

Situation de duel tireur-gardien de but

Nous vous proposons une situation connue. L'objectif de cet article est de montrer comment, à partir d'une situation simple, on peut la faire vivre et évoluer...

Entraînement Débutant

Préambule

Nous avons souvent tendance à utiliser des situations d'échauffement des gardiens de but et des tireurs sous forme de cascades dans lesquelles les

tireurs en colonne, l'un derrière l'autre, tirent sur le gardien de but, puis dans son espace proche... Il est possible d'enrichir ces situations

en proposant aux joueurs (gardien et/ou tireurs) des tâches supplémentaires en amont du tir. Cet enrichissement peut être d'ordre :

Moteur

- Pour les tireurs :**
- réception de balle avant le tir,
 - passe puis réception puis tir,
 - fixatin avant le tir,
 - variété de courses,
 - débordement avant le tir,
 - induction avant le tir,
 - relation avec un partenaire.

- Pour les gardiens :**
- parade imposée pour l'arrêt,
 - déplacement avant la parade.

Des prises d'informations

- Pour les tireurs :**
- impacts imposés,
 - impacts déterminés par différents paramètres : la position du gardien, le type de course, le type de passe avant le tir (exemple : passe à rebond entraîne un tir obligatoire en bas)...

- Pour les gardiens :**
- impacts imposés ou limités,
 - lecture des courses des tireurs qui imposent des types de tir...

C'est dans l'utilisation de ces variables que l'entraîneur va

pouvoir puiser les éléments lui permettant d'enrichir sa situation

d'entraînement.

Exemple de situation

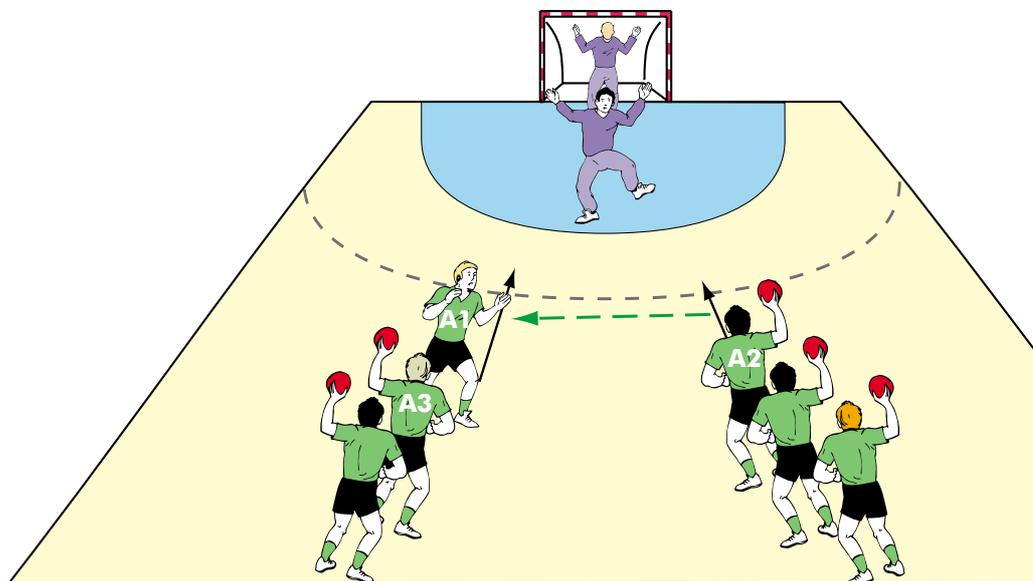
Organisation :

- 2 colonnes de tireurs : un ballon chacun sauf le premier.
- 1 gardien de but et 1 gardien dans le but qui enlève les ballons qui traînent.

Consignes de réalisation :

- A2 fixe jusqu'à 9m puis passe à A1.
- A1 reçoit en courant et tire de 9m au premier poteau (l'impact haut, mi hauteur - bras est libre).
- A2 se désengage puis se réengage

- pour recevoir de A3, etc...
- Le gardien de but se déplace latéralement et effectue une parade côté gauche puis côté droit.



Comportements attendus :

- Joueurs :**
- fixer en regardant le but,
 - qualité de la transmission,
 - passe au partenaire lorsqu'il avance,
 - réception de balle en course,
 - respect des impacts,
 - remplacement en reculant face au but.
- Gardiens de but :**
- déplacements équilibrés,
 - laisser un espace libre au premier poteau imposant une parade,
 - effectuer une parade équilibrée.

1^{ère} évolution

→ Les impacts se font au 2^e poteau.

Comportements attendus :

→ **Gardiens de but :**

- parades de l'autre côté

2^e évolution

→ Les impacts sont imposés par les trajectoires de passes :

- passe à rebond : tir en bas,
- passe tendue : tir en haut.

Comportements attendus :

→ **Tireurs :** adaptation des impacts en fonction de la passe.

→ **Gardiens de but :** anticipation sur les impacts possibles.

3^e évolution

→ Les impacts sont imposés par l'impulsion ou non avant la passe :

- passe suspension : tir en haut,
- passe appui : tir en bas.

4^e évolution

→ Les impacts sont imposés par la combinaison des 2 précédents paramètres :

- passe suspension tendue : tir en haut coin court,
- passe suspension rebond : tir en haut coin long,
- passe appui tendue : tir en bas coin court,
- passe appui rebond : tir en bas coin long.

5^e évolution

→ Les impacts sont imposés par la course des tireurs :

- course droite + impulsion : tir en bas,
- course droite + tir en appui : tir en haut,
- course externe : tir coin court,
- course interne : tir coin long.

6^{ème} évolution

→ Le tir est libre.



7^e évolution

- Les passeurs n'ont pas le droit de faire 2 fois de suite la même passe.
- Les tireurs n'ont pas le droit d'effectuer 2 fois de suite la même forme de tir.

Comportements attendus des attaquants :

- Recherche d'appropriation de nouveaux savoir faire.
- Rester ferme sur la qualité de la passe (en avant du receveur).