**GLOSSAIRE**



**MOINS DE 13 ANS**

Cet outil est une aide adressée aux managers et coachs, il est orienté vers les fondamentaux de la formation et à mettre en place dans les clubs. Ce document se veut facile et rapide avec **4 axes prioritaires de formation** à mettre en œuvre et à corriger systématiquement dans les clubs :

1. **Les intentions défensives de récupération de balle.**
2. **Le jeu en courant (projection rapide vers l’avant)**
3. **L’occupation des espaces (trapèze d’attaque)**
4. **La relation passeur réceptionneur**

Le travail de motricité et de gainage abdominal sera aussi demandé en complément.

**Les intentions défensives de récupération de balle**

**PRINCIPES A FAIRE RESPECTER :**

**Avoir la volonté de perturber l’attaque pour récupérer la balle ou provoquer des pertes de balle**

Être performant en défense est toujours un gage d’efficacité, c’est un point fort dans les sports collectifs. Pour cela, les projets visant à récupérer le ballon et/ou à protéger le but passent par la maîtrise des savoir faire individuels ainsi qu’à la capacité de prendre des informations pour lire le jeu et mettre en place des actions adaptées à la situation.

* **Le défenseur face au porteur de balle, il devra être capable d’empêcher :**
* Un tir dans une situation favorable
* Le débordement
* La passe décisive

Pour remplir ce rôle, il devra (comme le GB) :

* Mettre son corps en permanence face au ballon
* Se déplacer et rester équilibré :

Pour **CONTRÔLER** --> définir et conserver la distance de combat (une longueur de bras) qui permet de contenir l’adversaire et avoir les bras mobiles pour empêcher une passe ou un tir vers l’avant.

Pour **HARCELER** --> perturber, gêner la progression du Porteur de Balle.

Pour **SUBTILISER**  --> faire perdre le ballon sur le dribble.

Pour **NEUTRALISER**  --> stopper toutes actions du Porteur de Balle.

Pour **CONTRER** --> jouer sur la trajectoire du tir.

Pour **RELANCER** --> dès la récupération de balle, prendre l’information pour la passe la plus adaptée à un partenaire démarqué.

* **Les autres défenseurs :**

Ce sont les partenaires du défenseur qui est face au Porteur de Balle. Ils doivent s’orienter pour **VOIR**, **EVALUER** et **AGIR** en fonction des différents éléments du jeu, le contexte :

1. S’il y a danger dans le secteur proche de la balle, et que mon partenaire est en difficulté (rapport de force défavorable). Il devra organiser son placement et/ou son déplacement pour AGIR de manière à :

* **AIDER** --> soutenir l’action de son partenaire battu.
* **FERMER** --> occuper l’espace libéré par son partenaire.

1. Si son partenaire n’est pas en difficulté (rapport de force favorable) :

* **DISSUADER** --> empêcher la réception d’une passe.
* **INTERCEPTER** --> jouer sur la trajectoire d’une passe.

Toujours **RELANCER** dès la récupération de balle, prendre l’information pour la passe la plus adaptée à un partenaire démarqué. (N’oublions pas que le GB est le 1er relanceur)

**Le jeu en courant**

**(Projection rapide vers l’avant)**

**PRINCIPES A FAIRE RESPECTER :**

**Avoir la volonté d’arriver devant le but adverse avant la défense**

Repérer les indices de récupération de balle : coup de sifflet, faute de l’attaquant, touche, tir…

Anticiper le départ en contre attaque dès que ces indices sont repérés.

Anticiper surtout à l’opposé de la balle (arrières comme ailiers).

Sur la Montée de balle ou la contre attaque : privilégier la passe (plus rapide) que le dribble.

Pour tous les joueurs s’orienter pour pouvoir recevoir la balle mais aussi voir le but adverse (faire des courses en C).

Faire respecter l’écartement et l’étagement sur la montée de balle.

**Etagement**: occupation de l’espace en profondeur.

**Ecartement** : positionnement qui vise à occuper la plus grande largeur possible pour favoriser la circulation de la balle.

**POUR JOUER DANS DES ESPACES A FAIBLE DENSITE DE JOUEURS**

**L’occupation des espaces**

**(Le trapèze d’attaque)**

**PRINCIPES A FAIRE RESPECTER :**

**Avoir la volonté d’exploiter tout l’espace de jeu en attaque placée afin d’écarter les défenseurs les uns des autres.**

Faire respecter l’écartement des joueurs en attaque placée :

Les ailiers an point de corner à l’opposé de la balle

Les arrières placés bord de ligne de touche

**L’occupation des 4 postes clefs est obligatoire : 2 ailiers et 2 arrières, formant ainsi un Trapèze d’Attaque.**

Ces 4 postes clefs doivent aussi être occupés en cas de rentrée d’un joueur en 2ème pivot, les joueurs doivent alors se décaler du côté où le joueur est entré (sauf si c’est le ½ centre).

Exemple : si l’ailier gauche entre en 2ème pivot, l’arrière gauche prend sa place et le ½ centre prend celle de l’arrière gauche, l’attaque se fait donc avec 2 pivots mais sans ½ centre et les 4 postes clefs sont occupés.

**La relation passeur réceptionneur**

**PRINCIPES A FAIRE RESPECTER :**

**PASSEUR**

* Les 2 appuis ancrés dans le sol au moment de la passe.
* Les appuis décalés avec l’appui fort devant.
* Le coude haut et dégagé vers l’arrière.
* L’autre bras libre en protection devant soi.

**RECEPTIONNEUR**

* Recevoir en courant et orienté vers le but dans un intervalle libre.
* Les mains (au niveau des yeux) prêtes à attaquer la balle.
* Aller vers la balle, ne pas la laisser rebondir devant soi.
* Signal d’appel de balle : bras armé de mon passeur.
* Amortir la balle et armer directement.

**Expliquer au passeur que la balle doit arriver devant le réceptionneur et qu’il doit l’envoyer là où va être le joueur et non là où il l’a vu au moment de l’armer du bras.**