

Des exercices technico-tactiques conçus et programmés à la base pour modifier des règles fondamentales du football (1ere partie)

par Marco Proto

À tous les niveaux il constitue un avantage (si ce n'est entièrement un devoir fondamental) pour chaque entraîneur de proposer - en phases déterminées du microcycle hebdomadaire - des exercices spéciaux avec la balle qui, quoique asservi à la sollicitation d'aspects technico-tactiques déterminés, - résultent aussi "d'un divertissement" du groupe.

Il est clair donc que la modification programmée et coordonnée de quelques règles fondamentales du jeu a un double but:

- a) insister sur les variables déterminées d'une situation technico-tactique
- b) stimuler la participation et la concentration du groupe

En voulant fournir un tableau général des variables constituant une situation technico-tactique, cela peut donner ceci:

- Espace de jeu (en général; pour des types déterminés d'actions offensives/défensive)
- Temps de jeu (en général; pour des types déterminés d'actions offensives/défensive)
- Nombre de joueurs composant une équipe
- Nombre de joueurs composant l'équipe adverse
- Techniques de jeu (en général; pour les types déterminés d'actions offensives/défensive)
- Utilisation de matériels

En opérant une ou plusieurs modifications à une de ces variables "générales", on obtient un travail situationnel qui – propre à sa relation "diversité" respect à la forme régulière de match-prépare à la valorisation d'objectifs technico-tactiques déterminés.

Chaque entraîneur pourra donc insister :

sur l'espace de jeu (par exemple en comprimant la zone de jeu; en créant des "zones franches" à l'intérieur de la zone de jeu ou parallèles aux périmètres de celle-ci);

sur les temps de jeu (exemple en assignant une limite moindre pour la le maintien de la possession de balle ou un temps maximum pour la conclusion au but);

sur le nombre de joueurs composant de chaque équipe (en établissant des infériorités numériques; ou aussi en assignant à certains joueurs la fonction de "joker" - en les identifiant donc avec des chasubles d'une troisième couleur);

sur les techniques et modalité d'exécution du jeu (exemple dans la transmission de la balle; en passant par une ou plusieurs portes; dans la recherche obligatoire de techniques déterminées de jeu; dans l'opposition "semi active" ou "passive" des défenseurs);

sur l'utilisation des matériels (exemple. en référence à la quantité e/o qualité des ballons, lests, petits buts, etc....).

En suivant un processus déductif, l'entraîneur décidera sur quelles "zones générales" aller s'installer, quelle combinaison éventuelle, pour obtenir un exercice technico-tactique tendant

à développer un certain type de travail (exécution, raisonnement, apprentissage, utilisation en compétition) de la part des joueurs.

Voyons ci après quelques illustrations.

Illustration 1: Dans un espace de 20mt x 30mt s'affrontent 2 équipes de couleurs différentes composées de 7 joueurs dans une recherche de possession de balle. Chaque joueur a droit seulement à 2 touches.

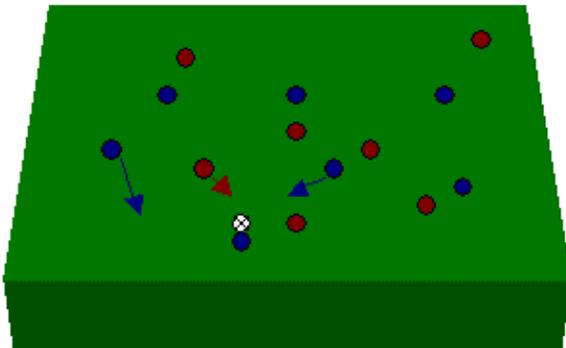


Figura 1

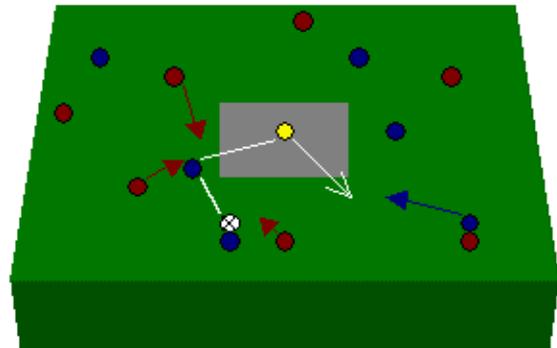


Figura 2

Illustration 2: Dans une zone de 20mt x 25mt s'affrontent deux équipes de couleurs différentes composées par 6 joueurs. Positionné au centre – dans une "zone exclusive" - il y a un joueur joker qui (en une touche) peut aider l'équipe en possession de balle.

Variante possible: dans la zone "exclusive" 2 jokers qui peuvent s'affronter (de manière active ou semi-active) , les 2 jokers ne peuvent pas se passer la balle.

Illustration 3: Dans un carré de 30mt x 30mt s'affrontent deux équipes de couleurs différentes composées par 8 joueurs. Sur les côtés du carré, se déplacent horizontalement 4 joueurs "joker" qui – en une touche - peuvent aider l'équipe en possession de balle. Les 4 joueurs "joker" ne peuvent pas se passer la balle.

Variante possible: le "joker" ne peut pas transmettre la balle au joueur de qui il a reçu la passe.

Illustration 4: Dans une zone de 30mt x 20mt s'affrontent deux équipes composées par 7 joueurs. Leur objectif est de faire dépasser la balle à une "ligne de destination" en maximum de 5 passes et ainsi faire parvenir la balle à deux attaquants qui, confrontés à deux défenseurs, doivent en 5" - 10" (dès que l'un des deux touches balle) marquer dans un des 3 mini-buts mis à 10mt de la "ligne de destination." .

Logiquement, aux buts de l'exercice, la dernière passe dans la zone des deux attaquants ne devra pas être une passe longue.

Quand la balle franchit la "ligne de destination" pour être jouée par les 2 attaquants, ils seront confrontés à deux défenseurs, mais ils pourront être soutenus de l'insertion d'un troisième partenaire (construisant ainsi un 3>2);

La marque dans le petit but central vaut 2 points; la marque dans un des petits buts latéraux vaut 1 point.

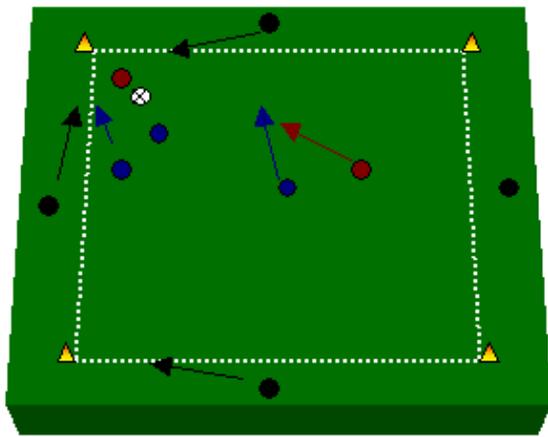


Figura 3

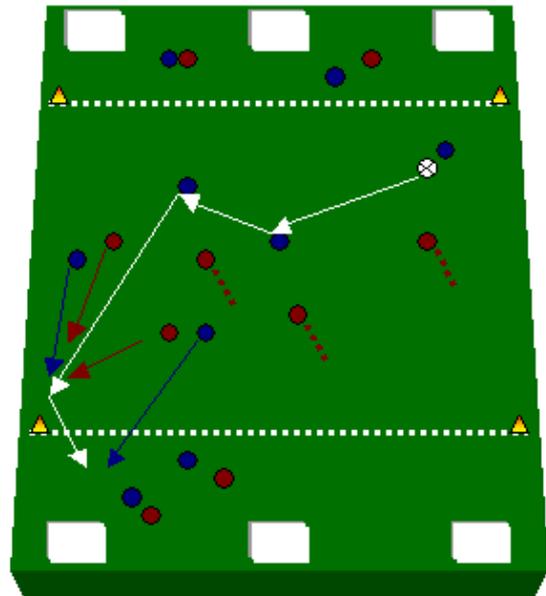


Figura 4

Illustration 5: Dans une zone de 30mt x 20mt s'affrontent deux équipes composées par 5 joueurs + 1 gardien. Pour marquer un but valide, l'équipe débutant la phase offensive devra faire passer la balle dans au moins 2 (ou 3) petites portes.

Variante: les petites portes peuvent être numérotées; et l'équipe en possession de balle fera passer la balle (avec passe entre deux partenaires) dans une porte, il se verra assigner un point.



Figura 5

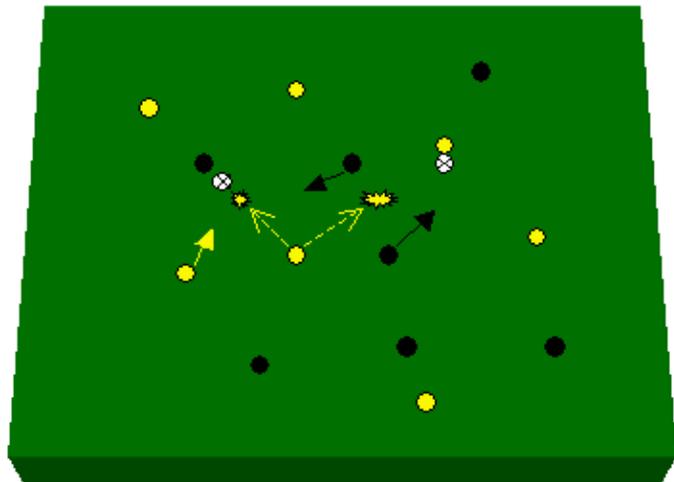


Figura 6

Illustration 6: Dans un carré de 30mt x 30mt s'affrontent deux équipes composées par 7 joueurs. A chacun - initialement - on assigne un ballon; les composantes des deux équipes devront - en même temps - jouer soit pour le maintien de la possession de sa propre balle, soit pour conquérir celle des adversaires.

Quand une des deux équipes a aussi conquis l'autre balle, elle obtient un point; elle en obtient un autre si pour un temps déterminé (es. variable de 10" à 20";) elle évite l'interception de la balle.

Variante: délimiter le nombre des touches; opposition active ou semi- active.

Conclusions partielles

Dans la fig.1, il est illustré l'archétype des travaux de situation: possession balle - dans un espace réduit - avec limitation des contacts avec la balle (à 1 ou 2 touches). Dans cet exercice sont concentrés tous les principes fondamentaux d'une corrélation correcte "démarquage - transmission de la balle."

Dans la fig.2 on propose un travail qui est le résultat de la greffe - sur l'exercice classique - d'une variable concernant l'espace de jeu: on a en effet une zone "exclusive" à un joueur neutre (c.d. joker) qui - avec 1 touche - peut aider l'équipe en possession balle (on confiera ce rôle préférentiellement à un milieu central) , valorisant ainsi - à l'intérieur du travail de possession de balle - les idées relatives à la largeur (le joueur neutre - en ne pouvant pas être marqué - aura potentiellement une vision plus ample de la situation de jeu), à la communication visuelle et par conséquent au démarquage légèrement anticipé (les composantes de l'équipe en possession de la balle devront tenir compte que le joueur neutre devra "résoudre" la situation avec une seule touche, et il sera donc important de se proposer en relation à son orientation et à son renseignement visuel effectif).

Dans la fig.3 les joueurs neutres sont positionnés - par contre - aux côtés de l'espace de jeu; on valorise ainsi la recherche de techniques spéciales de jeu (triangle, recouvrement, passes et vas); et du fait qu'il est interdit aux joueurs neutres de passer la balle au joueur duquel ils l'ont reçue, entreront certainement aussi relativement en jeu les aspects examinés à l'exercice précédent.

Dans la fig.4 on insiste - dans le premier moment - sur le principe de la manoeuvre de verticalisation; dans la phase suivante on tâche de travailler sur les techniques d'exécution de principes offensifs tel que la pénétration et l'imprévisibilité, et de principes défensifs de base tel le marquage, la couverture et la temporisation.

Dans la fig.5 on favorise la recherche déterminée de chaînes de jeu, en orientant les mouvements coordonnés des joueurs au départ de la phase offensive

Dans la fig.6 il est illustré un travail technico-tactique intéressant; en effet, chaque composant d'une des deux équipes devra "penser collectivement" - et surtout en même temps et dans le même espace de jeu - soit à conquérir la balle , soit à sa maîtrise. Il se développe donc - avec beaucoup d'intensité - la création de situations de TRANSITION, de type soit négatif soit positif.

A SUIVRE.....