



"En système global et sous-système"

■ Par Pierre SAGE, titulaire du DEF. Président de AltisGroup et animateur du Blog Vestiaires.

# 8 situations d'apprentissage pour

# JOUER EN MOUVEMENT



© Christophe Dachy

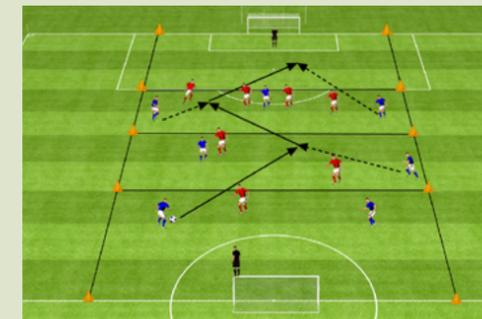
**Des U15 aux seniors.** "Mets toi en mouvement !". Hélas, cela ne se produit pas sur commande... Pour se mettre en action, en mouvement, ce dernier doit avoir du sens pour le joueur. Il ne court pas pour courir, sur injonction du coach, mais bien pour réaliser une idée, matérialiser une intention. "Jouer en mouvement" est un principe d'action dans la phase de conservation/progression. Il se décline ensuite en règles d'action, c'est à dire en solutions

efficaces visant à résoudre les problèmes posés par l'adversaire : s'opposer à la progression adverse, dans notre cas. Nous en verrons quatre différentes traitées à chaque fois en système total, l'équipe, et en sous-système, un couloir, une ligne, quelques joueurs...

<b>Problème de jeu</b>	L'adversaire s'oppose collectivement à la progression du ballon
<b>Temps de jeu</b>	Conserver - progresser
<b>Principe d'action</b>	<b>Jouer en mouvement</b>
<b>Règles d'action</b>	1- Voir et être vu dans les intervalles pour échanger 2- Se démarquer de son adversaire direct 3- Donner le ballon dans la course ou dans l'action 4- Cordonner prise d'appui et course de soutien

## 1a Voir et être vu dans les intervalles pour échanger (système total)

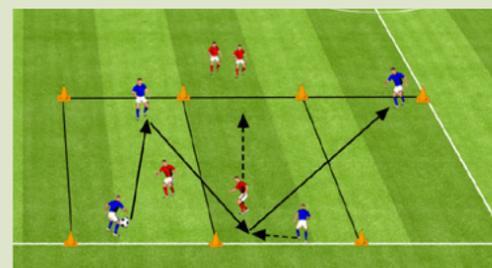
- **Objectif** : Voir et être vu dans les intervalles pour échanger.
- **But** : Marquer.
- **Consignes** : Les joueurs se déplacent librement sur le terrain. Interdit de progresser d'une zone par une conduite, ni de lever le ballon. Règle du hors-jeu en zone de finition.
- **Règle** : 1 but = 1 point.
- **Variable** : Interdire la passe en avant dans la même zone.



## Voir et être vu dans les intervalles pour échanger (sous-système)

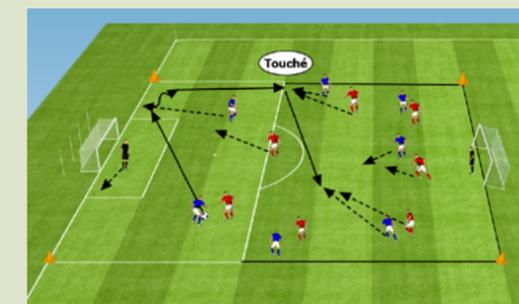


- **Objectif** : Voir et être vu dans les intervalles pour échanger.
- **But** : Faire un aller-retour.
- **Consignes** : Les attaquants et les défenseurs se déplacent librement dans les zones. Par contre, les défenseurs n'ont pas le droit de se trouver dans la zone opposée au ballon. Les attaquants, eux, doivent occuper toutes les zones. Interdit de lever le ballon.
- **Règles** : Un aller-retour pour les attaquants = 1 point. Un échange entre défenseurs = 1 point. Non respect de l'occupation des zones = 1 point aux adversaires.
- **Variable** : Imposer un échange aux attaquants dans les zones extérieures.



## 2a Se démarquer de son adversaire direct (système total)

- **Objectif** : Se démarquer de son adversaire direct.
- **But** : Marquer.
- **Consignes** : Défense en individuelle. Si les défenseurs touchent leur vis-à-vis avant qu'il reçoive le ballon, celui-ci doit jouer d'une seule touche de balle. Sinon, le receveur est libre.
- **Règle** : Un but = 1 point.
- **Variable** : Laisser des joueurs libres défensivement.



## Se démarquer de son adversaire direct (sous-système)



- **Objectif** : Se démarquer de son adversaire direct.
- **But** : Trouver le joueur-cible en face (un aller).
- **Consignes** : Interdit de lever le ballon. Si le défenseur touche l'attaquant avant qu'il reçoive le ballon, un des joueurs-cibles de l'autre couleur le récupère.
- **Règle** : Relation "un joueur cible- l'attaquant- l'autre joueur-cible" = 1 point (faire un maximum d'allers).
- **Critère de réussite** : Match sur 5 ballons.
- **Variable** : Interdire la remise au premier joueur-cible.

