

Construction offensive sur les cotes

Michel Brahmi

La coordination des mouvements de démarquage , passes et finition ne s'improvise pas , De nombreux exercices synthétiques peuvent servir à améliorer cette lecture collective du jeu.

Les exercices de "jeux d'ombres" c'est à dire sans opposition permettent une répétition des déplacements collectifs qu'on finit par tout ou partie à retrouver en match . Il ne s'agit pas de répéter pour apprendre par coeur et resservir tel quel , le football est un jeu à multiples variables qui empêche la "récitation" mais la répétition permet plus facilement aux joueurs de "reconnaître" des situations similaires à celles vues à l'entraînement et permettent donc une réponse plus rapide et plus collective à une situation donnée.

Cet article est complémentaire à celui publié sous le titre "concepts basiques du démarquage"

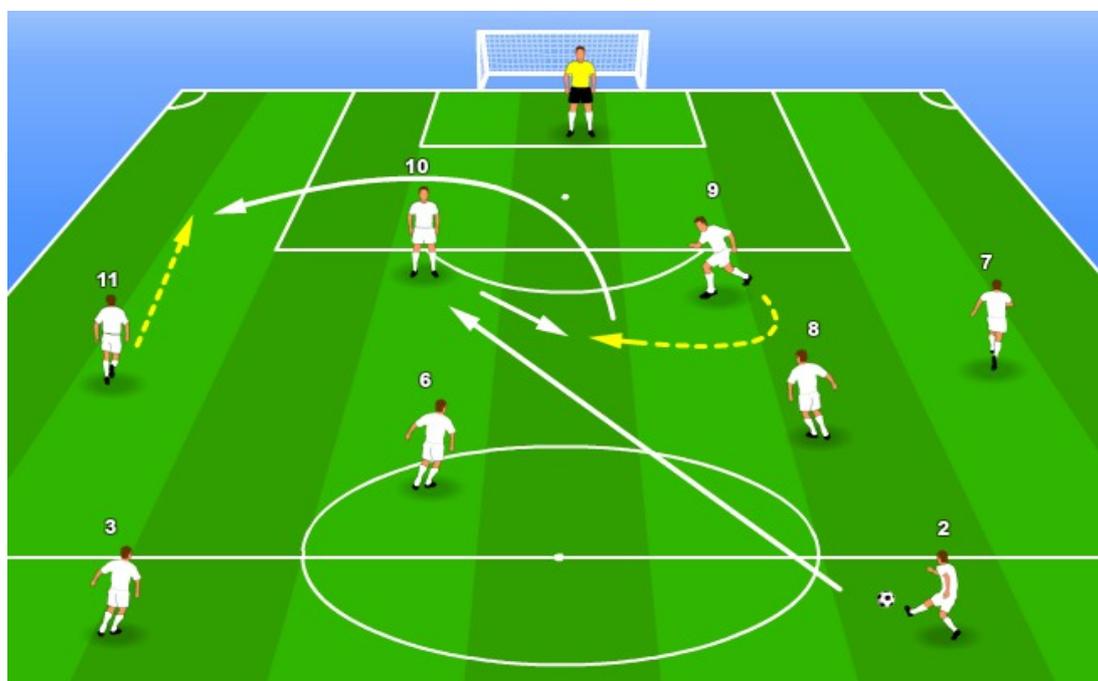
Les exercices présentés ici doivent être jouer des deux côtés , et s'étaler sur plusieurs mois .

COMBINAISONS A 4 JOUEURS

Exo 1

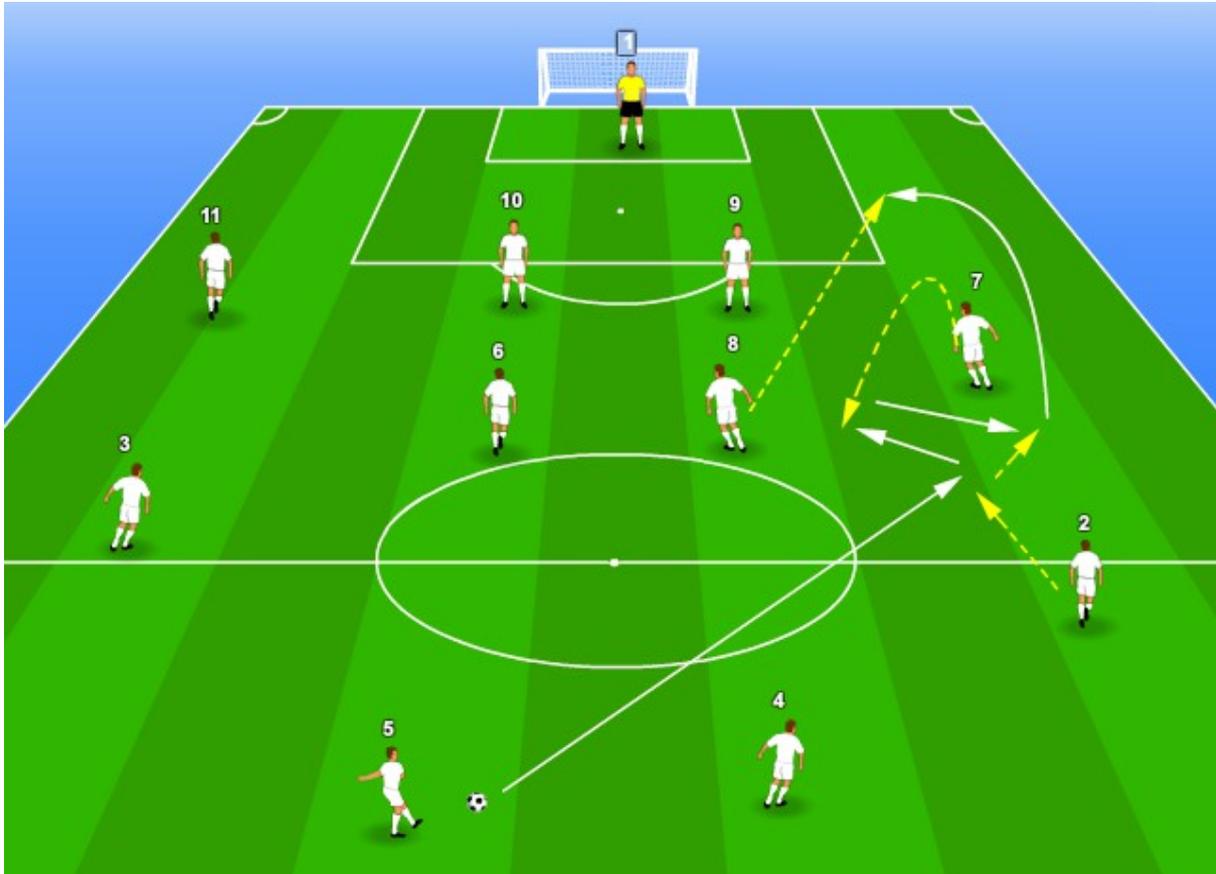
C'est une combinaison basique à 4 joueurs

- * 2 donne à 10
- * 10 remet à 9 venu en soutien
- * 9 glisse à 11 en appel long de ligne



Exo 2

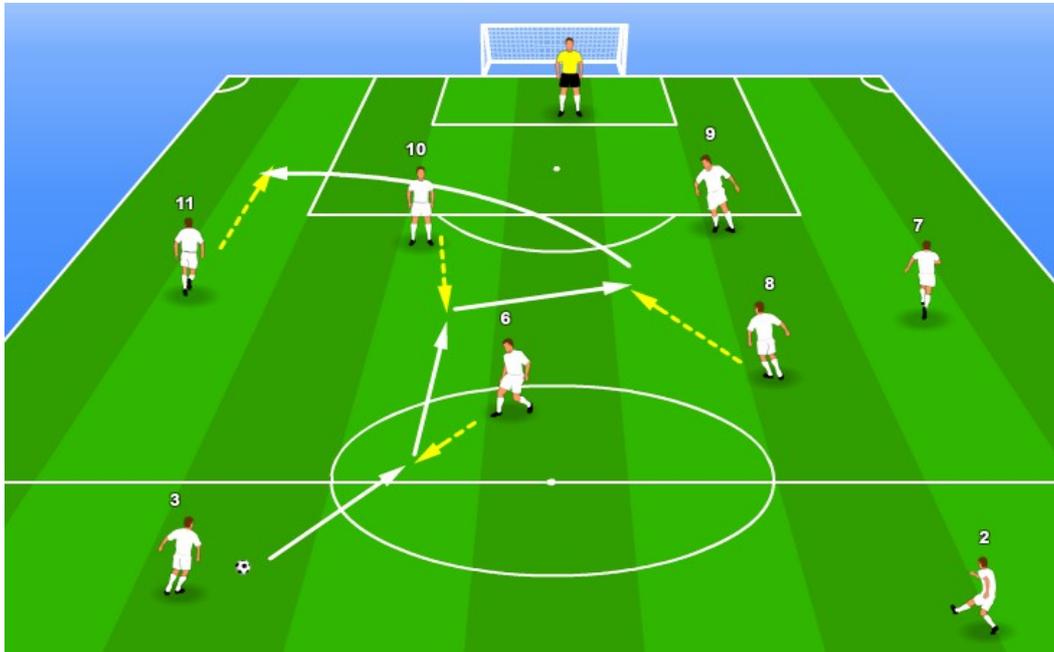
- 5 donne à 2 en appel
- 7 vient en appui pour recevoir le ballon de 2
- il lui remet pendant que 8 prend la profondeur diagonale
- 2 donne en profondeur pour 8



COMBINAISONS A 5 JOUEURS

Exo 3 Même type de combinaison que l'exo 1 mais cette fois-ci avec 5 joueurs

- 3 donne à 6 venu en appui
- 6 donne à 10 lui aussi venu en appui
- 10 donne en diagonale à 8
- 8 glisse à 11 en appel long de ligne ,



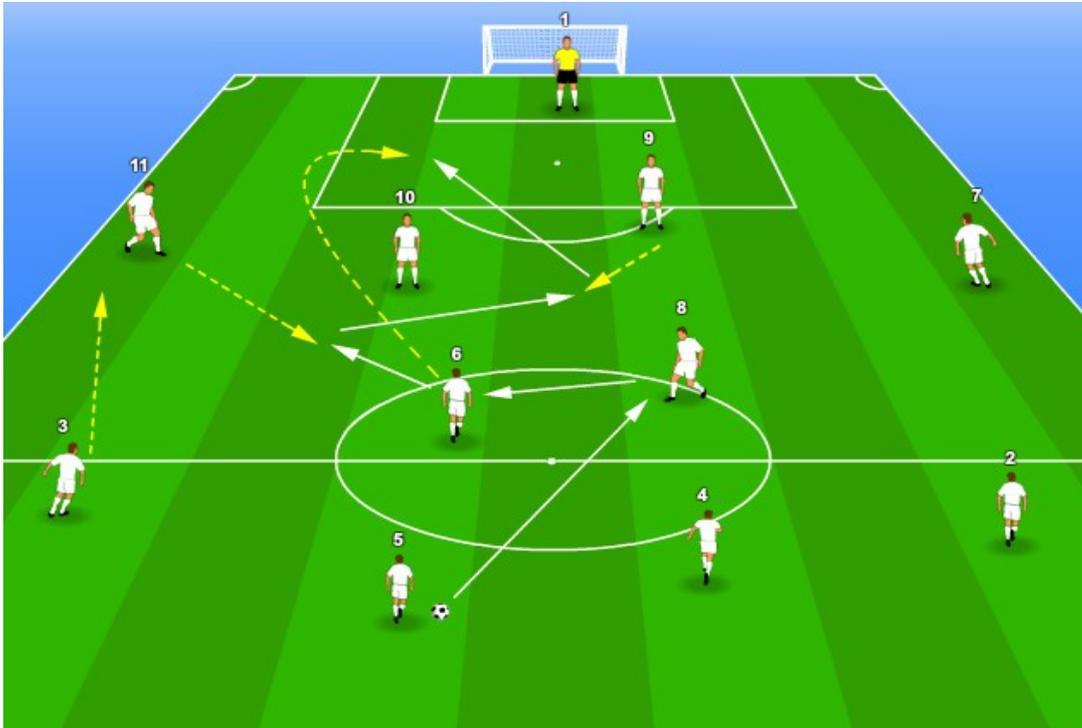
Exo 4

- 5 donne en profondeur à 8
- 8 glisse en retrait à 6
- 6 donne à 7 qui effectue une course intérieure et libère l'espace pour 2
- 7 remet à 8 en retrait
- 8 donne dans la course de 2 long de ligne



Exo 5

- 5 donne à 8 en appui
- 8 glisse latéralement à 6
- 6 donne à 11 qui vient en appui
- 11 passe à 9 qui se déplace vers l'intérieur
- 9 passe en diagonale profonde pour 6 qui s'est inséré dans l'espace



Exo 6 Exercice avec double solution.

- 4 donne à 6 en appui
- 6 donne à 9 venu à sa rencontre
- 9 remet en retrait pour 8 et part dans la profondeur en croisant sa course avec 7
- 8 peut remettre au choix à 7 ou 9 en profondeur.



COMBINAISONS A 6 JOUEURS ET PLUS

Exo 7

- *5 écarte sur 3
- 3 remet dans l'axe à 6
- 6 donne à 10 en appui
- 10 donne en retrait pour 8
- 8 donne à 11 en appel long de ligne



Exo 8



