

# ATTITUDE À 1 C 1

## 23 mars 2006

### INTRODUCTION

Chaque match est ponctué de situation de 1 c 1 qui vont se répéter. Le résultat de la lutte entre deux joueurs déterminera quelle équipe aura possession du ballon (et donc quel type d'attaque sera lancée) ou même quelle équipe marquera. Ces duels sont donc cruciaux dans le déroulement du match. C'est aussi ce qui peut faire la différence entre une victoire et une défaite. Nous retrouverons ces situations autant dans la phase d'attaque que de défense et aussi lorsque le ballon se retrouvera entre deux joueurs.

La détermination joue un grand rôle lors de ces duels. Il faut un engagement réel du joueur dans ces situations pour penser ressortir gagnant. La connaissance et la compréhension de la tactique individuelle (et la répétition fréquente de ces situations à l'entraînement) peuvent toutefois contribuer à gérer au mieux ces situations.

### LES 3 MOMENTS

#### 1) Mon équipe en possession (phase d'attaque)

##### Je suis porteur

- J'ai l'espace devant moi = j'accélère balle au pied;
- Il y a un adversaire devant moi, mais sans couverture = je provoque le défenseur (si dans 1/3 offensif) pour enchaîner sur le centre, la passe ou le tir;
- Il y a un défenseur avec de la couverture = je ne perd pas le ballon individuellement.

##### Mon partenaire est porteur

- Je me libère du marquage (sortir de son champ visuel du défenseur)

## 2) L'adversaire est en possession (phase défensive)

Peu importe l'organisation défensive qui sera choisie, peu importe le système de jeu chaque joueur aura une responsabilité défensive lors des situations de 1 c 1. C'est la base sur laquelle s'érigera le jeu et la fondation de toutes organisations défensives.

### Facteurs déterminants

La position de l'adversaire par rapport au défenseur

- De dos
- De face
- Latéral

Sa zone sur le terrain :

- Loin du but
- Près du but
- Dans la surface de réparation
- Hors de la surface de réparation
- En zone axial
- Sur les cotés

La situation de jeu

- En égalité numérique dans sa zone
- En supériorité numérique
- En infériorité numérique

### Mon adversaire direct est en possession

- Il est dos à notre but = je ne laisse pas tourner
- Il fait face à notre but = je ne me jette pas, je suis en recul-frein ou je vais le cadrer, j'oriente son déplacement
- Il est à coté du défenseur = orienter son déplacement en l'enfermant
- Il maîtrise mal le ballon = je vais presser, harceler
- Il est sur le bord de la ligne de touche = je vais presser
- J'ai un partenaire proche pour créer le 2 c 1 = je vais presser (communication)
- J'ai un partenaire qui me couvre à bonne distance = je vais presser (communication)

### Un autre adversaire est en possession

- Je fait un marquage plus ou moins serré en fonction de l'emplacement du ballon
- Je vais cadrer l'adversaire qui va recevoir le ballon et qui est dans ma zone d'intervention

### **3) Le ballon entre deux joueurs (ni à une équipe ni à l'autre)**

Beaucoup trop de pertes de balle dans ses situations lors de nos matchs.

Problèmes fréquents : mauvaise évaluation des vitesses et des angles d'approches

**Question fondamentale que le joueur doit se poser :**

***j'arrive premier ou l'adversaire arrive premier?***

- *Si j'arrive premier :*
  - a. soit j'ai assez d'espace pour contourner l'adversaire par un dribble de protection;
  - b. soit j'arrive juste avant et je n'ai pas assez d'espace pour aller vers l'avant = j'essai de protéger le ballon en mettant mon corps en écran entre le ballon et l'adversaire. Ne pas essayer de frapper devant si l'adversaire est trop près de nous, *le ballon ne passe pas au travers un joueur.*
  
- *Si l'adversaire arrive premier :*

Je m'assure de ne pas être battu, je ralentis ma course et prend une bonne position (entre mon but et l'adversaire) et je reste sur de bons appuis.

#### Principes défensifs individuels

- Placement
  - Être à bonne distance d'intervention;
  - Voir l'adversaire (ou le « *sentir* » avec la main) et le ballon;
  - Agir sur le porteur.
  
- Comportement
  - Avoir de bons appuis latéraux, savoir courir de reculons;
  - Regarder le ballon plus que le buste;
  - Être actif;
  - Orienter correctement sa course par rapport au porteur et au solliciteur;
  - Limiter la prise de vitesse et la perception en profondeur du porteur ou du joueur qui va recevoir le ballon (bien cadrer);
  - Empêcher le porteur de se retourner quand il fait dos à son défenseur. Être patient;
  - Respecter les lois du jeu. Danger près de la surface???