

Entraîner les fermetures préventives.

Par RAFFAELE BARRE Uefa B Clodiense SSD

De l'échauffement au match: la séance complète pour entraîner les joueurs à s'aider .,

Dans ces pages nous parlerons de fermetures préventives. Nous reprenons un instant l'idée de transition, pour pouvoir comprendre mieux de quoi nous sommes en train de nous occuper.

Avec le terme « transition » nous entendons le moment dans lequel on reconquiert ou on perd la sphère; nous parlons d'un temps fondamental c'est-à-dire dans le football le passe entre les phases de possession et non possession.

En nous concentrant seulement sur la transition positive c'est-à-dire celle qui arrive dans le passe de la phase de non possession à celle de possession de la balle, la reconquête, nous savons comme il est fondamental de tâcher de reconquérir la sphère dans le temps plus court possible.

Dans le football actuel, de plus en plus rapide et fait de rythmes intenses, cet aspect peut se révéler déterminant.

Comment pouvons nous, donc, tâcher de récupérer la balle le plus rapidement possible ?

De quelles perspicacités nous devons douer notre équipe?

Nous pouvons nous arrêter sur quelques perspicacités à réaliser quand aussi notre équipe se trouve en phase de possession. En d'autres mots, nous pouvons tâcher de réduire au moindre les temps de transition en préparant et en anticipant la phase suivante.

Nous entrons ainsi dans l'idée de fermeture préventive

Nous essayons de donner une définition:

Nous parlons de fermetures préventives quand nos joueurs, pas connexe et utiles à la phase de possession, ou au soutien du porteur, se préparent d'avance à la phase défensive en tâchant d'empêcher un redémarrage éventuel des adversaires. Il s'agit d'une tactique préventive maintenant adoptée par beaucoup d'équipes de haut niveau qui emmènent les joueurs sous la ligne de la balle et pas fonctionnels à la construction du jeu, déjà en phase de marquage ou de couverture sur les pointes adverses, de façon à diminuer les temps de transition, en cherchant une anticipation pour une récupération immédiate de la sphère et en évitant des contre-pied nuisibles en cas de perte de balle de la part des partenaires (transition négative).



Fig A

Pendant le développement de la phase offensive nous devons préparer préalablement, donc, le contrôle des adversaires resté sur la ligne de la balle qui servent de récepteurs pour un redémarrage. Nous ne parlons pas d'un marquage en individuel ou d'un retour au passé, mais d'une conception moderne du football qui emmène les joueurs pas directement impliqués dans l'action toujours à un état et dans une position active en fonction du jeu .

Dans un écrit considérable deux techniciens (Maurizio Viscidi et Marco Scarpa) sont partis en se demandant s'il était possible et correct d'attaquer pendant la phase défensive et défendre pendant la phase offensive et pour répondre, ils ont effectué une étude sur le comportement des plus grandes équipes au niveau mondial.

Enseigner à notre équipe et à chaque joueur à tenir toujours une position active et proportionné par rapport au déroulement du jeu, en tâchant d'en anticiper les développements possibles est donc fondamental.

Puis en tenant compte que la recherche de l'anticipation sur le porteur, en défendant en avançant et en ayant comme objectif principal de défendre pour reconquérir la balle est une qualité fondamentale maintenant pour proposer un football propositionnel. Adopter les fermetures préventives quand notre équipe se trouve en phase de possession, peut sembler en particulier peu considérable, mais cela par contre devient déterminant pour anticiper et obtenir une transition positive rapide et prévenir les crises d'une transition négative.

C'est ce que nous faisons déjà quand notre équipe se trouve à jouer une balle inactive. En situation de corner pour nous , les joueurs qui restent en phase défensive se positionnent par exemple, en marquage sur les adversaires qui sont restés devant.

Pourquoi donc ne pas le faire aussi dans le déroulement normal du jeu?

Il est clair que nos objectifs principaux en phase de possession doivent être directement pas la construction du jeu et la recherche du but mais les joueurs lié à la phase de possession et ne participant pas ensuite au soutien de l'attaque, parce que peut-être trop lointains du déroulement de l'action, doivent se préparer vers une couverture e/o marquage.

Les fermetures préventives sont, en définitive, une partie très importante de la tactique défensive, qui se réalisent cependant quand notre équipe est en phase de possession de balle et elles nous permettent en outre d'attaquer avec plus sûreté. Notre certitude est que pour attaquer de manière rationnelle, en maintenant donc un bon équilibre défensif , on doit structurer notre équipe avec un travail fait hebdomadairement à l'entraînement qui stimule les idées, déjà exposé, d'équipe serrée, pressing, doublements de marquage et aussi couvertures préventives, de manière telle à être toujours positionné correctement en cas de transition négative,.

Ces exercices qui prévoient des jeux ombre (sans opposition) pour la disposition correcte et des situations de transitions forcées à travers des matches spéciaux à thème, sont une excellente manière de stimuler notre équipe vers les aspects corrects à tenir sur le terrain.

Nous voyons quelques propositions d'entraînement préparées pour une équipe de 14 puis 22 joueurs.

Proposition pour un groupe de 14 joueurs

EXERCICE 1 – 1

Activation = opposition avec les mains et marquage individuel

Objectif principal: marquage individuel

Mesures: zone double de la surface de réparation

Nombre de footballeurs: 14

Nous commençons la proposition avec un exercice joué avec les mains dédiées au marquage individuel, ayant pour objectif de permettre aux joueurs de commencer à comprendre comment contrôler son adversaire direct quand sa propre équipe se trouve en phase de possession.

On joue une opposition normale avec les mains avec but valide si marquée de la tête ou de volée. Chaque joueur est opposé à un adversaire (marquage individuel), donc pour attaquer le possesseur de balle seul peut intervenir son adversaire direct (Fig.1-1)

Exercice analytique situationnel = 3 vs 2 + 2 vs 1

Objectifs principaux: couvertures préventives ,défense du but, transitions et démarquage

Mesures: zone double de la surface de réparation

Nombre de footballeurs: 14

Les joueurs sont divisés en 2 équipes de 6 joueurs plus portiers et ils se succèdent à chaque conclusion d'action. La zone de jeu est subdivisée en 2 moitiés égales. Dans la première zone on joue un 3 vs 2 entre 3 défenseurs et 2 attaquants. Dans la seconde un 2 vs1.

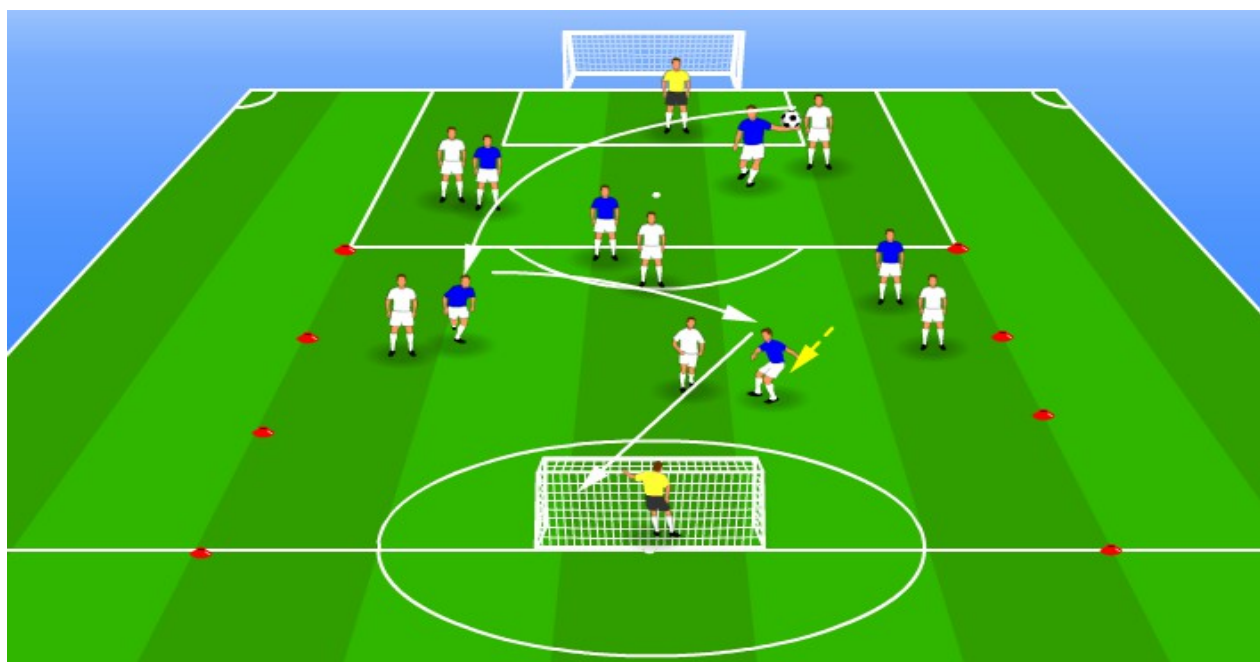


FIG 1-1

EXERCICE 1 - 2

L'exercice commence en forme didactique avec les 3 défenseurs, aidé par le portier qui font tourner la balle en 2 touches. Les 2 attaquants tâchent de fermer, en forme passive les lignes de passe de l'équipe blanc, pendant que le partenaire blanc placé dans l'autre zone de jeu tâche de se trouver démarqué toujours en fonction de la balle.

Le défenseur bleu cherchera toujours la couverture préventive. Au feu vert de l'entraîneur commence un 3 vs 2 plus gardiens avec les blancs qui doivent faire tourner la balle et la passer à leur pointe avancée, pendant que les bleu doivent voler la sphère et marquer.

Si les blancs réussissent à transmettre la balle, la pointe avancée doit maintenir la possession dans l'attente de l'arrivée d'un partenaire qui peut s'insérer (pas celui qui a effectué la passe) en commençant ainsi un 2 vs1. Le défenseur bleu à travers une fermeture préventive devra chercher une anticipation immédiate en tâchant d'empêcher le 2 vs 1 (Fig. 1-2).

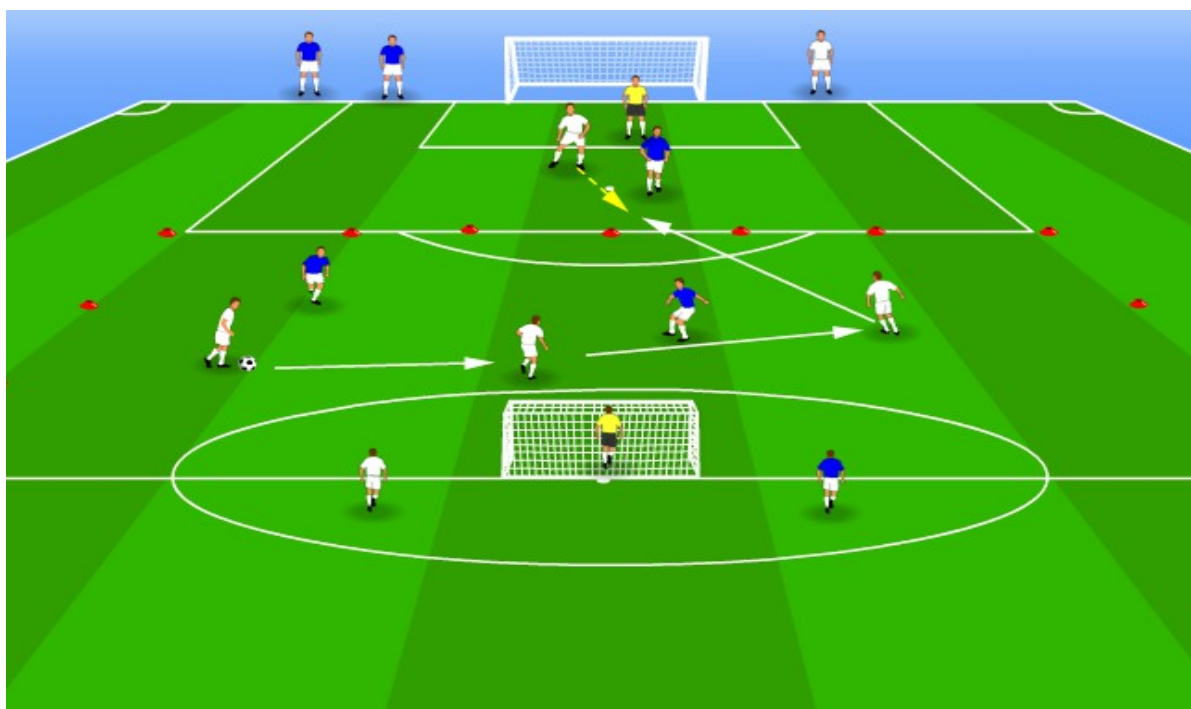


FIG 1-2

EXERCICE 1 – 3

Exercice situationnel = rectangle double

Objectifs principaux: transitions, fermetures préventives

Mesures: 2 rectangles 30 x 20 m

Nombre de footballeurs: 14

Exercice de possession balle dédiée à l'échange de jeu avec transitions continues et fermetures préventives.

Dans le premier carré les 2 équipes jouent un 5 vs 5 où l'équipe en possession, a obligation d'effectuer 5 passes pour chercher l'échange à ras de terre, jouer vers les partenaires en attente sur l'autre rectangle.

Dans la seconde zone 2 joueurs attendent de recevoir et ils doivent réussir à maintenir la balle dans l'attente de l'arrivée de 3 partenaires. Les défenseurs bleus se positionnent en marquage préventif avec l'objectif d'anticiper la récupération de balle adverse et faire entrer sa propre équipe en possession. (Fig. 1-3).

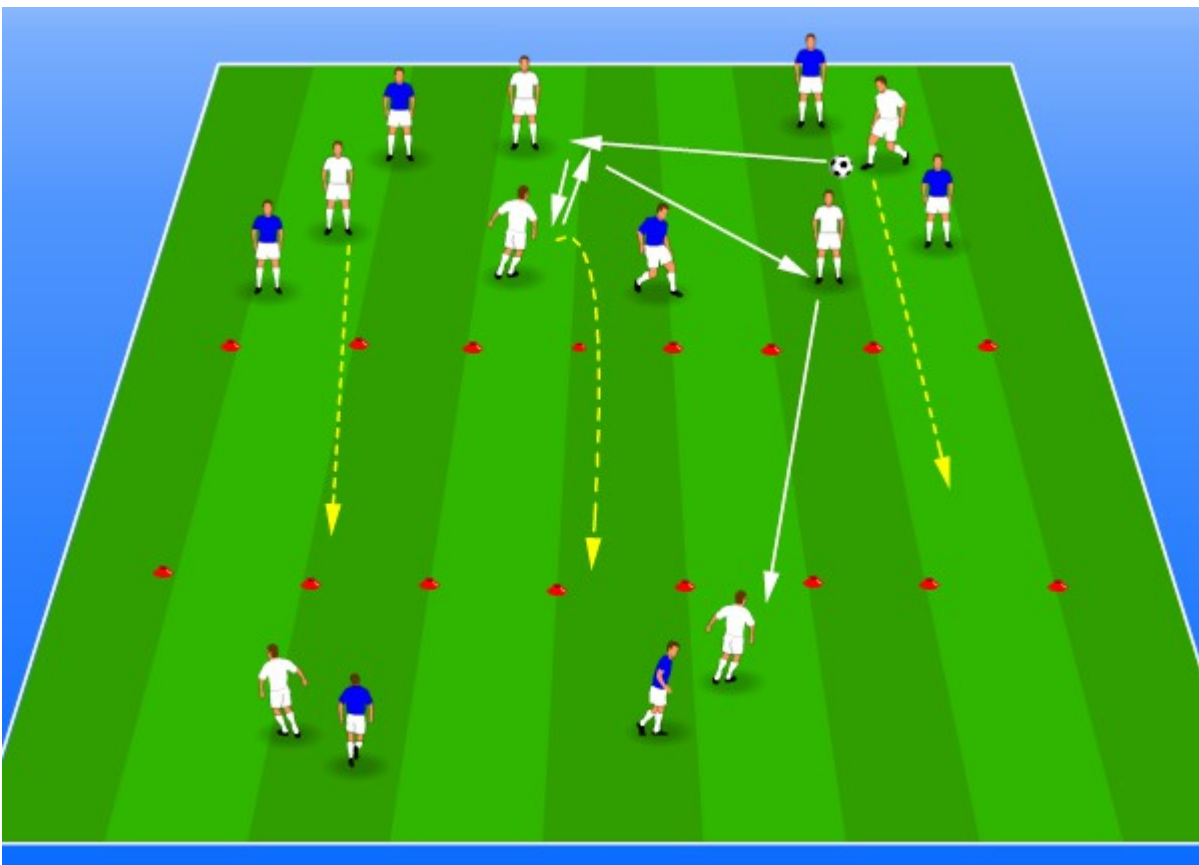


FIG 1-3

EXERCICE 1 – 4

Partie à thème = 6 vs 6 avec jeu préventif

Objectifs principaux: transitions, fermetures préventives

Mesures: 35 x 45 m

Nombre de footballeurs: 12 + 2 portiers

Partie tactique sur un terrain de dimensions réduites dédié aux transitions et aux marquages préventifs.

Jeu u 6 vs 6 plus portiers avec :

jeu disposé comme dans illustration

2 moitiés de terrain: sur un côté 4 vs 4, dans l'autre moitié un 2 vs2.

L'action, en cas de sortie de la balle, commence toujours du portier. Dans une moitié on joue un 4 vs 4 avec l'objectif de faire arriver la sphère vers les 2 attaquants dans l'autre moitié de jeu. Transmise la sphère, le joueur qui a effectué la passe peut s'insérer en créant ainsi un 3 vs 2.

Le rôle des défenseurs bleus est d'anticiper, en exploitant les couvertures préventives correctes de façon à récupérer la sphère et transmettre aux partenaires qui seront momentanément en supériorité. (Fig. 1-4).

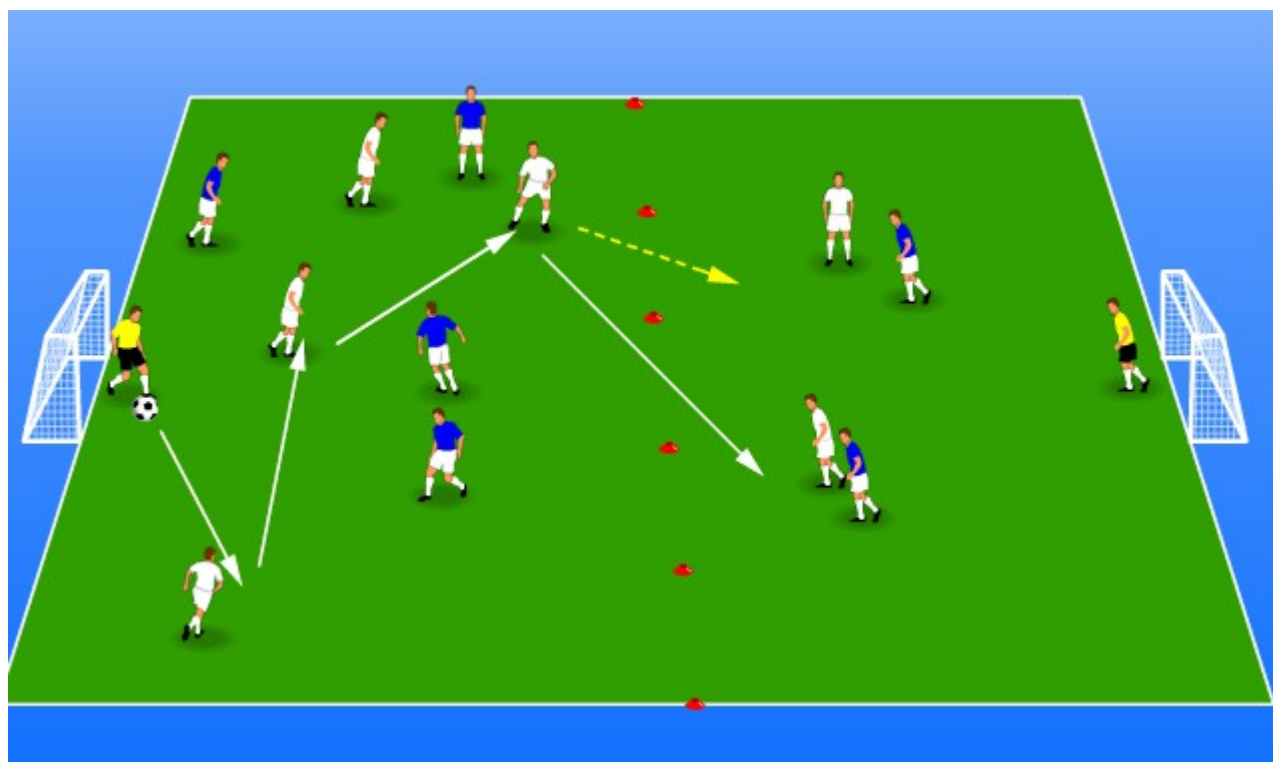


FIG 1-4

Maintenant nous voyons une proposition pour une groupe de 22 joueurs.

EXERCICE 2 – 1

Activation = 11 vs 0 avec des fermetures préventives

Objectifs principaux: fermetures préventives, développements en phase de possession, tactique d'équipe

Mesures: le terrain entier

Nombre de footballeurs: 22

Cette nouvelle séance commence avec un exercice didactique qui nous porte à comprendre l'attention juste aux fermetures préventives.

En les alternant, chaque équipe effectue un 11 contre 0 en essayant quelques développements dictés par l'entraîneur en faisant tourner balle en partant du portier.

Une fois dépassée la moitié de terrain les défenseurs restés ne devront pas être simples spectateurs mais ils iront exécuter les marquages préventifs sur les plots qui représentent les adversaires.(Fig. 2-1).
Comment variante, plutôt qu'avoir déjà 3 plots positionnés sera l'entraîneur, pendant le développement de l'action, il va positionner les plots aléatoirement.

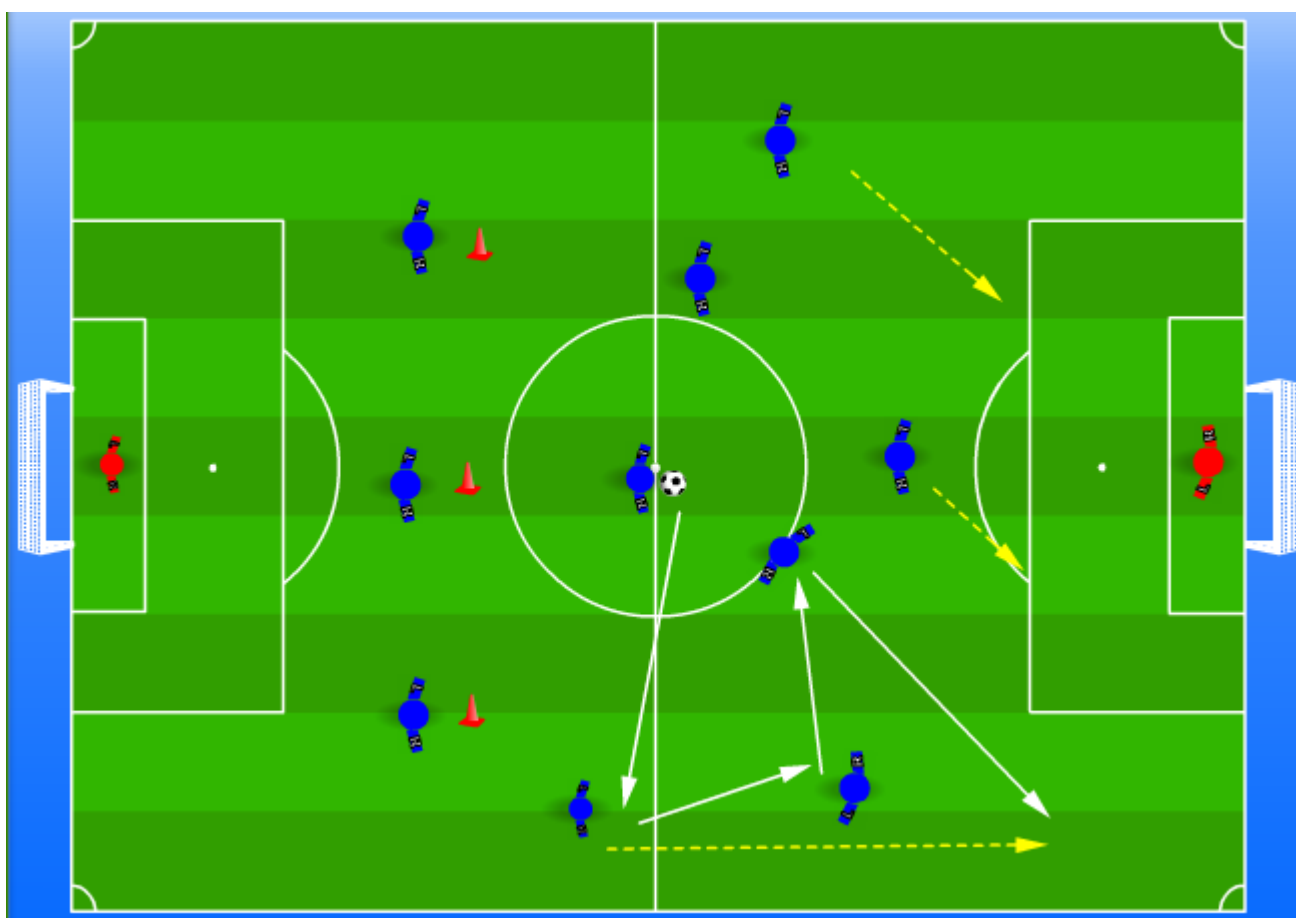


Fig 2-1

EXERCICE 2 – 2

Exercice analytique situationnel = 11 vs 4 avec des fermetures préventives,

Objectifs principaux: fermetures préventives, transitions, développements en phase de possession, tactique d'équipe.

Mesures: terrain entier

Nombre de footballeurs: 22

Exercice qui continue le précédent en progression. Encore en alternant, l'équipe continue à dérouler quelques développements offensive didactiquement. À la place des plots présents dans l'exercice précédent, cette fois sur le terrain sont placés 4 adversaires.

À discrétion de l'entraîneur qui appelle "seconde balle", en servant un des 4 attaquants, l'exercice se transforme en action situationnelle, avec l'équipe en transition négative qui doit récupérer et les défenseurs qui doivent soigner les fermetures préventives. (Fig. 2-2)

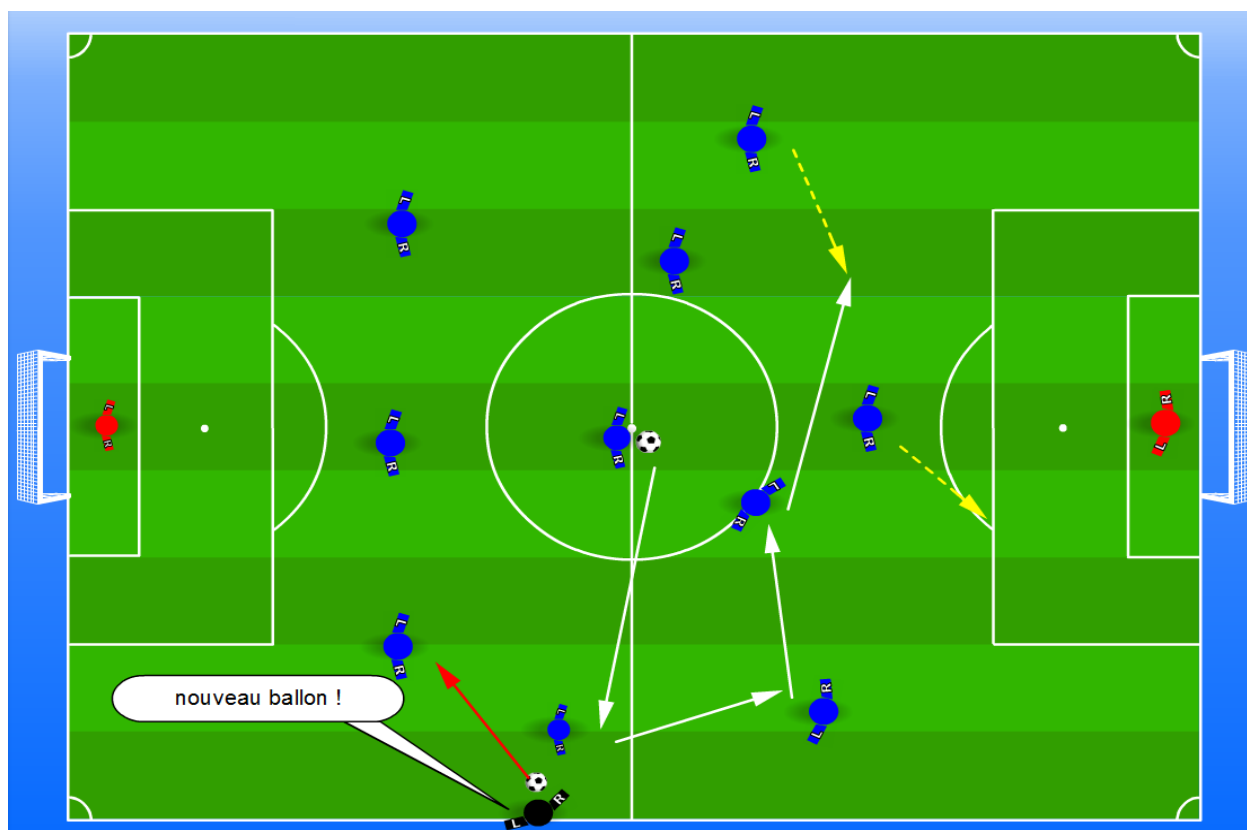


FIG 2-2

EXERCICE 2 – 3

Exercice situationnel = 3 vs 3 + couvertures

Objectifs principaux: couvertures défensives, transitions

Mesures: 2 moitiés de terrain

Nombre de footballeurs: 22, (10+ gardiens)

1) pour la recherche du but. Les 3 joueurs bleus doivent récupérer balle et aller à la zone de destination.

Dans le cas où les blancs réussissent la finition les défenseurs doivent chercher l'anticipation avec les fermetures préventives correctes, récupérer balle et chercher la destination en 5 vs 3, en amorçant ainsi des transitions continues. (Fig. 2-3)

2) Le groupe divisé sur 2 espaces de jeu, doivent effectuer un exercice de possession avec des insertions. À l'intérieur de la moitié de terrain on dessine un rectangle 15x20 m où on joue un 3 vs 3. joueurs blancs doivent faire arriver la balle aux 2 partenaires en phase d'attaque, celui qui a passé peut s'insérer en créant ainsi un 3 vs 2



FIG 2-3

EXERCICE 2 – 4

partie à thème = match tactique

Objectifs principaux: positionnement collectif, équipe courte, couvertures préventives

Mesures: un terrain entier

Nombre de footballeurs: 22

Nous finissons avec un exercice global 11 vs 11, où les équipes doivent tâcher de mettre en pratique toutes les perspicacités et les indications qui ont émergées pendant les entraînements.

Deux équipes s'affrontent dans un terrain qui va d'une zone à l'autre.

Touches et corners n'existent pas mais le jeu reprendra toujours du portier de l'équipe auquel la remise appartient, en créant ainsi des déplacements et transitions continus.

En phase de possession, les joueurs pas impliqués directement par le jeu doivent se préparer pour les fermetures préventives. (Fig. 2-4).

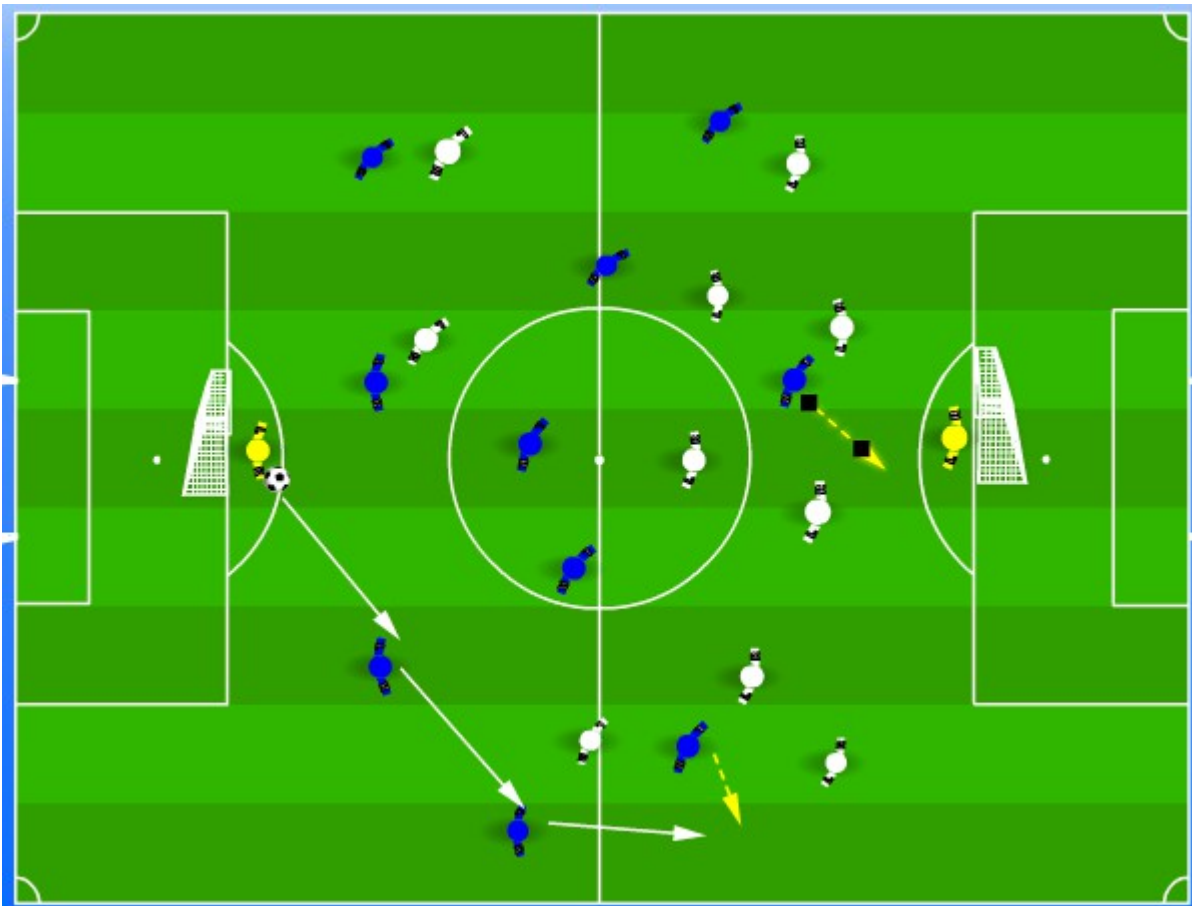


FIG 2-4