



Les Ingrédients du 4 contre 4

Mai 2007

L'OBJECTIF DU JEU (EN TROIS PHASES)

1. En possession du ballon :

- a) Près de son propre but, il s'agit de construire, de développer son jeu :
 - jouer vers l'avant le plus rapidement possible;
 - être bien organisé, bien se placer sur le terrain en trouvant la bonne distance entre les joueurs, bien quadriller le terrain (équilibre);
 - garder une bonne position (largeur – profondeur) afin de garder possession du ballon, de jouer vers l'avant et en profondeur;
 - être toujours disponible pour le porteur (appui – soutien).
 -
- b) Près du but adverse, il s'agit de créer des opportunités de marquer, de tirer au but.

2. L'adversaire est en possession du ballon

- a) Loin de notre but, il s'agit d'empêcher l'adversaire de construire, de développer son jeu.
 - cadrer le porteur (ne pas le laisser prendre de la vitesse ou faire une longue passe);
 - surtout ne pas se faire éliminer, ne pas se jeter;
 - rester proche les uns des autres (compact);
 - mettre de la pression sur le porteur (harceler).
 -
- b) Près de notre propre but, il s'agit premièrement surtout de prévenir l'adversaire de marquer et, deuxièmement, de reprendre, de récupérer le ballon.
 - protéger le but et couvrir ses partenaires (si nécessaire)
 - garder l'adversaire et le ballon devant soi;
 - bloquer les tirs;
 - récupérer les ballons;
 - éviter les fautes.

3. Changements de possession du ballon (transition attaque – défense et défense – attaque)

- Changer instantanément la façon de penser et d'agir.

L'arrière (libero) : son équipe est en possession du ballon

L'objectif est de :

- relancer le jeu;
- préparer une attaque et éventuellement de marquer.

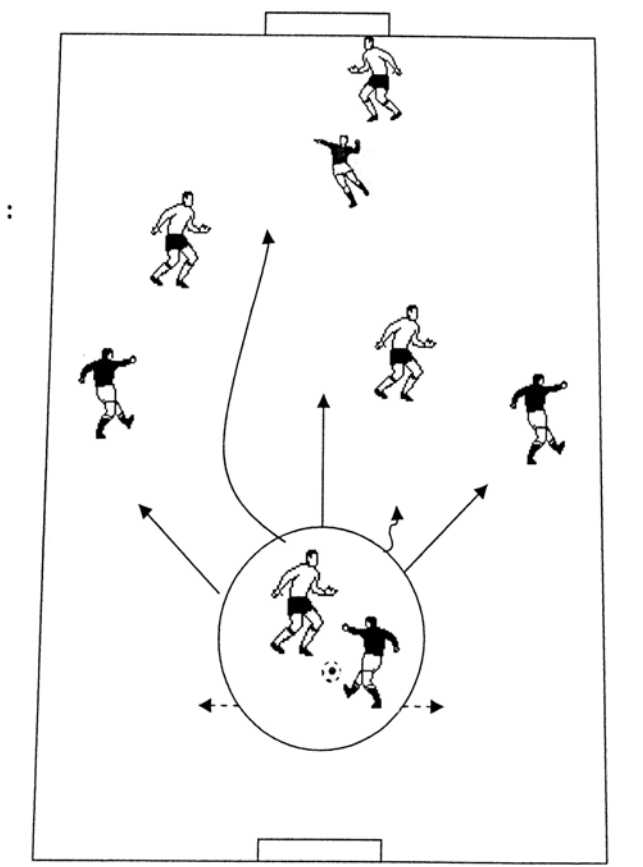
Ce qu'il faut pouvoir, savoir et faire (T.P.C.) :

Technique :

- faire des passes, des tirs;
- contrôler le ballon;
- dribbler;
- protéger le ballon.

Perception (vision du jeu) :

- bien se placer sur le terrain;
- renverser le jeu (changer de côté si c'est bloqué de l'autre);
- chercher constamment à jouer vers l'avant;
- éviter de perdre le ballon, pas de prise de risque, conservation du ballon;
- jouer en largeur pour préparer la passe en profondeur;
- s'offrir en soutien pour faciliter la passe arrière.



Communication :

- lire le jeu;
- anticiper les situations;
- donner la vitesse appropriée au ballon (dosage) lors de la passe (servir le partenaire)
- faire appel de la balle au bon moment (ni trop tôt, ni trop tard)
- communiquer avec ses partenaires sur le déplacement des adversaires
- appuyer l'attaque

L'arrière (libero) : l'adversaire est en possession du ballon

L'objectif est de :

- empêcher l'adversaire de marquer;
- stopper l'attaquant adverse;
- récupérer le ballon.

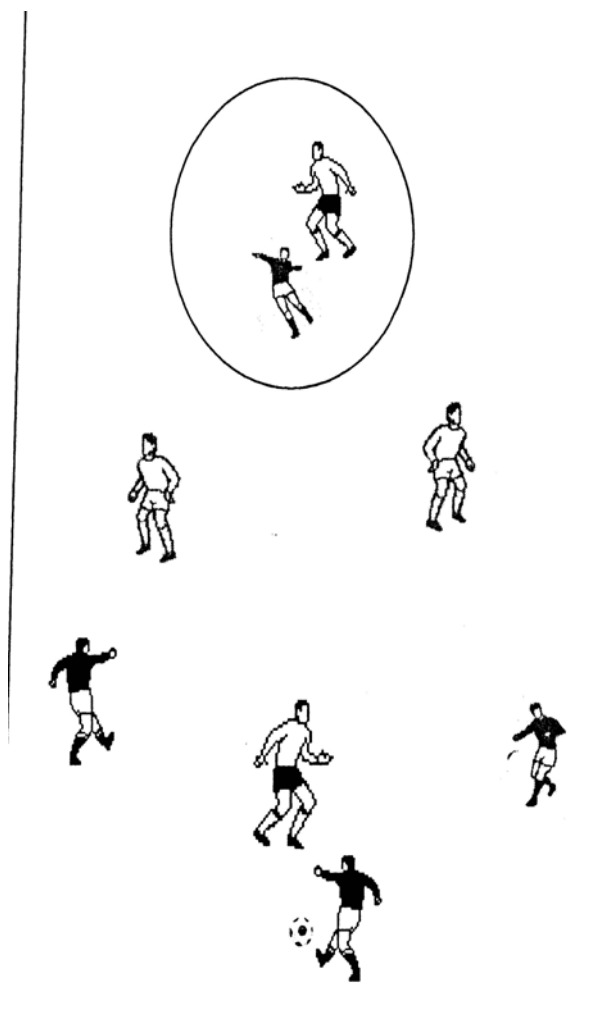
Ce qu'il faut pouvoir, savoir et faire (T.P.C.) :

Technique :

- suivre l'adversaire (marquage);
- mettre de la pression;
- savoir tacler;
- le jeu de tête, dégagement de la tête (près de son but).

Perception (vision du jeu) :

- serrer l'adversaire de très près (dissuader la passe vers l'attaquant en se faisant voir par le porteur);
- voir au-delà de l'adversaire pour voir le jeu se dérouler;
- ne pas se laisser éliminer;
- couvrir ses partenaires;
- ne pas se laisser trop attirer vers les côtés (toujours protéger le but);
- prendre l'adversaire le plus dangereux (même si ce n'est pas son adversaire direct).



Communication :

- communiquer avec ses partenaires (les diriger) pour éviter d'être surpris par les déplacements des adversaires;
- encourager ses partenaires.

Les milieux : en possession du ballon

L'objectif est de :

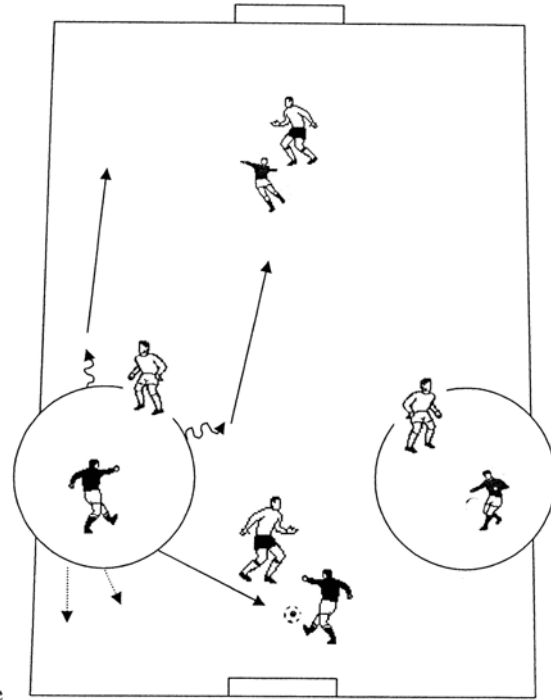
- construire l'attaque dans le but de créer des occasions de marquer.

Technique :

- faire des passes;
- contrôler le ballon;
- dribbler;
- tirer au but;
- tirer de la tête au but;
- protéger le ballon.

Perception (vision du jeu) :

- bien se placer sur le terrain, donner de la largeur;
- pas de perte inutile du ballon, conservation du ballon individuellement et collectivement;
- se démarquer (appel de balle dans l'espace, 1 – 2, écran...);
- première touche vers le but si possible (aller vers le but);
- s'offrir en soutien pour faciliter la passe arrière.



Communication :

- demander le ballon – course pour obtenir le ballon – (avec un faux appel);
- vitesse approprié du ballon (dosage) lors de la passe;
- communiquer avec l'attaquant ("*man on*", tourne, vas-y seul...)

Les milieux : l'adversaire est en possession du ballon

L'objectif est de :

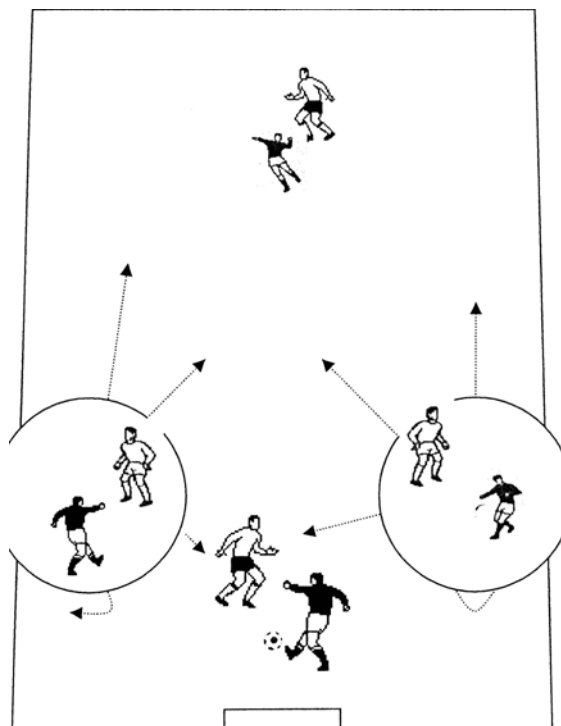
- freiner l'attaque;
- reprendre le ballon;
- bloquer les lignes de passes;
- stopper l'adversaire le plus dangereux.

Technique :

- bonne technique de course (garder les genoux fléchis);
- gagner le ballon (tacle glissé, provoquer le porteur par des feintes);
- bloquer les tirs;
- agilité, vitesse de réaction.

Perception (vision du jeu) :

- bien se placer sur le terrain (voir le ballon et l'adversaire, être entre son but et le ballon, décaler au centre si on est du côté opposé au ballon);
- couvrir ses partenaires;
- marquer son adversaire direct;
- ne pas laisser jouer vers l'avant, bloquer la passe vers l'avant;
- prendre l'adversaire le plus dangereux;
- ne pas se faire éliminer, ne pas se jeter;
- jouer près les uns des autres (densité), rester compact;
- anticiper la passe arrière.



Communication :

- communiquer avec ses partenaires (les diriger), surtout avec l'attaquant;
- anticiper les actions défensives de l'attaquant; (par exemple, forcer l'adversaire dans un coin).

L'attaquant : en possession du ballon

L'objectif est de :

- attaquer et marquer des buts.

Technique :

- Contrôler le ballon (se créer de l'espace avec la première touche);
- faire des appels *gratuits* (libérer un espace pour un partenaire, amener l'adversaire sur une fausse piste);
- dribbler l'adversaire à 1 : 1;
- tirer au but, finir l'action;
- effectuer des remises pour ses partenaires (passer le ballon en retrait pour un tir immédiat);
- protéger le ballon;
- faire des passes.

Perception (vision du jeu) :

- donner de la profondeur;
- aider le porteur, aider la construction de l'attaque, anticiper;
- demander le ballon (appel de balle) au bon moment;
- garder le ballon (attendre le soutien des partenaires);
- créer de l'espace sur les ailes pour les joueurs du milieu qui attaquent (ne pas fermer cet espace);
- aller vers le but.

Communication :

- demander le ballon (appel de balle = course pour obtenir le ballon, ne pas demander de la voix);
- appels gratuits;
- communiquer avec les partenaires.

L'attaquant : l'adversaire est en possession du ballon

L'objectif est de :

- nuire à la construction de l'attaque;
- ne pas laisser jouer vers l'avant, empêcher la longue passe;
- gagner du temps pour que les partenaires puissent se regrouper (ne pas se jeter);
- orienter le déplacement du porteur vers un des deux côtés.

Technique :

- bloquer l'espace derrière nous (réduire le champ de vision du porteur);
- bonne technique de course (garder les genoux fléchis);
- reprendre le ballon;
- tacler (pas de faute).

Perception (vision du jeu) :

- cadrer le porteur, ne pas le laisser prendre de vitesse ni jouer vers l'avant;
- forcer l'adversaire à jouer en largeur;
- orienter le déplacement de l'adversaire vers le côté, suivre son adversaire direct;
- mettre de la pression sur le porteur, le harceler;
- reconnaître le bon moment pour tenter de gagner le ballon, tacler (attendre la consigne d'un partenaire);
- effectuer un remplacement vers l'arrière, plus près de ses partenaires (rester compact).

Communication :

- anticiper les intentions du porteur du ballon;
- communiquer avec ses partenaires;
- se tenir prêt à aider un partenaire.

