

## Le Coin de l'entraîneur: Série technique de l'Académie des entraîneurs de la NSCAA – Défensive Individuelle (Partie 2)

**Puisqu'une équipe est une combinaison de plusieurs individus, les erreurs défensives individuelles amènent souvent une cassure dans le bloc défensif.**

**Par Jeff Tipping, Directeur des entraîneurs NSCAA (Traduction Sophie Drolet)**

*Cet article est la deuxième partie de la défensive individuelle ayant paru le 19 février, la première partie avait été publiée en octobre 1995 dans le « Soccer Journal ».*

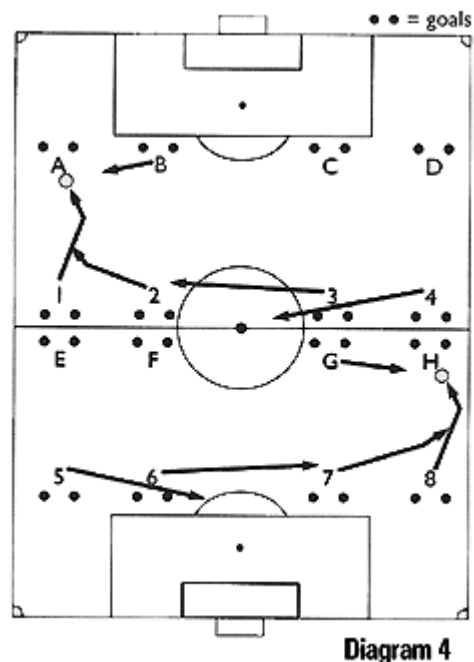
La première partie touchait les exercices d'échauffement et une séance en 4 parties débutant l'enseignement des techniques individuelles. La deuxième partie présente une deuxième séance plus globale et progresse vers du technico-tactique.

### Séance globale

Organisation: Terrain divisé en deux avec 4 petits buts de 4 mètres de large sur chaque ligne (total 8 buts par demie). 8 joueurs dans chaque moitié de terrain. Un ballon dans chaque moitié. (Voir Diagramme 4)

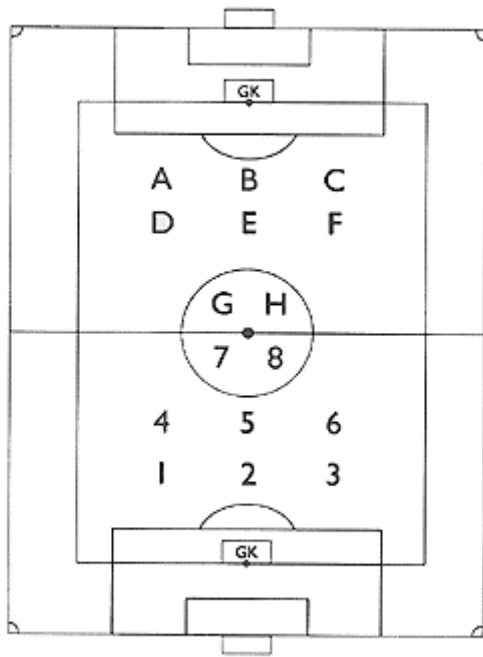
Dans cet exercice, chaque joueur a la responsabilité de son but en plus d'offrir une couverture aux partenaires.

Les facteurs d'enseignement dans cet exercice sont la nécessité de mettre de la pression sur le porteur et d'assurer la couverture à bonne distance et dans le bon angle aux partenaires. Le premier défenseur doit mettre la pression et ainsi forcer l'adversaire à regarder son ballon. Les autres défenseurs doivent offrir une couverture tout en étant conscient du joueur qu'ils marquent.



Une façon de faire comprendre le concept est de se "serrer au centre derrière la balle". Si un défenseur est battu, Si le défenseur est battu, il devrait toujours y avoir un partenaire en couverture prêt à monter sur le joueur. Si le ballon est de l'autre côté du terrain, un défenseur peut se permettre de se diriger vers le centre derrière ses défenseurs. Si le ballon est joué latéralement, le défenseur aura le temps de s'ajuster et d'appliquer la pression sur le ballon pendant que ses partenaires ajustent leur position vers le centre pour offrir une couverture. Dans le diagramme 4, on peut voir quand le jeu démarre avec le joueur A comment la défensive peut travailler de façon collective.

## Séance technico-tactique



Organisation: Placer les buts sur les points de penalty pour avoir un terrain d'environ 70 mètres par 45 mètres. 8 joueurs + 1 gardien par équipe (Voir diagramme 5).

Les habiletés techniques et tactiques présentes dans la première partie sont maintenant des éléments importants de la séance en situation de match.

Le but du jeu est de lobber une balle au gardien opposé, un point est accordé lorsque l'équipe réussit. L'équipe en défensive doit appliquer la pression en tout temps pour empêcher l'adversaire de servir la balle au gardien de but ou changer le point d'attaque. Tous les principes du tacle sont importants dans cet exercice, cadrer le joueur, couvrir et équilibrer la défensive.

Cette situation permet à l'entraîneur de corriger les tendances de certains joueurs à glisser pour un tacle, un tacle glissé devrait être un outil de dernier recours puisque le défenseur se jette complètement. Un tacle glissé devrait être employé quand le défenseur a un soutien ou si le jeu est près d'une ligne de côté ou d'une ligne de but. Si ce n'est pas le cas et que le tacle glissé est manqué, l'attaquant pourra attaquer sans pression. Un tacle glissé, même s'il est efficace, ne devrait pas être utilisé dans chaque situation, il doit être utilisé avec discernement.

## Conditions de match

Les buts sont replacés sur les lignes de fond et un match est joué sans restriction. On insiste encore sur les principes défensifs pendant le match. Le jeu devrait être stoppé par l'entraîneur lorsque des facteurs d'enseignements peuvent être notés. Puisque le thème de la séance est la défensive, l'entraîneur devrait s'attarder sur les actions de la défensive et non sur l'offensive.

## Conclusion

Les individus sont ceux qui doivent faire les efforts pour avoir une défensive collective efficace. Une erreur individuelle peut créer un déséquilibre dans la défensive collective. Certains entraîneurs ont tendance à travailler sur des principes offensifs et négligent parfois la défensive. Cette façon de faire peut avoir des conséquences à moyen terme sur l'équipe.

Du temps d'entraînement devrait être accordé à la maîtrise des habiletés défensives et sur les prises de décision défensives pour tout ce qui touche les différentes formes du tacle. Un bon et solide tacle de blocage est un élément important d'une solide défensive. Une bonne technique ainsi qu'un bon jugement et un bon synchronisme formeront une unité défensive de première plan. Un travail individuel profitera à toute l'équipe.