Recyclage B.E.1

Ploufragan

Ligue de Bretagne de Football

Samedi 13 Octobre 2012

Réalisé par Landry CHAUVIN et publié par

Thème : Les changements de statut
Jeux d'entraînement

Quelque soit le niveau, toutes les équipes sont aujourd'hui bien organisées.
parlent ainsi le même langage.

Il est donc de plus en plus difficile de déséquilibrer une équipe en place, dont les principes de jeu sont parfaitement huilés et adoptés par tous les joueurs de l'équipe qui parlent ainsi le même langage.

C’est pourquoi il est très important de bien exploiter le moment où l’on récupère le ballon et à l’inverse, de bien anticiper le moment où l’on perd le ballon

En effet, c’est là où l’équipe qui récupère va prendre **un temps d’avance** sur son adversaire car ayant mis momentanément un ou plusieurs adversaires hors de position, elle joue en supériorité numérique.

Elle peut aussi, au contraire se mettre momentanément en danger en se retrouvant fragiliser à la prochaine perte du ballon.

Il est donc primordial aujourd'hui dans nos séances de travailler ces deux phases de transition parce que c'est souvent là que se gagne ou se perd un match.

Différents jeux d'entrainement dans ce thème

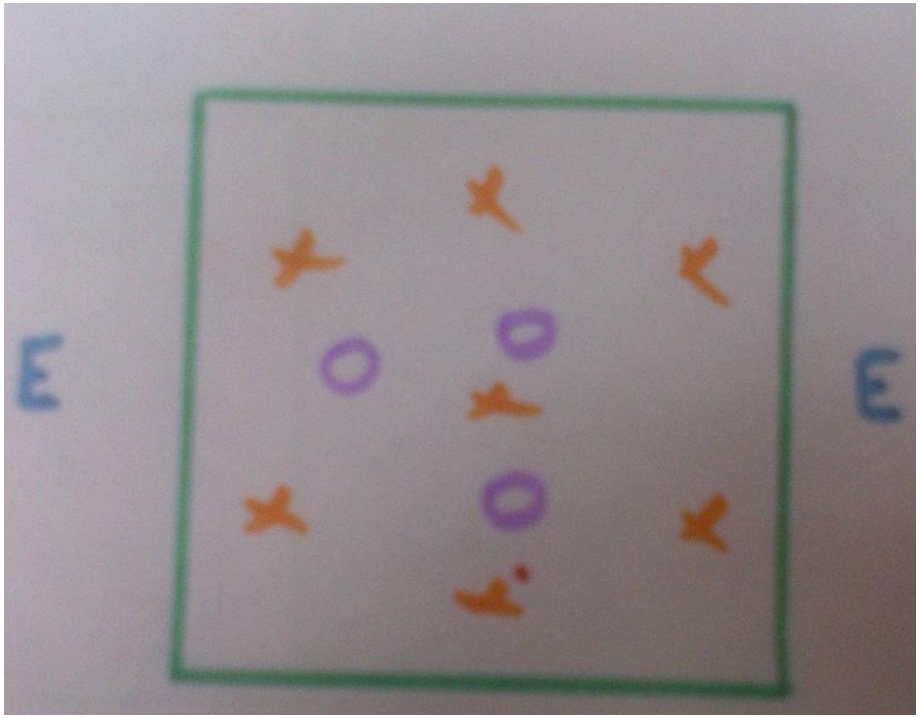
Toro classique

7x maîtrise en 1 touche
(ou 2 t ou 2t/1t) face à 3 chasseurs o

A la récupération du ballon, les 3 chasseurs o doivent relancer sur un des 2 éducateurs.

A la perte du ballon, les 7x doivent vite fermer les intervalles de passes pour rapidement récupérer le ballon et continuer à maîtriser collectivement.

Les o ne sortent chacun leur tour, que s'ils ont toucher l'éducateur.

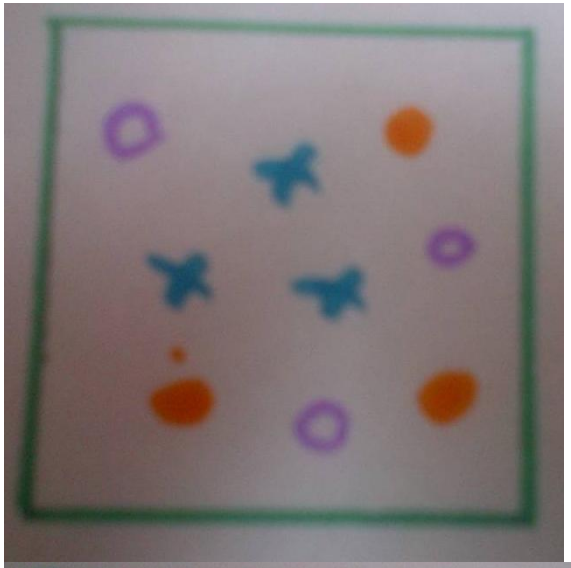


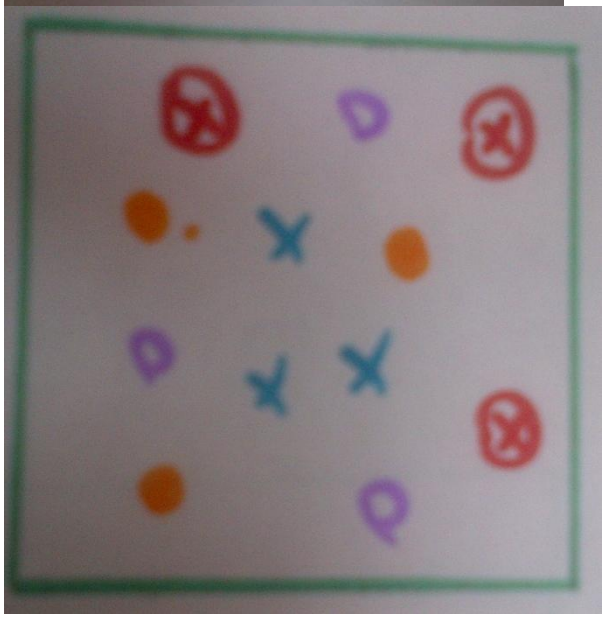
Toro à 3 ou 4 couleurs

2 ou 3 couleurs de 3 joueurs échangent en 1 touche de balle.

A la récupération, les 3 chasseurs x doivent enchainer avec les 2 couleurs non concernées par la perte du ballon.

A la perte du ballon, l'équipe concernée doit vite chasser pour le récupérer au plus vite, sans temps mort.





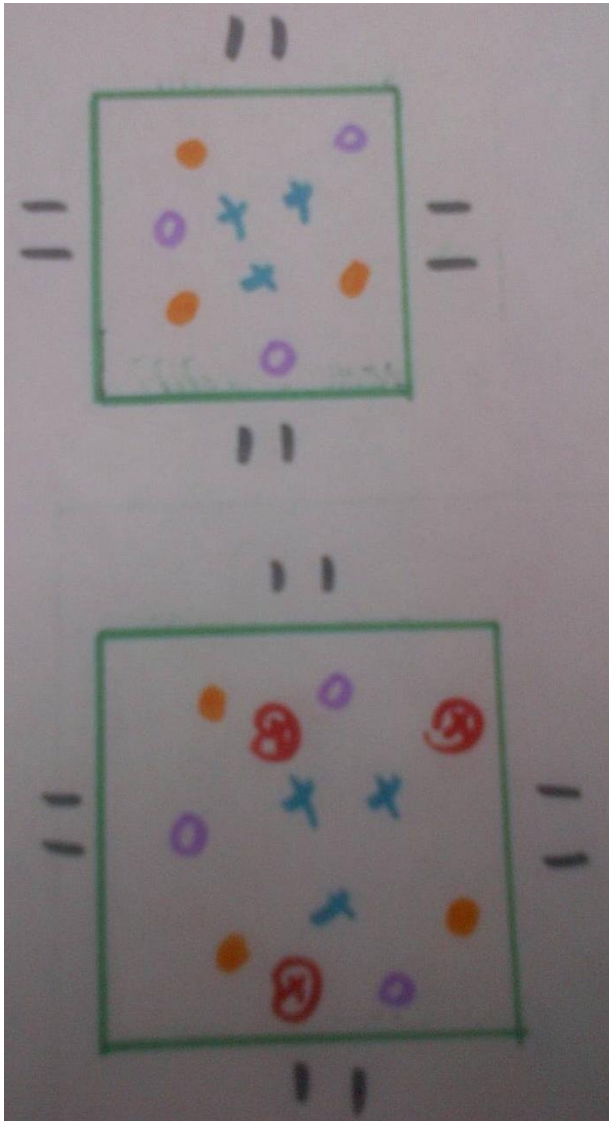
Toro "petits buts"

2 ou 3 équipes de 3 joueurs maîtrisent en 1 ou 2 touches de balle.

A la récupération du ballon, l'équipe de 3 joueurs qui chassent doit marquer dans l'un des 4 petits buts.

A la perte du ballon, l'équipe de 3 joueurs concernés doit vite défendre les 4 buts :

- si elle récupère elle rejoue avec le ou les équipes non concernées par la perte
- si elle concède le but, elle va chasser à son tour

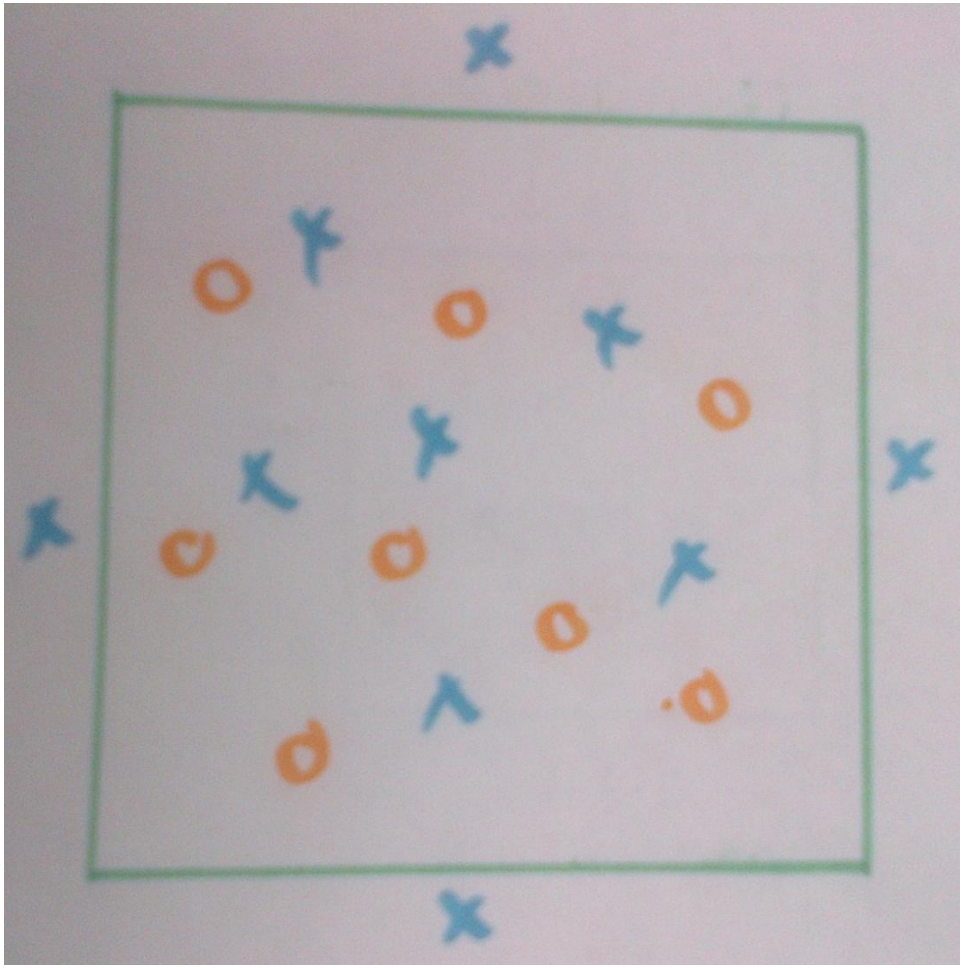


Jeu de conservation

8 o maîtrisent en 2 touches de balle face à 6 x.

A la récupération, les x peuvent jouer avec leurs 4 appuis extérieurs qui ont 2 touches et se retrouvent ainsi en supériorité numérique momentanée : 10 x face à 8 o.

A la perte, les 8 o ont pour objectif de vite chasser pour récupérer le ballon et rester en supériorité numérique au milieu : 8 o face à 6 x.

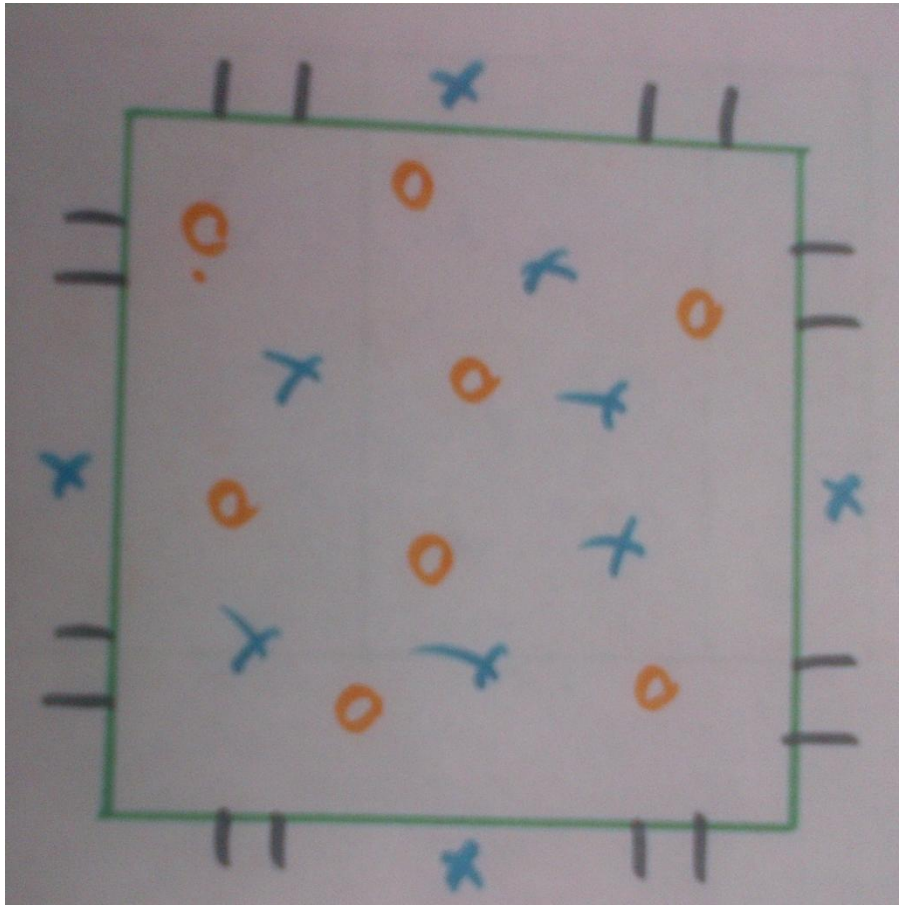


Jeu de conservation "petits buts"

8 o maîtrisent en 2 touches face à 6 x.

A la récupération du ballon, les 6 x doivent enchainer avec l'un de leurs 4 appuis extérieurs qui a 1 ou 2 touches de balle pour toucher un partenaire intérieur qui marquera dans l'un des 8 buts.

A la perte du ballon, les 8 o ont pour objectif de vite chasser pour récupérer le ballon et ne pas encaisser de but.



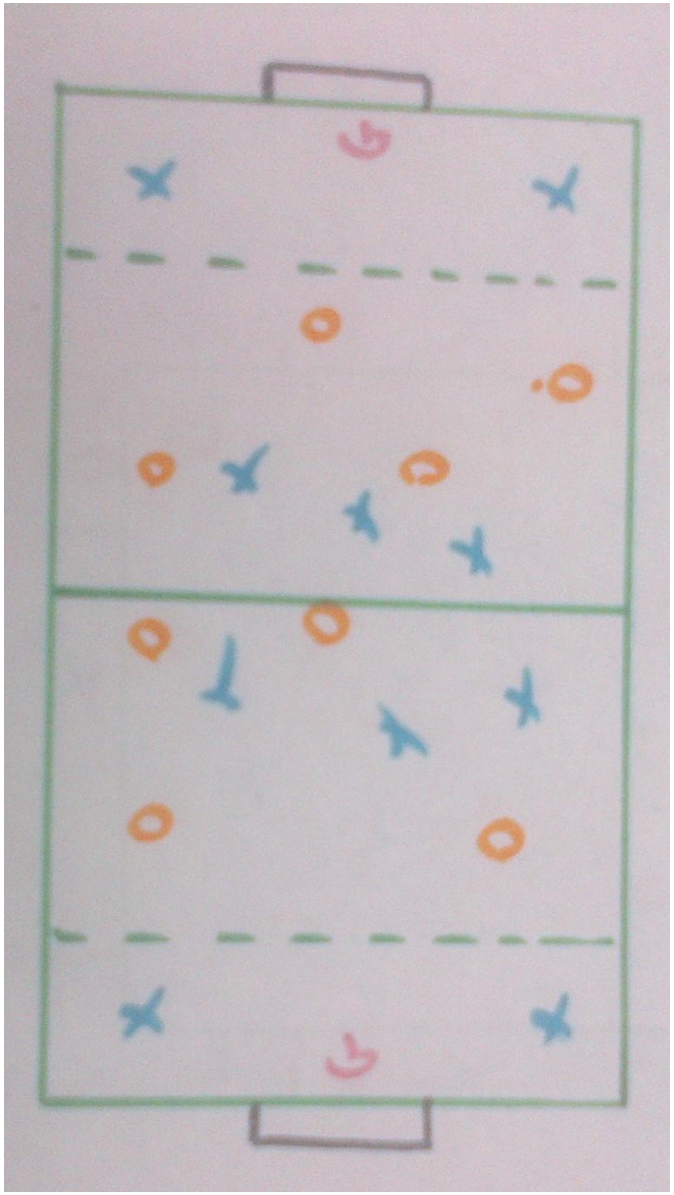
Jeu de conservation + gardiens

8 o maîtrisent en 2 touches de balle face à 6 x.

Les o peuvent jouer avec leurs gardiens.

A la récupération, les 6 x doivent enchainer avec l'un de leurs 4 appuis qui a 1 touche de balle pour toucher un partenaire intérieur qui doit marquer dans le but choisi.

A la perte, les 8 o doivent vite chasser avec comme objectif de ne pas prendre de but.



Jeu attaque placée – attaque rapide

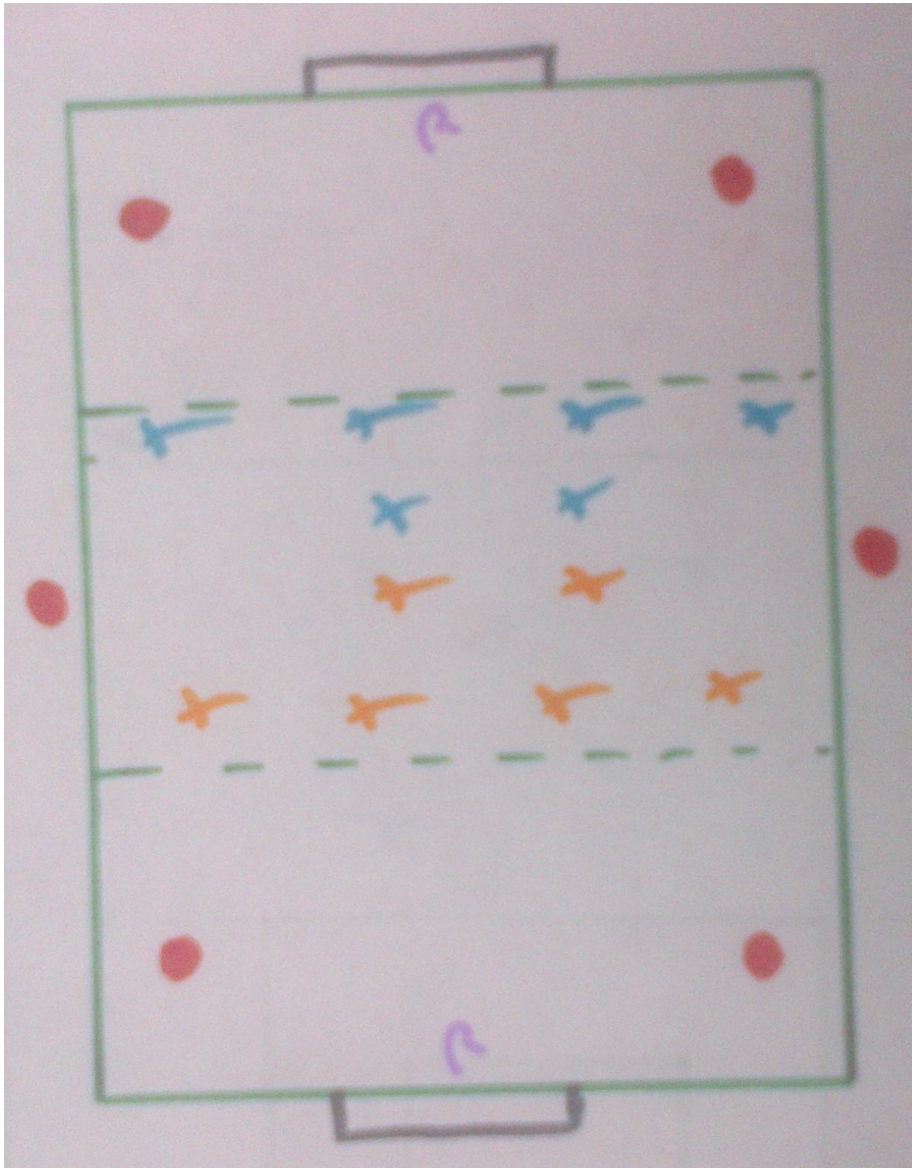
6 x orange face à 6 x bleus , jeu libre + 6 appuis rouges = 1 touche de balle.

Les 6 oranges sont en attaque placée et n'ont pas le droit de toucher les appuis.

A la récupération du ballon, les 6 bleus ont pour objectif de se projeter vers l'avant en touchant l'un des 4 appuis offensifs en 1ère ou 2ème intention :

- Si récupération en zone basse, appuis médians obligatoires
- Si récupération en zone médiane, appuis en zone haute obligatoires

A la perte, les oranges ont pour objectif de vite chasser pour fermer les angles de passe vers les appuis



Jeu Mise en place

10 x enchainent en attaque placée en 2 touches de balle
(2 t = ‘’faciliter la perte’’)

A la perte, les x :

a) ne défendent que dans la bande de terrain où ils se trouvent au moment de la perte

b) ne défendent que dans la moitié de terrain où ils se trouvent au moment de la perte

c) Défendent tout terrain

A la récupération, les o doivent garder le temps d’avance et enchainer vers l’avant :

- 1ère intention de jeu vers l’avant pour celui qui a récupéré le ballon (passe ou conduite)
- tous les partenaires qui se trouvent devant celui qui a récupéré le ballon doivent avoir des courses verticales
- tous les partenaires qui se trouvent derrière celui qui a récupéré le ballon doivent accompagner pour garder un bloc compact et déjà anticiper la future perte

Insister en permanence sur les attitudes de nos joueurs :

- Si je ne fais pas partie du film offensif qui est en train de se dérouler, j'anticipe déjà le futur film défensif , c'est à dire la future perte du ballon en étant à distance d'intervention de l'adversaire le plus proche de ma zone.

- Si je ne fais pas partie du film défensif qui est en train de se dérouler, j'anticipe déjà le futur film offensif , c'est à dire la future récupération du ballon en restant dans le champ visuel périphérique de l'adversaire le plus proche de ma zone.