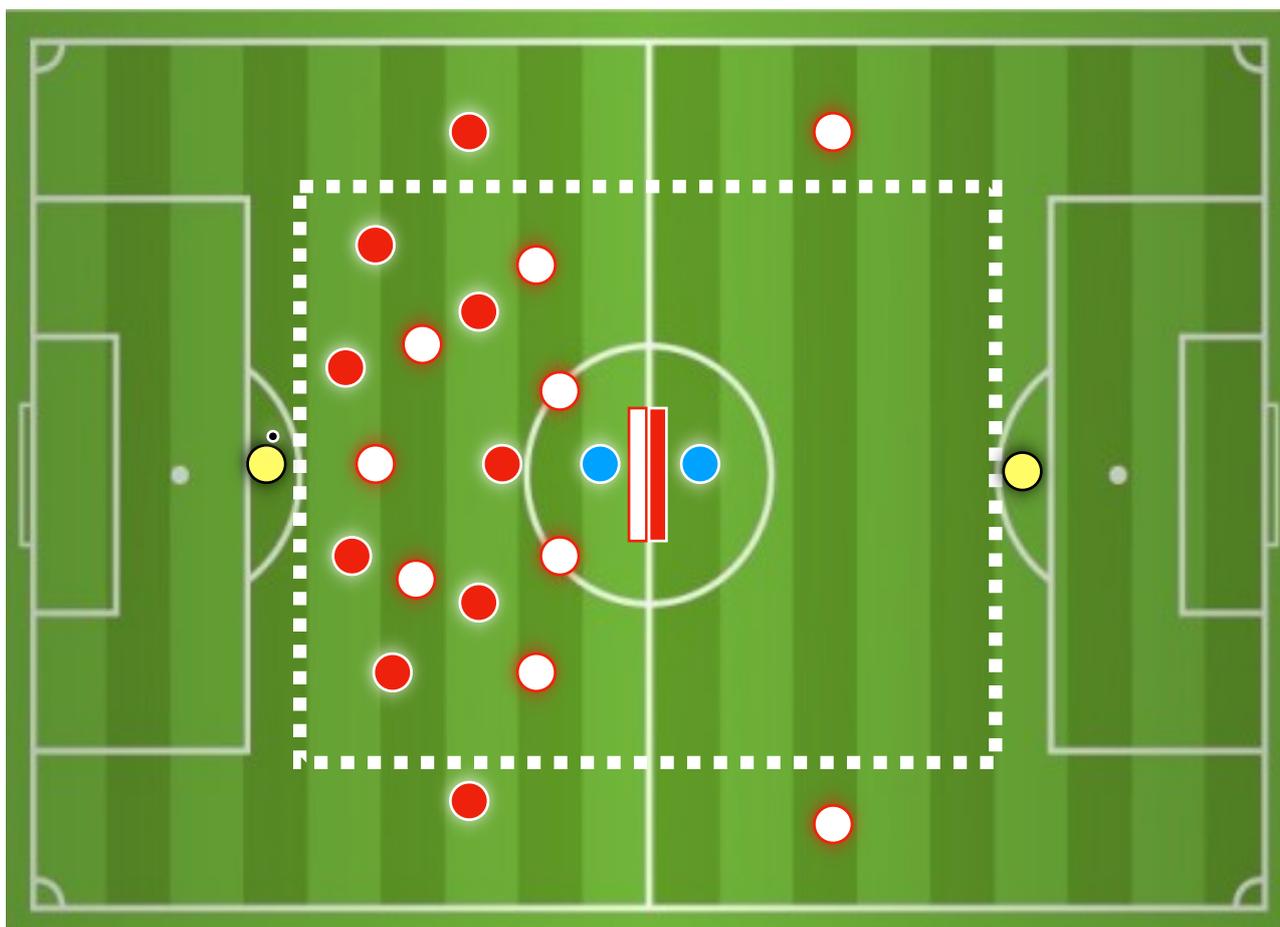


# Gestion des moments de jeu – Jeu pour améliorer les temps d'attaque et de défense, et leur transition

*Ludovic ROSSI, Entraîneur U19 National Féminin*

Dans cet article, je vous propose un jeu d'entraînement pour traiter la complexité de l'activité football à partir des différents moments de jeu: la récupération, l'organisation offensive, la perte et l'organisation défensive. L'objectif est d'améliorer les temps d'attaque et de défense. En parallèle, les sous objectifs sont d'améliorer les repères spatiaux et temporels, et de développer les intentions d'attaque et de défense communes dans les différents moments de jeu. Vous pouvez également aménager l'espace et les consignes pour orienter votre objectif souhaité. Cet aménagement nous permet de répéter davantage les situations de jeu souhaités contrairement dans un espace de jeu classique. Nous vous proposerons différentes variantes afin de faire évoluer ce contenu d'entraînement.



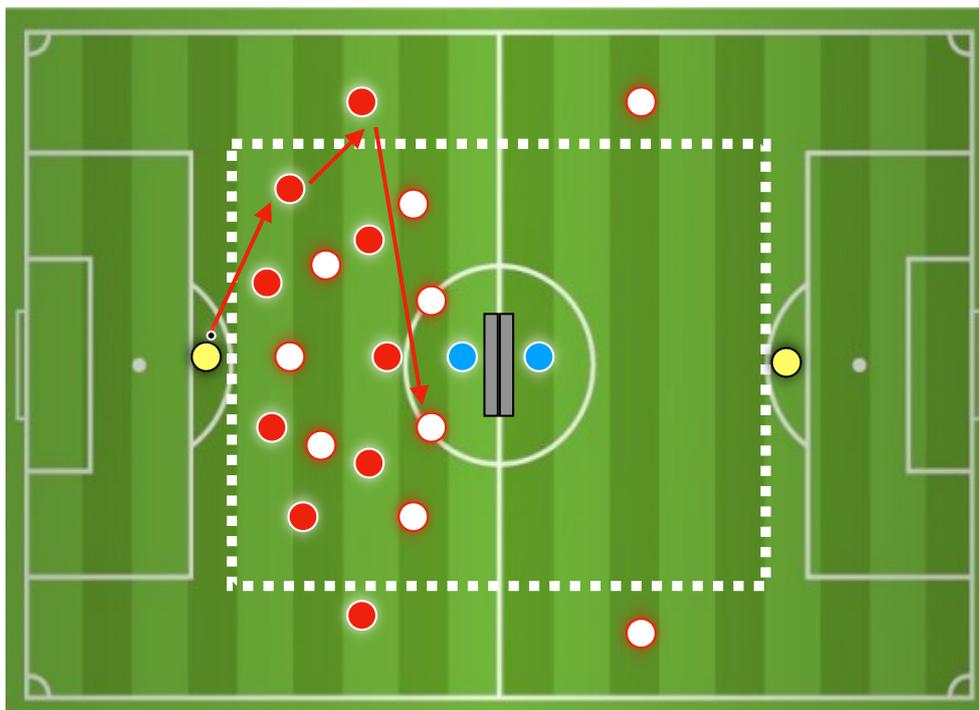
## ORGANISATION :

Dans ce jeu, il faut organiser 2 équipes de 9 joueurs ( dont 1 gardien ) + 2 jokers. Dans chaque équipe, 2 joueurs sont positionnés de chaque côté dans la zone de déséquilibre/finition de son équipe. L'espace de jeu pour les 14 joueurs de champ et le 2 gardiens a pour dimensions: 40m de largeur , soit la largeur de la surface de réparation, et 70m de longueur. Le temps d'une séquence est de 6min, 3 séries avec 2min de récupération entre. Ces dimensions et ces temps de jeu pour respecter la qualité athlétique d'Endurance-Puissance recherchée et permettre une charge émotionnelle proche ou supérieur à celle de la compétition. Les joueurs sont positionnés comme sur l'illustration ci-dessous.

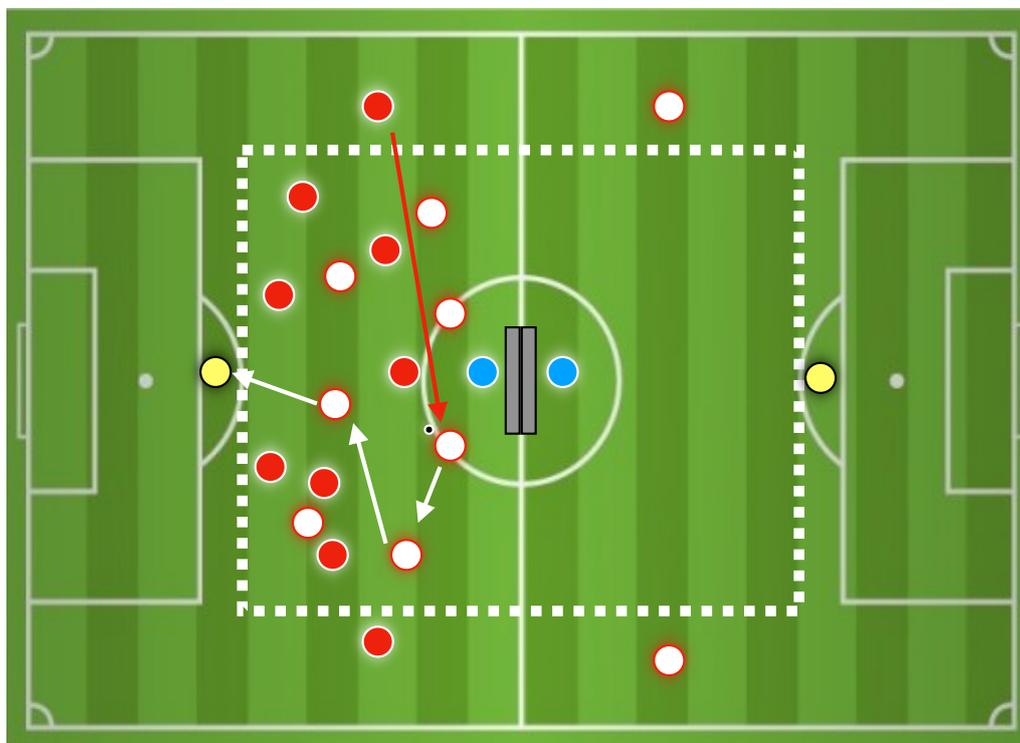
Attention, les 2 jokers en jaune sont avec l'équipe en possession du ballon (ils ont un rôle d'appui et de soutien) et sont inattaquables. Les joueurs positionnés sur les extérieurs sont uniquement avec leur équipe, ils reçoivent le ballon à l'extérieur et peuvent rentrer en conduite ou transmettre le ballon depuis l'extérieur, ils sont attaquables dans les 2 cas. Les gardiens peuvent intervenir à la main uniquement dans leur moitié de rond central. Il participe à l'attaque dans leur moitié de terrain quand l'équipe récupère le ballon. Les buts sont inscrits uniquement à l'intérieur de l'espace de jeu.

## EXPLICATIONS :

Les rouges et blancs sont organisés en 4 – 3. Les rouges doivent réussir à marquer à l'aide ou non de leurs partenaires à l'extérieur de l'espace, qui pour rappel peuvent rentrer en conduite ou transmettre le ballon depuis l'extérieur, les blancs peuvent défendre sur ces derniers.



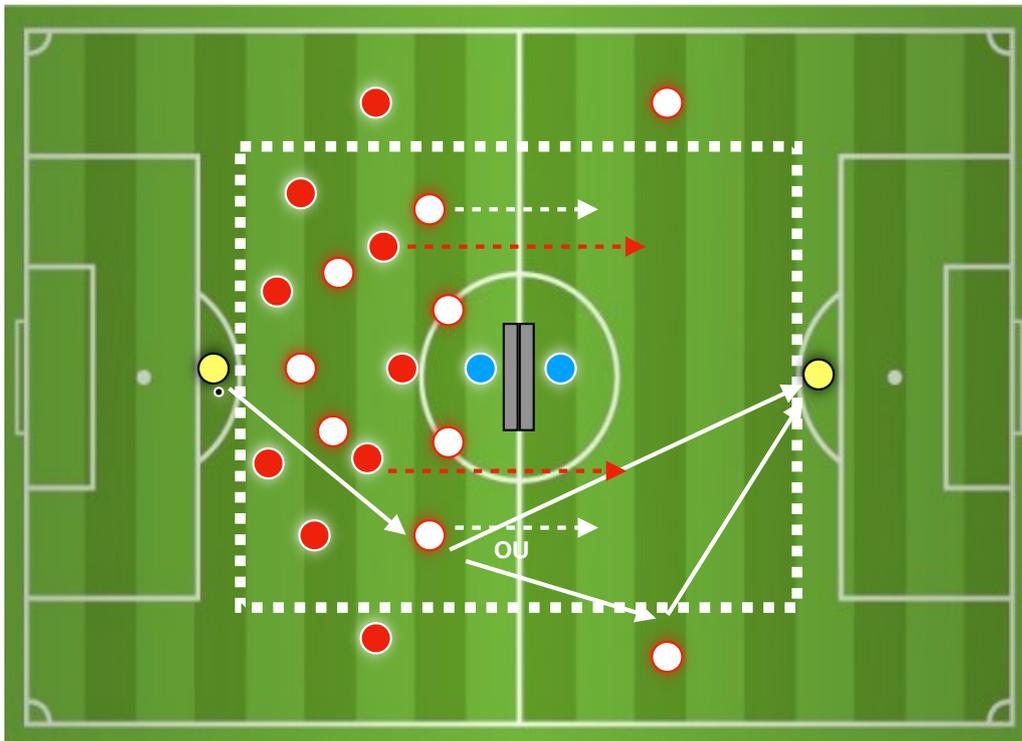
Les blancs s'organisent pour récupérer le ballon, puis à la récupération ils doivent le transmettre au joker jaune. À la perte, les rouges doivent s'organiser pour empêcher la passe au joker et récupérer le ballon.



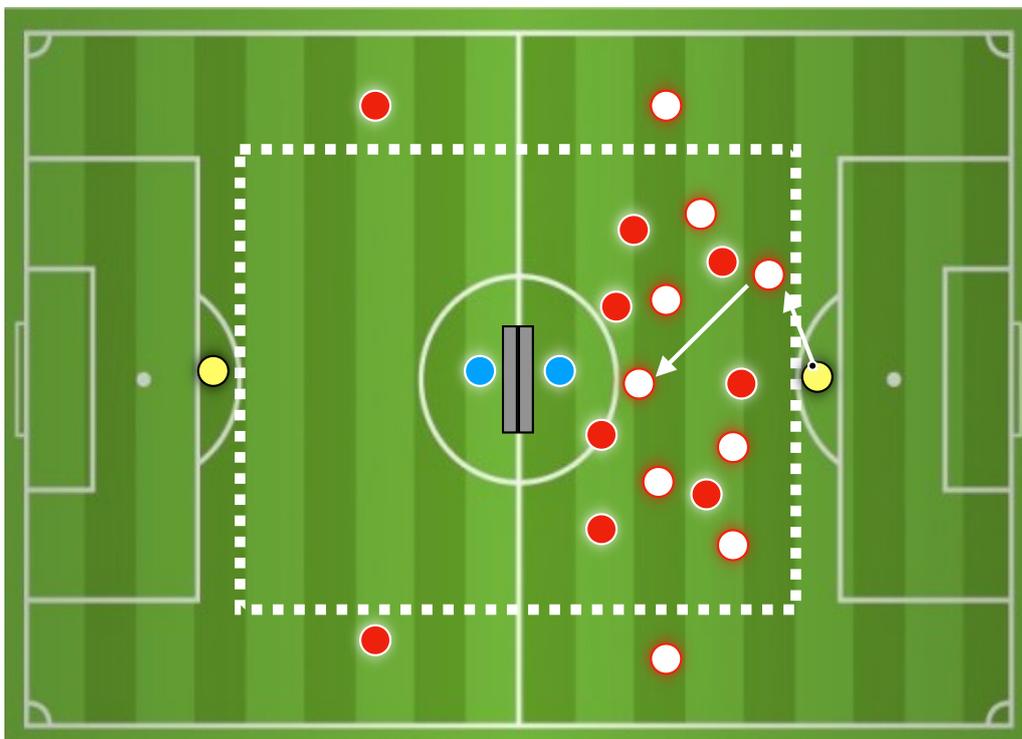
Lorsque les blancs ont réussi à transmettre le ballon au joker, ils ont l'accès d'aller dans leur moitié de terrain où ils peuvent marquer un but en allant transmettre le ballon au joker de cette moitié. Les rouges s'organisent défensivement pour empêcher à nouveau la passe à l'autre joker depuis la zone intérieur. Dans le cas où les blancs réussissent à transmettre le ballon à l'autre joker, les 2 équipes permettent dans l'autre moitié de terrain et se réorganisent dans leur dispositif initial.

### **Remarques :**

- *Transmettre le ballon au joker est le repère que le sens de jeu change. Ils sont importants pour garder le sens de jeu logique lors des transitions: le jeu vers l'avant. Il faudra rester vigilant sur ce principe afin de garder la spécificité de l'activité football.*
- *Le changement de moitié de terrain doit permettre de garder un bloc compact dans l'organisation offensive et défensive. Certains joueurs se verront ponctuellement prendre la position d'un autre partenaire dans le système mis en place au début. Cette animation doit permettre d'améliorer les repères spatiaux des joueurs ainsi que des intentions communes, quelque soit le poste, selon le moment de jeu en cours.*



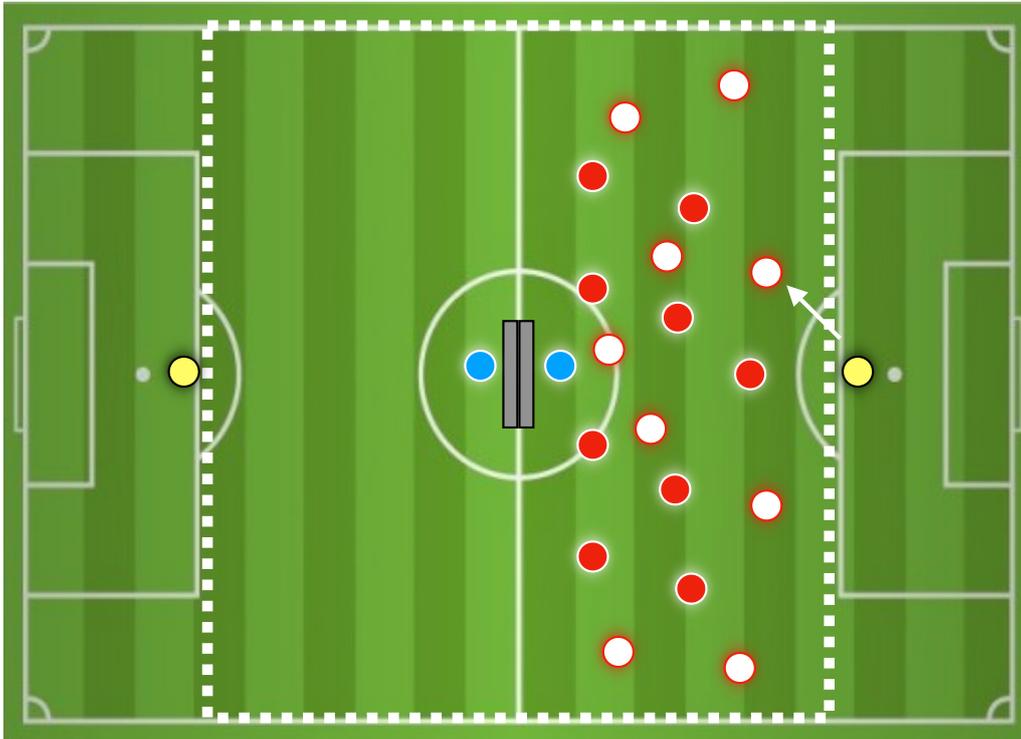
Une fois que les joueurs blancs ont touché le joker dans la moitié où ils doivent inscrire le but, le jeu reprend sa forme initial.



## VARIANTES :

### VARIANTE N°1: Sans les joueurs extérieurs

Vous pouvez intégrer directement les joueurs extérieurs à l'intérieur du jeu en agrandissant la largeur. Cet aménagement nous permet de se rapprocher du spécifique de l'activité et de complexifier le jeu.



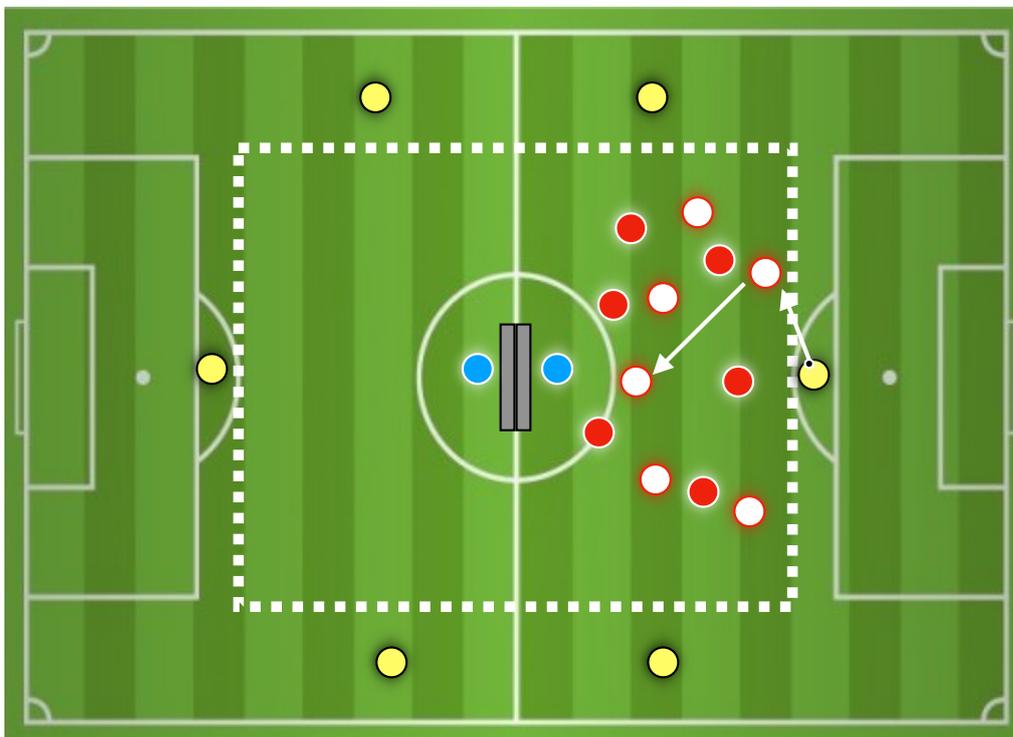
### Remarques :

- *Il est important de commencer avec un dispositif simple et défini en début de jeu (exemple: 4-1-4) pour permettre aux joueurs de se situer et de s'organiser efficacement sur le plan collectif.*
- *Attention, un jeu complexe qui peut prendre 2 séances pour le bon déroulement et la bonne compréhension des joueurs. Une fois que les joueurs ont assimilé l'organisation et l'animation, vous pourrez complexifier selon vos objectifs et/ou votre projet de jeu.*

## VARIANTE N°2: Simplifier et Complexifier - Jouer sur les variables de temps, d'espace et d'effectifs

### **SIMPLIFIER** - afin d'améliorer la mise en place et la compréhension des consignes

- Diminuer le nombre de joueurs à l'intérieur. Possibilité de composer 3 équipes de 6 joueurs, etc...



### **COMPLEXIFIER** - afin de travailler des moments de jeu ciblés

- **Perte**: à la récupération, si but ou passe au joker en moins un nombre de passe limité = 1 point.
- **Récupération**: à la perte, si récupération dans la même zone sans que l'équipe ait réussi à marquer ou passer à l'appui = 1 point.
- **Organisation offensive**:
  - **Conserver - Progresser**: nombre de passes dans une moitié de terrain (moitié « basse » pour favoriser une conservation proche de son but à des fins d'ouvrir des espaces pour progresser, moitié « haute » pour favoriser une conservation proche du but adverse à des fins d'ouvrir des espaces pour déséquilibrer = 1 point) ;
  - **Progresser - Déséquilibrer**: temps ou nombre de passe limité pour toucher joker à l'opposé et enchaîner ;
  - **Déséquilibrer - Finir**: nombre de passe limité dans la moitié où l'équipe inscrit un but.

- **Organisation défensive:**

- **S'opposer pour protéger son but:** les joueurs aux extérieurs sont inattaquables, ont 2 touches et doivent amener des centres ;
- **S'opposer au déséquilibre:** 4 jokers dont 2 de chaque côté, ils sont attaquables pour permettre le surnombre offensif ;
- **S'opposer à la progression:** l'équipe qui recherche le joker à l'opposé a un nombre de passe limité à l'intérieur de l'espace de jeu pour lui transmettre le ballon.

Le but du jeu et les règles ne changent pas !

**COMMENTAIRES:**

*« Pour mettre ce jeu en place depuis quelques années, et régulièrement dans la saison, ce jeu est adapté pour un public U19/Seniors de bon niveau. Cela requiert une certaine expérience et de bons acquis footballistiques des joueurs à disposition. Le mettant en place avec un public U19/Seniors féminin ces dernières années, les joueuses améliorent l'ensemble de leurs aptitudes. Un public devenu plus expert sur la lecture et la compréhension du jeu. Les aspects cognitifs, moteurs, et émotionnels sont très sollicités. Soyez vigilant à la charge de travail de l'ensemble de votre séance lorsque ce jeu est mis en place, l'objectif étant d'exploiter au maximum les capacités des joueurs dans ce jeu, notamment lorsqu'il est mis en place avec un effectif conséquent, comme présenté ci dessus. En tant que coach, il est primordial d'animer lors des transitions, le jeu vers l'avant et la fermeture du couloir de jeu direct pour la bonne la mise en place des consignes. Deux limites sont à relever dans ce jeu: l'absence de la règle du HJ suite au manque de profondeur et la difficulté à changer régulièrement du sens de jeu, ce qui nous éloigne de la pratique spécifique de l'activité football (match) ».*