait couple avec 4 se déplace en mode contraire en effectuant une course diagonale intérieure

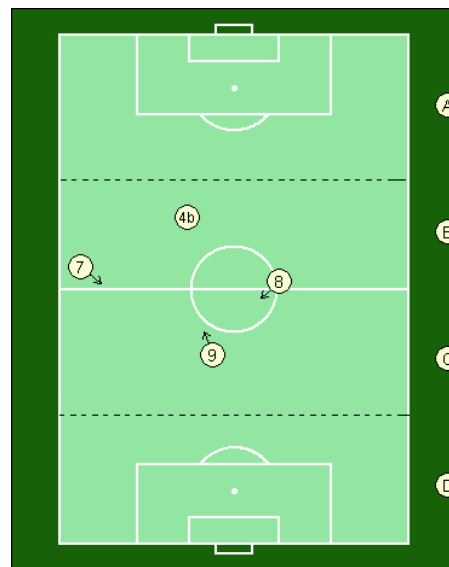
5 reste en appui du milieu de terrain dans l'éventualité qu'il ne puisse pas jouer la balle

La situation sur le côté gauche reflète celle de droite, donc les mouvements et les principes sont identiques. Après avoir vu ces premières situations de jeu qui sont initiées de la phase défensive (que j'ai appelé attaque de position) voyons comment on développe le jeu en reprenant du premier exercice du losange (2.6.4.7) que j'appelle in vitro parce que s'effectuant dans un espace réduit. Le jeu se déroule toujours avec balle centrale et réaffirme ce concept parce qu'il est très important que les joueurs comprennent bien dans quelle zone de terrain est conquis la balle. Donc si la balle est jouée à 4 en zone centrale b le jeu peut se développer, peut parce que les solutions sont multiples de cette façon :

Après avoir reçu balle de 6, 4 a trois alternatives puisqu'il y a une partie du losange (8.4.7.9). En reprenant le principe de la charge de se démarquer le premier, est le joueur le plus près du possesseur de balle. Dans cet exemple c'est 7 qu'on trouve après la ligne de la balle. Sur ce mouvement on amorcera même d'autres mouvements, voyons lesquels :



graphique c)



graphique c1)

Possesseur de balle 4 : Nous prenons le premier exemple du graphique c) ; il est important d'observer la position des joueurs qui forment des triangles pour donner la possibilité de développer l'action en différentes directions.

Comme vous pouvez le remarquer pour le jeu court la mobilité des joueurs devrait prévoir pour le porteur de balle :

- un soutien (6)
- deux appuis latéraux (8, 7)
- un appui vertical (9)

Il est implicite que l'organisation de l'équipe doit prévoir la possibilité du jeu court et du jeu long. Mais il est pour moi intéressant de faire comprendre comment quelques mouvements individuels favorisent l'échelonnement pour le jeu

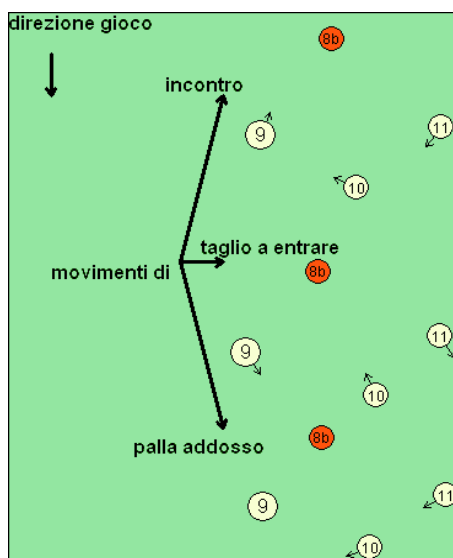
court.

7 effectue une course diagonale intérieure, en créant l'espace côté latéral
9 se démarque en zone lumière après avoir vu comment se déplace 7

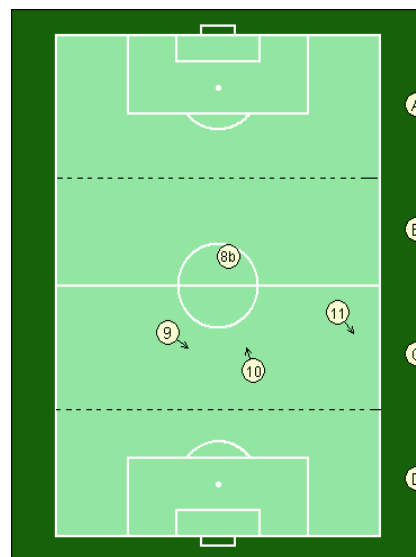
8 : même ce joueur comme 9 décidera comment se déplacer en fonction de leurs mouvements, dans ce cas il peut chercher la profondeur avec un mouvement en soutien. Parmi les joueurs (8.7.9) qui recevront la balle de 4 devront conclure l'action avec une aide pour conclure l'action avec frappe au but.

Nous reprenons le second exercice central qui concernait le losange (4.8.6.5). Nous supposons que suite aux démarquages à l'intérieur de ce losange la balle soit jouée à 8. Celui-ci est un joueur qui fait partie du losange (11.8.9.10), et comme il peut se remarquer devant lui se trouve le couple de pointes (9 et 10).

Même dans ce cas en étant un couple ils devront avoir développé séparément dans les entraînements précédents tous les mouvements de démarquage qui les concernent, comme par exemple l'un vient/l'autre va, croisement entre eux, ou bien une rotation vers l'extérieur pour l'un et l'autre taille dans la même direction. Ces mouvements assimilés seront insérés à l'intérieur du jeu d'équipe pour venir le développer globalement. Nous supposons que le premier joueur à se déplacer soit 9.



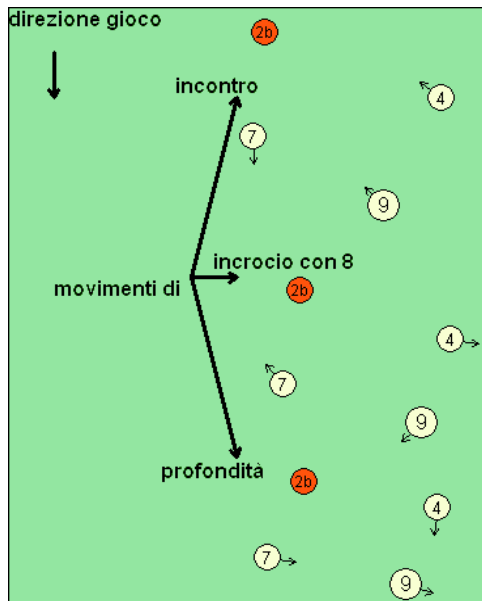
graphique d)



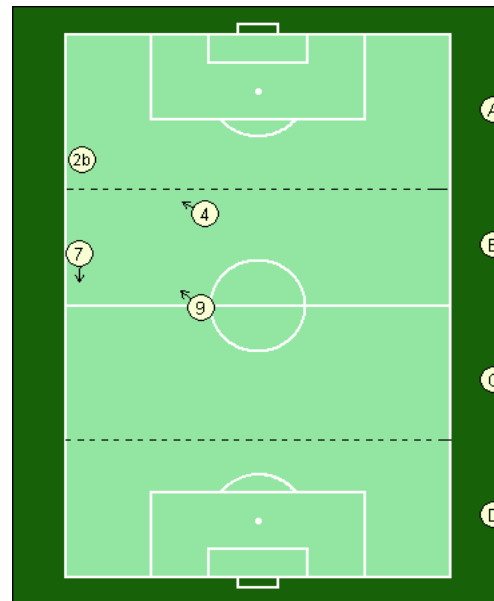
graphique d1)

9 : Du graphique d) dans le second exemple effectue une course diagonale vers l'intérieur;
10 : recule pour recevoir une éventuelle passe
11 : attaque la profondeur en s'élargissant sur le côté

Nous partons de la lettre A : « attaque de position en zone latérale et en absence d'adversaires »



«graphique e1)



graphique e2)

Possession de balle de 2 : Comme on peut le remarquer 2 fait partie du losange (2.4.7.9) .

Dans cet exemple 4 est le joueur le plus près, suite à son premier mouvement (va à sa rencontre, croise avec 8, profondeur) comme décrit dans le graphique (e), il reviendra aux trois autres appuis d'effectuer des mouvements contraires, pour faire que le possesseur de balle (2) puisse avoir les alternatives de jeu pour poursuivre l'action.

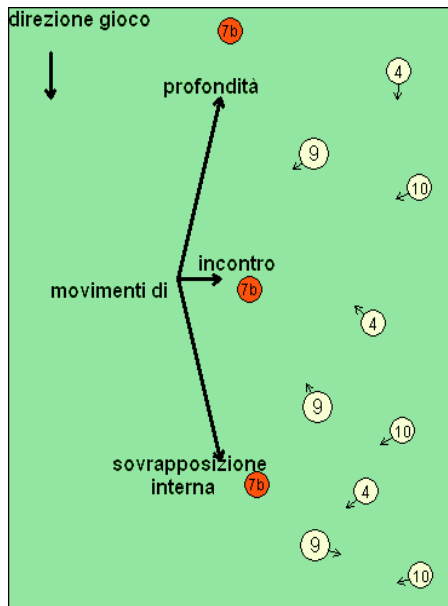
4 : dans le premier exemple va à la rencontre du possesseur de balle

7 : suite au premier mouvement décide d'effectuer un mouvement dans la profondeur

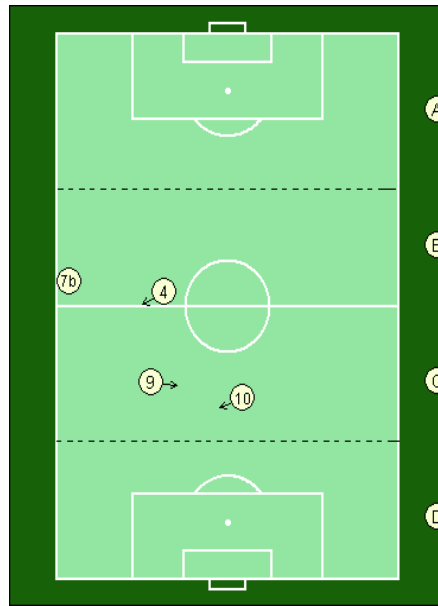
9 : va à la rencontre pour recevoir la balle

Le jeu se poursuit toujours côté latéral en passant à la zone suivante B puis C. Nous supposons que la balle soit jouée sur 7. Dans ce cas il se trouve à l'intérieur d'un losange formé de (7.9.4.10)

Le joueur en vertical le plus voisin est 4 même si dans la verticale on trouve 9 et sûrement le passe dans la verticale est prioritaire par rapport à une passe en horizontal. Comme vous pouvez observer dans tous ces exemples ce qui pour moi est important à faire comprendre c'est qu'on ne doit pas faire exécuter à ses joueurs, comme je l'ai toujours dit dans d'autres articles, des mouvements étudiés de mémoire, mais plutôt de faire comprendre comment ils peuvent exécuter ces mouvements « concaténés » en observant simplement ce que fait le premier joueur qui se trouve après la ligne de la balle, lequel donne ensuite l'impulsion aux partenaires du losange.



graphique f)



graphique F1)

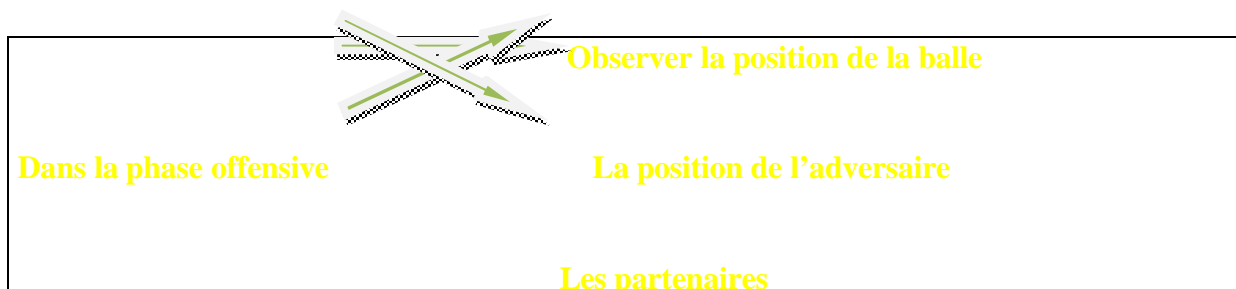
Possesseur de balle 7 : On est dans une zone de terrain dans laquelle on prépare l'action terminale qui ensuite conclura avec les finalisations et frappe au but. Ensuite nous verrons comment peut se conclure une situation de jeu au travers de mouvements qui devront tenir compte des adversaires

4 : comme on le voit dans le troisième exercice du graphique f) 4 effectue une superposition interne

9 : coupe à l'intérieur du terrain

10 : en voyant (9) couper, l'autre pointe effectue un changement de position

Après avoir vu un exemple, de comment on peut construire une action offensive dans les 6 séquences graphiques (a1, b1, c1, d1, e1, f1), en partant de la zone défensive en l'absence d'adversaires, nous verrons maintenant comment on développera le travail suivant en présence d'adversaires, en rendant ainsi plus vraisemblable le développement du jeu. Dans ce cas la difficulté sera clairement plus importante puisque le possesseur de balle et ses partenaires devront évaluer si la balle est ou n'est pas jouable, et donc devront tenir compte d'une autre variable « la présence de l'adversaire ».



Après avoir établi que dans la possession de balle est importante, observer avant tout comme mis en évidence dans le schéma 1, la position de la balle si celle-ci est conquise ou jouée en zone centrale ou latérale puisque comme déjà vu dans les diverses situations, les joueurs qu'on trouvera dans les proximités du possesseur de balle devront à travers des mouvements codifiés faire en sorte de poursuivre l'action de jeu.

- Maintenant nous passons à un travail plus complexe, dans le sens que nous devons faire comprendre aux joueurs, si la

balle est jouable et donc sans la pression de l'adversaire, ou bien si elle n'est pas jouable c'est-à-dire le possesseur de balle est pressé par l'adversaire. On observera que les mouvements changent radicalement puisque les joueurs doivent éluder le pressing adverse avec perspicacité afin à réussir à libérer au moins un partenaire en zone lumière.

- Il est important observer si les “ appuis” sont ou ne sont pas libres de marquage, puisqu'il peut arriver que :

1a

Nous repartirons des exemples de jeu vus auparavant et chercherons à travers ces diverses situations de jeu à développer une phase offensive qui s'entamera toujours de la zone défensive et qui recherchera les principes exposés auparavant avec d'autres ajoutés, pour ensuite conclure le tout à travers les finalisations avec la frappe finale au but.

Il est évident que dans les entraînements hebdomadaires vous devrez éprouver les diverses situations en partant de différentes positions de terrain, par exemple d'abord en phase offensive ensuite au milieu de terrain et enfin en défense, aussi bien à droite qu'à gauche et centralement pour ensuite les assembler pour créer comme dit au début de l'article, votre court-métrage formé de tant de morceaux de films (c'est-à-dire la somme des divers graphiques).

Nous partons de la : “attaque de position deux zones (latérale, centrale) en présence d'adversaires“

La balle est jouable

un ou plusieurs joueurs sont marqués

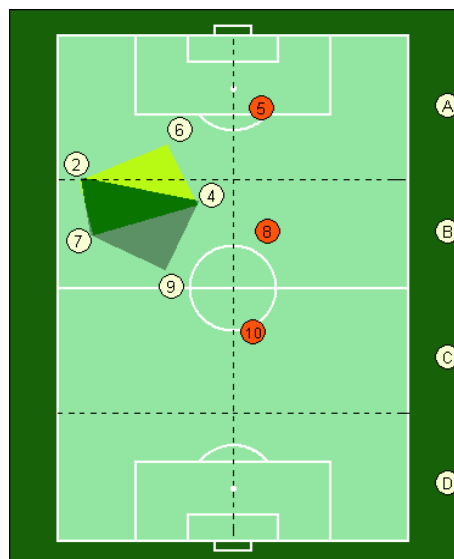
La balle est non jouable

un ou plusieurs joueurs sont marqués

lettre A dans les

Je diviserai le terrain en deux

parties (1b) de façon à construire une action offensive dans une partie déterminée, dans le cas présent je choisirai celle de droite comprenant les joueurs (2, 4, 7, 9) en impliquant cependant quand même les joueurs (5, 8 et 10). L'explication est que ces joueurs comme je l'ai expliqué précédemment, font partie de trois couples de joueurs et que dans le développement du jeu ils seront impliqués pour éluder la présence de l'adversaire.

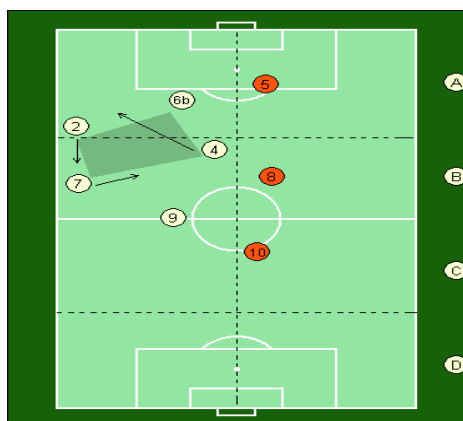


1b

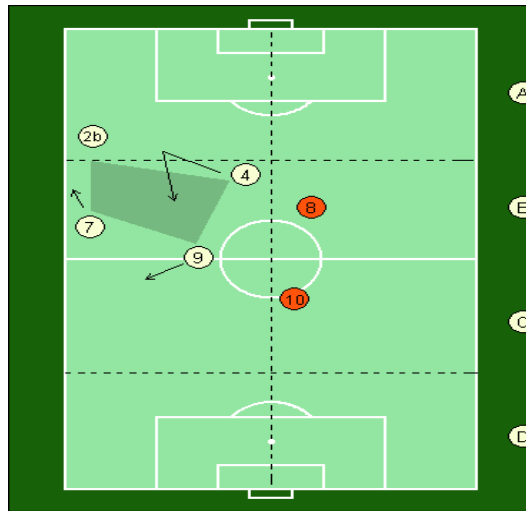
Je ne prends pas en considération les possibles exercices sur la gauche, à l'exception du changement de jeu, puisqu'ils reflètent ce que je vais vous faire voir du côté droit.

En reprenant ce que j'ai dit auparavant, je veux vous faire voir comment ils peuvent exécuter des situations de jeu, en partant du possesseur de balle. Nous descendrons d'en haut vers le bas, donc nous considérerons que le possesseur de balle est d'abord 6, puis 2, 4 et 7, pour 9 et 10 nous ferons des considérations particulières lorsque nous parlerons des finalisations.

Nous procédons avec des ordres de situations qui sont innombrables, je prendrai à l'étude seulement certaines :

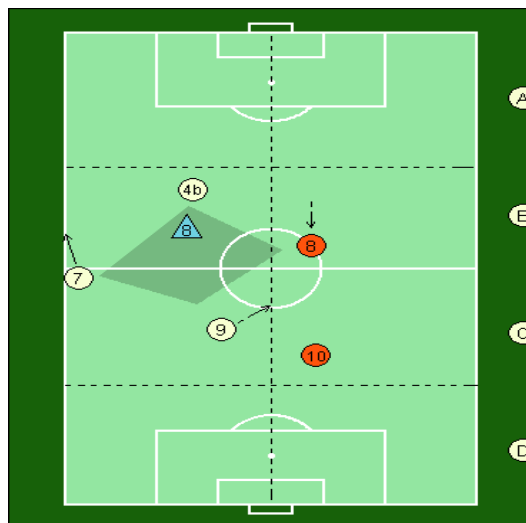


- 6 en possession de balle/sans marquage
- 2 marqué de l'adversaire, va en profondeur
- 4 passe entre les deux pour recevoir balle
- 7 en voyant le mouvement de 2 effectue une course diagonale pour recevoir (voir article 30 sur www.entraineurdefoot.com)

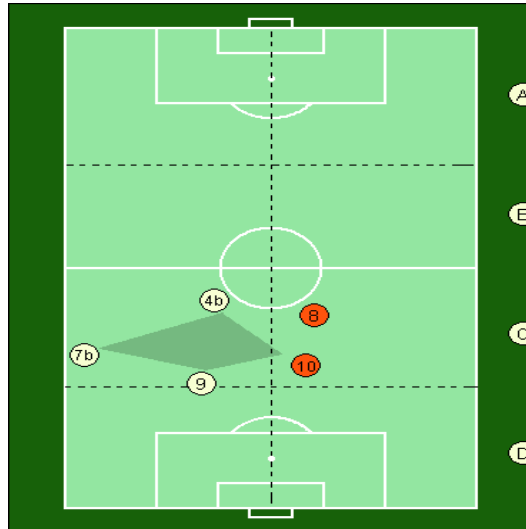


- 2 en possession de balle/sans marquage
- 4 pendant qu'il va à la rencontre du partenaire, à l'adversaire voisin qui le prend au marquage, à ce point il recherche la profondeur ou décide d'effectuer une course croisée en se déplaçant vers 8
- 7 en observant 4 va à la rencontre de 2

- 9 représente une soupape de soulagement pour 2 au cas où il ne réussisse pas à jouer la balle avec ses partenaires à proximité. Sans doute et je veux le répéter la recherche des verticalisations est préférable à une passe en horizontal, puisque nous nous approchons plus rapidement au but.



- 4 en possession de balle/avec marquage
- 9 recherche " la zone lumière" pour pouvoir recevoir la balle
- 8 s'élançe pour pouvoir recevoir la balle de 4 ou aller à l'appui de 9 au cas celui-ci reçoive la balle
- 7 recule en « zone lumière" pour donner une alternative de jeu à 4



- 7 en possession de balle. Pour ce joueur on aura un discours à part, parce que contrairement aux zones de terrain précédentes (A et B) où la conduite de balle et le dribble sont très dangereux, dans ces derniers (C et D) les joueurs de côté comme 7 ou 11 ont la possibilité et le devoir d'éprouver ces solutions qui lui permettent de rechercher la supériorité numérique, en facilitant les finalisations de l'action de jeu.

Si 7 a la balle dans des pieds il doit évaluer quel type de marquage utilise l'adversaire, même si ceci vaut pour les autres joueurs. Nous voyons un exemple :

7

- 1 l'adversaire marque en ligne
- 2 l'adversaire marque la pointe et est éloigné
- 3 l'adversaire est à la hauteur de l'extérieur
- 4 l'adversaire marque de près

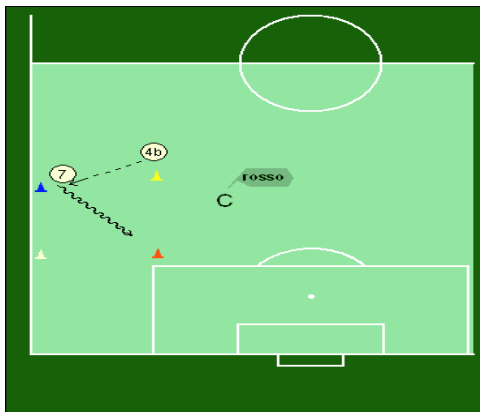
Solutions

- 1 avec une touche vers l'intérieur
- 2 se dirige vers son propre attaquant de pointe pour rechercher le une-deux
- 3 avec une touche conduit la balle vers la profondeur
- 4 contrôle et libère la balle

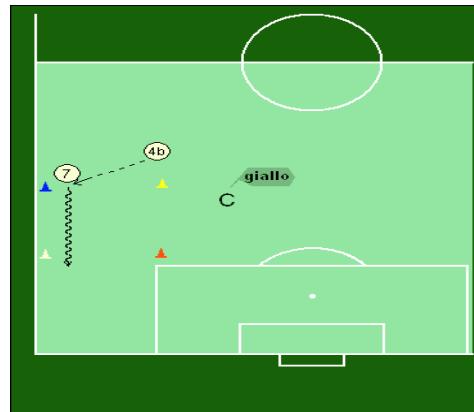
**EXERCISES EN
ASSIMILER LES MOUVEMENTS**

SÉQUENCE POUR

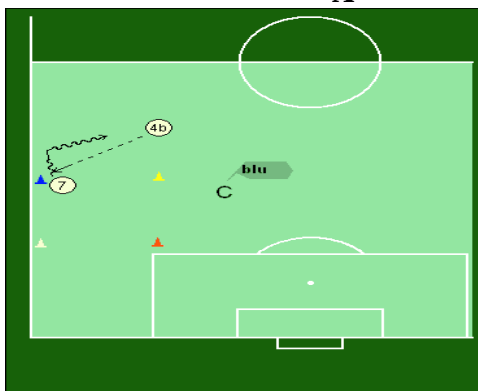
1° ÉTAPE :



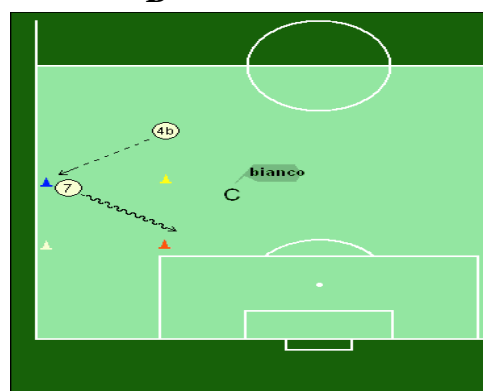
A



B



C

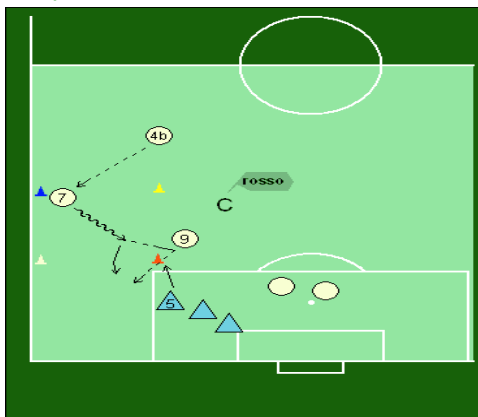


D

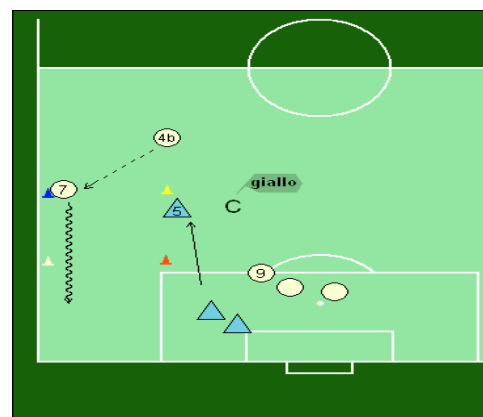
Comme vous pouvez le remarquer dans les graphiques, l'entraîneur appelle une couleur et l'extérieur doit répondre à l'appel en se déplaçant pour éviter la pression de l'adversaire, en reprenant :

- rouge ; il signifie que l'adversaire est lointain et marque une pointe
- jaune ; le joueur au marquage se trouve à la hauteur des extérieurs donc 7 porte la balle en profondeur
- bleu ; 7 est marqué de près, opte donc pour un « déchargement » sur 4
- blanc ; l'adversaire marque en ligne donc est mal positionné, 7 porte la balle à l'intérieur

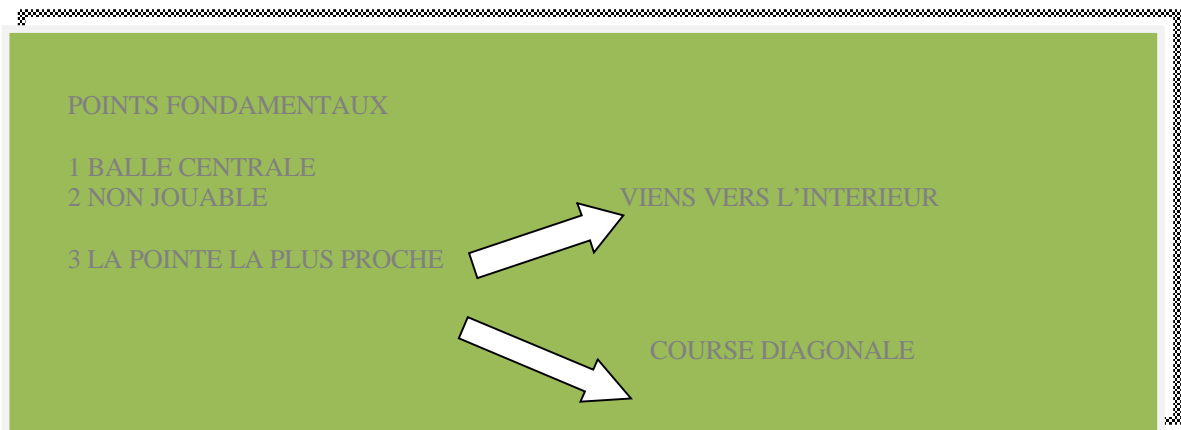
2° ÉTAPE :



A1



B1



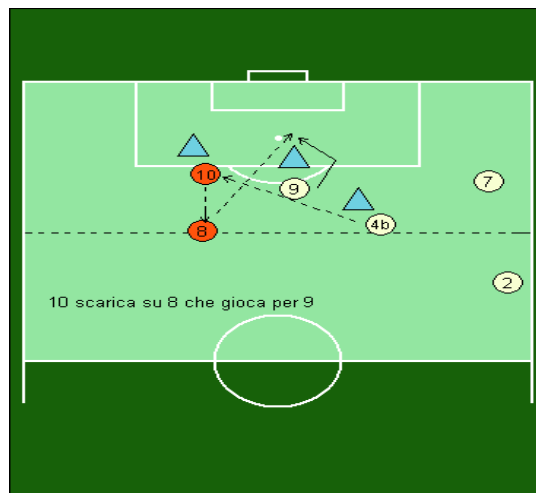
- 1 passe et va comme dans la figure, pour ensuite donner la possibilité à 4 de verticaliser sur un autre joueur

- 2 passe et vas plus un déchargement sur un autre milieu de terrain qui ensuite verticalisera sur 4 qui a démarré l'action.

- 3 passe et suit est une solution qui est adoptée lorsque le possesseur de balle a un partenaire avancé dans la ligne défensive adverse.

- 9 pourrait, en voyant que son joueur au marquage ne le suit pas, se retourner et fixer vraiment le défenseur pour ensuite effectuer un passe et va avec 10, ou verticaliser sur les extérieurs.

Nous avons entamé avec ces exemples parce que je voulais continuer le travail précédent qui se référait à la ligne de droite. Maintenant nous ajoutons l'autre pointe 10 qui fait couple avec 9 et voyons quelles autres alternatives sont possibles :



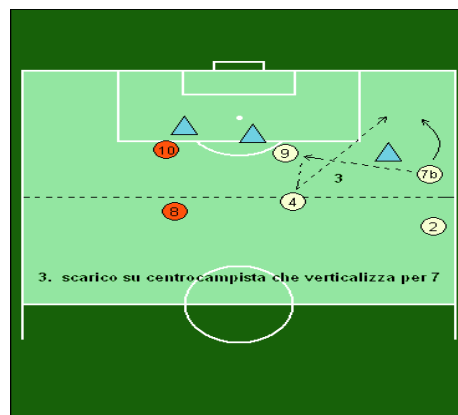
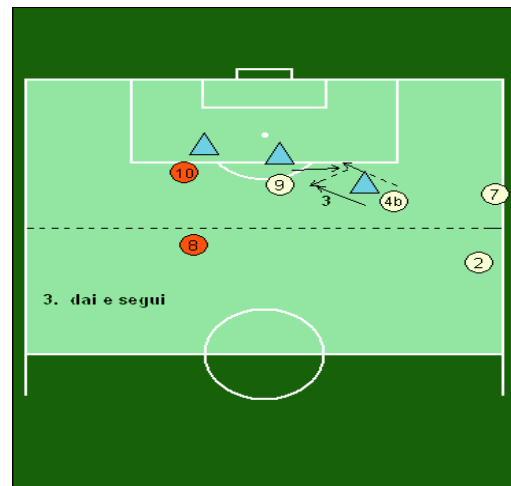
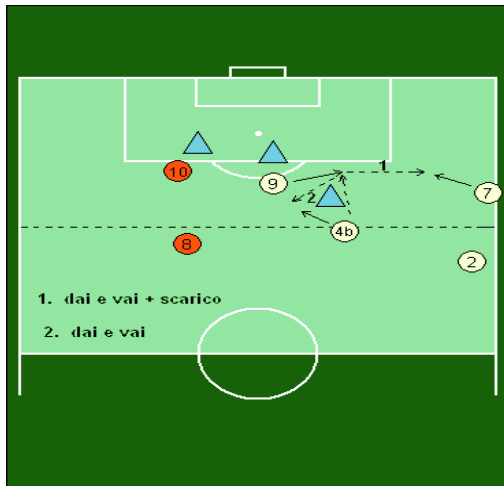
Avec balle jouée à la deuxième pointe (10) qui a diverses possibilités :

- Jouer une balle dans la verticale pour 9
- Décharger sur le milieu de terrain 8 qui verticalisera sur 9
- Jouer la balle pour 9 qui coupe, lequel ensuite rend la balle frontalement à 4 ou 10

Il est important de faire comprendre à nos pointes que lorsqu'ils sont dos au but, ils doivent jouer la balle à un autre partenaire (appel, soutien) lequel ensuite verticalisera avec une passe plus efficace pour conclure l'action.

Il peut arriver que la pointe la plus voisine, dans ce cas 9, plutôt que venir à la rencontre décide d'effectuer une course diagonale, dans ce cas se répètent les mouvements précédemment exposés (de passe et va, de passe et va + déchargement, de passe et suit), cependant il est important que dans l'instant où la pointe effectue la course diagonale, la course se produise dans une zone où on trouve un extérieur haut, qui l'aidera dans la poursuite de l'action.

- Maintenant nous prenons en considération le possesseur de balle en zone latérale avec la balle qui n'est pas jouable et la pointe plus voisine vient à la rencontre du latéral. Nous verrons lorsque la balle est en possession des deux joueurs extérieurs (2, 7) comment se développe l'action.

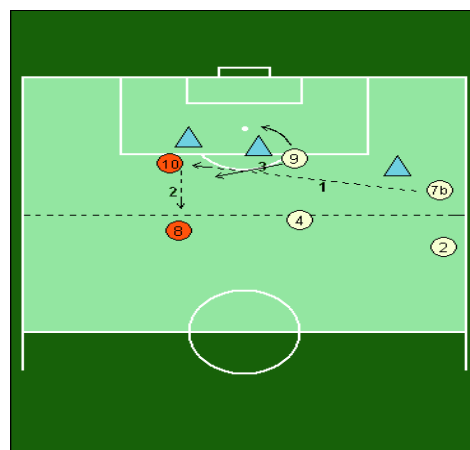


Dans le premier exemple 9 joue la balle directement sur 7

Dans le second exemple par contre 7 effectue une course diagonale avec passe et suit

Dans le troisième exemple 9 décharge sur le milieu de terrain qui verticalise sur 7

Avec balle à la deuxième pointe (10), les mouvements sont semblables à ceux vus auparavant :

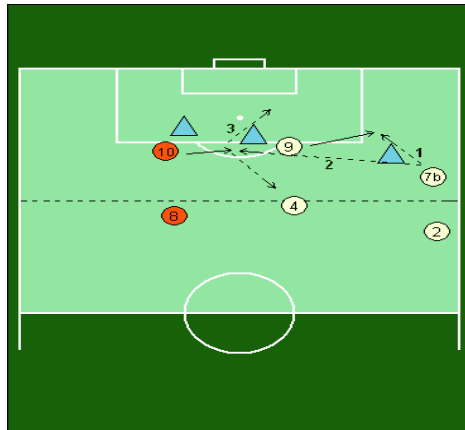


- balle à 10 et course diagonale sur 9 qui va au tir

- balle à 10 qui décharge pour le milieu de terrain en soutien qui verticalise pour la première pointe

- balle à 10 qui glisse à 9, après une course diagonale

Au cas où en zone latérale avec balle non jouable et la pointe qui effectue une course diagonale, voilà quelques exemples :



Dans le premier cas 7 effectue passe et va avec 9

Dans le second exemple 7 joue sur 10 qui glisse pour le milieu de terrain qui va verticaliser pour les joueurs en démarquage.

Dans le troisième exemple 10 reçoit la balle de 7, joue la balle pour 9 qui va en profondeur.

Avec balle à 2 les mouvements sont semblables, seulement la passe sera exécutée en tant que latéral bas, plutôt que de 7 qui se déplacera en effectuant les courses diagonales vues auparavant.

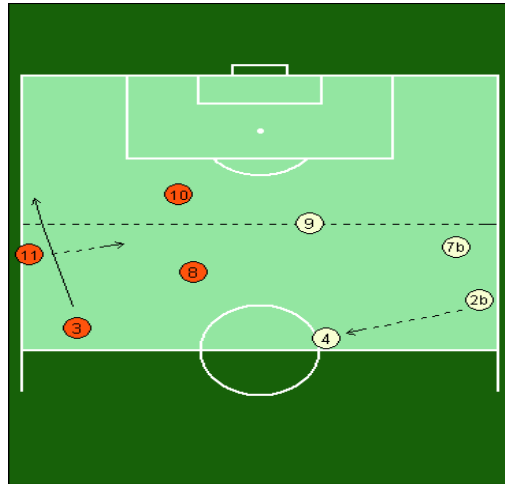
D'innombrables autres exemples peuvent se faire, comme pour les mouvements pour la "chaîne" de droite (2, 4, 7) avec la possibilité pour l'un d'eux d'aller au centre.

Il est important comme je le disais au début de maintenir les équilibres à l'intérieur de la "chaîne" de jeu, avec les trois joueurs qui en phase offensive maintiennent une couverture que j'appelle "préventive" dans le sens que nous devons faire comprendre aux joueurs que de toute façon tôt ou tard la balle sera perdue, et donc lorsque ceci arrivera, nous devons être positionné sur le terrain en situation la équilibrée plus possible.

Au début j'avais dit que par commodité j'exécutais des situations seulement pour le côté droit pour les motivations sur exposées, à l'exception du changement de jeu. Voyons :

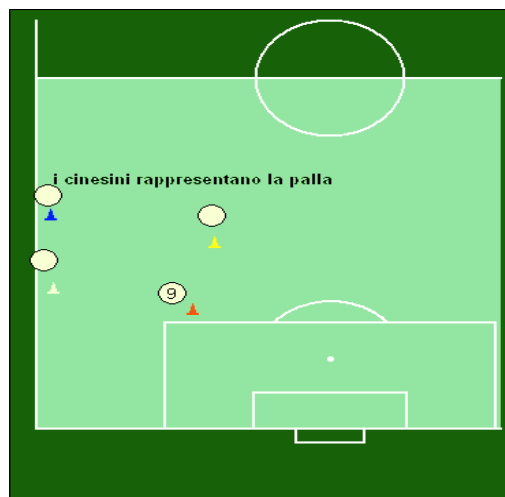
Comme "impulsion" nous ferons comprendre aux joueurs que dans l'instant où (voir graphique) la balle sera déchargée à un défenseur à reculons ou à un milieu de terrain, "la chaîne" de jeu du côté opposé où on déroule l'action, doit se tenir prête pour prendre par surprise l'équipe adverse.

Si le changement de jeu ne peut pas être effectué on continuera le jeu en mettant en pratique les situations vues auparavant, cela dépendra toujours de la zone de terrain dans laquelle on se trouve, la position de la balle et tout ce que nous avons dit en ce qui concerne les autres variables .



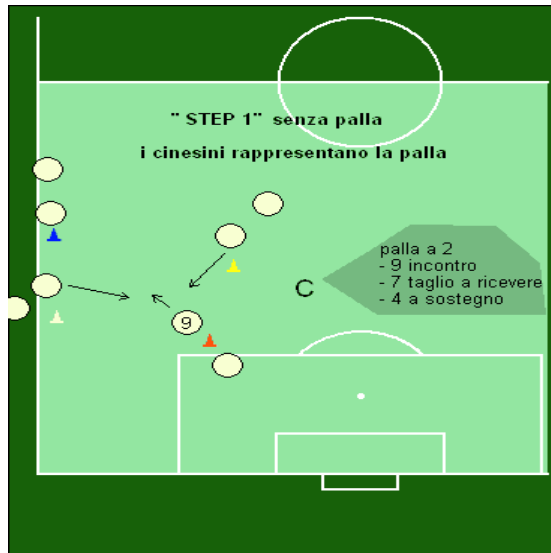
Comme nous l'avons vu pour l'extérieur 7, ainsi nous pourrions exécuter des exercices ou des « ÉTAPES » en progression qui serviront pour faire assimiler à l'individu, au couple, à la chaîne et au losange ces automatismes qui permettront à l'équipe de se déplacer sur le terrain de jeu avec cognition de cause, en faisant sembler que le jeu se déroule avec une grande spontanéité.

EXERCISES



Comme on le voit dans le graphique, les plots représentent la balle, en voulant développer une action de finalisation, l'entraîneur appelle une couleur à laquelle 9 doit répondre en se déplaçant dans des modalités vues auparavant ; aller à la rencontre ou course en diagonal. Les autres joueurs du losange se déplaceront suite au mouvement de 9. Par exemple si la pointe décide de venir à la rencontre pour recevoir de 2, les autres deux joueurs se déplacent comme dans les exercices précédents, en choisissant un mouvement, qui au début sera choisi de l'entraîneur pour faciliter la compréhension, comme dans le graphique ici en bas :

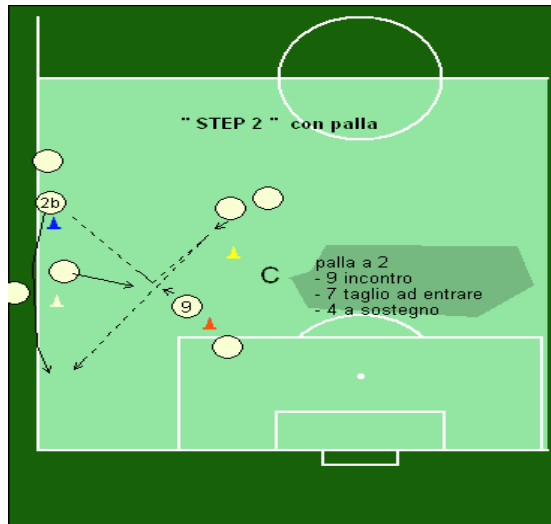
ÉTAPE 1



Balle à 2
9 vient à la rencontre
7 latéralement pour recevoir
4 en soutien

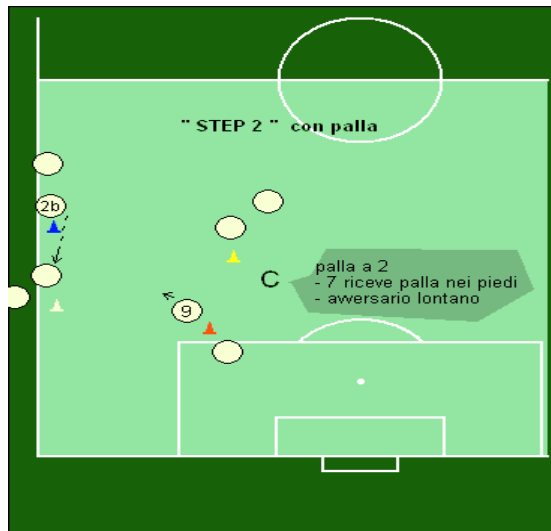
ÉTAPE 2

Dans la seconde étape nous jouerons la balle avec les relatifs mouvements et les verticalisations finales pour ensuite aller au tir

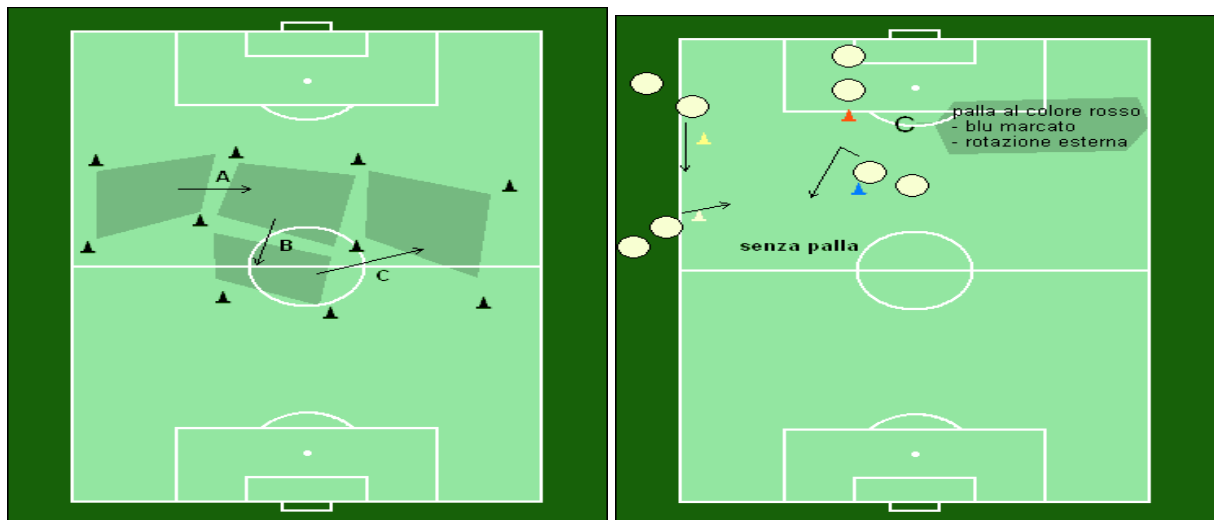


Dans ce cas 9 décide de décharger sur 4 qui peut jouer la balle pour 2 en superposition ou pour 9 qui effectue une rotation interne ou 7 qui va à l'intérieur

Si la balle dans un autre exercice est jouée dans des pieds de 7 avec adversaire lointain comment doit se déplacer ce joueur dans le graphique ici en bas ? faites le en vous rappelant ce que nous avons dit d'abord.



Des exercices de ce type peuvent être exécutés dans toutes les autres zones du terrain pour ensuite les relier de l'ensemble (A, B, C) et les faire devenir un tout, semblables à ce que fait un réalisateur lorsque il met ensemble les divers films pour créer un court-métrage.



Pour des raisons de temps n'ont pas été mises en relief d'autres choses, par exemple ; comment doit se positionner la pointe ? Au joueur nous disons qu'il doit se positionner avec le corps en situation telle à voir toujours son possesseur de balle et le but.

Je ne me fatiguerai jamais de dire qu'il faut soigner toujours les « détails », puisque si nous ne le faisons pas dans les secteurs jeunes, ensuite lorsque les garçons arriveront en séniors et ferons ces exercices, nous les verrons gauches, gênés mais surtout fatigués mentalement parce que toutes ces typologies de travail ne rentrent pas dans leur bagage personnel. Sera-ce leur faute ? Essayez d'écrire avec la main opposée à laquelle normalement vous écrivez. Comment vous sentez-vous ?

J'espère ne pas vous avoir ennuyé avec cette simple contribution exécutée avec dévouement et grande passion pour un sport fascinant comme le football.

