

4-4-2: La Stratégie défensive

Dans la même série sur le 4-4-2, Mike Noonan nous parle cette fois de la défensive dans ce système

Par Mike Noonan (Traduction Sophie Drolet)



Diagram 1

Puisqu'il n'y a pas d'échauffement formel, l'entraîneur peut commencer avec des situations de possession collective de balle comme le 4 v. 2 avec emphase sur le travail des 2 défenseurs. Les facteurs-clés devraient être la pression sur le ballon, l'angle d'approche, la vitesse d'approche. Tout le monde devrait prendre un tour comme défenseur.

6 v. 7 – Début de l'entraînement

2 couleurs de dossards devraient être disponibles et les ballons placés dans le but. Une surface de jeu d'environ 30 mètres de large par 70 mètres de long (2/3 terrain). Un grand but d'un côté et deux petits buts de l'autre côté.

6 joueurs ont le ballon et jouent contre 7 joueurs et un gardien qui protège le grand but. Le départ se fait avec un tir d'un des 6 joueurs, le gardien fait l'arrêt ou reprend un ballon dans le but et relance l'attaque vers un des arrières centraux. Les 6 joueurs doivent se repositionner derrière le ballon.

Pendant que le ballon voyage, le demi latéral (No. 11) du côté du ballon se déplace vers le défenseur adverse pour le presser. Si l'adversaire n'a pas un bon contrôle sur le ballon ou cherche à rejouer en retrait, l'attaquant de la défensive le plus près (No. 9) cherche à provoquer un dédoublement ou à mettre de la pression. Si le joueur en possession du ballon ne peut être presser de façon agressive, l'attaquant devra tenter de couper l'option de passe vers l'arrière. (Diagramme I).

Si la possibilité de haute pression est là, le 2eme attaquant (No. 10) coupe l'option de passe au gardien ou se repositionne centralement pour couvrir le milieu de terrain.

Le No. 6 montera si la haute pression est efficace ou descendra pour couvrir l'espace. De la même façon, le No. 8 fermera les rangs pour garder le ballon sur le même côté pendant que le No. 7 se positionnera pour intercepter une longue passe en diagonal.

6 v. 7 – Les attaquants qui défendent contre les défenseurs latéraux

L'objectif de la défense est d'empêcher les défenseurs latéraux de progresser en les forçant à jouer en retrait sur un des deux défenseurs centraux. Les attaquants (Nos. 9 et 10) sont donc positionner de façon plus large qu'au départ.

Ceci invite le gardien à jouer le ballon sur le défenseur central adverse et l'attaquant (No. 9) de par sa position plus à l'extérieur essaie de canaliser le jeu vers le centre du terrain. Le No. 10 garde le jeu devant lui en éliminant la passe au défenseur latéral. Le No. 11 se prépare à la passe au demi latéral. Les Nos. 6 et 8 se déplaceraient pour couvrir l'espace du milieu de terrain (si le No. 11 doit défendre) pendant que le No. 7 cherchera à intercepter une longue balle diagonale au côté opposé. (Voir Diagramme 2).



Diagram 2

Il est important que l'entraîneur détermine la ligne de confrontation, le point de départ de la pression en relation à la surface de réparation et qui ira appliquer cette pression (soit le No. 9 ou 10, dépendant du côté de terrain attaqué).

6 v. 7 – Les attaquants qui défendent les défenseurs centraux

La 3eme option pour la défensive est de voir ses attaquants marquer les deux défenseurs centraux adverses quand la balle est jouée sur les latéraux. Ceci force le No. 11 à monter défendre l'arrière latéral en forçant le jeu vers l'intérieur du terrain. Pendant que les autres demis se déplacent latéralement vers le ballon dans un mouvement de défensive de zone. Le No. 7 cherche toujours à couper une longue diagonale ou une passe latérale provenant du porteur. (Voir Diagramme 3).



Diagram 3

Un des avantages du système est d'avoir les 2 attaquants en position haute sur le terrain et prêts pour une contre-attaque rapide.

On laisse le jeu se dérouler en mettant l'emphase sur l'agressivité et sur le bloc équipe, la compression en milieu de terrain pour que lorsque le ballon est joué dans le tiers de construction, le porteur sera pressé et la défense sera en équilibre pour récupérer le ballon.

7 v. 9 – Le jeu des attaquants

On ajoute un 4eme milieu de terrain et un attaquant à l'équipe qui attaque et un arrière central à l'équipe qui défend.

Les attaquants étaient libres de jouer l'une des 3 options évoquées plus tôt: revenir centralement, jouer large ou jouer contre les arrières latéraux.

L'emphase est mise le travail des demis de l'équipe qui défend et leur façon de diriger les attaquants dans ce défense (centralement ou latéralement) par rapport au ballon. Un des buts recherché était d'instaurer une mentalité agressive dans le déroulement de l'entraînement en faisant marquer les joueurs du côté du ballon à chaque fois. Si le ballon devait être rejoué en retrait ou latéralement par les adversaires, l'équipe qui défend devrait voir la possibilité de mettre la pression haute. (Voir Diagramme 4).



Diagram 4

L`emphase défensive est de savoir reconnaître la situation et d`adapter la pression (haute ou basse) ainsi que de faire la sélection de garder le ballon ou de contre-attaquer rapidement une fois le ballon gagné. En insistant sur la lecture du jeu par les attaquants, le bloc défensif pourra réagir de la bonne façon pour récupérer le ballon.

Il est important de bien observer un match de l`adversaire dans la mesure du possible, ceci permettra d`ajuster la stratégie pour déterminer de quelle façon les attaquants joueront et comment le reste du bloc défendra.

Positionnement des défenseurs — 5 v. 6

Les défenseurs dans ce système sont alignés et être compact est un facteur essentiel de cette ligne défensive. Environ 35 mètres de large pour toute la ligne et 8 mètres entre chaque défenseur. Ils doivent tenir cette ligne à une distance raisonnable de la ligne des milieux de terrain, une position qui empêchera d`être battu en profondeur ou en diagonal par la vitesse. Ceci varie un peu d`une équipe à l`autre et dépendant de l`adversaire. L`arrière latéral au côté opposé peut être un peu plus avancé que les autres défenseurs. Ceci peut aider la défense à jouer le hors-jeu lors des courses d`attaque en diagonal en ayant moins de défenseurs à faire monter.

Pour s`assurer du bon positionnement des 4 arrières, le ballon est déplacée d`un côté à l`autre et les défenseurs doivent réagir en conséquence. Pendant ce temps, le demi défensif se positionnera pour forcer l`adversaire à se diriger d`un côté ou de l`autre et ainsi permettre aux défenseurs de bien anticiper la prochaine action. Les défenseurs doivent être positionner derrière le ballon et doivent voir l`adversaire et le ballon en même temps. Plus le ballon pénètre la défense, plus il devient difficile d`être dans une position pour intervenir défensivement. (Voir Diagramme 5).

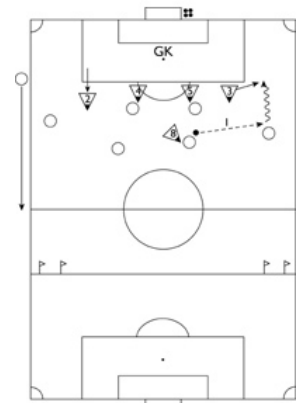


Diagram 5

8 v. 8 avec contre-attaque

Dans ce segment d`entraînement, l`équipe en possession du ballon démarre du milieu de terrain et tente de pénétrer la défense. Au départ, ils devront compléter 5 passes avant le tir. L`équipe qui attaque place 5 demis et 2 attaquants pendant que l`équipe en défense présente 4 arrières et 4 demis. Cette dernière équipe tentera de contre-attaquer vers l`un ou l`autre des deux buts placés sur les côtés au bout du terrain qui sera élargi et allongé (70 mètres par 50 mètres).

L`entraîneur se concentre sur le positionnement des défenseurs et demis qui forment le bloc équipe et insiste sur rester compact et sur la pression du ballon. « Laissez-les aller autour mais pas à travers vous”.

Si la pression sur le porteur est bonne et que les 4 arrières sont bien positionnés et en équilibre, ceux-ci peuvent utiliser l`arme du hors-jeu. Si le porteur n`est pas cadré, le bloc doit redescendre pour empêcher le ballon d`être jouer en profondeur derrière la défense. (Voir Diagramme 6).

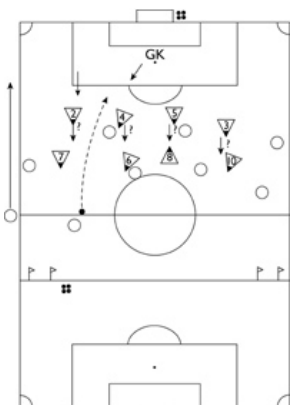


Diagram 6

11 v. 11 – Toute l`équipe au jeu

Pour conclure l`entraînement, 11 v. 11, une équipe jouera la haute pression et la contre-attaque rapide. Si la pression est mauvaise, ils devront retraiter en bloc pour se retrouver derrière la balle, les 4 arrières donneront l`espace pour éviter une balle en profondeur ou une balle en pénétration. L`adversaire appliquera une pression basse et gardera possession de la balle pour pénétrer en groupe.

Rappels

Chaque segment de cet entraînement pourrait occuper une séance complète en pré saison pour une équipe. La répétition et la communication collective ainsi que les correctifs de l`entraîneur aidera l`équipe à construire des blocs et à présenter une bonne coopération entre les joueurs.

L`entraîneur doit "construire des paires" à l`intérieur du 4-4-2 avec une synchronisation entre les arrières latéraux et demis latéraux, les deux attaquants, les deux arrières centraux, les deux demis centraux. Les caractéristiques des deux joueurs et la « chimie » entre eux est importante dans la préparation finale de l`équipe. Les "duos" doivent aussi créer des triangles et la façon de les construire est importante aussi.

L`objectif collectif du 4-4-2 en défensive est de faire jouer l`adversaire en retrait ou en avant du bloc défensif et que si le jeu en pénétration se fait, il se fera sur les ailes.

Finalement, les principes défensifs doivent être travaillés en tout temps, principalement la pression sur le ballon, gagner les duels (1 v. 1), rester compact et empêcher la pénétration (couverture).

Note: Mike Noonan a amené l`équipe masculine de l`Université Brown en ¼ de finale de la NCAA en 2000. Il est membre des entraîneurs de l`Académie NSCAA depuis 1995.