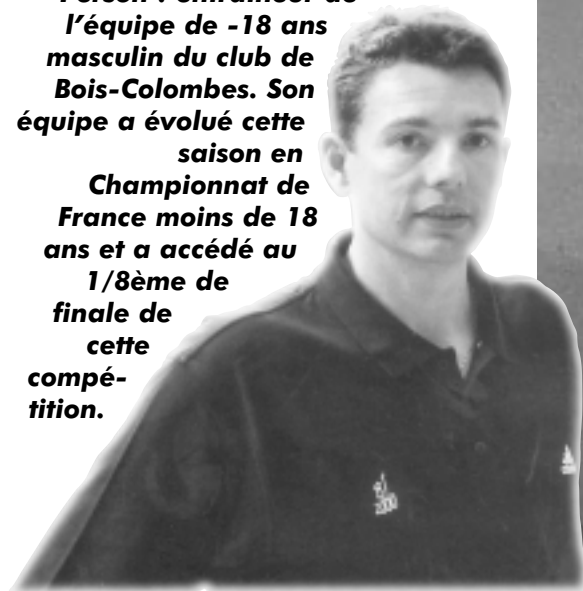


Perception Décision Action

FORMATION DU JEUNE JOUEUR

Séance animée par Pascal Person : entraîneur de l'équipe de -18 ans masculin du club de Bois-Colombes. Son équipe a évolué cette saison en Championnat de France moins de 18 ans et a accédé au 1/8ème de finale de cette compétition.



PRÉAMBULE

Le joueur

Au cours de réunions techniques, les entraîneurs du club de Bois-Colombes ont constaté que les jeunes joueurs issus des formations classiques manquaient cruellement de réflexion sur le jeu et ne maîtrisaient pas les fondamentaux de base tels que :

- ☛ conservation du ballon,
- ☛ sélection des tirs,
- ☛ positionnement des joueurs sur le terrain,
- ☛ jeu au poste...

Le jeu

Dans le jeu d'aujourd'hui, les espaces de jeu en attaque se sont réduits. Les réponses motrices doivent être plus rapides, les gestes techniques doivent être mieux maîtrisés...

Les contenus proposés dans cette séance illustrent les options adoptées pour réduire l'écart entre les capacités actuelles des joueurs et celles exigées par le jeu.

Pascal Person propose des situations d'entraînement où les enchaînements de tâches sont essentiels et qui développent prioritairement les relations à 2 et 3.

Il centre son activité d'entraîneur sur le joueur sans s'intéresser encore à la construction d'un jeu collectif codifié.

Situation 1

Objectifs

- Amélioration de la motricité spécifique avec ballon : dissociation segmentaire, coordination motrice, décentration, enchaînement de tâches.
- Amélioration de la maîtrise technique de la passe en déplacement : placement du bras lanceur, vitesse d'exécution, qualité des trajectoires.

Mise en place et modalités de fonctionnement

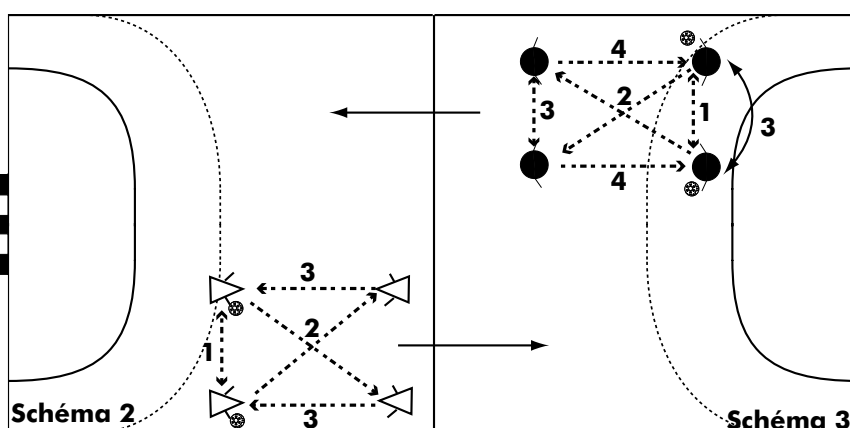
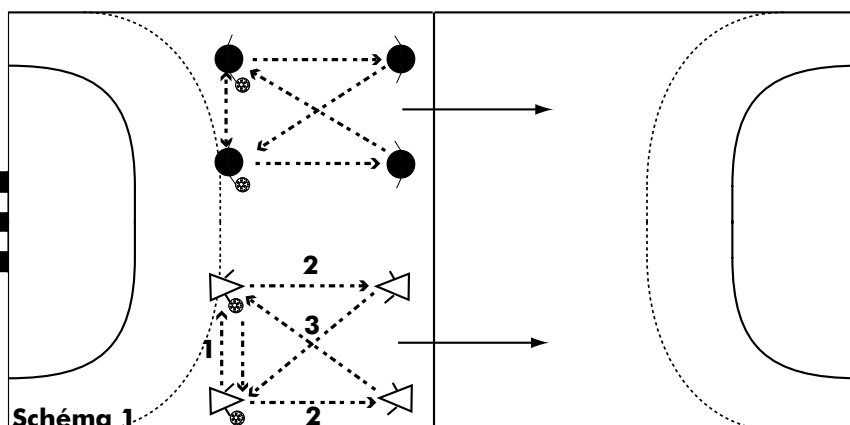
- Par groupe de 4, 2 ballons par groupe.
- Placement des joueurs en carré et déplacement en aller-retour sur la longueur du terrain.
- Échanges avec les 2 ballons (schéma 1) :
 - 1) Double échange entre les 2 joueurs qui avancent.
 - 2) Passes en face aux joueurs qui reculent.
 - 3) Passes en diagonale aux joueurs qui avancent.

But à atteindre

- Progresser vers l'avant en échangeant les 2 ballons.

Comportements attendus

- se déplacer sans arrêt et à vitesse de plus en plus importante ;
- échanger les balles, sans les faire tomber au sol, à vitesse élevée : enchaînement réception-passe rapide ;
- transmettre de "bonnes" balles : placement du coude au dessus de l'épaule pour obtenir des trajectoires précises et tendues ;
- enchaîner les actions avec ballons et les déplacements : recevoir-passer-croiser latéralement - croiser en profondeur.



Variantes - Evolutions

Schéma 2 :

- 1) Double échange entre les 2 joueurs qui avancent.
- 2) Passes en diagonale aux joueurs qui reculent.
- 3) Passes en face aux joueurs qui avancent.

Schéma 3 :

- 1) Double échange entre les 2 joueurs qui avancent.
- 2) Passes en diagonale aux joueurs qui reculent.
- 3) Double échange entre les 2 joueurs qui reculent et changement de place des joueurs qui avancent (croisé sans ballon)
- 4) Passes en face aux joueurs qui avancent.



FORMATION DU JEUNE JOUEUR

Variantes - Evolutions (suite)

☛ Schéma 4 :

- idem + changement de place des joueurs qui reculent (croisé sans ballon) pendant le double échange entre les joueurs qui avancent.

☛ Schéma 5 :

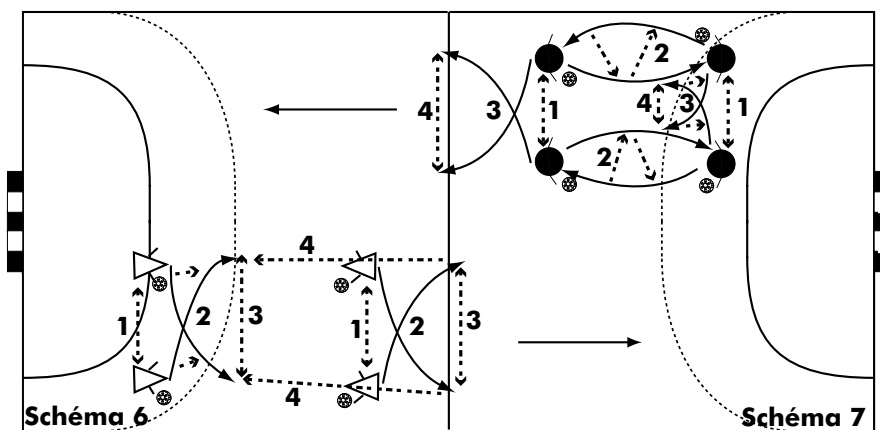
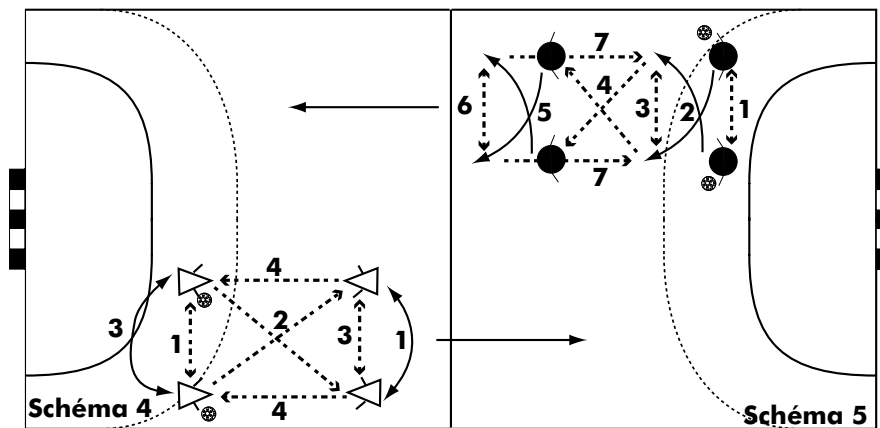
- 1) Double échange entre les 2 joueurs qui avancent.
- 2) Double échange en croisant entre les 2 joueurs qui avancent.
- 3) Double renversement entre les 2 joueurs qui avancent.
- 4) Passes en diagonale aux joueurs qui reculent.
- 5) Double échange en croisant entre les 2 joueurs qui reculent.
- 6) Double renversement entre les 2 joueurs qui reculent.
- 7) Passes en face aux joueurs qui avancent.

☛ Schéma 6 :

- idem avec 4 ballons.

☛ Schéma 7 :

- 1) Double échange entre les 2 joueurs qui avancent ET double échange entre les 2 joueurs qui reculent.
- 2) Double échange en croisant dans la profondeur entre les 2 joueurs à droite ET double échange en croisant dans la profondeur entre les 2 joueurs à gauche.
- 3) Double échange en croisant entre les 2 joueurs qui avancent ET double échange en croisant entre les 2 joueurs qui reculent.
- 4) Double renversement entre les 2 joueurs qui avancent ET Double renversement entre les 2 joueurs qui reculent.
- 5) Double échange en profondeur (passes aux joueurs en face).



Situation 2

Objectifs

- ☛ Echauffement spécifique GB et préparation au tir.
- ☛ Enchaînement de tâches.

Mise en place et modalités de fonctionnement

- ☛ 1 GB dans chaque but, 1 passeur P avec des ballons dans le 2^e demi-terrain,
- ☛ 4 colonnes : ALD et ALG avec 1 balle par joueur, ARD et ARG sans balle.

Enchaînement

☛ Schéma 1 :

- ALG → ARG et ALG croise derrière ARG,
- ALD → ARD et ALD entre en PVT à 6m.

☛ Schéma 2 :

- ARG → ALG → ALD à 6 m qui tire = T1,
- double échange ALD → ARD.

☛ Schéma 3 :

- ARD → ALG remplacé DC → ARD qui tire = T2

☛ Schéma 4 :

- ALG après la passe à l'ARD court en CA, reçoit 1 balle de P et tire en appui = T3,
- rotation des joueurs : ALG → CA → ARD → ALD → ARG → ALG.

But à atteindre

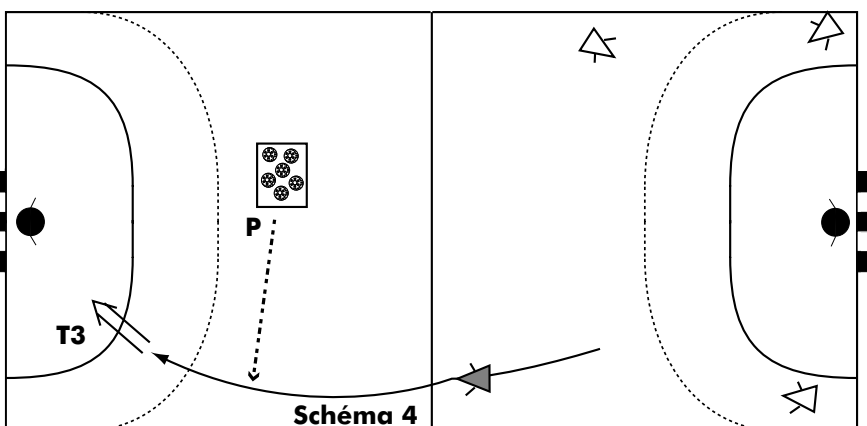
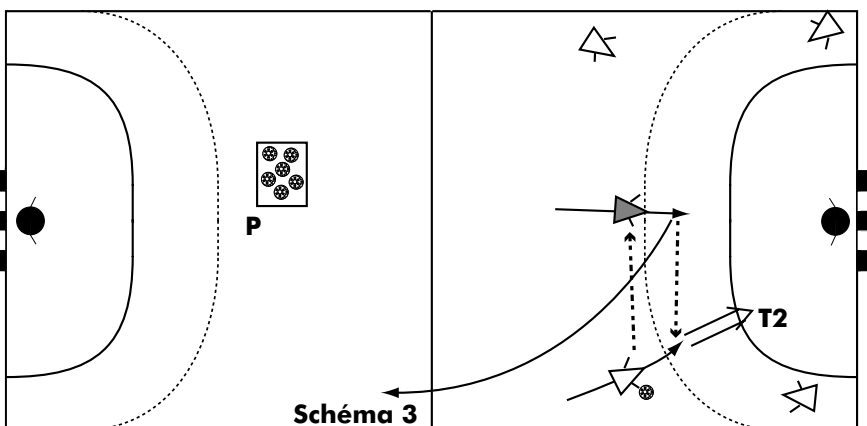
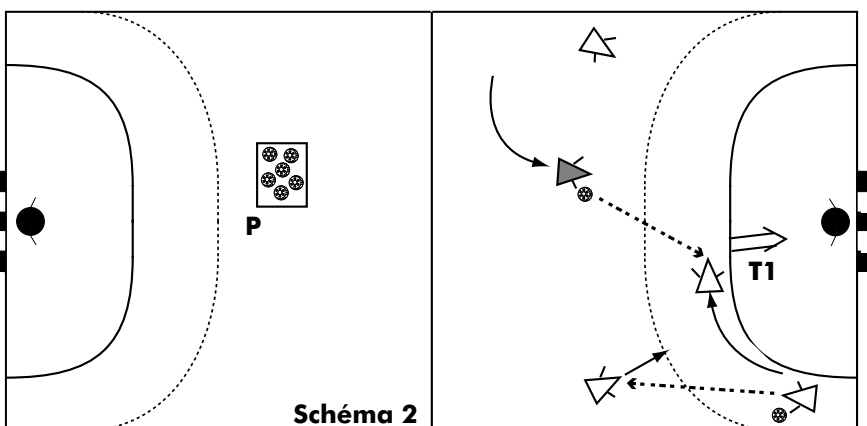
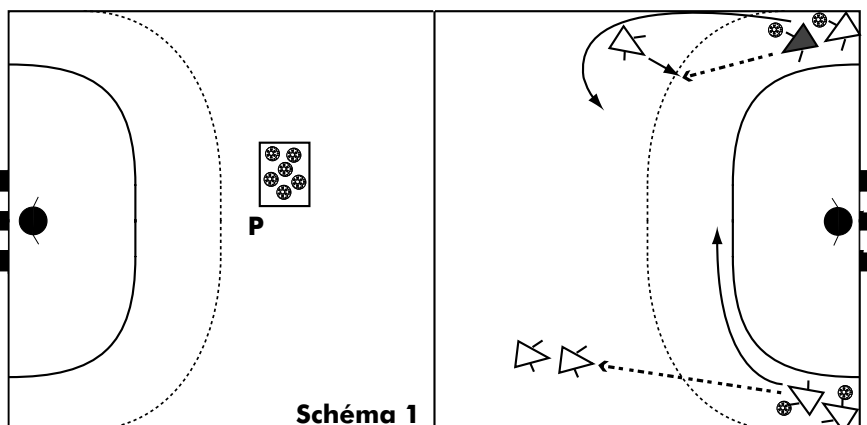
- ☛ Enchaîner 2 tirs en attaque et 1 tir en CA en respectant les impacts donnés par l'entraîneur.

Comportements attendus

- ☛ enchaîner les tâches : passer-croiser-s'engager-recevoir-passer ou tirer-se replacer-contre-attaquer...
- ☛ choisir l'action adaptée à la situation : percevoir et prévoir l'activité du défenseur pour décider et agir.

Variantes - Evolutions

- 1) Inverser les côtés.
- 2) Varier les impacts des tirs : imposés par l'entraîneur, indiqués par GB, pour marquer.
- 3) Varier les formes de tirs : en appui, dans la course.
- 4) ALD après T1 défend sur ALG et ARD.
- 5) ARD après T2 défend sur l'attaquant suivant.



Situation 3

Objectifs

- Amélioration des capacités de décision et d'adaptation du joueur en attaque sur grand espace.
- Enchaînement d'actions.

Mise en place et modalités de fonctionnement

- 1 GB dans chaque but, attaquants par groupes de 2 : 2 ballons par groupe (sauf 1er groupe).
- Jeu sur 1/2 terrain en longueur, en alternance à droite et à gauche.

Enchaînement

- Schéma 1** : 2 attaquants contre 0 défenseur
- 2 ATT assis sur la ligne des 9 m,
- progresser vers le but en échanges AL1 → ARR1,
- croiser AL1/ARR1 qui tire externe = T1.
- Schéma 2** : 1 tireur contre 1 défenseur contreur
- AL1 revient tirer sur passe de l'AL2 = T2,
- ARR2 défend, contre T2.
- Schéma 3** : 2 attaquants contre 1 + 1 défenseurs
- AL2 et ARR2 contre-attaquent vers le but adverse et l'un tire = T3,
- en repli défensif : AL1 + ARR1.
- Schéma 4** : 2 attaquants contre 2 défenseurs
- AL1 et ARR1 progressent vers le but adverse et l'un tire = T4,
- en repli défensif : AL2 et ARR2.

Buts à atteindre

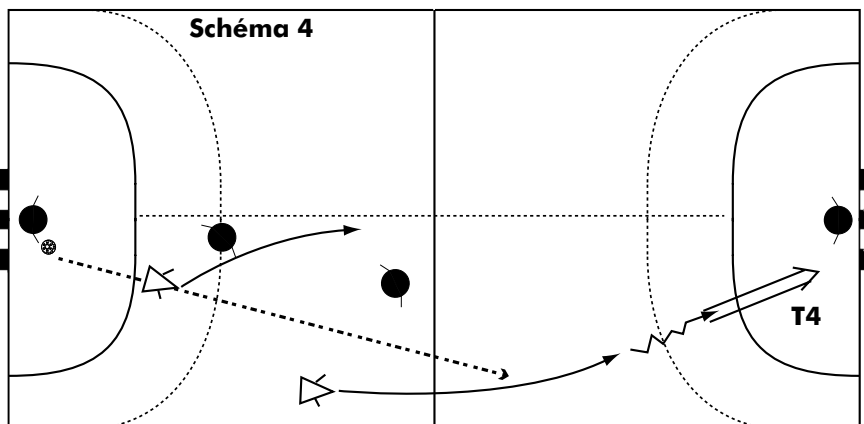
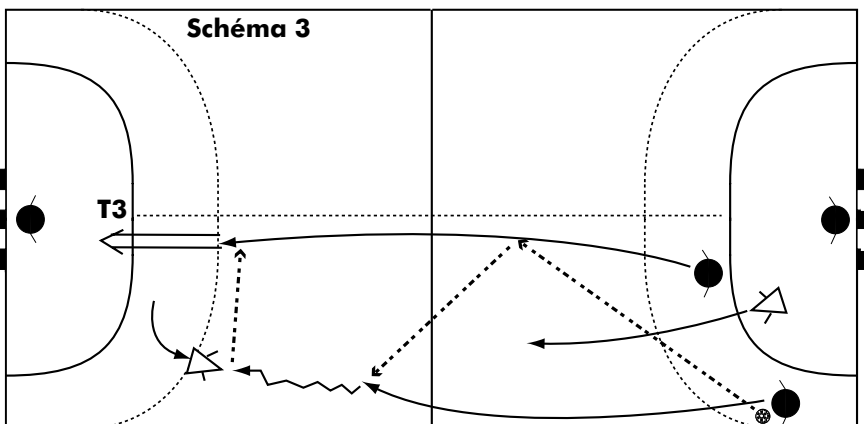
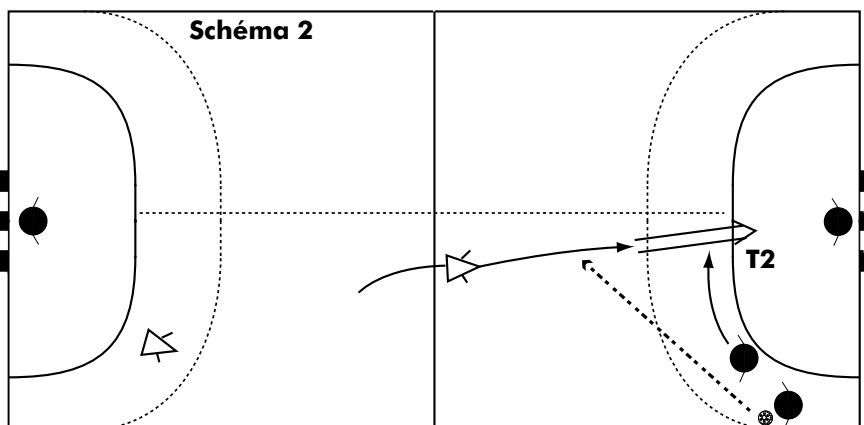
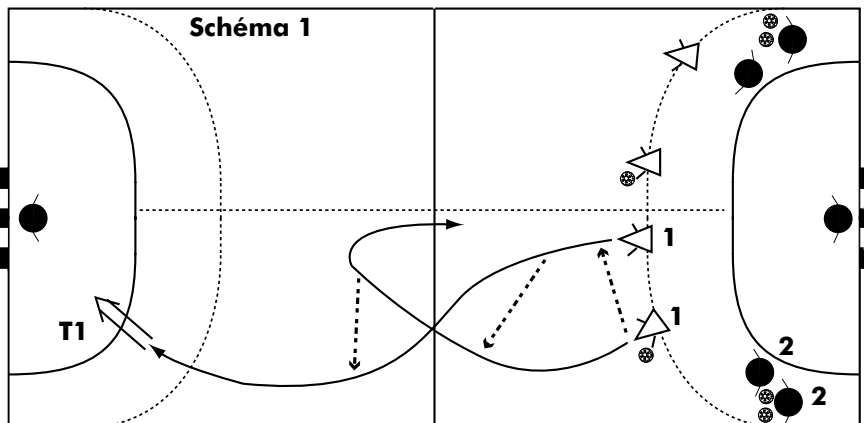
- Enchaîner 4 fois MB et RD.
- Attaque : tirer pour marquer = 1pt.
- Défense : interdire aux attaquants l'accès au tir, récupérer la balle = 1pt
- Victoire en 10 pts.

Comportements attendus

- Enchaîner les actions offensives et défensives,
- choisir l'action adaptée à la situation : percevoir et prévoir l'activité défensive pour décider et agir.

Variantes - Evolutions

- Interdire / autoriser le dribble.



Situation 4

Objectifs

- ☛ Amélioration des capacités de décision et d'adaptation du joueur en attaque sur espace réduit.
- ☛ Enchaînement d'actions.

Mise en place et modalités de fonctionnement

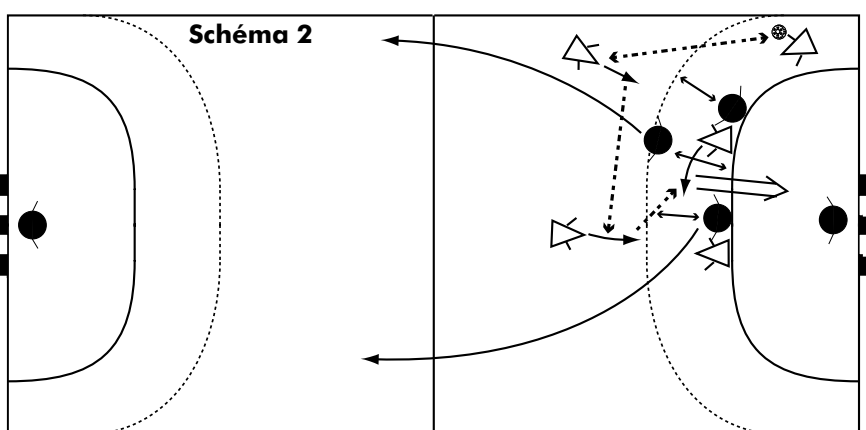
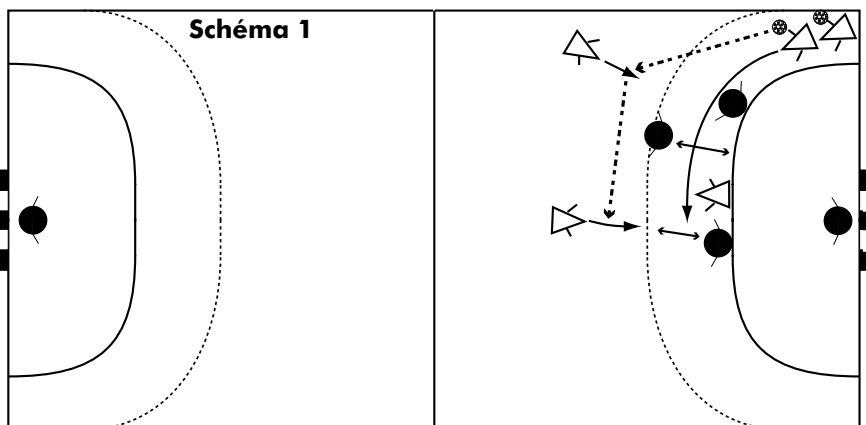
- ☛ 1 GB dans chaque but,
- ☛ 4 attaquants : ALG1 avec 1 balle, ARG, DC et pivot,
- ☛ 3 défenseurs : 1 à 9 m et 2 à 6 m,
- ☛ ALG2 avec 1 balle.

Enchaînement

- ☛ **Schéma 1** : mise en jeu balle 1
 - ALG1 → ARG et défenseurs font un aller-retour entre 6 et 9 m,
 - ARG → DC... et ALG1 entre en 2ème pivot à l'opposé.
- ☛ **Schéma 2** : mise en jeu balle 2
 - Double échange ALG2 → ARG et défenseur font un aller-retour entre 6 et 9 m,
 - ARG → DC... etc... et tir
- ☛ Mise en jeu balle 3 : par le GB → montée de balle et repli défensif.

Buts à atteindre

- ☛ Enchaîner 2 attaques contre défense puis montée de balle et repli défensif.
- ☛ Attaque : tirer pour marquer = 1 pt.
- ☛ Défense : interdire aux attaquants l'accès au tir, récupérer la balle = 1 pt
- ☛ Victoire en 10 pts.



Comportements attendus

- ☛ Enchaîner les actions offensives et défensives,
- ☛ choisir l'action adaptée à la situation : percevoir et prévoir l'activité défensive pour décider et agir,
- ☛ percevoir et utiliser le jeu des joueurs dedans,

- ☛ privilégier les passes pour progresser en montée de balle.

Variantes - Evolutions

- 1) Changer de côté (première mise en jeu par l'ALD).
- 2) 5 attaquants / 4 défenseurs à droite puis à gauche.
- 3) 5 attaquants / 5 défenseurs.

