

# LES MOINS DE 16 ANS

## LE JEU RECHERCHE

*« Jeu d'attaque utilisant des coordinations de circulation du balle et de circulation de joueurs face à des défenses qui adoptent des dispositifs variés et des fonctionnements internes plus évolués*

*Jeu de contre-attaque et de montée de balle*

*Premières notions de repli défensif organisé »*

# QUOI ET COMMENT APPRENDRE ?

## Contenus et situations d'entraînement

Le jeu sur tout le terrain

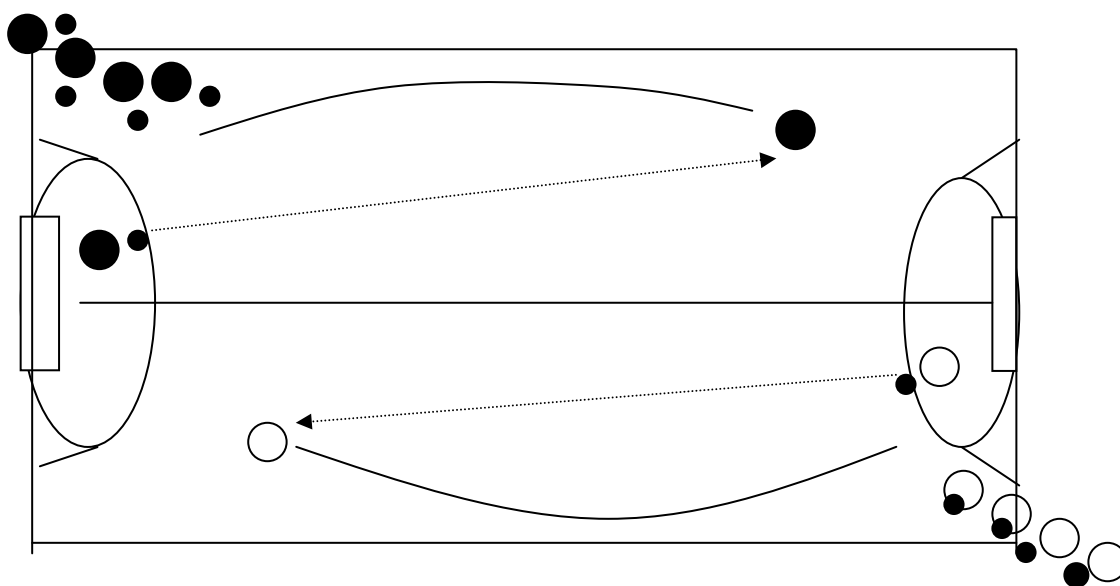
Les savoirs-faire individuels

### Situation I 1

« apprendre, au gardien, à donner à son partenaire parti en contre-attaque sans le ralentir »

Dispositif de départ :

Sur toute la longueur d'un demi-terrain avec un gardien de but et des partenaires possédant un ballon chacun :



Déroulement, consignes :

Un attaquant près de son but donne la balle à son gardien et part en contre-attaque au maximum de sa vitesse.

Le gardien de but lance la balle au contre-attaquant dans la 2<sup>ème</sup> moitié de terrain.

Rotation des tâches :

Travail sur les 2 bandes longitudinales en aller et retour.

Contenus pour le gardien de but :

regarder la trajectoire de course du partenaire,

lancer la balle en avant du coureur,

Repères d'observation :

La continuité de course du contre-attaquant.

Le pourcentage de réussite par rapport au nombre de relances.

Régulation, variables d'ajustement :

La présence d'un défenseur dans la première moitié de terrain va obliger le gardien à se désaligner de l'axe défenseur/partenaire et/ou à modifier sa trajectoire.

Evolution ultérieure :

Le travail des trajectoires en présence d'un défenseur près du contre-attaquant.

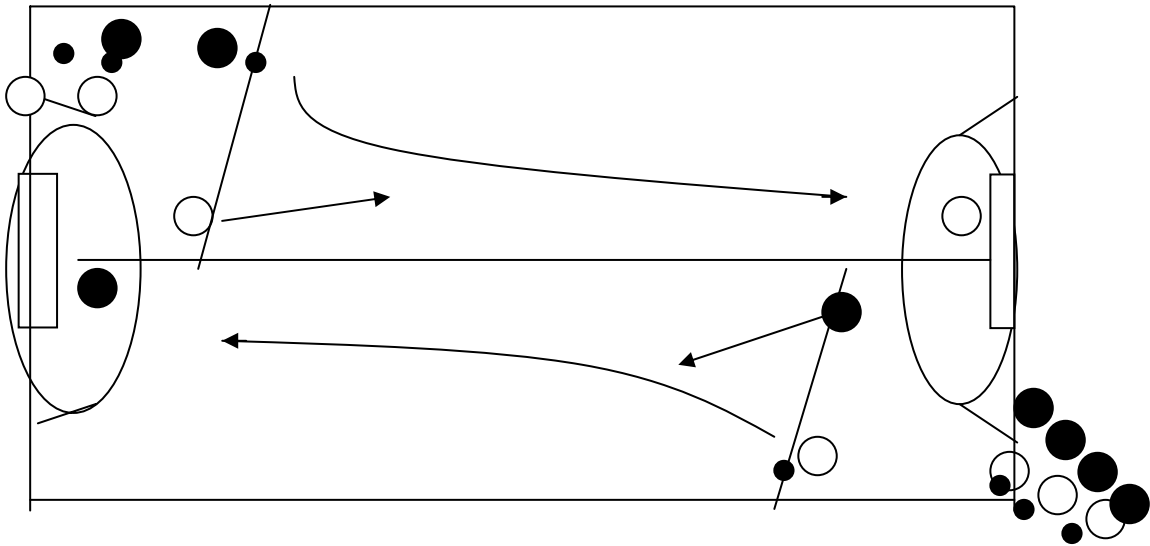
## Situation n° I 2

« apprendre à dribbler en étant poursuivi, gêner par un défenseur »

Dispositif de départ :

Sur toute la longueur d'un demi-terrain :

Un attaquant avec un ballon et un défenseur tous les 2 derrière une ligne.



Déroulement, consignes :

L'attaquant favorisé par la ligne oblique (légère avance sur le défenseur) part en contre-attaque quand il le veut (sans feinte de départ). Le défenseur essaye de lui interdire l'accès à la cible. Il part en réaction au départ de l'attaquant.

Rotation des tâches :

Travail sur les 2 bandes longitudinales en aller et retour. Changement de rôles après chaque aller et retour. Changement de sens de rotation après une séquence de travail allant de 5 à 15 minutes selon le nombre de joueurs (répercussion sur les temps de récupération). Le

changement de sens de rotation permet un travail des 2 côtés pour la protection du ballon plus aisé d'un côté que de l'autre.

#### Contenus pour le dribbleur :

utiliser ses appuis réglementaires pour se lancer,  
se diriger vers le centre pour couper la trajectoire de course du défenseur,  
quand c'est possible courir pour laisser le défenseur derrière.

#### Repères d'observation :

La volonté du dribbleur à passer devant le défenseur et à y rester.

Le nombre de contre-attaques réussies par rapport aux tentatives. L'utilisation de la course vers le centre dès le départ pour couper la course du défenseur quand l'attaquant sent qu'il est moins rapide que le défenseur.

#### Régulation, variables d'ajustement :

On peut jouer sur l'inclinaison de la ligne d'avantage à l'attaquant et/ou sur l'écart de distance entre l'attaquant et le défenseur.

#### Evolution ultérieure :

L'addition d'un couple attaquant/défenseur dans la 2<sup>ème</sup> partie de terrain pour entrer dans l'alternative continuer à dribbler en étant poursuivi ou passer à son partenaire si le 2<sup>ème</sup> défenseur intervient.

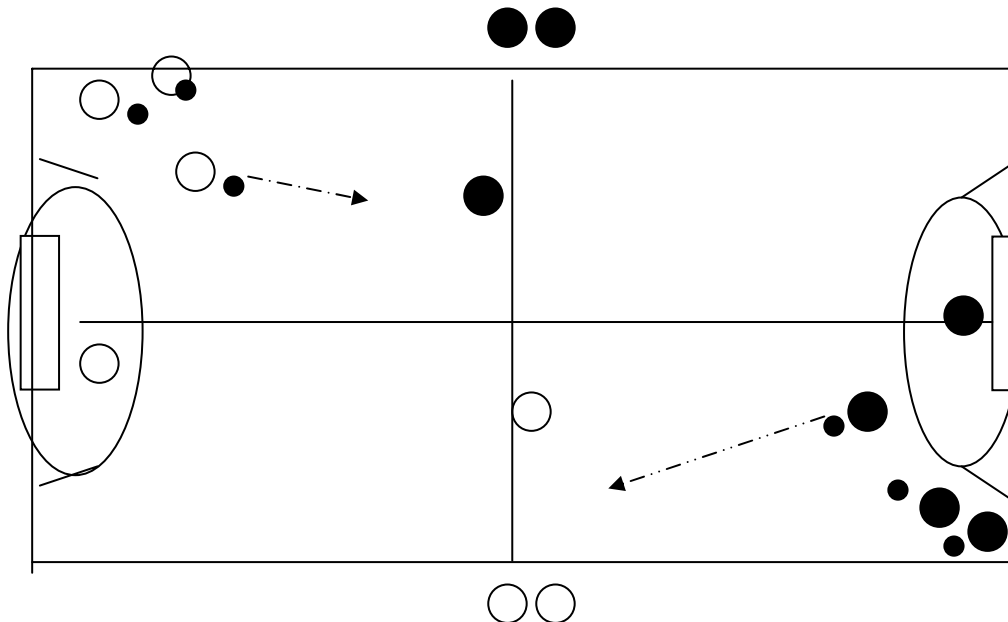
### Situation n° I 3

« apprendre à déborder un adversaire en dribble »

Dispositif de départ :

Sur toute la longueur d'un demi-terrain :

Un attaquant avec un ballon contre un défenseur placé sur la ligne médiane.



Déroulement, consignes :

Une colonne d'attaquants avec un ballon chacun, près de leur but. Le porteur de balle doit aller marquer un but sur l'autre cible en tentant de déborder un défenseur placé sur la ligne médiane.

Rotation des tâches :

Travail par binômes équilibrés et changement de statut après chaque passage.

Après une séquence de travail de 10 minutes on peut modifier les binômes et le sens de rotation.

Contenus pour le dribbleur :

- dribbler à une vitesse optimum pour maîtriser l'approche du défenseur et pouvoir changer de rythme,
- évaluer la distance avec le défenseur pour pouvoir protéger sa balle, changer de rythme et/ou de direction,
- utiliser son corps pour protéger la balle au près du défenseur.

#### Repères d'observation :

Les stratégies utilisées pour manœuvrer le défenseur. Le niveau d'habileté à dribbler comme pré-requis à cet apprentissage.

#### Régulation, variables d'ajustement :

L'espace de jeu utilisable permet de réguler le niveau de difficulté de la tâche mais aussi les possibilités d'action du défenseur. On peut retarder le défenseur pour laisser l'initiative au dribbleur sans pour cela lui permettre un accès direct à la cible. On peut lui demander de mettre les mains dans le dos pour faciliter le débordement.

#### Evolution ultérieure :

Dans la suite de ce travail nous pouvons passer à 2X2 pour que le dribbleur retrouve l'alternative, à la fin de son débordement, continuer à dribbler ou donner à son partenaire lorsque le 2<sup>ème</sup> défenseur le stoppe.

### **Situation n° I 4**

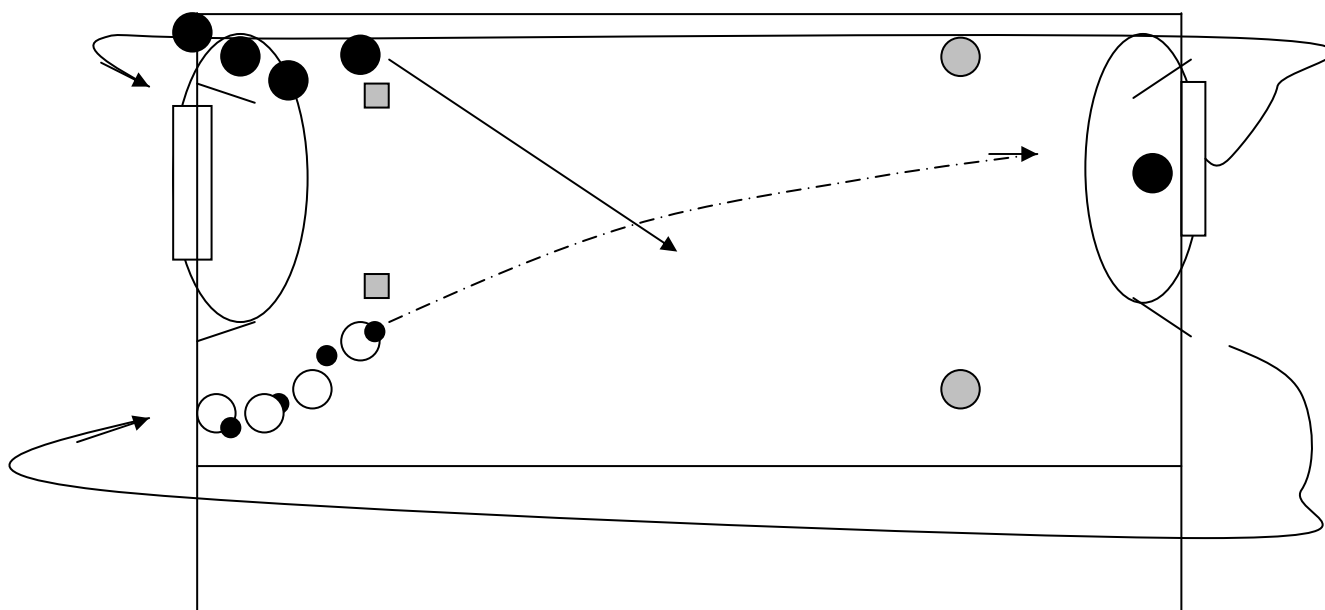
« apprendre à dribbler sous pression d'un défenseur pour gagner un espace favorable pour le duel avec le gardien de but »

#### Dispositif de départ :

Sur toute la longueur d'un terrain :

Un attaquant porteur de balle contre un défenseur partant chacun d'un plot et un gardien de but.

2 passeurs de chaque côté du terrain près de la cible attaquée.



Déroulement, consignes :

L'attaquant porteur de balle doit aller marquer un but après avoir dribbler toute la longueur du terrain. Un défenseur partant à la même hauteur que lui mais de l'autre côté du terrain cherche à l'en empêcher. Les 2 passeurs sont dans le cas où le dribbleur est rattrapé par le défenseur. Dans ce cas l'attaquant peut encore jouer en Passe et Va avec le passeur neutre pour aller tirer en 2<sup>ème</sup> intention.

Rotation des tâches :

Le travail s'effectue dans un seul sens, les joueurs reviennent par l'extérieur du terrain. Changement de statut tous les 2 passages du binôme pour que l'attaquant puisse passer des 2 côtés (à droite et à gauche).

Contenus pour le dribbleur :

- utiliser ses appuis réglementaires pour se lancer,
- se diriger vers le centre pour couper la trajectoire de course du défenseur,



- quand c'est possible courir pour laisser le défenseur derrière.
- Sinon rester le plus possible vers le centre pour avoir un duel avec le gardien de but plus facile,
- Quand le côté le permet protéger la balle avec son corps.

Repères d'observation :

Les zones de tir gagnés par les attaquants. La conduite typique étant de s'écarter du défenseur pour se donner du temps et de l'aisance pour dribbler mais qui donne au joueur un tir difficile par excentration par rapport à l'axe médian.

Régulation, variables d'ajustement :

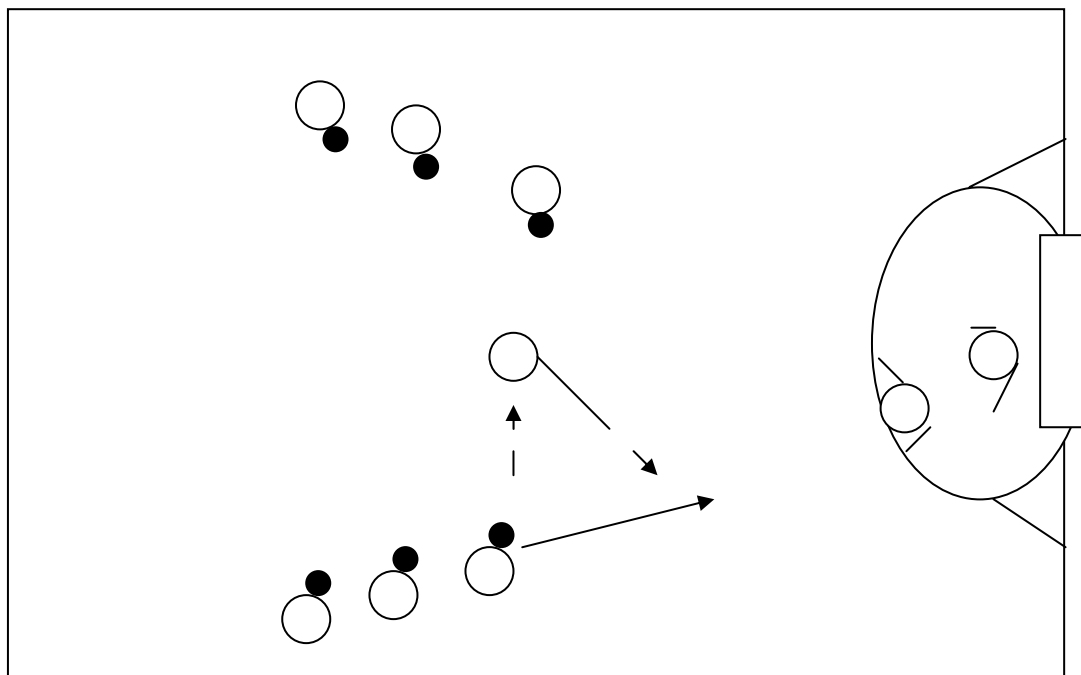
Le degré de difficulté est lié aux départs des 2 joueurs et à l'écartement entre eux. On peut pour complexifier la tâche établir avec 2 plots une zone favorable de tir au centre de la zone.

Evolution ultérieure :

Replacer ce savoir-faire dans une montée de balle cherchant à prendre de vitesse le repli défensif.

## Situation n ° I 5

« Apprendre à enchaîner une course de contre attaque et un duel avec deux gardiens placés l'un devant l'autre »



### Dispositif de départ :

Deux colonnes de joueurs balle en main, face au but à une vingtaine de mètres de celui-ci, dans lequel se placent deux gardiens l'un devant l'autre.

### Déroulement et consignes :

Le premier de la colonne de gauche puis celui de la colonne de droite, passent au passeur central courent reçoivent la balle et tirent devant les deux gardiens placés l'un devant l'autre.

Les joueurs vont le plus vite possible pour mettre le placement des gardiens en difficulté, le dribble est interdit.

### Rotation des tâches :

On fait des séries de six à 8 tirs successifs et on décompte les buts ; les joueurs changent ensuite de colonne.

### Contenus :

Pour les joueurs,

Partir au bon moment pour recevoir sa balle en pleine course, assez loin pour prendre des informations sur les gardiens et rester buste droit choisir de tirer vite ou de manœuvrer les deux gardiens.

Pour les gardiens,

Le gardien avancé joue sur des parades segmentaires, surtout avec des bras écartés et hauts.

Le gardien arrière prend des informations sur la posture du tireur et sur le placement de son partenaire pour tenter de prévoir les trajectoires possibles et s'y projeter par le déplacement de tout le corps.

### Régulation, variables d'ajustement :

On peut agir sur la distance des colonnes par rapport au but, autoriser puis interdire le dribble.

On peut laisser les gardiens dans la même position sur toute une série de tirs ou changer leur position relative à chaque tir.

On peut demander que les tirs soient effectués à l'extérieur de plots pour interdire la zone centrale.

### Evolution ultérieure :

Il serait possible d'effectuer ces tirs à partir d'une passe venant d'un gardien derrière avec une course sur toute la longueur du terrain.

## Le jeu près du but

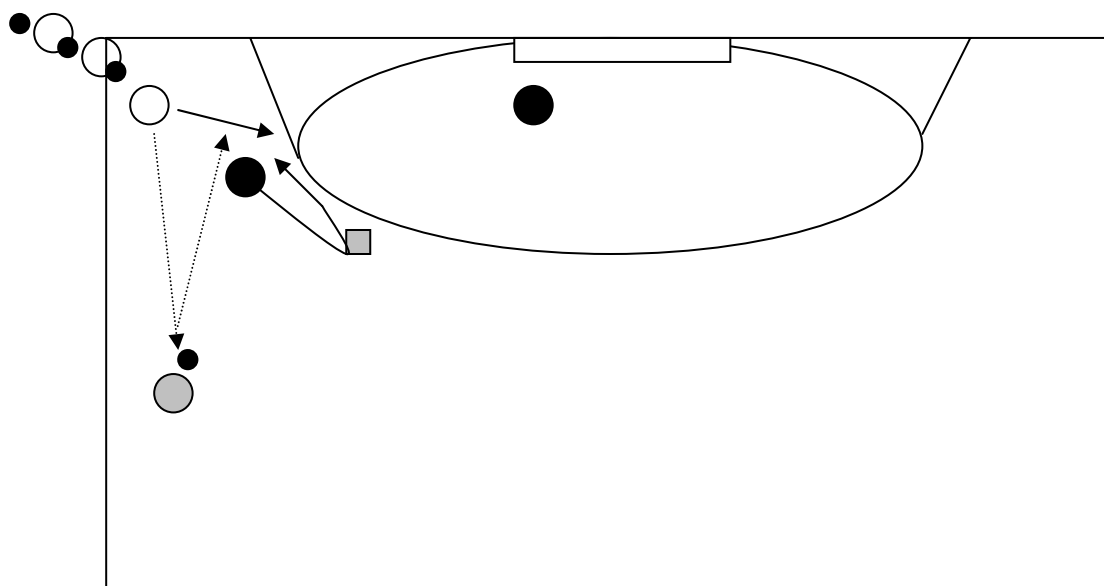
### Situation I 6

« apprendre à tirer dans l'aile »

Dispositif de départ :

Sur un demi-terrain :

Une colonne d'ailiers avec un ballon chacun, un défenseur, un plot et un gardien de but.



Déroulement, consignes :

L'ailier échange la balle avec un passeur en position d'arrière latéral et va tirer dans un espace limité. Un défenseur va toucher un plot, dès que l'arrière reçoit la balle, et vient défendre sur l'ailier d'attaque.

Rotation des tâches :

Travail sur les 2 buts ou sur les 2 côtés.

Contenus pour l'ailier :

- prendre la balle en course,

- course légèrement en « C » pour augmenter la fenêtre relationnelle entre le passeur et le réceptionneur et orienter son pied d'appel tout en réceptionnant la balle,
- orienter son impulsion pour ouvrir son angle de tir (entre le trait des 4 mètres et la ligne des 7 mètres),
- placer son bras le plutôt possible pour une disponibilité immédiate du ballon,
- dès l'impulsion regarder le gardien pour s'adapter à son action.

#### Repères d'observation :

Au delà du pourcentage de réussite au tir il faut observer les choix d'impact des ailiers au regard du comportement du gardien de but.

#### Régulation, variables d'ajustement :

Le temps de retard du défenseur et les choix du gardien de but sont les éléments à prendre en compte pour réguler cette situation en fonction des réalisations des ailiers.

On peut demander, par exemple, au gardien de but de choisir entre 2 actions (monter ou rester près de son but par exemple). Ceci se fera que lorsque les actions du tireur précédents le tir seront correctes (plus d'impulsion pour fuir le défenseur et de difficultés à protéger sa balle au passage près du défenseur).

#### Evolution ultérieure :

Une fois ces acquisitions essentielles stabilisées on passera à un travail du tir après débordement.

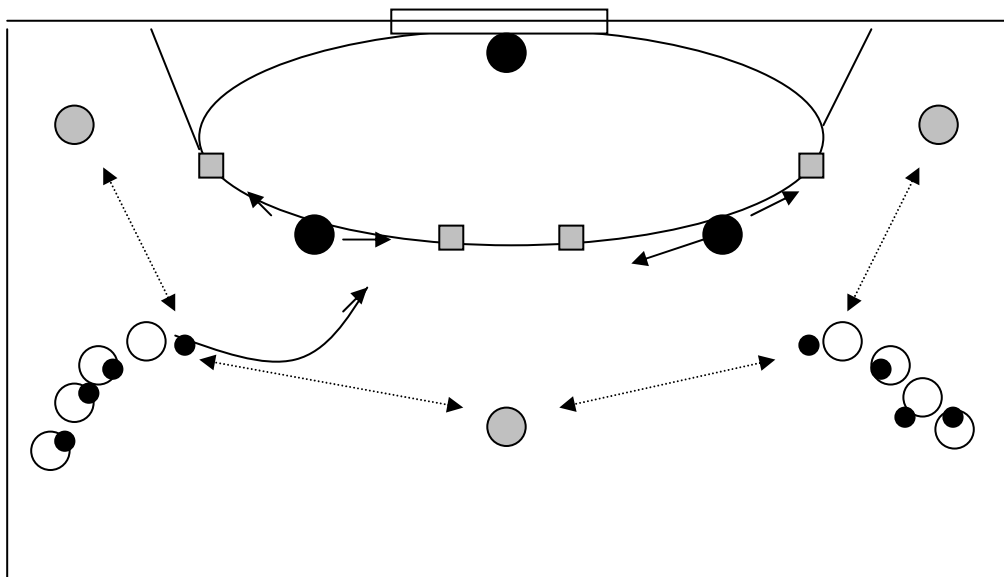
### **Situation I 7**

« apprendre aux arrières à tirer pour marquer face à un défenseur retardé qui cherche à contrer »

#### Dispositif de départ :

Sur le tiers central d'un demi-terrain :

2 colonnes d'arrières latéraux avec un ballon chacun, un défenseur, à 6 mètres, de chaque côté entre 2 plots et un gardien de but. 3 passeurs, un ½ centre et 2 ailiers.



#### Déroulement, consignes :

Après une circulation de balle avec l'ailier et le ½ centre, l'arrière latéral va tirer entre les 2 plots. L'arrière peut, à sa convenance, tirer dans l'intervalle interne ou dans l'externe. S'il estime ne pas être dans des conditions suffisantes pour tirer il redonne à un des passeurs et se replace pour réessayer de nouveau ; après 2 tentatives il cède sa place à un autre joueur.

#### Rotation des tâches :

Alternance des tirs des 2 côtés. Rotation des défenseurs et des passeurs après une dizaine de contres.

#### Contenus pour les tireurs :

- se lancer dans un des 2 intervalles pour dépasser le défenseur ou l'obliger à se déplacer (déséquilibre latéral),
- impulser de manière à déborder le défenseur pour éviter le contre et se donner toutes les possibilités de tir (bras dans l'intervalle),

- regarder le gardien pour le battre en duel.

#### Repères d'observation :

La position du bras tireur au moment du tir avec l'opportunité de tirer dans les 4 coins du but.

Par la suite la mobilité du bras pour rendre la position plus favorable.

Le nombre d'anticipation du gardien de but venant des impossibilités de trajectoires dues au contre. Le nombre de contre.

#### Régulation, variables d'ajustement :

Pour faciliter le travail de l'arrière tireur on peut demander au défenseur d'aller toucher un des 2 plots pour le retarder.

Pour augmenter la difficulté de la situation on peut réduire l'espace entre les plots et/ou placer un défenseur de grande taille. On peut aussi demander à l'arrière, dans le même dispositif de départ, d'attaquer un intervalle et de tirer dans l'autre.

#### Evolution ultérieure :

Recontextualiser ce travail devant un défenseur pouvant sortir pour interdire l'accès à la cible par une course directe.

## Situation n° 18

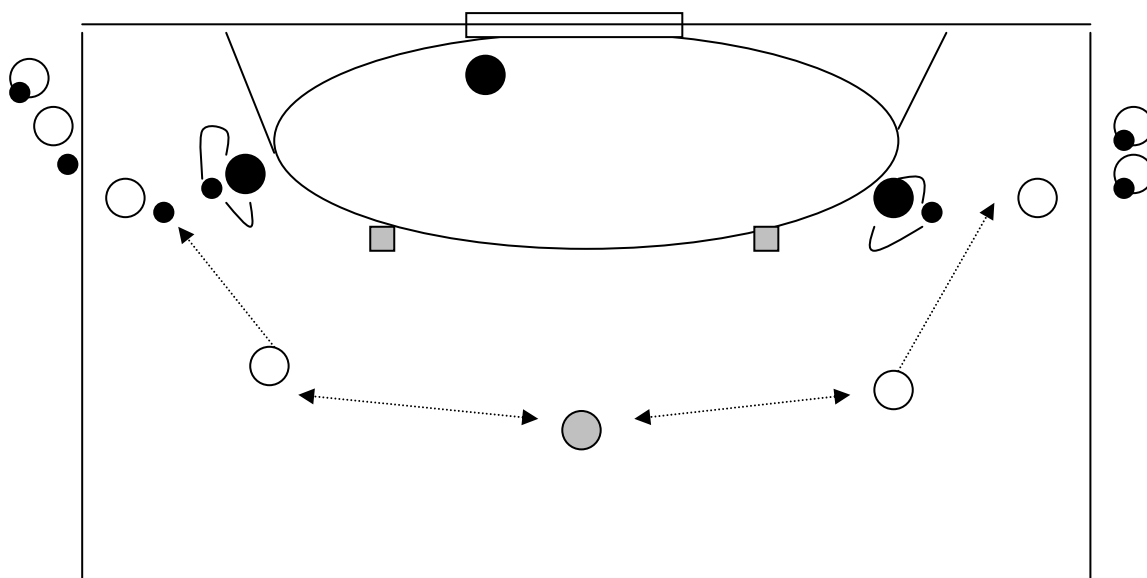
**« apprendre aux ailiers à déborder leur adversaire direct en utilisant une des techniques possibles : le double appui simultané »**

Dispositif de départ :

Sur un demi-terrain :

Des ailiers en colonne dans l'aile de chaque côté avec un ballon chacun. Un défenseur, de chaque côté, défend une zone délimitée par un plot. Il tient un ballon devant eux à 2 mains.

Un ½ centre passeur neutre et un gardien de but.



Déroulement, consignes :

L'ailier reçoit la balle de son arrière latéral et tente de déborder le défenseur pour aller tirer entre la ligne de fond et le plot. S'il n'y arrive pas il ressort le ballon sur l'arrière qui donne au ½ centre pour enchaîner de l'autre côté etc ...

Les défenseurs doivent garder les 2 mains sur le ballon.



### Rotation des tâches :

A chaque possession de balle l'ailier laisse sa place à un autre joueur. Maximum 3 ailiers de chaque côté. Changement des arrières toutes les 10 passes.

### Contenus :

Pour l'ailier,

- s'orienter et s'équilibrer buste droit vers la cible pendant l'appel de balle pour pouvoir travailler sur ses 2 appuis,
- prendre la balle au centre de la zone en double appui simultané pour garder tous ses appuis réglementaires et se donner la possibilité de déborder des 2 côtés,
- être à distance de duel (~un petit mètre) pour être libre de tout contact avec le défenseur,
- travailler sur ses appuis pour déséquilibrer le défenseur,
- tirer ou sortir le ballon en restant équilibrer et en avançant dans l'intervalle.

Il s'agit ici qu'une des techniques possibles de débordement. Un travail nécessaire pour ceux ayant des difficultés à déborder.

Pour l'arrière latéral,

- donner le ballon lorsque l'ailier est à bonne distance de duel.

### Repères d'observation :

La vitesse d'approche et l'équilibre général de l'ailier. Le nombre des débordements réussis ainsi que la qualité de sortie de balle en cas d'échec. L'orientation de l'impulsion pour aller au tir après le débordement.

### Régulation, variables d'ajustement :

L'espace possible pour déborder et les possibilités d'action du défenseur.

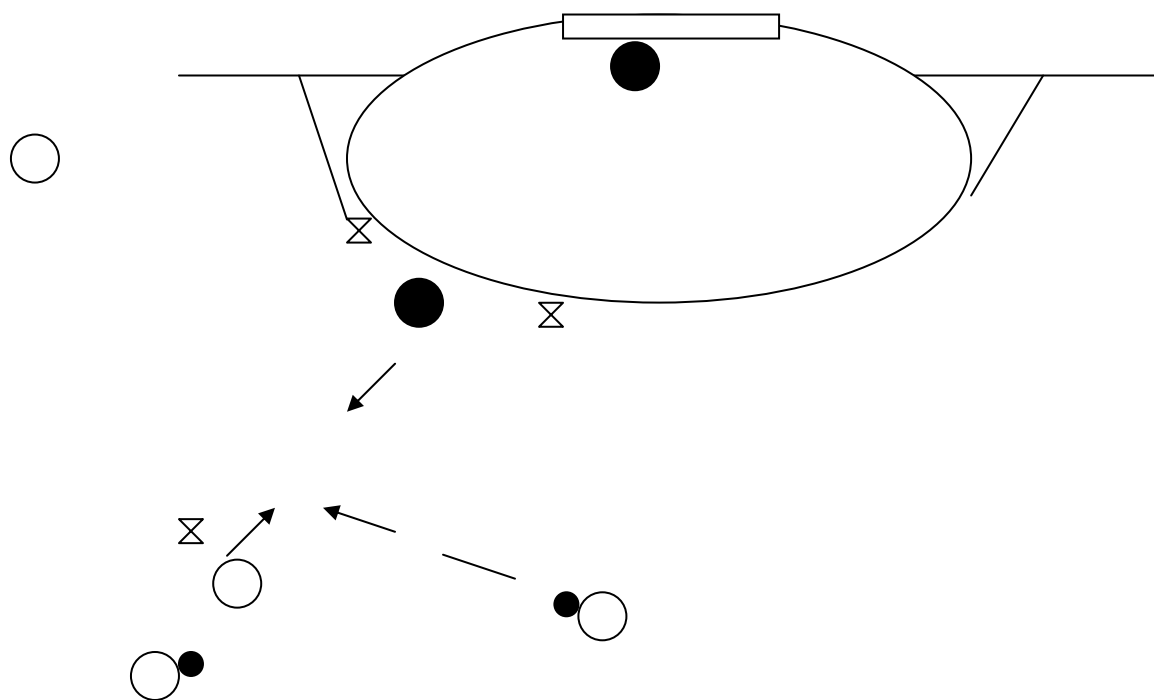
Pour complexifier l'apprentissage on peut bien sûr retirer la balle que tient le défenseur et pour la simplifier on peut demander au défenseur d'aller toucher un plot pour lui donner un retard et un déséquilibre utilisables par l'attaquant.

Evolution ultérieure :

Placer le défenseur n° 2 (2X2) pour envisager le travail de sortie de balle sur l'arrière latéral pour intégrer ce savoir déborder dans le jeu collectif (décalage).

### Situation I 9

**« Apprendre à un arrière à déborder son adversaire direct et à libérer sa balle vers un partenaire proche »**



### Dispositif de départ :

Une colonne d'arrières balle en main à 12 mètres de la zone, devant un intervalle matérialisé dans lequel se trouve un défenseur ; deux passeurs un à l'aile un en position de demi centre, un gardien de but.

### Déroulement et consignes :

Les arrières se servent des passeurs pour se lancer dans l'intervalle et tenter de déborder leur adversaire et à tirer ou à sortir la balle à un des deux passeurs puis à se replacer en faisant le tour du plot qui se trouve en début de colonne.

Le défenseur intervient vers l'attaquant pour le neutraliser, une première fois de manière formelle, puis revient touche un plot de l'intervalle avant d'intervenir à nouveau.

### Rotation des tâches :

L'attaquant devient défenseur, le défenseur devient passeur ; il est recommandé de faire deux ateliers un à droite et un à gauche, et de faire passer les arrières des deux cotés.

### Contenus pour les arrières attaquants :

Courir pour recevoir la balle en étant équilibré tronc vertical, en dégageant son bras vers l'arrière et le haut pour sortir une balle propre à ses passeurs, reprendre des informations en reculant autour du plot arrière, pour voir quel plot le défenseur a touché pour s'engager dans l'intervalle libre.

Prendre des informations sur le gardien pendant le débordement pour adapter son duel avec lui à la sortie du débordement.

### Régulation, variables d'ajustement :

On peut faire varier la largeur de l'intervalle, et la distance du plot de contournement.

On peut imposer au défenseur de toucher tel ou tel plot du côté ou du côté opposé du passeur.

### Repères d'observation :

Moment des prises d'information, direction du regard.

Equilibre à la réception.

Position du bras lanceur à la suite de la prise de balle.

Evolution ultérieure :

Introduire deux défenseurs de chaque côté de l'intervalle pour que le débordement soit suffisamment équilibré pour choisir dans des conditions de jeu le tir ou la sortie de balle pour envoyer ses partenaires au tir.

## Les savoirs-faire collectifs

### Le jeu sur tout le terrain

#### Situation C 1

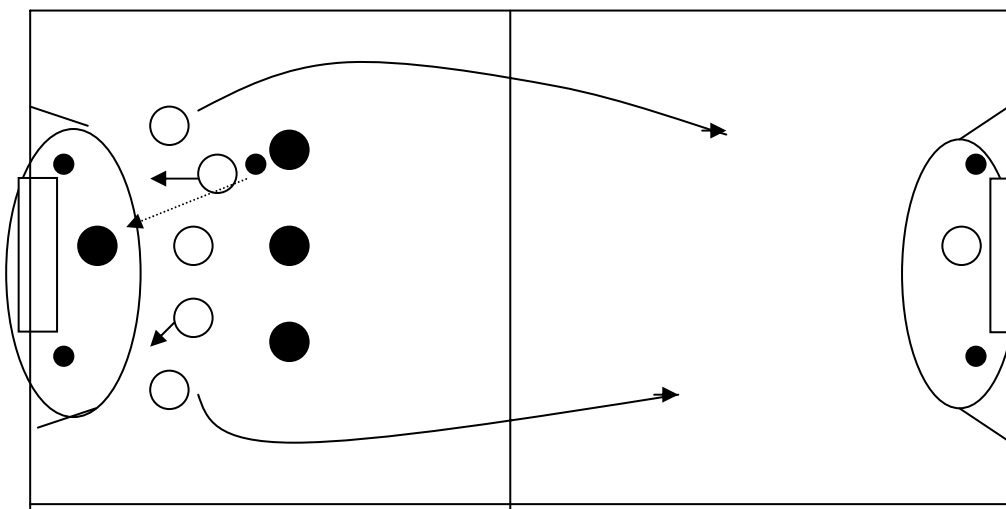
« apprendre aux 2 défenseurs proches n° 1 et n° 2 (ailier et arrière) à se répartir les rôles de récupérateur et de contre-attaquant dans une défense 5-1 par exemple »

#### Dispositif de départ :

Sur tout le terrain :

5 défenseurs contre-attaquants face à 3 attaquants en repli défensif. Un gardien de but de chaque côté.

Des ballons en réserve à côté des gardiens de but.



#### Déroulement, consignes :

Après une circulation de balle des 3 attaquants l'un d'entre eux tire pour marquer. Ces 3 joueurs enchaînent une tentative de récupération de la balle si elle est sur le champs et/ou effectuent un pressing lorsque la balle est au gardien.

Le gardien de but doit donner à chaque fois que c'est possible à un des trois récupérateurs sinon il donne à un des deux contre-attaquants.

#### Rotation des tâches :

Travail en aller et retour avec un maintien des statut pendant une séquence de travail d'une dizaine de minutes.

#### Contenus :

Pour les contre-attaquants (n° 1),

- partir au départ du tir pour gagner du temps sur la défense,
- courir au maximum de sa vitesse jusqu'à la deuxième moitié de terrain,
- regarder le ballon qu'à partir de 2 à 3 mètres de la ligne médiane pour courir efficacement (orientation des appuis et des ceintures) et parce que le ballon ne peut être lancé plutôt.

Pour les récupérateurs (n° 2),

- au moment du tir s'écarter vers l'extérieur pour compenser l'absence de son partenaire n° 1,
- s'orienter pour récupérer et prendre des informations sur la montée de balle.

#### Repères d'observation :

La capacité des défenseurs à récupérer la balle ainsi que conjointement l'aptitude à faire partir la contre-attaque. Les choix du gardien de but en fonction des possibilités.

#### Régulation, variables d'ajustement :

On peut jouer sur l'incertitude du tir. Pour simplifier on demande au tireur d'effectuer son tir sur le gardien de but et en même temps que ce gardien dévie la balle vers un des 2 côtés. Pour complexifier on ajoute les 2 adversaires manquants.

#### Evolution ultérieure :

Une fois cet apprentissage stabilisé la relation des 2 défenseurs latéraux sera construite en adaptation à l'environnement. Nous serons plus dans le cadre d'une systématique des rôles.

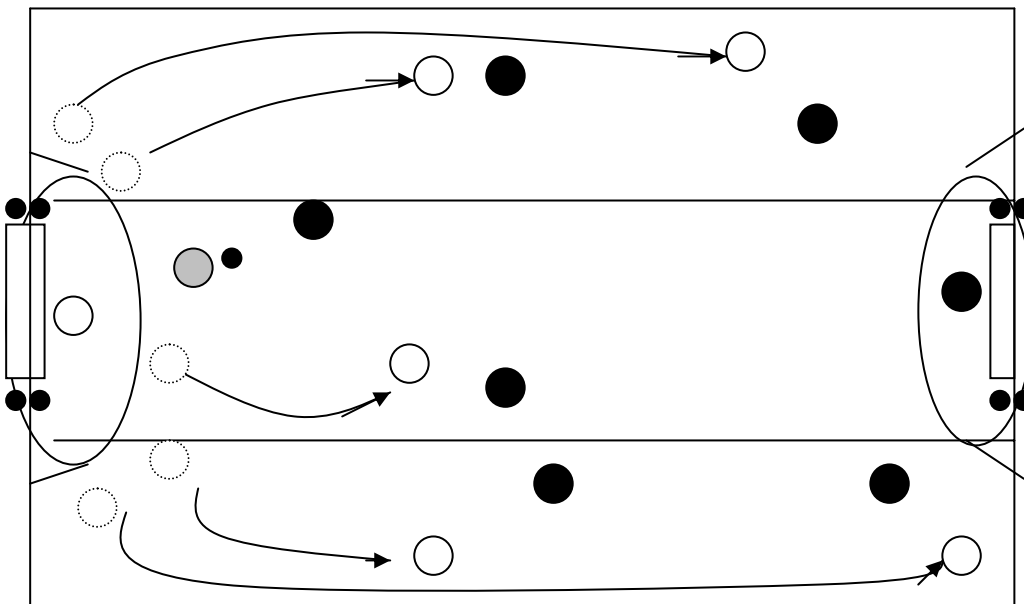
Le joueur le mieux placé pour la contre-attaque partira tandis que l'autre cherchera à récupérer tant que la balle n'appartient pas à son équipe.

### Situation C 2

« apprendre aux 2 joueurs centraux à s'organiser, entre eux, en montée de balle et en se liant aux joueurs latéraux (situation 67) »

#### Dispositif de départ :

6 défenseurs face à 6 attaquants et un gardien de but de chaque côté avec une réserve de ballons près d'eux. Le terrain est partagé en trois couloirs longitudinaux par 2 lignes.



#### Déroulement, consignes :

Après le tir d'un des attaquants, le gardien de but lance la montée de balle avec le ballon en jeu ou un des ballons près de lui. Les défenseurs effectuent un repli défensif actifs en exerçant un pressing visant à récupérer la balle. Les joueurs n'ont pas le droit de sortir de leurs zones respectives. Un des 2 joueurs centraux, désigné à l'avance, reçoit le ballon systématiquement (un joueur choisit dans l'équipe comme bon dribbleur par exemple).

Il s'agit d'une montée de balle à 2X2 dans le couloir central tout en prenant des informations sur les joueurs latéraux, c'est donc un exercice d'organisation exigeant des savoirs faire appropriés à la montée de balle plutôt qu'une organisation à reproduire en compétition, ce qui serait trop stéréotypant.

Rotation des tâches :

Travail sur aller et retour avec changement de statut.

Contenus :

Tous les contenus liés à la montée de balle détaillés dans d'autres situations de cet ouvrage.

Repères d'observation :

Les choix du 1<sup>er</sup> Pb dans l'alternative dribbler ou passer ainsi que la recherche de création de surnombre dans le couloir central. Le comportement des joueurs latéraux au regard de la lecture du rapport de force du 2X2 central.

Régulation, variables d'ajustement :

La largeur plus ou moins grande du couloir central et les possibilités d'action des défenseurs serviront à réguler le niveau de contrainte exercé sur les attaquants montant la balle.

Evolution ultérieure :

Quand ces principes sont acquis, on peut organiser la montée de balle d'une manière plus stratégique en fonction des qualités de chaque joueur de l'équipe.



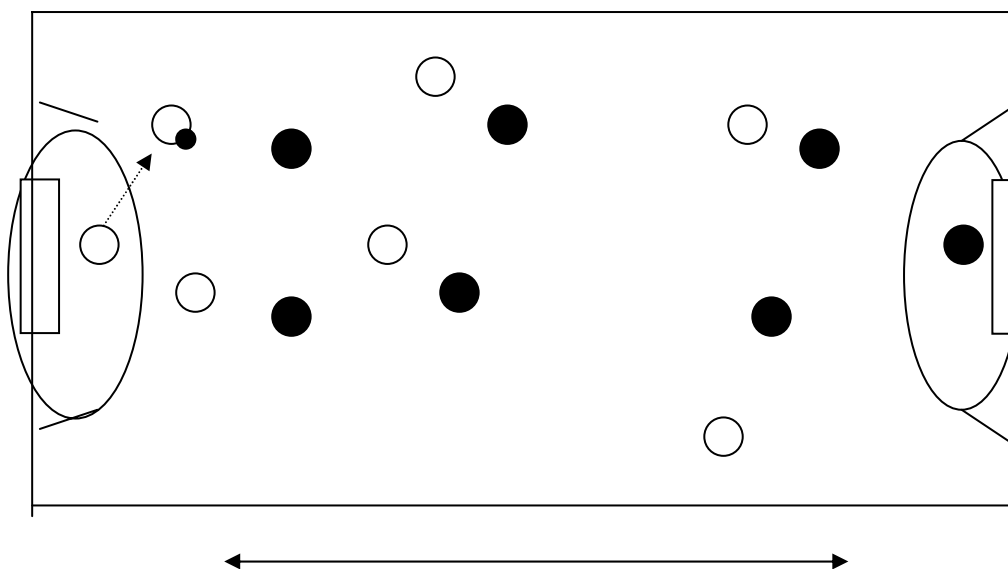
### Situation C 3

« apprendre, en montée de balle, à conserver le ballon tout en cherchant à créer une solution de tir »

#### Dispositif de départ :

Sur toute la longueur d'un terrain :

6 attaquants contre 6 défenseurs répartis tous à 2 dans chacune des 3 zones. Un gardien de but dans chaque but.



#### Déroulement, consignes :

Le gardien de but donne la balle à un de ses deux partenaires de la première zone. Les attaquants font progresser la balle en passant obligatoirement par les 3 zones. Il est possible d'échanger plusieurs fois dans une même zone et de revenir dans une zone arrière. Le jeu passif est supprimé dans cette situation.

#### Rotation des tâches :

Travail en aller retour avec changement de statut à chaque fois.

### Contenus :

Pour les porteurs de balle successifs,

- Se déplacer pour se désaligner et pouvoir donner à un partenaire libre,
- S'informer pendant son déplacement des actions de démarquage de ses partenaires,
- Choisir de faire progresser vers l'avant ou de conserver dans sa zone ou en arrière,

Pour les non porteurs de balle,

- s'informer sur la disponibilité du ballon pour se démarquer en appui dans une zone avant ou en soutien dans une zone arrière,
- enchaîner une action d'aide au nouveau Pb dès que la balle est donné ?
- utiliser l'ensemble de l'espace possible pour se démarquer.

### Repères d'observation :

La circulation du ballon en avant et en arrière ainsi que le niveau de prise de risque pour des passes vers l'avant. L'activité des défenseurs qui doit être importante.

### Régulation, variables d'ajustement :

L'espace de jeu et le nombre de joueurs dans chaque zone ainsi que les possibilités d'action des défenseurs.

La suppression d'une ou des zones.

### Evolution ultérieure :

L'intégration de ces savoirs faire dans une organisation collective de la montée de balle.

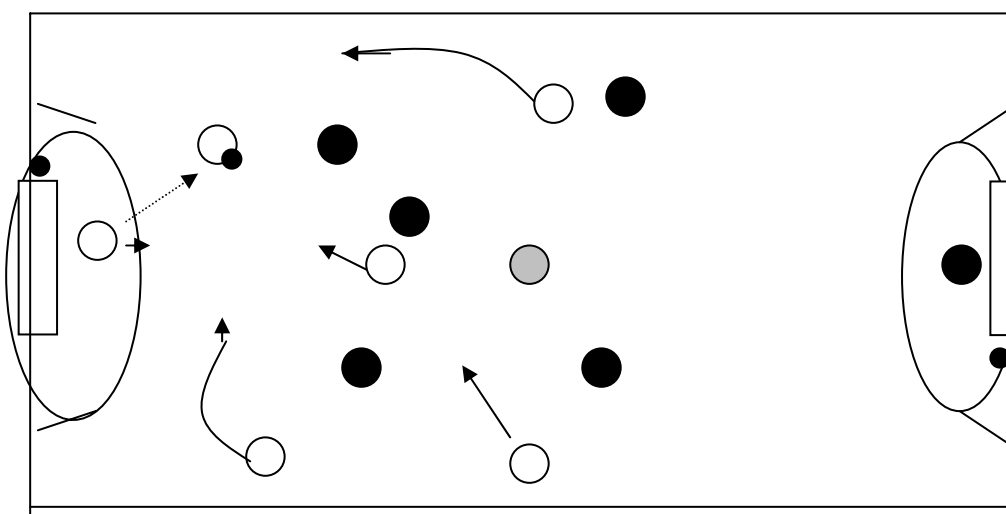
## Situation C 4

« apprendre à conserver la balle collectivement dans une situation de surnombre défensif à 5 attaquants contre 6 défenseurs »

Dispositif de départ :

Sur tout un terrain :

5 attaquants contre 5 défenseurs, un joueur joker d'une couleur différente des 2 équipes qui reste toujours en défense et un gardien de but de chaque côté.



Déroulement, consignes :

La situation commence avec la balle au gardien de but. Les attaquants cherchent à monter la balle en assurant prioritairement la conservation du ballon. Le gardien de but de l'équipe attaquante doit participer à cette conservation. Les défenseurs exercent un pressing visant à récupérer le ballon. Cette situation comme beaucoup d'autres doit être arbitrée sérieusement.

Rotation des tâches :

Un joueur joker toujours en défense permet de travailler en aller et retour tout en restant en surnombre défensif.

Contenus :

Pour le gardien de but,

- sortir de sa zone pour soutenir le Pb s'il est en difficulté,

Pour le Porteur de balle,

- s'orienter à la prise de balle pour percevoir l'ensemble de ses partenaires,
- choisir le déplacement en dribble (voir le débordement) dès que c'est possible (rester sur place diminue l'incertitude de la situation pour les défenseurs),
- ou donner plutôt à un appui ou à un soutien libre,

Pour les Non Porteurs de balle,

- se démarquer en s'orientant pour pouvoir anticiper les actions futures,
- se démarquer en allant devant le Pb ou en arrière selon le rapport de force Pb/ Défenseur,

#### Repères d'observation :

Le temps de possession de balle de chaque Pb ainsi que le temps global de chaque montée de balle. Le nombre de fautes des défenseurs qui doit être près de zéro pour que la situation soit efficace en terme de transformation. L'utilisation de l'espace arrière par rapport au ballon (soutien).

L'activité du gardien de but comme soutien offensif.

#### Régulation, variables d'ajustement :

Pour faciliter le travail, tout en gardant le travail d'occupation de l'espace par les attaquants, on peut diminuer les possibilités d'intervention des défenseurs en leur demandant de mettre une main dans le dos. On peut aussi bien sûr retirer le joker.

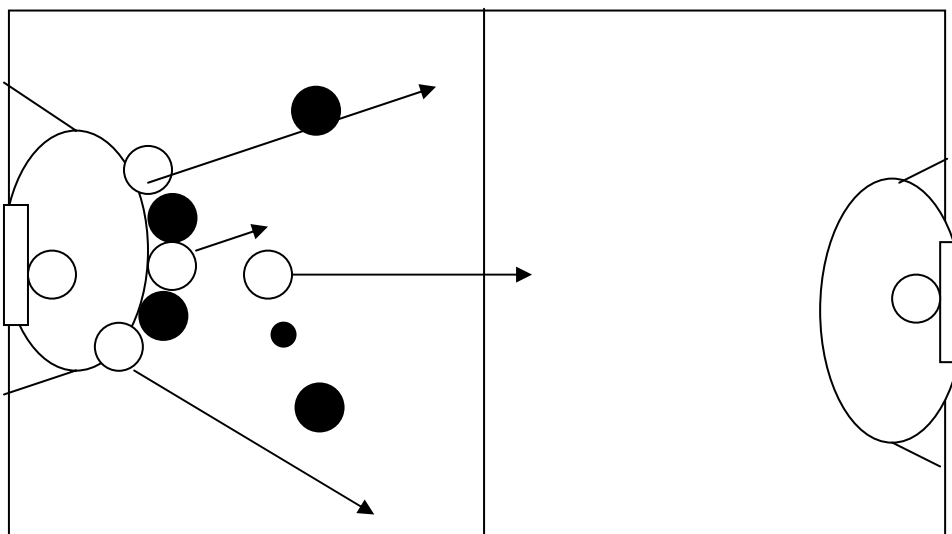
Pour complexifier la situation lorsqu'on veut favoriser les débordements des Pb on peut réduire l'espace de jeu.

#### Evolution ultérieure :

La prolongation de ce travail, lorsque les règles du savoir conserver la balle sont en place, est d'organiser collectivement la montée de balle. On remarquera ici qu'une organisation collective précède l'appropriation des facteurs d'efficacité de la conservation du ballon condamnerait les progrès de l'équipe.

## Situation C 5

« Apprendre à s'organiser à 4 contre 4, à partir d'une défense avec un joueur avancé, dans la deuxième moitié du terrain pour exploiter « le jeu de transition » en utilisant la règle de l'engagement rapide ou le jeu avec un appui central »



### Dispositif de départ :

Quatre joueurs, deux en position d'arrière, deux en position de pivot, attaquent face à quatre défenseurs dont un en position avancé devant les trois autres ;

### Déroulement et consignes :

Dès que les attaquants perdent la balle ou marquent un but ils replient dans leur moitié de terrain.

Si les attaquants marquent, les joueurs défenseurs contre attaquent en utilisant la règle de l'engagement rapide, si les attaquants ne marquent pas, les joueurs défenseurs contre attaquent en utilisant le relais central.

### Contenus pour les contre attaquants :

#### *1° phase,*

Timing du joueur avancé qui, dès la perte de balle des adversaires, va se positionner dans le rond central, prend des informations sur le jeu et son partenaire gardien, et se démarque pour recevoir la balle du gardien.

Timing et répartitions des trois autres qui montent vers la deuxième moitié de terrain en restant dans leur secteur.

Prise d'information sur le jeu et le gardien pour éventuellement recevoir la balle.

#### *2° phase,*

Le joueur central va se positionner aux 6 mètres adverses.

Les trois autres se positionnent à leur poste d'arrière, en équilibre vertical dès le milieu de terrain franchi pour prendre des informations sur le jeu et être prêt à enchaîner leurs actions vers le but.

L'un deux va se placer en deuxième pivot, ajuste son timing de rentrée et se rend disponible pour ses partenaires.

### Régulation, variables d'ajustement :

On peut adapter la largeur de chacun des secteurs d'attaque.

On peut démarrer la situation sur une passe obligatoire d'un des arrières au gardien ou dans la cage.

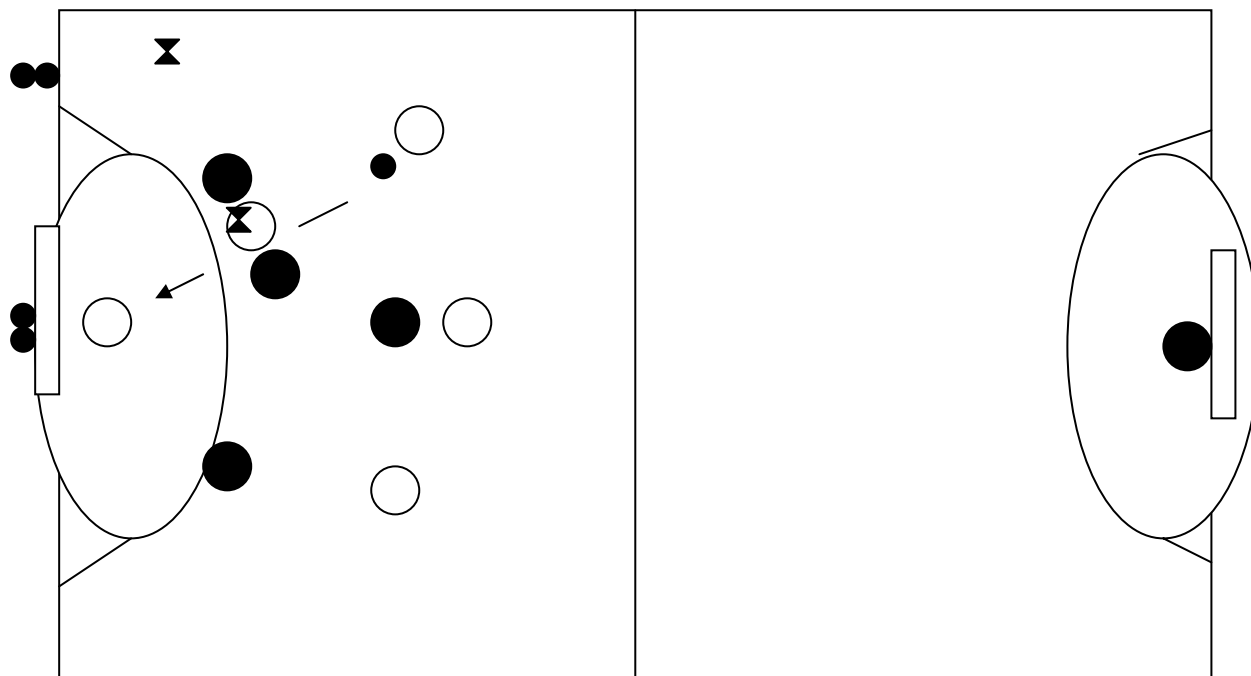
On peut jouer à six contre six en différenciant éventuellement les types d'enchaînements dans la deuxième moitié de terrain en cas d'engagement rapide.

Evolution ultérieure :

Pour introduire une dimension physique à la situation, on peut réaliser la situation en continu en imposant un nombre de séquences de montées et de repli.

**Situation C 6**

« Apprendre à s'organiser à 4 contre 4, puis à 6 contre 6 après un tir raté pour se replier vers son propre but sans prendre de but tout en tentant de neutraliser les adversaires ou d'intercepter la balle ».



Dispositif de départ :

Quatre attaquants disposés en trois arrières et un pivot face à quatre défenseurs disposés en un joueur devant et trois derrière. Un gardien de chaque côté du but

Déroulement, consignes :

L'arrière et le pivot attaquent contre leurs deux vis-à-vis en se servant du demi centre comme passeur.

Dès qu'un tir est effectué, le gardien ramasse un ballon près de sa cage et joue la contre attaque avec ses quatre coéquipiers ; les 4 attaquants effectuent leur repli défensif.

#### Rotation des tâches :

On effectue une séquence en jouant le deux contre deux à gauche, une séquence avec le deux contre deux à droite et une séquence avec le deux contre deux au centre.

#### Contenus pour les attaquants enchaînant le repli défensif :

Pour ceux qui sont concernés par l'action d'attaque, se répartir les rôles de repli vers son but ou intervention sur le joueur le plus proche du gardien en fonction des actions de leurs adversaires.

Pour ceux qui ne sont pas concernés par l'action de deux contre deux, effectuer la même répartition en fonction des actions des adversaires.

#### Régulation, variables d'ajustement :

Dans un premier temps, le signal de départ peut être un lancer au gardien artificiellement demandé à un attaquant.

La situation peut être transformée en situation à six contre six, avec des attaques de départ à trois contre trois.

#### Repères d'observation :

Vitesse du changement de statut des attaquants en « défenseurs replieurs ».

Prises d'information sur les choix des contre attaquants au départ.

Coordination des prises d'information sur les contre attaquants tout en assurant le repli vers son but.

#### Evolution ultérieure :

Effectuer le jeu en continuité des deux cotés pour introduire une dimension physique supplémentaire, en limitant le nombre de séquences en fonction des besoins.





- partir à la réception du ballon par l'ailier opposé pour arriver dans le temps d'engagement de l'autre arrière latéral,
- partir quand son adversaire direct ne le regarde pas pour le surprendre et pouvoir ainsi gêner la répartition,

Pour les joueurs autour,

- être à une distance suffisante de son défenseur pour mieux voir les opportunités liées à la rentrée et pouvoir se lancer vers le but dans l'intervalle,
- pour le ½ centre se décaler latéralement pendant le porté de balle de l'arrière latéral pour s'engager droit vers le but à la réception du ballon.

#### Repères d'observation :

Le timing de rentrée de l'arrière latéral avec l'action de l'autre arrière. La continuité de la circulation du ballon synonyme d'une bonne distance par rapport à la défense et de la prise de balle en course des attaquants.

#### Régulation, variables d'ajustement :

On peut varier les repères de départ pour l'arrière (exemple départ en donnant la balle au demi-centre). Pour faciliter la circulation de balle on peut momentanément demander aux défenseurs centraux de mettre les mains dans le dos.

#### Evolution ultérieure :

Quand la circulation des joueurs et du ballon sont justes et permettent une continuité, une fluidité du jeu on peut travailler sur des défenses organisées selon des principes différents pour retravailler sur d'autres timings.

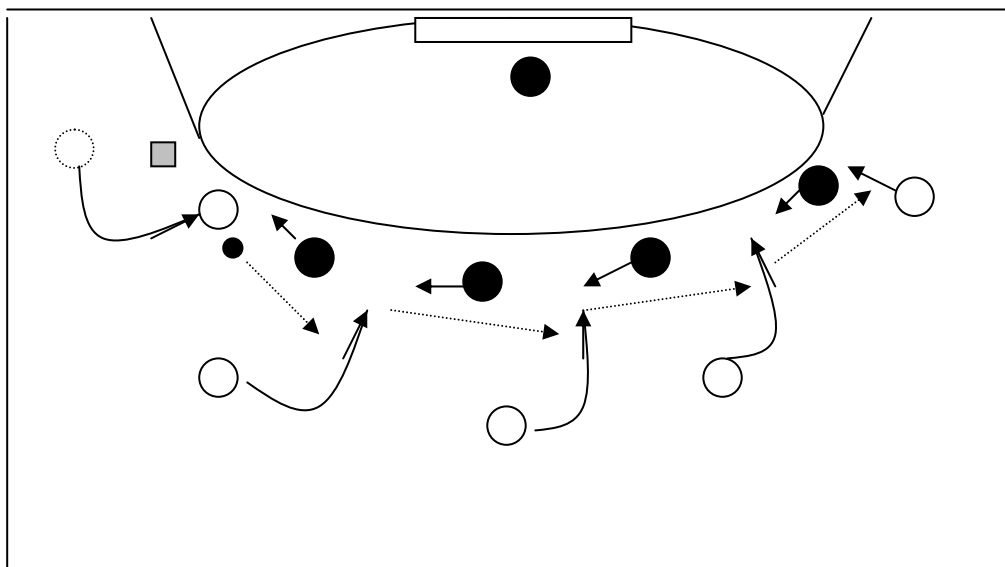
## Situation C 8

« apprendre, en attaque, à exploiter un surnombre créé par un décalage »

Dispositif de départ :

Sur un demi-terrain :

5 attaquants contre 4 défenseurs et un gardien de but.



Déroulement, consignes :

Un ailier contourne un plot, simulant son défenseur, et s'engage dans l'intervalle plot/1<sup>er</sup> défenseur.

Les attaquants suivants s'engagent de la même façon dans leur intervalle. Les défenseurs doivent interdire les engagements des 4 premiers attaquants pour obliger à la transmission.

Rotation des tâches :

Dans un premier temps les attaquants vont travailler dans un seul sens et vont changer de postes à chaque fois. L'ailier gauche devient arrière gauche qui devient 1/2 centre etc...

Après une séquence de travail d'un côté (10 minutes) on part de l'autre aile.

Contenus :

- se placer face à son intervalle,

- prendre la balle en course pour garder l'avantage spatio-temporel,
- réceptionner la balle légèrement en retrait pour écarter la trajectoire de passe du défenseur,
- observer le déplacement du défenseur suivant pour trouver le timing de la passe.

#### Repères d'observation :

La continuité de la transmission de la balle et la prise de balle en course vers le but.

L'ajustement de la distance au défenseur (plus grand) quand le ballon circule de gauche à droite pour les gauchers et inversement.

#### Régulation, variables d'ajustement :

La variable d'ajustement principale est centrée sur les possibilités des défenseurs. Dans la situation de départ l'incertitude liée au comportement des défenseurs est quasiment nulle.

Nous pouvons lorsque la transmission de la balle est correcte augmenter progressivement les possibilités d'un ou de plusieurs défenseurs. Les attaquants jusque là uniquement centrés sur la transmission vont se trouver devant l'alternative tirer ou passer à son partenaire.

#### Evolution ultérieure :

La suite du travail sera orientée sur la liaison entre la création et l'exploitation du surnombre.

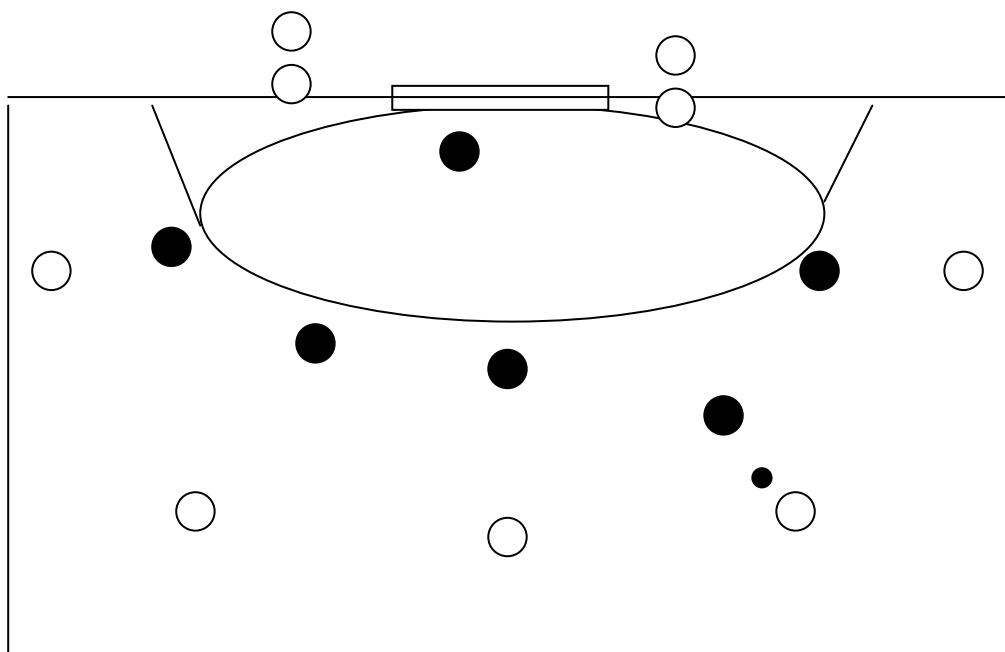
## Situation C 9

« apprendre aux attaquants à exploiter un surnombre, en jeu direct, en choisissant l'intervalle d'engagement »

Dispositif de départ :

Sur un demi-terrain :

5 attaquants contre 5 défenseurs et un gardien de but. 2 joueurs de chaque côté du but.



Déroulement, consignes :

Les 5 attaquants sont situés « autour » et échangent la balle dans l'esprit d'une première phase d'attaque. Un des joueurs partant de la ligne de fond près du but entre en jeu en allant se placer dans un des 5 intervalles possibles. Une fois placé il ne change plus d'intervalle. A ce moment les attaquants cherchent à marquer en s'engagement franchement dans un intervalle et décide de tirer ou de passer à un partenaire selon la réaction défensive.

Il s'agit donc d'exploiter un surnombre par lecture du jeu et engagement direct dans **son** intervalle. Les défenseurs doivent prendre en charge systématiquement le Pb à 9 mètres.

Rotation des tâches :

Etant donné qu'il s'agit d'un travail sur des principes généraux, en jeu direct, autour de la lecture du jeu pour exploiter un surnombre, les joueurs passeront à tous les postes.

#### Contenus pour les joueurs « autour » :

- s'orienter, pendant la 1<sup>ère</sup> circulation, pour voir l'ensemble du jeu et plus particulièrement l'entrée du pivot,
- rester à distance de la défense pour se donner plus de temps pour trouver son intervalle et pouvoir être libre de s'engager en courant dans l'intervalle choisi,
- se décaler ou arrondir sa course pour s'engager dans son intervalle,
- choisir de tirer ou de passer, latéralement ou au pivot, selon les réactions défensives.

#### Repères d'observation :

Le jeu sans ballon pour choisir son intervalle (il y a 6 intervalles et 6 attaquants), la vitesse de course dans l'engagement et la qualité de libération de la balle dans le jeu de décalage.

#### Régulation, variables d'ajustement :

Pour réguler cette situation on modifie les consignes des pivots qui rentrent.

En allant de « tu rentres toujours à cet endroit et à ce moment » à « tu rentres ou tu veux, quand tu veux ». On peut aussi faire entrer les pivots de derrière les attaquants, ce qui retire un peu de temps pour réagir. On retire une paire de joueurs pour augmenter les espaces et donc simplifier la situation.

#### Evolution ultérieure :

Quand la réaction en lecture du jeu est bonne on peut enchaîner par des séquences de travail en jeu indirect. Le 1<sup>er</sup> Pb s'engage dans un autre intervalle que le sien et oblige les autres à trouver le leur. On peut aussi contextualiser la création du surnombre par une rentrée d'ailier ou d'arrière.

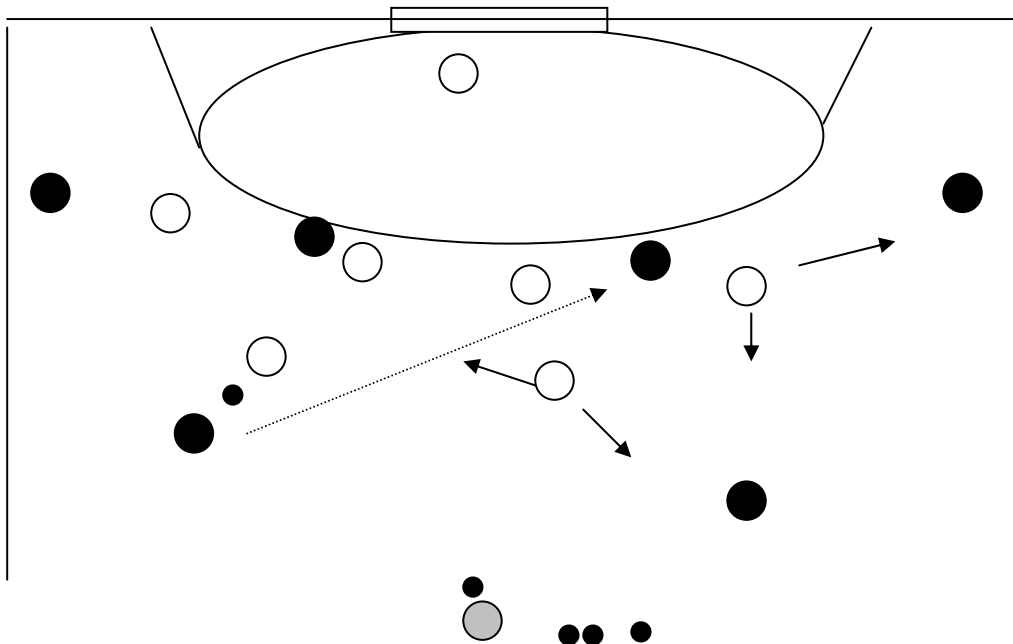
## Situation C 10

« apprendre aux défenseurs à se placer et à se déplacer pour interdire les passes aux pivots opposés dans le cadre d'une défense 0-6 organisée plutôt en zone »

Dispositif de départ :

Sur un demi-terrain :

6 attaquants contre 6 défenseurs, un gardien de but et un passeur pourvoyeur de ballons.



Déroulement, consignes :

Les 6 attaquants échangent la balle, sans changer de place, en cherchant systématiquement à donner aux pivots et/ou à déborder leur adversaire direct. La prise de risque maximale autorisée pour donner la balle aux pivots nécessite la présence d'un passeur avec une réserve de ballon.

Rotation des tâches :

Changement de statut après des séquences de travail courtes mais énergétiques (4 à 5 minutes).

### Contenus :

Pour les deux n° 3 centraux,

flotter pour réduire l'espace entre les deux n° 3,

avancer pour interdire la passe au pivot à l'opposé du ballon (fermeture),

regarder alternativement le Pb et son pivot,

être équilibré, buste droit, pieds décalés et jambes fléchies pour se déplacer rapidement,

Pour les deux n° 2 latéraux,

se placer et se déplacer pour être au carrefour de 3 informations (Pb, pivot de son côté et son adversaire direct) pour dissuader la passe au pivot, aider le Pb s'il est battu et rester suffisamment près de son adversaire direct pour entamer son duel,

être équilibré, buste droit, pieds décalés et jambes fléchies pour se déplacer rapidement,

Pour les ailiers,

flotter pour interdire la passe longue sur l'adversaire direct et dissuader celle à l'arrière latéral ?

être équilibré, buste droit, pieds décalés et jambes fléchies pour se déplacer rapidement,

### Repères d'observation :

La solidarité de la défense d'un point de vue de son homogénéité ; notamment l'absence d'espace entre les n° 3 (défense en 2 blocs de 3 de chaque côté). L'activité de dissuasion des ailiers compensant le flottement des défenseurs centraux.

### Régulation, variables d'ajustement :

Les possibilités d'action des attaquants, en les faisant moduler, permettent de réguler la situation ; pour simplifier et insister sur les placements défensifs on peut interdire les débordements par exemple.

On peut aussi demander plus ou moins d'intention de récupération de la balle, c'est à dire un volume de jeu plus ou moins important.

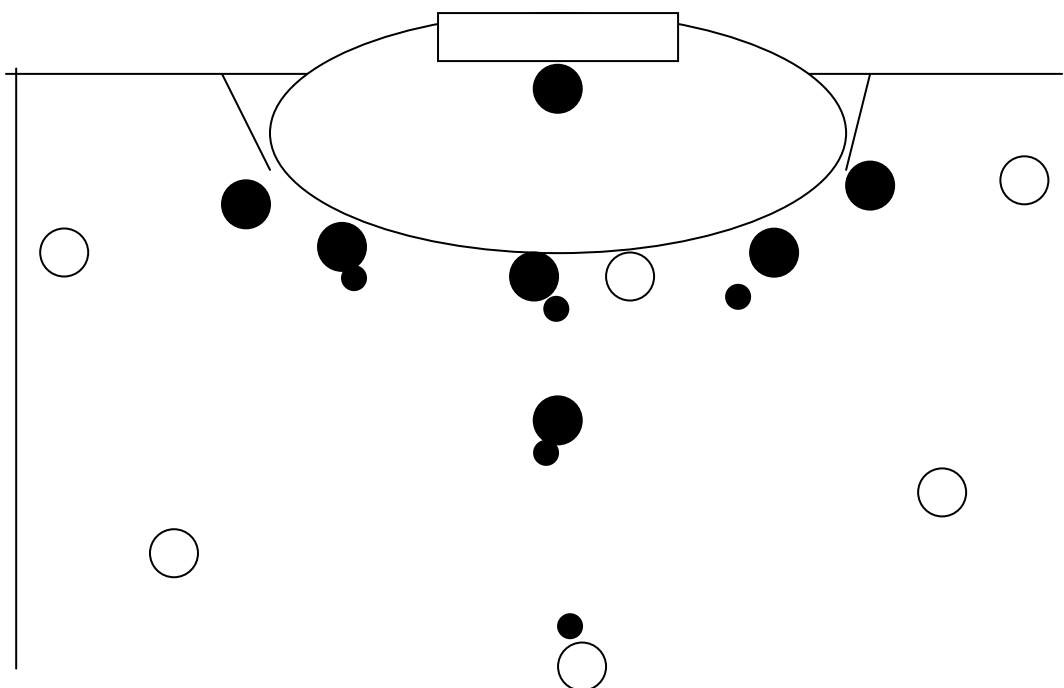


Evolution ultérieure :

Passage au jeu complet.

### **Situation C11**

« Apprendre à attaquer à six contre six en utilisant le jeu autour du ou des pivots face à des défenses différentes »



Dispositif de départ :

Six attaquants dont cinq joueurs autour et un joueur dedans central, face à six défenseurs dont un joueur devant et central et cinq joueurs alignés derrière ; les 4 joueurs centraux tiennent un balle en main

### Déroulement et consignes :

L'attaque enclenche ses actions vers le but à partir du deux contre deux partie centrale, et enchaîne soit par un décalage jusqu'à l'aile soit par un croisé avec un arrière et un décalage jusqu'à l'aile, quand la balle arrive à l'aile, les deux défenseurs centraux s'aplatissent, le pivot se place entre eux deux et on ré enclenche par le deux contre deux au centre sur la nouvelle configuration avec le mêmes enchaînements.

Quelque soit le résultat on continue à attaquer successivement avec les balles des N° 2 de défense et éventuellement avec les balles des deux défenseurs centraux.

### Rotation des tâches :

Suivant le cas on change les attaquants et les défenseurs, toutes les 4 ou toutes les 6 balles.

### Contenus pour les attaquants :

Travail du deux contre deux avec les exigences de la situation précédente n° 92.

L'arrière doit prendre des informations pour évaluer la transformation du jeu et s'y adapter par tir passe au pivot passe de décalage, passe de croisé à son arrière.

Les partenaires arrières prennent des informations pour jouer en décalage ou en croisé en se lançant vers les intervalles créés en étant équilibrés pour tirer ou décaler.

Les ailiers restent point de corner pour finir le décalage par un tir ou transmettre une balle neutre à son arrière pour revenir à la position de départ.

### Régulation, variables d'ajustement :

On peut faire varier le handicap des défenseurs en utilisant de 2 à 6 ballons.

### Repères d'observation :

L'équilibre du demi centre et la justesse de son 1° engagement ; le timing du pivot ; le rééquilibre du demi à la sorti du bloc, la lecture du jeu des autre joueurs.

### Evolution ultérieure :

Ce serait plutôt une variante parallèle, en alternant le jeu à partir de l'enclenchement au centre et le jeu à partir de l'enclenchement autour des défenseurs N° 2 et N° 3 entre lesquels s'est placé le pivot et devant lequel l'arrière latéral vient jouer le 2 contre 2.

## **Les savoirs-faire relationnels**

### **Le jeu sur tout le terrain**

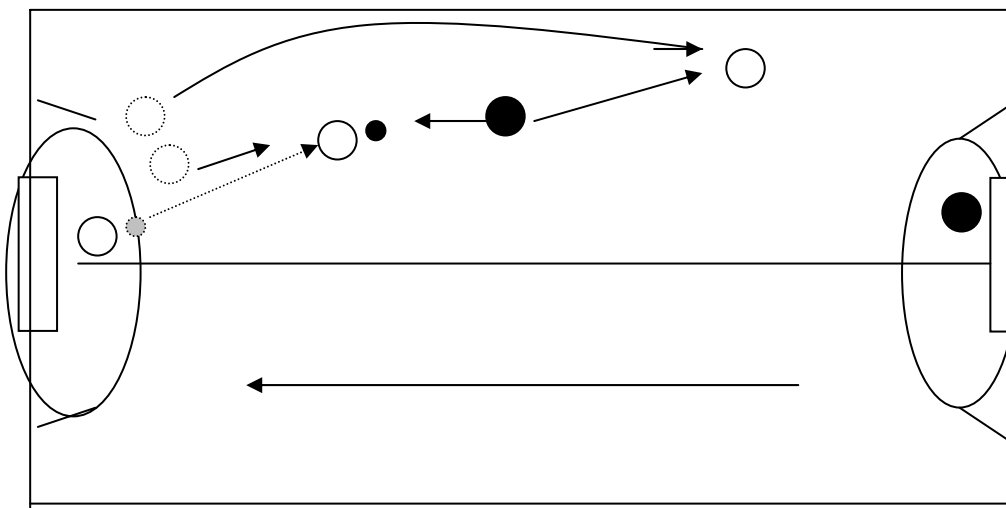
#### **Situation R 1**

« apprendre aux non-porteurs de balle à soutenir le joueur porteur de balle »

### Dispositif de départ :

Sur toute la longueur d'un demi-terrain :

2 attaquants et un gardien de but avec un ballon et un défenseur.



### Déroulement, consignes :

Le ballon part du gardien et va systématiquement au partenaire le plus proche de lui.

Le premier joueur de champ possesseur de balle cherche à accéder à la cible seul en partant en dribble. Un autre attaquant court pour aller dans la deuxième partie de terrain. Un défenseur

est placé sur la ligne médiane quand le gardien de but a la balle, il choisit d'intervenir sur un des 2 attaquants dès la passe du gardien de but.

L'objectif des attaquants est d'aller tirer pour marquer sans ralentir la progression du ballon.

#### Rotation des tâches :

Travail sur les 2 bandes longitudinales en aller et retour. Rotation des attaquants dans les 2 rôles de dribbleur et de coureur.

#### Contenus :

Pour le contre-attaquant,

- courir sans se retourner sur les premiers appuis pour prendre de la vitesse,
- se retourner tout en courant (dissociation des ceintures) pour prendre des informations sur la progression de son partenaire,
- et soit continuer d'avancer dans le cas d'une progression non perturbée du porteur de balle soit revenir en appui si le porteur de balle est stoppé (lecture du rapport de force Pb/Défenseur).

#### Repères d'observation :

La continuité de la progression de la balle comme photographie de la qualité de relation entre les 2 défenseurs.

#### Régulation, variables d'ajustement :

On peut jouer principalement pour réguler cette situation sur l'espace de jeu utilisable par les 2 attaquants, le nombre de joueurs y participant et sur les possibilités de jeu du défenseur. En exemple de la 3<sup>ème</sup> possibilité ; dans un premier temps on demande au défenseur d'effectuer toujours le même choix pour diminuer l'incertitude de la situation puis au fur et à mesure des prestations on réintroduit de nouvelles possibilités au défenseur pour aller jusqu'à la libre intervention du défenseur (1/2 position).

#### Evolution ultérieure :

Il s'agira ici d'intégrer ces relations liées au rapport de force entre le Pb et le Défenseur dans une organisation collective de la montée de balle.

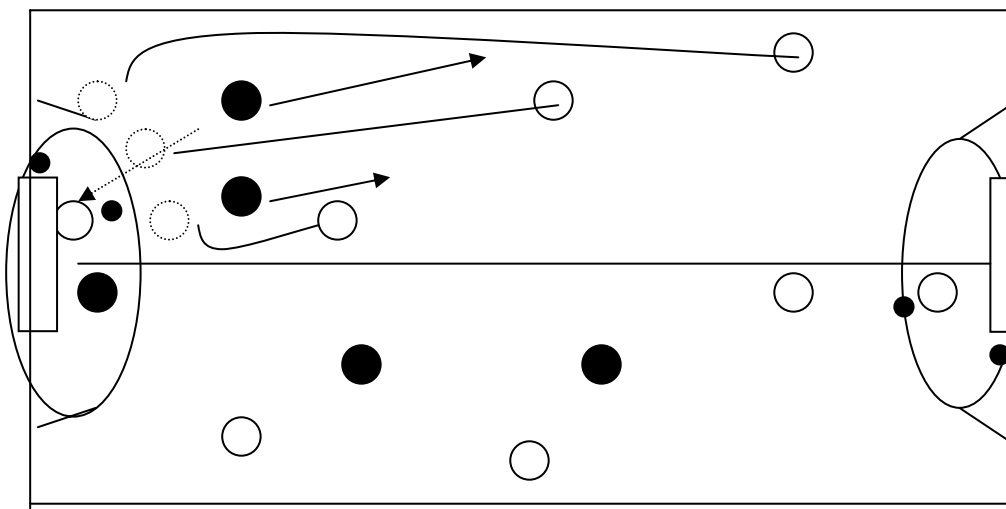
## Situation R 2

« apprendre au gardien de but à effectuer, rapidement, des choix en fonction des placements de ses partenaires et des adversaires »

### Dispositif de départ :

Sur toute la longueur d'un demi-terrain :

3 défenseurs contre-attaquants, 2 attaquants en repli défensif et un gardien de but de chaque côté.



### Déroulement, consignes :

Le gardien de but reçoit la balle d'un des 2 attaquants sur tir. Il récupère le plus vite possible la balle de jeu et cherche à relancer loin sur un des 2 partenaires en contre-attaque.

S'il n'y a pas de possibilité au loin il donne rapidement la balle à son partenaire proche.

Si le ballon à l'issue du tir part trop loin de son but il prend un ballon dans la réserve près de lui.

### Rotation des tâches :

Travail sur les 2 bandes longitudinales en aller et retour. Rotation dans les postes de joueurs de champs et avec les défenseurs toutes les séquences jeu (7-8 minutes).

### Contenus pour le gardien de but :

Après avoir parer le tir,

- se déplacer le plus vite possible pour récupérer la balle tout en s'orientant pour prendre des informations sur la position des partenaires et des adversaires notamment sur leurs orientations respectives,
- toutes ces actions se font avec un bras armé pour avoir une disponibilité permanente du ballon en fonction des démarquages très furtifs.
- en 1<sup>ère</sup> intention chercher à donner aux partenaires loin de lui.

### Repères d'observation :

En plus de la rapidité d'exécution du gardien de but il faut à ce niveau observer la vitesse du ballon (force du lancer) et la distance entre le réceptionneur et son défenseur.

En effet le progrès du gardien de but en relance sera lié à sa possibilité de donner la balle de plus en plus près du défenseur (la lecture des orientations des défenseurs sera un analyseur pour le gardien dès qu'il aura acquis une force et une précision suffisantes).

### Régulation, variables d'ajustement :

Il s'agit ici d'envisager les actions possibles des 2 défenseurs pour gérer le niveau d'incertitude qu'ils génèrent.

Bloquer la passe courte c'est faire travailler sur l'alternative entre les 2 passes longues, bloquer une des passes longues c'est travailler sur l'alternative relance courte ou relance longue...

### Evolution ultérieure :

Ensuite il faut intégrer ce travail de relance du gardien de but dans une organisation collective de la montée de balle.

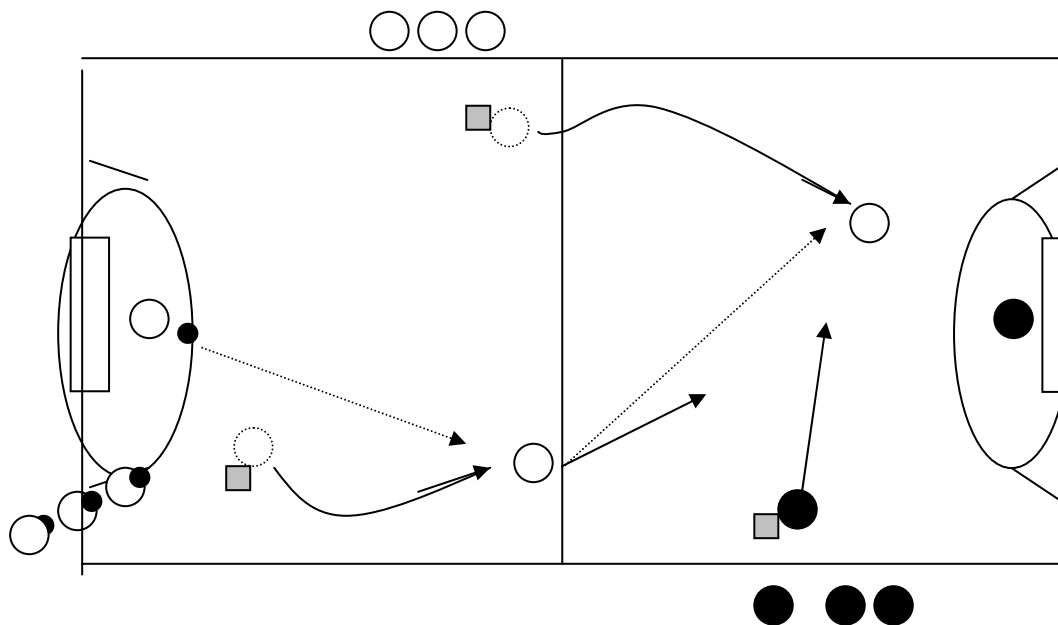
### Situation R 3

« apprendre, à deux attaquants, à réaliser des passes de contre-attaque tendues en course maximale »

Dispositif de départ :

Sur toute la longueur d'un terrain :

Un gardien de but de chaque côté, 2attaquants et un défenseur. 3 plots.



Déroulement, consignes :

Un gardien relance la balle au 1<sup>er</sup> attaquant qui donne au 2<sup>ème</sup> attaquant. Les 2 attaquants joueurs de champs partent chacun d'un plot. Au lâcher de la balle par le gardien de but le défenseur entre en action sur le 2<sup>ème</sup> attaquant.

L'objectif des attaquants en première intention est que le 2<sup>ème</sup> attaquant aille tirer en situation favorable (au centre et sans gêne du défenseur) pour marquer et en 2<sup>ème</sup> intention lorsque ce joueur ne peut tirer il remet au 1<sup>er</sup> attaquant.

#### Rotation des tâches :

Une séquence de travail de 5-6 minutes de chaque côté dans un sens puis la même chose dans l'autre sens. Le 1<sup>er</sup> attaquant devient 2<sup>ème</sup> attaquant puis passe en défense.

#### Contenus :

Pour le gardien de but,

- lancer fort et devant le 1<sup>er</sup> attaquant pour lui permettre une prise de balle en pleine vitesse,

Pour le 1<sup>er</sup> attaquant,

- arrondir sa trajectoire de course pour favoriser la dissociation des ceintures,
- armer son bras très vite, en course maximale, pour passer la balle sans dribbler,
- lancer fort et devant le 2<sup>ème</sup> attaquant pour lui permettre une prise de balle en pleine vitesse,
- enchaîner vers le but pour le jeu en 2<sup>ème</sup> intention.

Pour le 2<sup>ème</sup> attaquant,

- arrondir sa trajectoire de course pour favoriser la dissociation des ceintures,
- courir vers le centre pour gagner une situation favorable de duel avec le gardien,
- apprécier la distance % au défenseur pour choisir de tirer ou passer.

#### Repères d'observation :

Pour le fonctionnement de la situation il est important de placer et déplacer les plots de façon à créer un retard calculé en fonction des possibilités des attaquants. Un retard du défenseur trop important n'entraînerait pas le travail escompté et un retard trop petit impliquerait un jeu



essentiellement en 2<sup>ème</sup> intention. Aussi les joueurs doivent aussi savoir se placer plus ou moins loin des plots pour définir des conditions d'apprentissage.

Ensuite l'entraîneur regardera la continuité de la progression de la balle, l'absence de ralentissement souvent dus à des trajectoires de passe pas assez en avant et bien sûr le nombre de pertes de balle.

#### Régulation, variables d'ajustement :

L'espace de jeu et la distance entre les plots permettent principalement de réguler cette situation. Dans le cas de pertes de balle trop importantes on retire le défenseur souvent source de précipitation.

#### Evolution ultérieure :

L'utilisation d'un surnombre offensif (3X2 par exemple) augmentant les possibilités de passe mais obligeant à un traitement informationnel plus important est un passage intéressant pour aller vers le jeu complet.

### Situation n° R 4

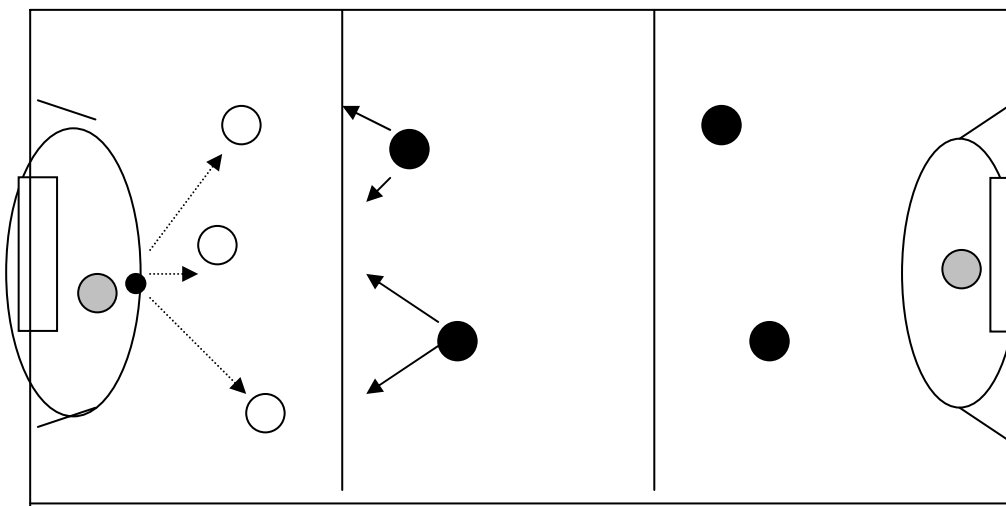
« apprendre à exploiter un avantage positionnel (contre-attaque) à 3 contre 2 sur toute la longueur du terrain »

#### Dispositif de départ :

Sur toute la longueur d'un terrain partagé en trois parties par 2 lignes transversales :

3 attaquants contre 2 défenseurs dans la 2<sup>ème</sup> zone puis de nouveau contre 2 défenseurs dans la 3<sup>ème</sup> zone. Un gardien de but de chaque côté.

Les défenseurs sont obligés de prendre en charge les Pb successifs en priorité et les attaquants n'ont pas le droit de dribbler.



Déroulement, consignes :

Le gardien de but donne, à son choix, à l'un des 3 attaquants qui doivent aller tirer pour marquer le plus rapidement possible dans l'autre cible qui est gardée.

Rotation des tâches :

Travail en aller et retour avec plusieurs groupes de 3 attaquants.

Contenus :

Pour le Pb,

- anticiper son orientation avant sa prise de balle pour s'informer sur l'environnement et gagner du temps,
- passer la balle au partenaire laissé libre par le 2<sup>ème</sup> défenseur avec une passe tendue ou à rebond,
- enchaîner immédiatement après sa passe une action de démarquage pour aider le nouveau Pb (appui ou soutien selon le % de force Pb/Défenseur),

Pour les NPb,

- se déplacer en s'écartant l'un de l'autre pour empêcher la 1/2 position du 2<sup>ème</sup> défenseur,

- anticiper son orientation avant sa prise de balle pour s'informer sur l'environnement et gagner du temps,

#### Repères d'observation :

L'observation des consignes des défenseurs pour le bon fonctionnement de la situation.

La fluidité en même temps que la vitesse de la contre-attaque. Plus particulièrement les orientations au moment des réceptions de balle.

#### Régulation, variables d'ajustement :

Pour faciliter l'apprentissage on peut réduire les possibilités d'action du 2<sup>ème</sup> défenseur ; en exemple il doit systématiquement prendre un des 2 NPb ce qui diminuera sensiblement le niveau d'incertitude. De plus qu'on est moins sûr de la qualité des passes que sur les coordinations des joueurs on peut obliger le défenseur du Pb à mettre les mains dans le dos.

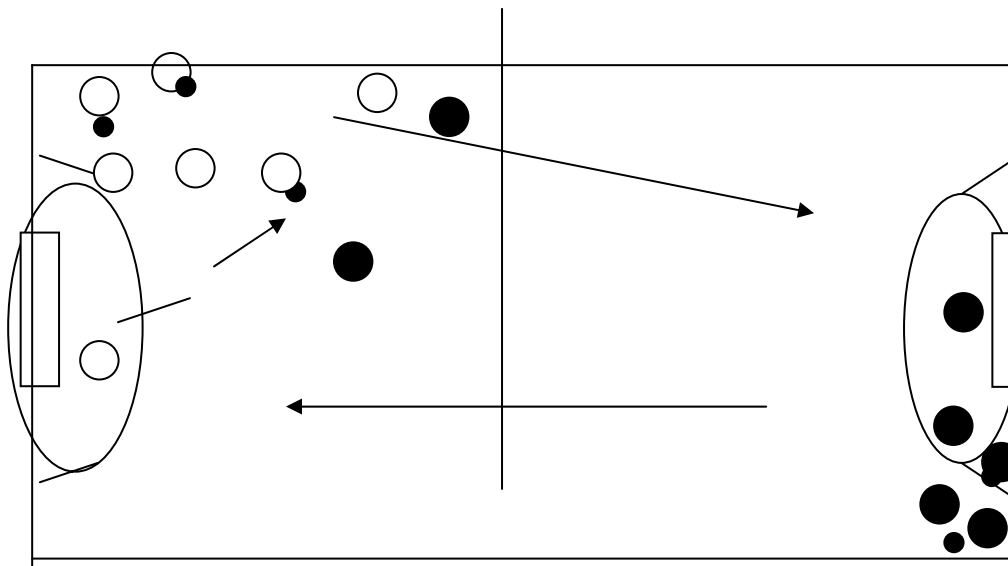
Pour complexifier la tâche des attaquants on peut réduire l'espace de la situation et/ou libérer les contraintes exercées sur les défenseurs.

#### Evolution ultérieure :

Le passage à un jeu complet (5X5 puis 6X6 joueurs de champs) peut s'opérer à partir d'un tir des adversaires au dessus de la zone, ce qui donnera l'avantage positionnel des contre-attaquants donné ici dans la situation par un surnombre offensif.

## Situation R 5

« Apprendre à s'organiser dans le jeu sur tout le terrain, à deux attaquants contre deux défenseurs pour les déborder par-dessus ou à travers »



### Dispositif de départ :

Trois groupes de deux joueurs avec une balle de chaque côté du terrain sur la ligne de fond à gauche des buts (puis à droite) ; deux gardiens dans leur cage.

### Déroulement consignes :

Deux joueurs d'un groupe attaquent contre deux joueurs d'un autre groupe après avoir fait un passe à leur gardien. ; quand ils ont terminé leur attaque, ils se replient pour défendre sur les deux joueurs suivants.

Après avoir donné la balle au gardien, ils se répartissent sur l'aire de jeu en fonction de la position des défenseurs ;

l'un en se démarquant si possible derrière eux pour recevoir la balle et aller tirer, s'il ne peut le faire pour recevoir la balle et déborder son adversaire direct ou passer à son partenaire,

l'autre proche et en relation avec le gardien pour recevoir éventuellement la balle en gagnant du terrain puis déborder son adversaire direct ou passer à son partenaire.

#### Rotation des tâches :

Après avoir replié les joueurs se remettent derrière leur colonne.

Après un nombre de passages suffisant, on change le coté de départ.

#### Contenus pour les attaquants :

Prendre des informations sur la position des adversaires et sur le gardien, appeler la balle en courant.

Balle en main courir en restant équilibré, tronc vertical pour prendre des informations sur l'évolution de la situation et choisir de continuer à courir vers le but ou passer à son partenaire ou déborder son adversaire direct (voir contenus propres au débordement situation n° 77).

Arrivé au tir, prendre des informations tôt sur le gardien pour choisir de tirer vite ou attendre longtemps en l'air pour le manœuvrer.

#### Repères d'observation :

Les stratégies de répartition des deux attaquants,

L'équilibre dans les courses et les débordements,

Les moments de prise d'informations sur tous les élément du jeu.

#### Régulation, variables ajustement :

Lieu et moment de départ des attaquants suivants, de manière à laisser l'incertitude sur le choix de passer par-dessus ou à travers le repli défensif.

Nombre de passage successifs pour réguler l'implication physique en fonction des objectifs du moment.

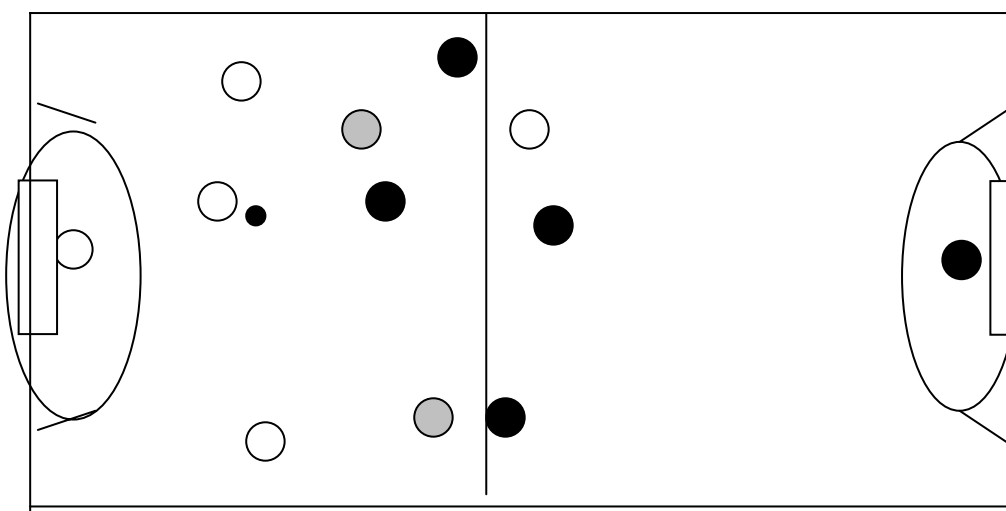
On peut complexifier en imposant que les tirs se fassent à l'extérieur de plots placés sur la zone interdisant de ce fait les tirs en zone centrale.

#### Evolution ultérieure :

En utilisant des groupes de trois joueurs, on se rapprocherait encore mieux du rapport de forces d'un match et les répartitions à trois couvriraient encore mieux l'espace du jeu loin de la cible.

### Situation R 6

« Apprendre à marquer dans un contexte de surnombre offensif entraînant un grand nombre de dernières passes et de tirs face au gardien de but »



#### Dispositif de départ :

4 attaquants, 4 défenseurs permanents et 2 gardiens de but. Plus 2 joueurs toujours en attaque.

#### Déroulement consignes :

Jeu sur tout le terrain avec les règles complètes du handball. Engagement par le gardien de but.

Le travail étant centré sur la dernière passe et sur la finition des tirs on peut donner un travail à faire aux joueurs qui perdent une balle par mauvaise dernière passe et par tir manqué.

#### Rotation des tâches :

L'importance du travail physique supplémentaire qui peut exister (plus ou moins) dans cette situation structurera les temps de rotation entre les joueurs permanents et les jokers.

#### Contenus pour les attaquants :

Il s'agit dans cette situation de travailler la concentration des joueurs au moment de la dernière passe et au moment du duel avec le gardien. La dimension physique de cette situation permet de se rapprocher du contexte de jeu dans les moments difficiles et dans les fins de matchs quand la fatigue se fait sentir.

Cette situation peut compléter les autres formes de travail concernant la dernière passe et le tir en se rapprochant du jeu réel (contextualisation).

#### Repères d'observation :

Il est important de vérifier dans cette situation :

- l'engagement total des joueurs,
- le pourcentage de réussite global (dernière passe et tirs)
- la répartition des échecs par joueurs,
- l'opportunité des tirs tentés (il doit avoir que des duels avec le gardien de but à 6X4)

#### Régulation, variables ajustement :

On peut jouer sur la densité de la situation, c'est à dire garder le même nombre de joueurs mais diminuer l'espace de jeu utilisable (le travail demandera plus de précision pour les passes).

Dans le même ordre d'idée on peut passer à une situation de 6X5 mais cette fois l'accès à une zone favorable de tir va être plus délicate.

#### Evolution ultérieure :

La situation se voulant être près du jeu, la phase suivante de ce travail sera du jeu à thème ou complet.

## Les situations près du but

### Situation R 7

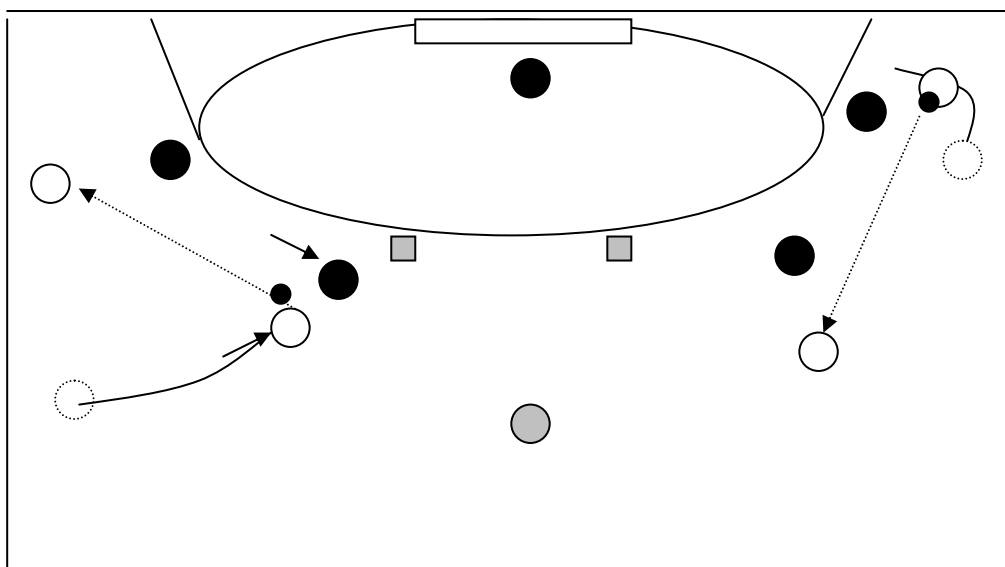
« apprendre, en attaque, à déplacer son adversaire direct pour favoriser le débordement de son partenaire proche »

#### Dispositif de départ :

Sur un quart de terrain :

2 attaquants face à 2 défenseurs dans une zone limitée par un plot. Un gardien de but.

Un passeur neutre en 1/2 centre.



#### Déroulement, consignes :

Un des 2 attaquants vient fixer son adversaire de façon à l'écarter de son partenaire. Ce travail de fixation va augmenter l'espace autour du 2<sup>ème</sup> défenseur et donc favoriser le débordement du partenaire.

Dans le cas d'une fixation intérieure de l'arrière latéral l'ailier essaye de déborder son adversaire pour aller au tir et si le 2<sup>ème</sup> défenseur lui interdit de prendre le tir il transmet à son



arrière qui va au tir. Quand les 2 attaquants ne trouvent pas de solution pour eux il donne au demi-centre.

#### Rotation des tâches :

Travail sur les 2 côtés du terrain.

#### Contenus :

Pour l'arrière,

- s'engager dans l'intervalle près du plot,
- garder une distance par rapport au défenseur pour à la fois le fixer et en même temps pouvoir effectuer la passe à l'ailier.

Pour l'ailier,

- s'orienter vers la cible pour préparer son duel,
- soit prendre la balle en double appui simultané au milieu de l'espace utilisable pour pouvoir déborder des 2 côtés,
- soit prendre sa balle en mouvement dans un des 2 intervalles quand le défenseur ne regarde pas pour le surprendre et le déséquilibrer.

Quand c'est l'ailier qui fixe pour le débordement de l'arrière on inverse les contenus précédents.

#### Repères d'observation :

Le timing entre les actions des 2 attaquants.

#### Régulation, variables d'ajustement :

L'espace utilisé dans la situation est lié aux possibilités techniques des joueurs et peut être un élément de régulation. Les possibilités d'action des défenseurs représentent aussi un critère d'ajustement. En exemple, on peut faire mettre les mains dans le dos au défenseur qu'on déborde ou bien demander au 2<sup>ème</sup> défenseur de fermer obligatoirement.

### Evolution ultérieure :

Ce travail va trouver son prolongement dans la liaison qu'il peut avoir avec les enclenchements d'attaque de l'équipe.

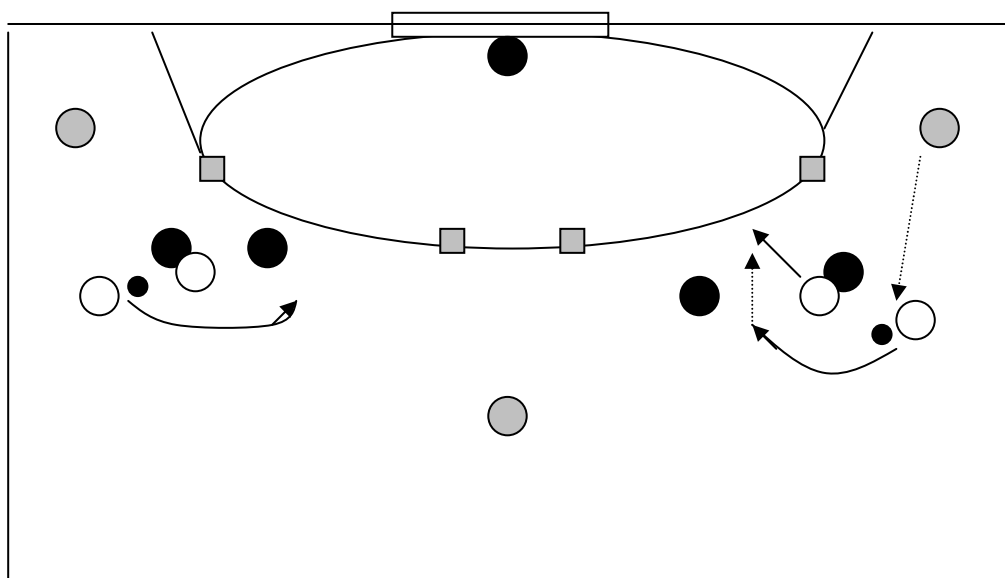
## **Situation R 8**

« apprendre, en attaque, à faire un blocage pour créer un surnombre à 2X2 »

### Dispositif de départ :

Sur un demi-terrain :

Deux attaquants contre deux défenseurs dans une zone délimitée par 2 plots. Ceci des 2 côtés et 3 passeurs et un gardien de but.



### Déroulement, consignes :

Sur une circulation de balle entre un ailier, un arrière latéral et un  $\frac{1}{2}$  centre, le pivot vient bloquer le n° 2 de défense qui doit systématiquement sortir à 9 mètres au moins sur son adversaire. Les attaquants cherchent à tirer pour marquer un but et ont la possibilité de sortir la balle sur les passeurs (ailier et demi-centre) s'il ne trouvent pas de solutions.

### Rotation des tâches :

Travail alternatif des 2 côtés droit et gauche.

### Contenus :

Pour le pivot,

- monter au blocage au lâcher de balle du passeur,
- se placer et se replacer pour être à hauteur du défenseur n° 2,
- suivre à 6 mètres en préparant ses mains à une éventuelle réception,

Pour l'arrière,

- s'engager en course dans l'intervalle du côté du blocage pour chercher à tirer,
- garder une distance au défenseur pour ne pas être ralenti dans sa course préparatoire au tir,
- choisir le tir ou la passe au pivot (remise) quand c'est possible,
- ou donner au passeur proche quand il n'y a pas ces solutions.

### Repères d'observation :

Pour le pivot observer si le blocage est véritable car très souvent il n'a pas lieu car le défenseur avance au dernier moment pour mener son duel. Pour l'arrière vérifier si la 1<sup>ère</sup> intention est bien le tir et non pas la remise au pivot ce qui est encore une fois très souvent le cas.

### Régulation, variables d'ajustement :

Au delà de la régulation liée à l'espace on peut utiliser les possibilités d'action du 2<sup>ème</sup> défenseur. Par exemple, l'obligation pour lui de rester à 6 mètres va faciliter la solution du tir quand le blocage est réalisé.

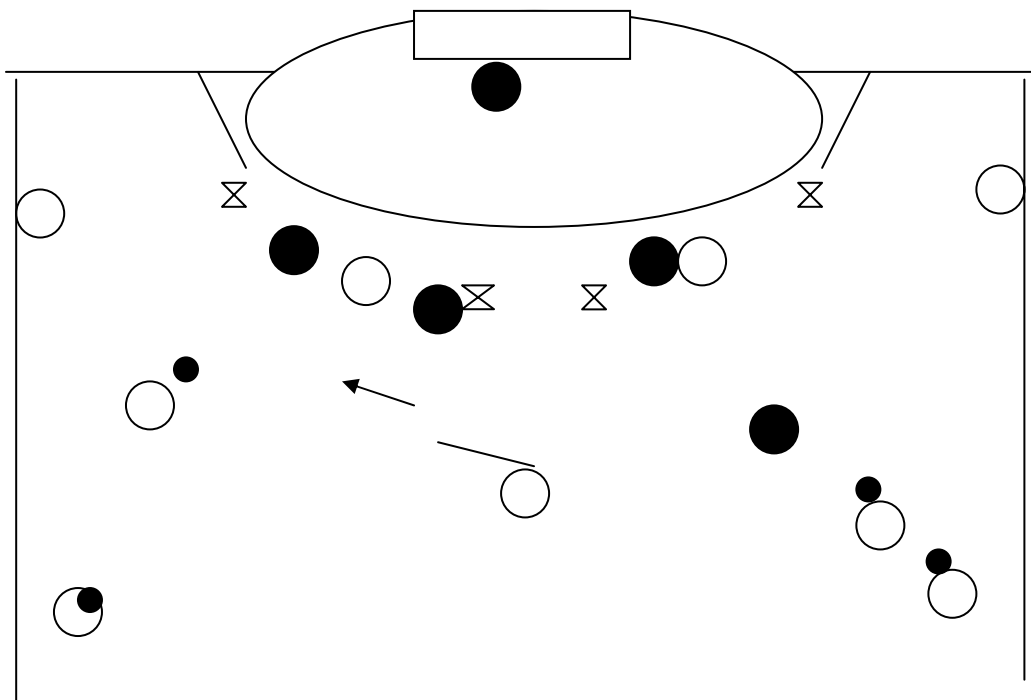
### Evolution ultérieure :

Il s'agit là d'un travail basique de la relation arrière/pivot à partir d'un blocage. La suite est liée aux actions plus complètes de l'un et de l'autre. En exemple l'arrière pourra s'engager

d'abord à l'opposé du blocage pour mettre en mouvement le défenseur et le prendre à contrepied. Ensuite pour le pivot le travail de démarquage précédent le blocage est important. Ces 2 exemples montrent bien les modifications à apporter dans le cadre de la relation entre les 2 attaquants (timing).

### Situation R 9

« Apprendre à attaquer à deux joueurs (un arrière et un pivot) contre deux défenseurs placés alternativement l'un à côté de l'autre puis l'un devant l'autre »



#### Dispositif de départ :

Une colonne d'arrières balle en main de chaque côté du terrain, un intervalle matérialisé devant eux dans lequel se trouve deux défenseurs et un pivot partenaire de l'arrière ; un gardien dans les cages.

#### Déroulement, consignes :

Le premier arrière de la colonne passe à son demi ou son ailier et s'engage vers le but en recherchant un intervalle à droite ou à gauche des défenseurs, le pivot se place en opposition sur le défenseur opposé à l'engagement pour recevoir éventuellement la balle dans l'espace libéré.

Si aucune solution positive n'est trouvée, l'arrière donne sa balle à un des partenaires et se replace en contournant le plot de départ, puis se réengage avec une configuration de défenseurs différente.

Les défenseurs alternent la configuration alignée et la configuration étagée.

#### Rotation des tâches :

L'arrière attaquant passe défenseur, le défenseur passe passeur, on alterne un passage à droite, un passage à gauche, les arrières passent à droite et à gauche, les pivots changent de côté après six passages environ.

#### Contenus :

Pour les arrières,

S'engager équilibré et franchement dans un espace différent de celui du pivot.

S'engager ensuite nettement à droite ou à gauche du défenseur avancé pour indiquer à son pivot de quel côté bloquer éventuellement.

Rester équilibré pour pouvoir à la sortie du bloc prendre le tir ou faire la passe au pivot.

Prendre les informations sur les défenseurs pendant le remplacement en contournement du plot arrière.

Pour les pivots,

Si les défenseurs sont avancés, jouer plutôt sur le bloc du défenseur devant, en plaçant son corps verticalement sur le côté du défenseur et en engageant une jambe en barrage sur lui.

Se re-démarrer après le bloc, dans l'axe du but, en restant équilibré pour recevoir la balle et entrer en duel avec le gardien.

### Régulation, variables d'ajustement :

On peut faire varier les espaces d'attaque et la distance de départ.

On peut laisser l'arrière utiliser 3 balles, une qu'il a en main, et une en possession de chaque défenseur.

On peut imposer le dispositif défensif ou laisser les défenseurs choisir le dispositif avancé ou aligné.

### Repères d'observations :

Moment des prises d'informations sur les défenseurs.

Equilibre à la sortie du bloc.

Formes de passes au pivot.

Forme et timing des déplacements du pivot

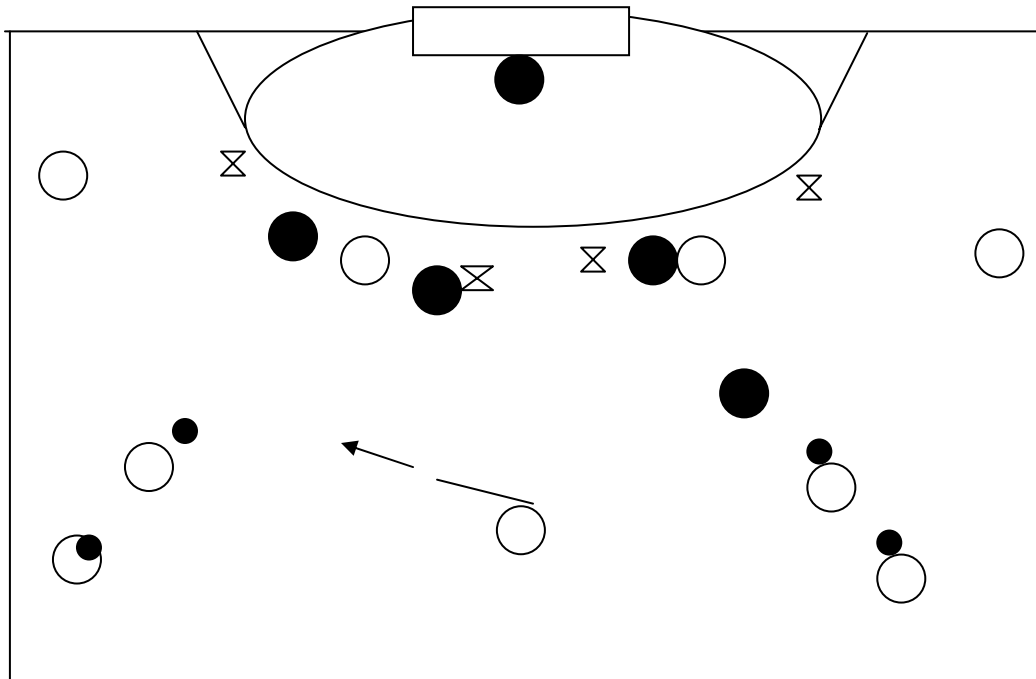
### Evolution ultérieure :

Effectuer un jeu à 4 contre 4 à droite et à gauche en utilisant le travail du pivot entre les défenseurs N° 2 et N° 3.

## Situation R 10

« Apprendre à défendre à deux joueurs placés alternativement l'un à côté de l'autre puis l'un devant l'autre face à deux attaquants dont un arrière et un pivot.

»



### Dispositif de départ :

Une colonne d'arrières balle en main de chaque côté du terrain, un intervalle matérialisé devant eux dans lequel se trouve deux défenseurs et un pivot partenaire de l'arrière ; un gardien dans les cages.

### Déroulement, consignes :

Les deux défenseurs défendent alternativement en étant alignés sur la zone puis décalés l'un devant l'autre

A chaque fois que les attaquants donnent la balle à un de leurs passeurs, ils vont toucher un des deux plots de leur intervalle.

### Rotation des tâches :

Les défenseurs alternent les défenses alignées et décalées à droite et à gauche

Contenus pour les défenseurs :

Se répartir les actions sur chaque attaquant dans un timing adéquat.

Prendre des informations sur les attaquants dans le replacement vers leurs plots.

Effectuer les changements de rôles en anticipant sur les actions des attaquants par une communication verbale.

Effectuer les neutralisations éventuelles des attaquants en restant équilibrés tronc vertical tout en déplaçant éventuellement ses jambes pour garder le contact avec l'attaquant.

Régulation, variables d'ajustement :

On peut faire varier la largeur des espaces d'action.

On peut donner deux essais consécutifs dans le même dispositif ou exiger de changer de dispositif à chaque essai.

Repères d'observation :

Prises d'information sur les attaquants.

Communication entre les deux défenseurs.

Equilibre du tronc dans les recherches de neutralisation, déplacement avec les jambes.

Position des bras dans les déplacements, dans les neutralisations.

Evolution ultérieure :

Défendre à quatre contre quatre dans le même dispositif avec les mêmes passeurs puis en supprimant le passeur central.