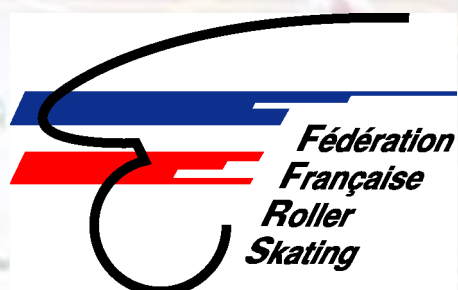


LE RINK HOCKEY

Initiation et perfectionnement

TOME 2
juin 2003



Même si l'entraînement est en perpétuelle évolution, c'est avec le sentiment du devoir accompli que la Direction Technique Nationale vous livre ce Tome 2, sur la technique collective. Il vient compléter les précédents documents qui abordaient la technique individuelle du rink hockeyeur et l'entraînement du gardien de but.

Voici donc les bases de l'entraînement lancées, avec ce que nous avons estimé être les "incontournables" de la formation d'un jeune rink hockeyeur.

Cette préface est aussi l'occasion de remercier tous ceux qui ont collaboré avec enthousiasme et passion à la rédaction de cet ouvrage. Merci donc à Dan, Delphine, Eric, Fabien, Jean François, Laurent, Lucile et nos deux handballeurs préféré(e)s Christine et René.

Entraîner, c'est inventer. La balle est désormais dans votre camp.

Le Directeur Technique National

Hervé LALLEMENT.

Tome 2

LA TECHNIQUE COLLECTIVE

LES PASSES

I. GENERALITES	P 3
II. CRITERES DE QUALITE DES PASSES	P 3
• LES PASSES AU SOL	P 3
• LES PASSES AERIENNES	P 4
III. TECHNIQUE DES PASSES	P 4
• LA PASSE	P 4
• LE CONTRÔLE	P 6
• LES PASSES ET LE DEPLACEMENT	P 6

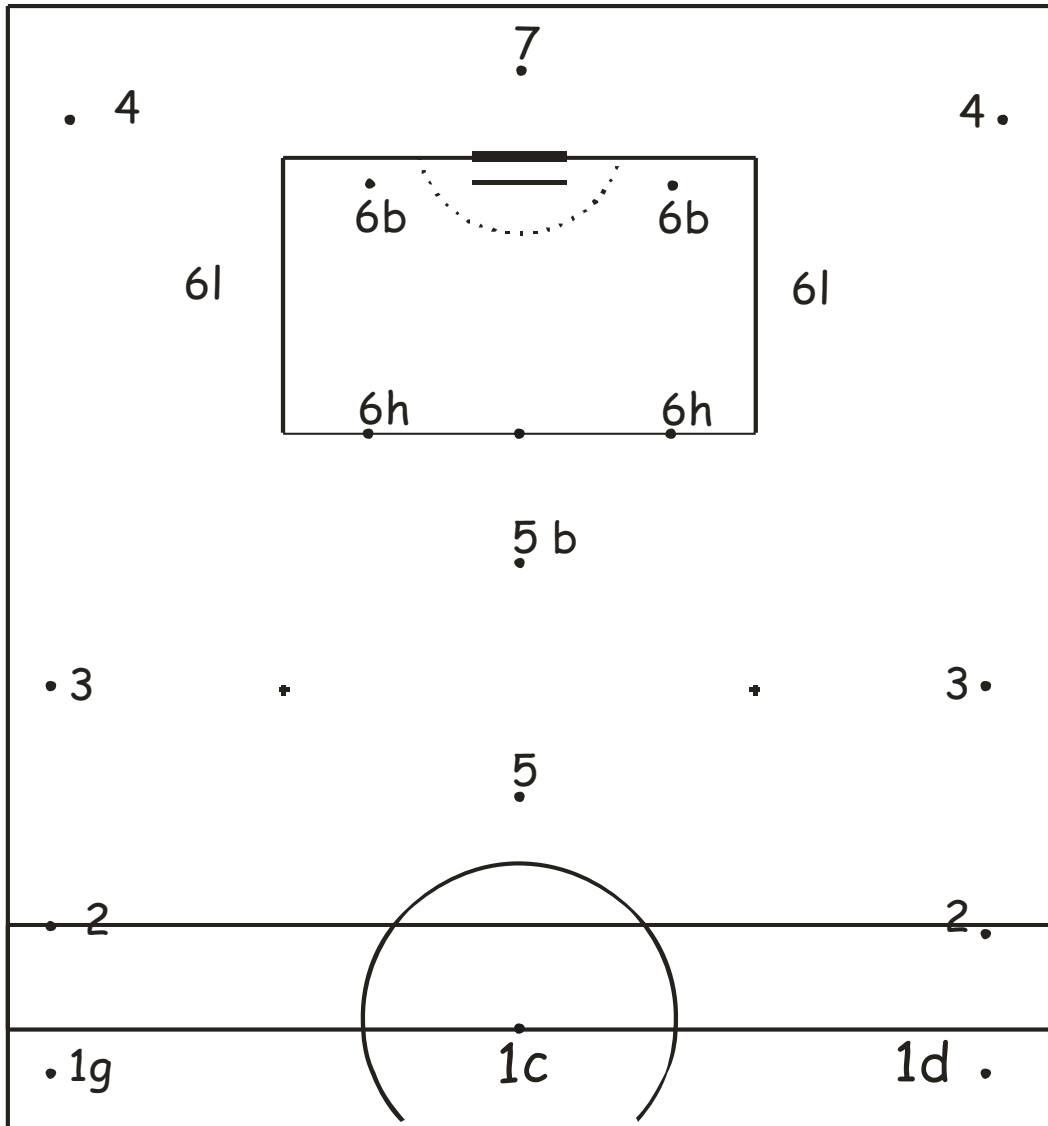
LE JEU OFFENSIF

I. CONTRE ATTAQUE	P 27
A. LES CONTRE ATTAQUES APRES RECUPERATION DE BALLE EN POSITION HAUTE	P 28
B. LES CONTRE ATTAQUES APRES RECUPERATION DE BALLE EN POSITION BASSE	P 40
II. MONTEE DE BALLE	P 43
III. ATTAQUE PLACEE	P 47
• LA DEMI LUNE A 4	P 48
• LA DEMI LUNE A 3 AVEC UN JOUEUR AU POINT 7	P 51
• LE CONTRE TALENQUAIRE	P 54
• LE CRISS CROSS FIXE A 4	P 57
• LE Y	P 61

LE JEU DEFENSIF

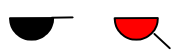
I. GENERALITES	P 65
II. COMPORTEMENT INDIVIDUEL	P 66
A. LES ATTITUDES DEFENSIVES	P 66
B. LES ACTIONS DEFENSIVES	P 67
III. COMPORTEMENT COLLECTIF	P 69
A. LA DEFENSE DE ZONE	P 69
B. LA DEFENSE INDIVIDUELLE	P 85
C. LES INFERIORITES NUMERIQUES LORS DES CONTRE ATTAQUES	P 93
D. LA DEFENSE MIXTE	P 96

POSITION DES PRINCIPAUX POINTS SUR LE TERRAIN



CODIFICATION DES SCHEMAS

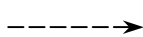
Joueur avec crosse



Joueur déplacé



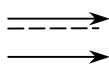
Passe



Freinage demi latéral



Déplacement avec balle
sans balle



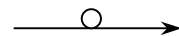
Freinage chasse neige



Tir



Inversion



Balle



Plot



LA TECHNIQUE COLLECTIVE

LES PASSES

I - GENERALITES

La passe, c'est la transmission de la balle entre deux joueurs.

La balle va du porteur de balle (passeur) vers le non porteur de balle (réceptionneur).

Cette transmission est la base de tout sport collectif. La particularité en Rink Hockey est que passe et réception s'effectuent sur des patins, avec une crosse.

C'est l'enchaînement de passes qui fait la spécificité d'un sport collectif. Avec quatre joueurs de champ, chaque joueur est sollicité fréquemment.

Classiquement on décrit deux types de passes : passes au sol et passes aériennes qui peuvent toutes deux être réalisées avec contrôle ou sans contrôle.

II – CRITERES DE QUALITE DES PASSES

A) LES PASSES AU SOL

Ce sont les passes les plus utilisées car elles garantissent un grand taux de réussite dans la transmission et la réception des balles.

C'est le placement de la crosse au sol du réceptionneur (droite, gauche, devant) qui détermine l'endroit précis où la balle doit arriver.

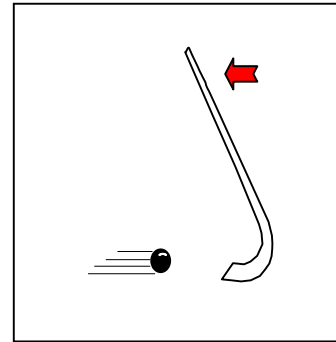
a) Précision de la passe

- Dans la crosse du partenaire.
- Dans la course.
- Au sol.
- Précision dans le temps (timing).
- Dosage par rapport à la distance.
- Dosage par rapport à la présence ou non d'un adversaire.



b) Précision du contrôle

- Amortissement grâce à la position de la crosse et à la disponibilité de tout le joueur.
- Adaptation de la trajectoire de la course si besoin est.
- Adaptation de la position et de la souplesse dans la crosse afin d'apporter :
 - le maximum de rentabilité,
 - la plus grande surface de la crosse par rapport à la balle.



c) **Vitesse d'exécution** dans l'enchaînement contrôle / repositionnement par rapport à la balle / passe, puis dans la progression passe sans contrôle pour donner de la rapidité dans la succession des passes.

d) Puissance

C'est la force avec laquelle la passe est réalisée. Elle donne de la vitesse à la balle et permet de réduire le temps de transmission.

Vitesse d'exécution et puissance de passe permettent d'accélérer le jeu et de prendre de vitesse l'organisation de la défense adverse.

B) LES PASSES AERIENNES

A tout moment du jeu, le hockeyeur doit avoir la rigueur de privilégier une passe au sol par rapport à une passe aérienne.

Son utilisation relève des compétences du haut niveau et notamment dans la finition face au gardien.

III – TECHNIQUE DES PASSES

A) LA PASSE

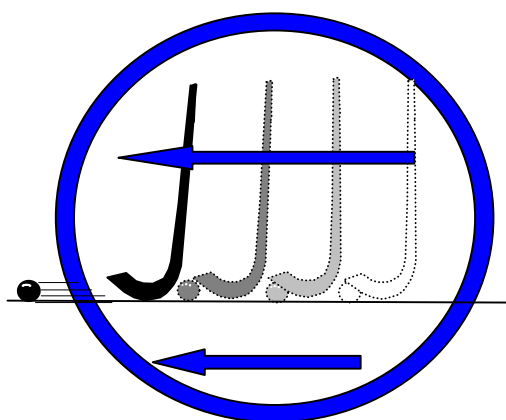
- La crosse est toujours tenue à deux mains.
- La balle est en contact avec la crosse.
- La passe est déclenchée lorsque la balle se situe à hauteur des patins.



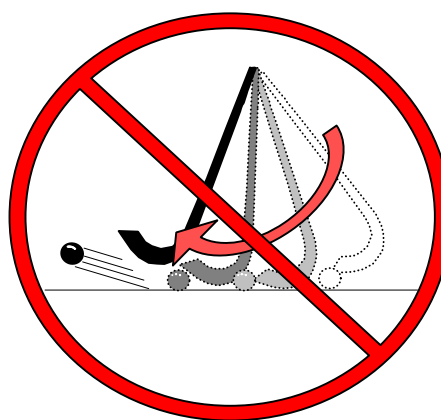
- La crosse au sol accompagne la balle le plus longtemps possible dans la direction demandée par le partenaire (latéralement, vers l'avant, vers l'arrière).



- Le joueur doit "balayer" le sol afin de garder le plus longtemps possible la crosse perpendiculaire au sol. En aucun cas elle n'effectue un mouvement pendulaire (cf. schéma ci-dessous).



OUI

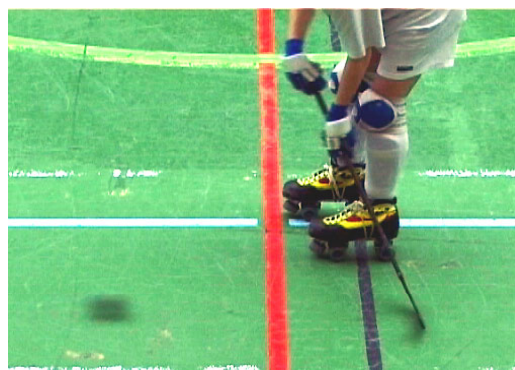


NON

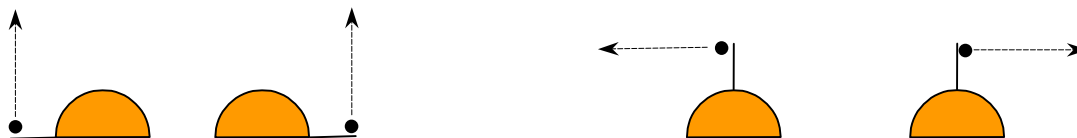
Attention : du côté revers, le manque d'amplitude entraîne souvent un mouvement pendulaire qui provoque le soulèvement de la balle.

Pour faire correctement ce geste, il est nécessaire d'associer :

- écartement et stabilité des appuis,
- flexion des membres inférieurs,
- mobilité du buste,
- mobilité et souplesse des poignets,
- flexion des coudes.



Les passes doivent se faire avec autant d'aisance par la droite que par la gauche.



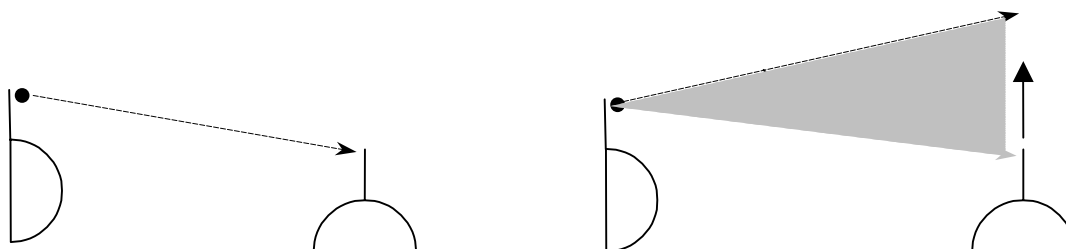
B) LE CONTROLE

- La crosse est toujours au sol et tenue à deux mains.
- Le réceptionneur ne doit pas rester passif. Il doit :
 - aller au devant de la balle en anticipant avec son corps,
 - "attaquer" la balle avec la crosse,
 - amortir en donnant une légère inclinaison à la crosse lors de l'impact avec la balle.



C) LES PASSES ET LE DEPLACEMENT

Les critères de réussite restent les mêmes que pour les passes à l'arrêt. La difficulté augmente car le passeur doit tenir compte de la trajectoire et de la vitesse de déplacement de son partenaire pour adapter la force et la direction de sa passe.

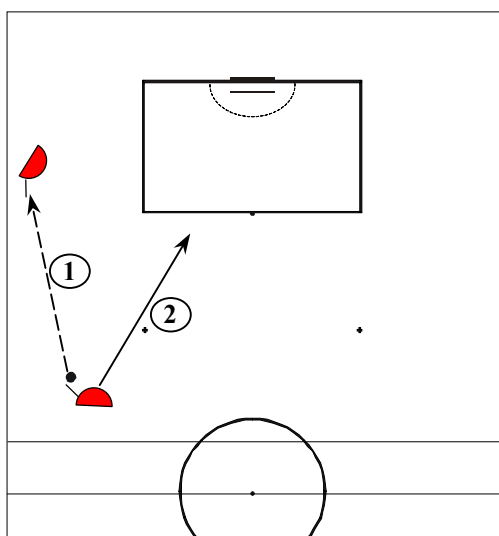


Passe à l'arrêt : la balle doit prendre la direction d'un point fixe (la crosse du partenaire posée au sol).

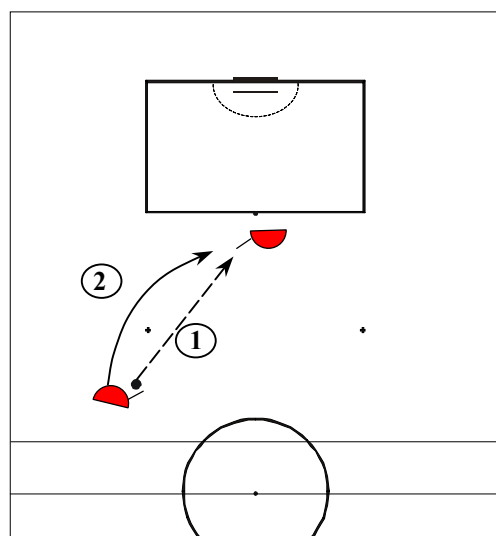
Passe en mouvement : la balle doit prendre la direction d'un point futur. Il est évalué par le passeur qui tient compte de la vitesse et de la trajectoire de déplacement du partenaire. L'angle α dépend donc de ces paramètres.

Le Rink-Hockey s'appuie essentiellement sur deux types de passes en déplacement.

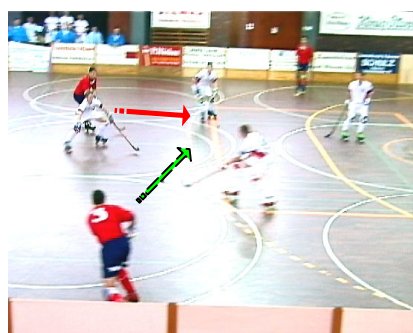
- Le passe et va (1-2).
« Après avoir effectué une passe, je vais dans un espace libre afin de proposer une possibilité de passe en avant au nouveau porteur de balle ».
La progression se fait vers l'avant, vers le but.
- Le passe et suit.
« Après avoir effectué une passe, je suis sa trajectoire afin de proposer une possibilité de passe en arrière au nouveau porteur de balle ou prendre sa place. »



Passe (1) et va (2)



Passe (1) et suit (2)



Passe et va

A L'ENTRAINEMENT

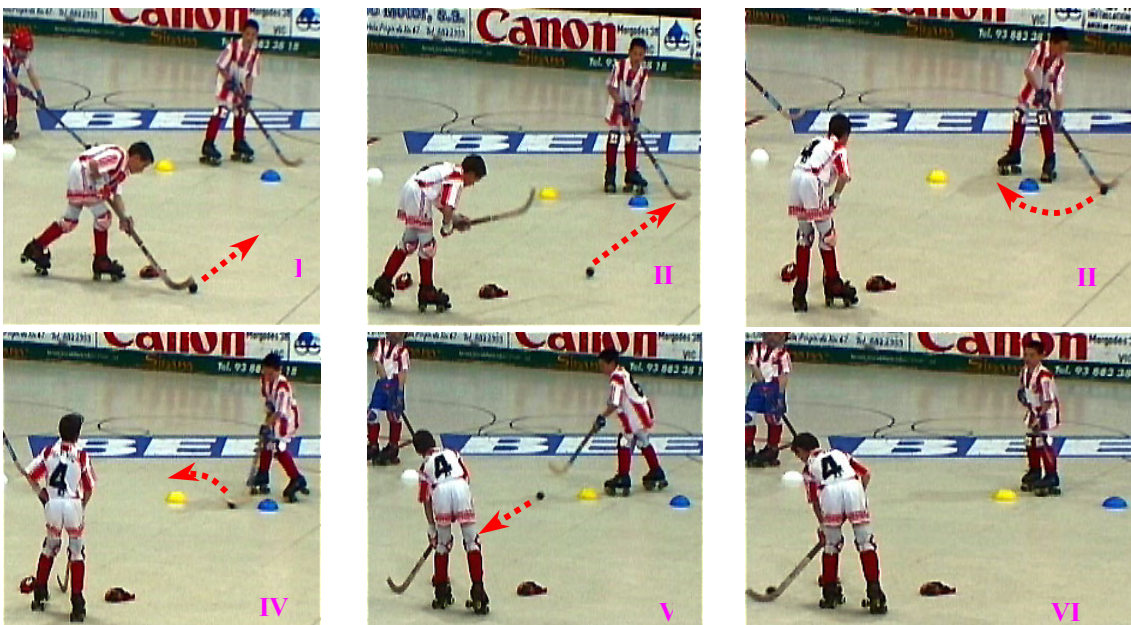
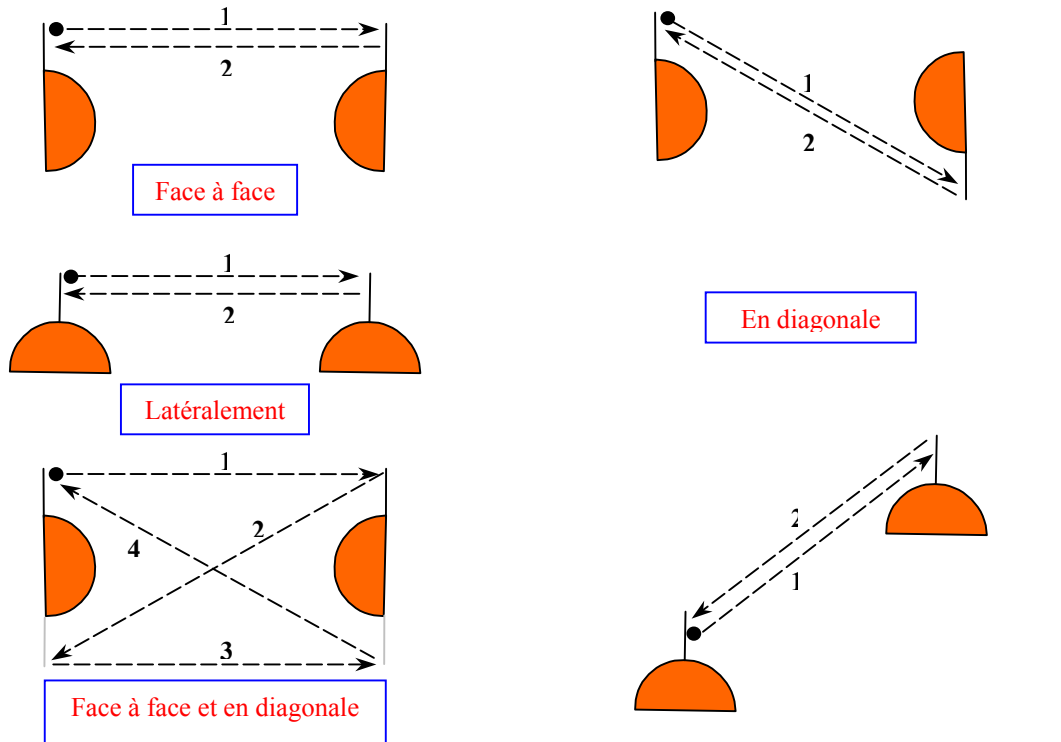
- Faire des passes à l'arrêt puis en déplacement, côte à côte puis face à face, à 2, à 3, ...
- Imposer la précision des passes :
 - en matérialisant la trajectoire de la balle (plots, lignes,...),
 - en imposant le placement des joueurs,
 - en imposant le positionnement de la crosse,
 - en imposant le regard du joueur vers la crosse du partenaire.
- Imposer la puissance des passes en variant l'espacement des joueurs (plots).
- Imposer la vitesse d'exécution en augmentant :
 - le nombre de passes entre deux plots,
 - la vitesse de déplacement des joueurs,
 - le nombre de balles en circulation.
- Lors de la mise en place d'exercices sans opposition, ne pas omettre de penser à l'existence de futurs adversaires notamment :
 - à l'occasion de conduites de balle en protection,
 - à l'occasion des passes faites hors de portée de l'adversaire.
- Garder toujours en tête la nécessité de travailler l'accélération de la circulation de balle notamment en jouant sur plusieurs paramètres :
 - en augmentant la précision, la puissance et la vitesse d'exécution,
 - en limitant les temps de transition par l'enchaînement de passes "sans contrôle" pour construire une circulation "à une touche de balle",
 - en travaillant le contrôle orienté qui permet de surprendre l'adversaire et de le déborder en contre-pied lors de l'enchaînement "réception de passe/dribble". Dans les phases de jeu collectives, le contrôle orienté peut devenir une déviation pour un partenaire.

Exercice 157

Travail de passes à 2, à l'arrêt.

Effectuer des passes des deux côtés systématiquement.

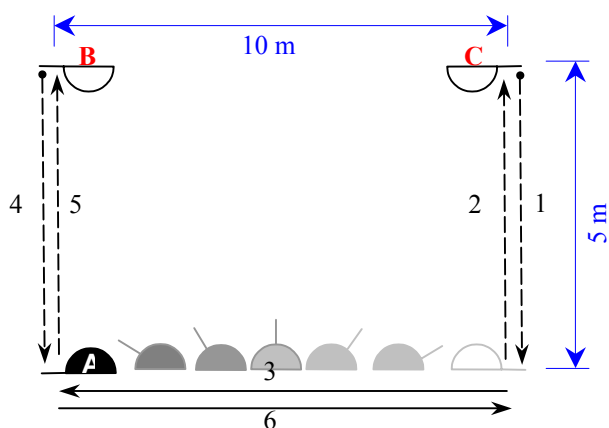
- Variante 1 : augmenter la distance entre les joueurs.
- Variante 2 : avec, puis sans contrôle.
- Variante 3 : ajouter des plots pour exiger plus de précision.
- Variante 4 : inclure les gestes techniques entre le contrôle et la passe (exemple, S+passé).



S + passe

Pour les exercices de 158 à 160

- Dans un premier temps, demander aux passeurs d'attendre l'arrêt de son partenaire pour déclencher la passe.
- Ensuite, on peut augmenter la vitesse d'exécution en demandant aux passeurs de faire la passe avant l'arrêt de leur partenaire. Attention, ces exercices deviennent alors plus techniques et très physiques.



Exercice 158 (le pendule)

1 joueur A et 2 passeurs, B et C, fixes, porteurs d'une balle chacun.

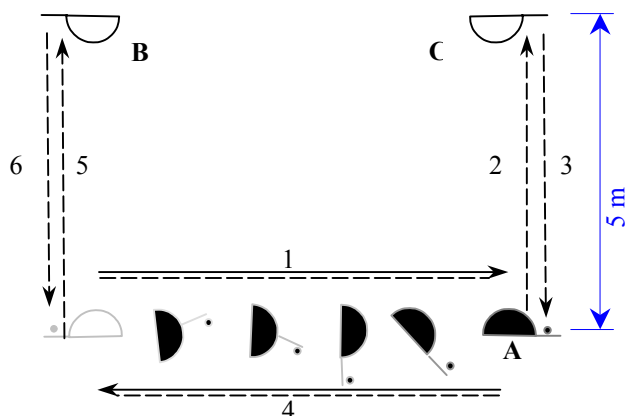
Les passes s'effectuent par l'extérieur, en "ouvrant les bras".

Le joueur mobile reste face à ses partenaires au moment de la passe. Il s'arrête par un freinage demi latéral pour rapidement repartir dans l'autre direction après la passe.

Variante 1 : ajouter des plots pour exiger la précision.

Variante 2 : passe sans contrôle.

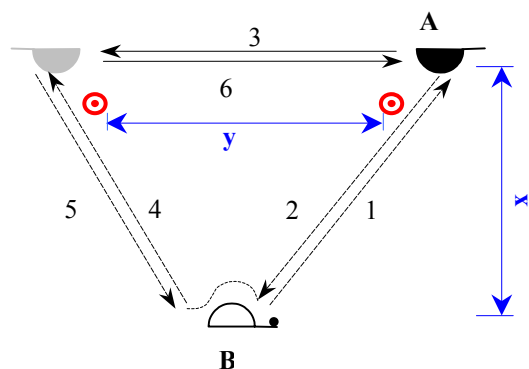
Variante 3 : modifier les distances.



Exercice 159

1 joueur porteur de balle A et 2 passeurs fixes B et C.

Passes latérales extérieures sur freinage demi latéral. Attendre la passe face au partenaire, croise à l'extérieur.



Exercice 160

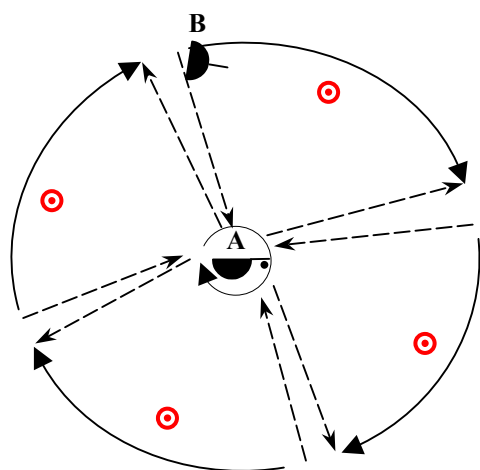
1 joueur A et 1 passeur B.

Le joueur B passe à son partenaire A, à l'extérieur du plot (1). Celui-ci remet la passe (2) et patine (3) vers l'autre plot, croise à l'extérieur pour recevoir la passe (4) de B. Et ainsi de suite.

Comme pour les exercices 158 et 159, les distances (x), (y) et les variantes tiennent compte de l'évolution des savoir faire des joueurs.

Exercice 161

Reprendre tous les exercices du tome 1 associant maniement de balle et passe (cf. balancement, S contre S, tunnel...).



Exercice 162

1 passeur A au centre d'un cercle de 3 à 4 m de diamètre, 1 joueur B tourne autour.

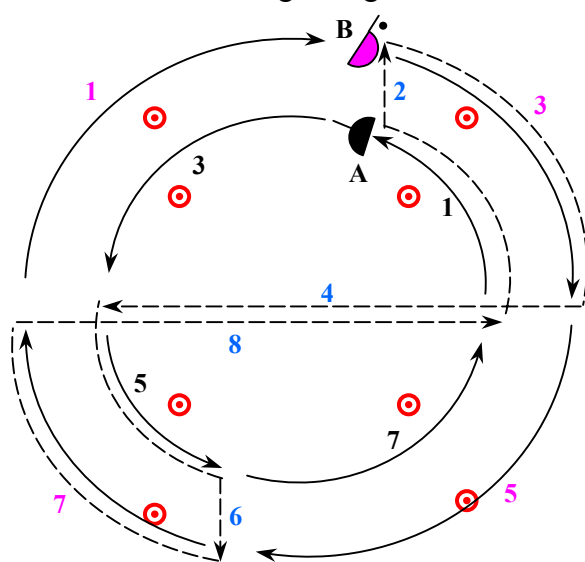
Les passes se font entre les plots, en mouvement.

Progression attendue : passes sans contrôle, augmenter le nombre de passes entre 2 plots.

Exercice à effectuer :

- en avant et en arrière,
- dans les deux sens de rotation,
- en changeant les postes.

Axe cage - cage



Exercice 163

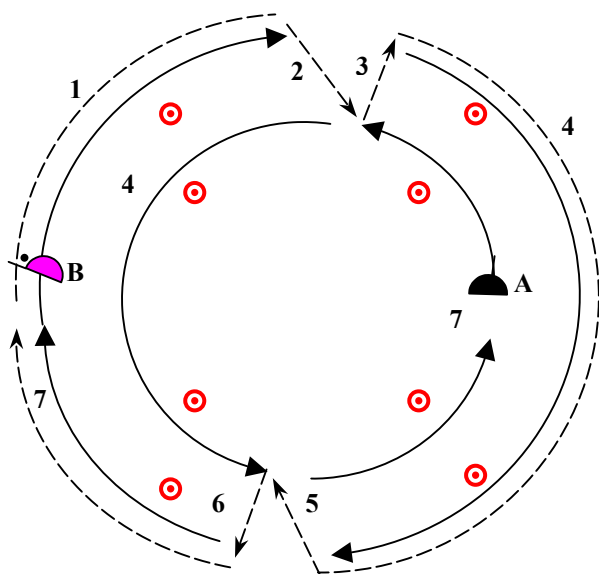
2 joueurs A et B tournent ensemble autour de cercles.

Diamètre du cercle intérieur : 3 à 4 m.

Diamètre du cercle extérieur : 5 à 6 m.

La conduite de balle se fait à l'extérieur des cercles.

Lorsque les joueurs se croisent, ils se font une passe parallèle à l'axe cage-cage (2 et 6) et lorsqu'ils sont à l'opposé l'un de l'autre, ils se font une passe perpendiculaire à cet axe (4 et 8).



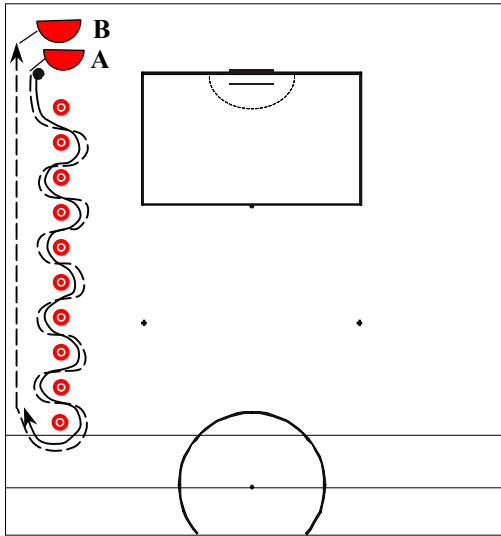
Exercice 164

Même organisation que pour l'exercice précédent (balle à l'extérieur).

Le passeur A qui se déplace sur le cercle intérieur, remet la passe au joueur B qui fait l'extérieur.

La progression va de "contrôle / passe" à passe par déviation (home board).

Pour augmenter la fréquence du passeur, on peut rajouter un joueur supplémentaire à la périphérie.



Exercice 165

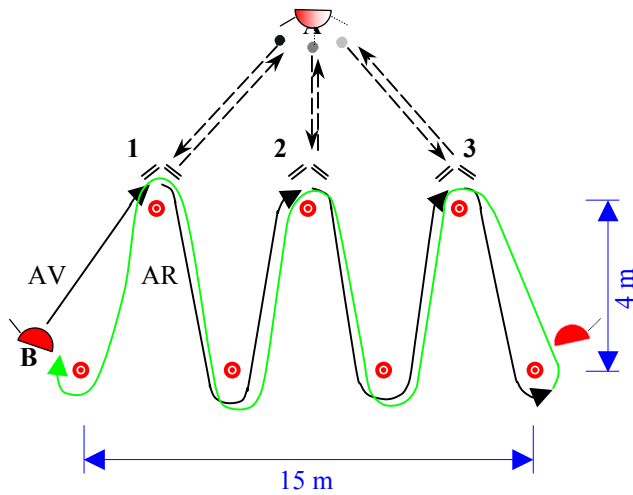
10 plots espacés de 2 m, installés sur une ligne parallèle à la talenquaire (2 m environ).

L'exercice est réalisé par deux joueurs. Le premier, **A** exécute le slalom et, arrivé au bout, passe au suivant sans toucher ni les plots, ni la talenquaire (travail d'adresse).

Il poursuit son action en prenant la place de **B** qui exécute à son tour le slalom.

Vérifier le positionnement de la crosse à la réception.

En fonction des acquis, on peut faire varier la durée, la vitesse et la précision.



Exercice 166

1 passeur fixe A et 1 joueur B.

Le joueur **B** reste toujours face au passeur **A**. Il alterne déplacement avant et arrière, le freinage se fait en chasse neige.

Le passeur **A** règle son action pour que le joueur **B** reçoive la balle au moment où il freine devant le plot supérieur. **B** remet la passe sans contrôle et enchaîne en patinage arrière.

Attention au positionnement de la crosse du joueur :

- 1 – à gauche
- 2 – entre les jambes
- 3 – à droite.

—▶ Aller —▶ Retour

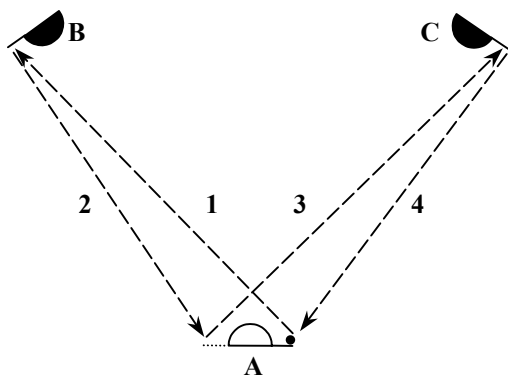
Exercice 167

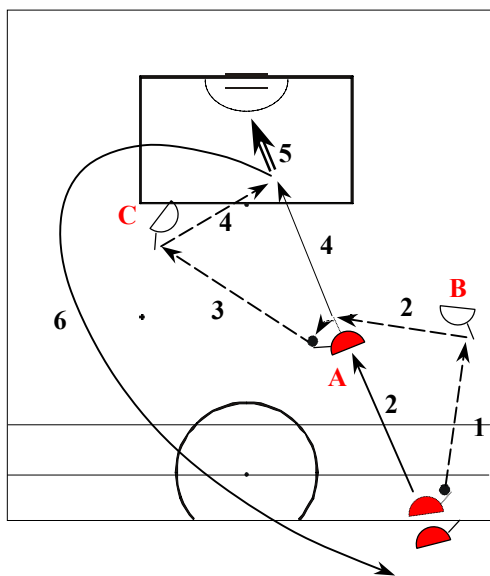
Exercice de passes à 3 avec un pivot.

Le passeur **A** reste sur des appuis fixes, patins parallèles entre eux durant tout l'exercice. Lorsqu'il a réalisé la passe (1) à **B**, il repositionne immédiatement sa crosse au sol à l'extérieur pour réceptionner le retour de passe (2) et remiser (3) à **C**.

Progression : 1. contrôle / passe, 2. ouvrir les bras, 3. sans contrôle.

Attention, cet exercice de passes, ne peut s'intégrer dans une circulation de balle qu'en absence d'adversaire à proximité. Dans le cas contraire, la passe sans ouverture des bras est interdite. Elle doit être précédée d'un geste de mise à distance de la balle par rapport à cet adversaire (cf. tome 1, balancement, S, tunnel).





Exercice 168

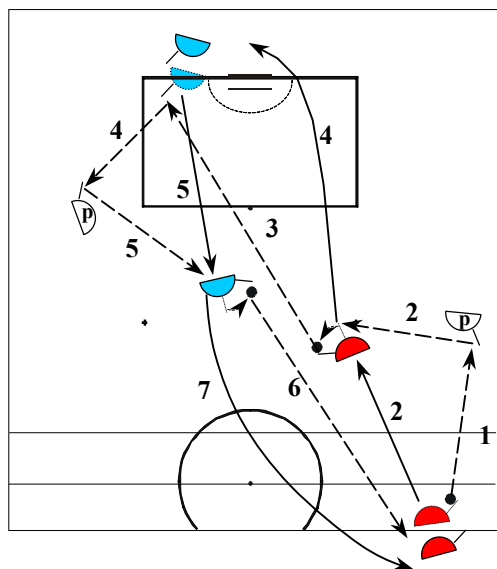
Passe et va.

2 passeurs fixes **B** et **C**, crosse au sol, à l'opposé de l'éventuel défenseur. Le joueur **A** passe (1) à **B** et va (2) en direction du but. **B** lui remet la balle dans sa course (2).

A réceptionne, ouvre les bras, lance au passeur suivant **C** (3) et continue vers la cage (4). Le dernier passeur remet la balle (4), **A** tire (5), marque l'arrêt en demi latéral, crosse au sol, face à la cage (pour une reprise éventuelle ou anticiper le repli défensif) et retourne prendre sa place dans la file d'attente (6).

Pour débiter ce genre d'exercice, on peut commencer avec un seul passeur.

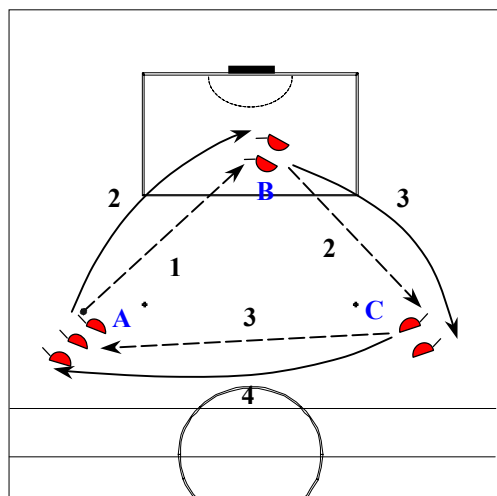
Ne pas oublier la rotation des joueurs à tous les postes et le travail des deux côtés de passe.



Exercice 169

Exercice du même type que le 168.

La vitesse de passage est plus grande.



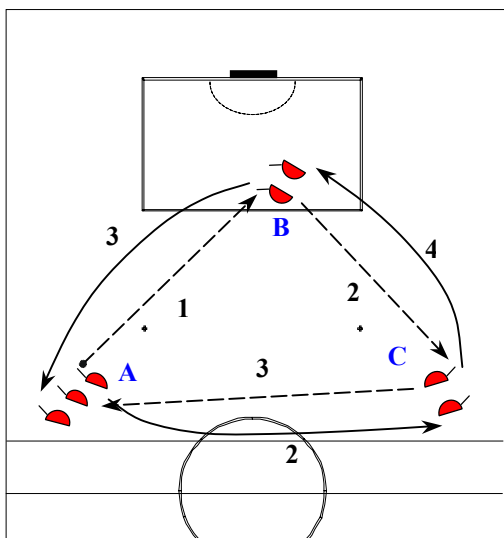
Exercice 170

Passe et suit sur un triangle dont la longueur des côtés varie avec la puissance des passes.

Le joueur **A** passe au suivant **B** (1) et suit (2) la balle pour reprendre sa place dans la file d'attente de **B**. **B** passe à **C** (2) et suit (3) pour se replacer dans la file de **C**, et ainsi de suite.

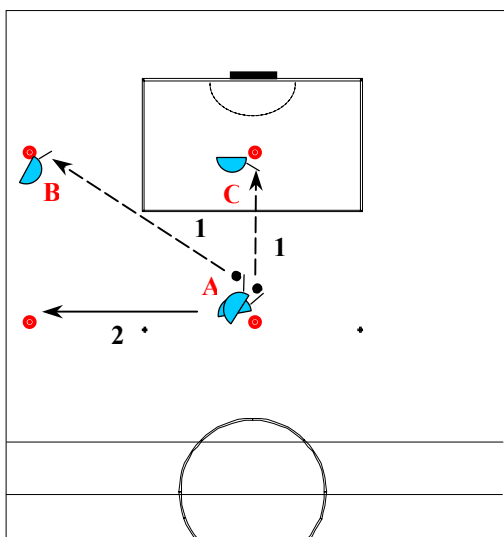
Dans la progression, on peut demander au futur réceptionneur de démarrer lorsque le passeur reçoit la balle. La difficulté est renforcée car la passe s'exécute sur un joueur en déplacement.

Penser aux deux sens de rotation.



Exercice 171

Passé et va sur un triangle dont la longueur des côtés varie avec la puissance des passes. Le joueur **A** passe au receveur **B** (1) situé à un sommet du triangle et patine vers l'autre sommet (2) pour se replacer dans la file d'attente derrière **C**. **B** passe à **C** (2) et va se replacer derrière la file de **A** (3). Et ainsi de suite.

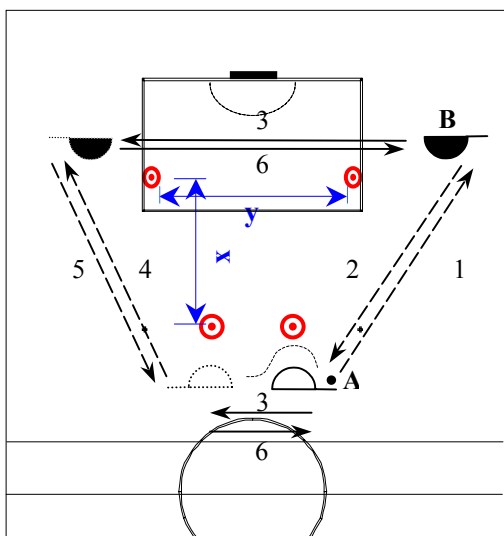


Exercice 172

Trois joueurs A, B, et C sont positionnés aux coins d'un carré.

Le porteur de balle **A** passe (1) au choix à **B** ou **C** et va (2) occuper le poste (coin du carré) libre.

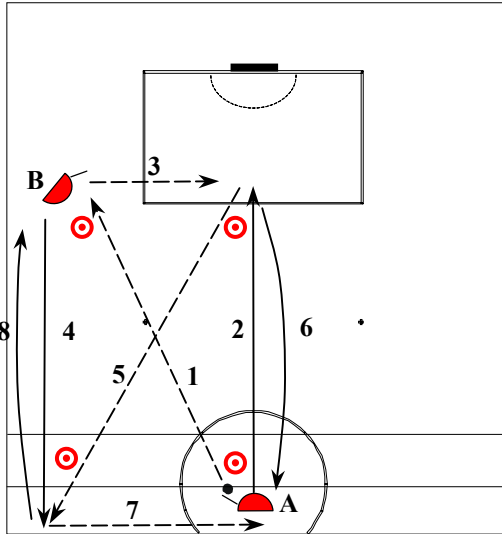
Variante : interdiction de redonner la balle au dernier passeur.



Exercice 173

2 joueurs A et B, face à face, se déplacent simultanément du même côté. Les passes se font au-delà des plots, latéralement. Le passeur **A** passe d'un plot à l'autre en effectuant un geste technique (balancement, S,...). Le joueur opposé **B** se déplace sur la grande longueur et s'arrête face à son partenaire par freinage demi latéral, croise au sol à l'extérieur.

Les distances (**x**) et (**y**) varient en fonction des savoir-faire des joueurs ou / et du projet d'entraînement (physique ou technique).

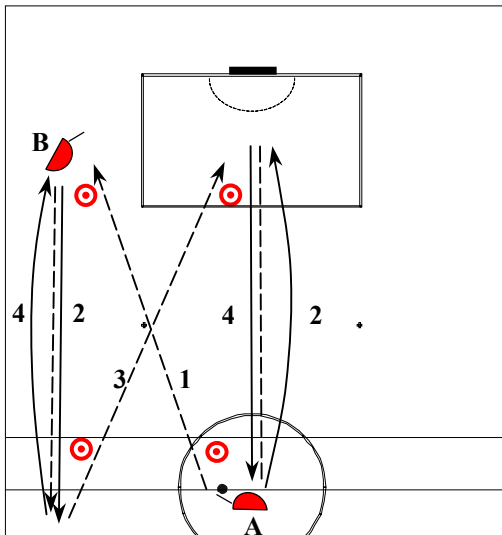


Exercice 174

Passé et va sur un rectangle.

Le porteur de balle **A** passe (1) à son partenaire **B** sur la diagonale et va (2) rapidement se placer à l'extérieur du plot opposé. Lorsqu'il est stabilisé, **B** lui refait la passe (3) et va (4) se positionner à l'extérieur du plot opposé. L'exercice continue ainsi de suite en passé et va.

En fonction de l'évolution des compétences, les passes seront déclenchées avant l'arrêt du joueur en déplacement.

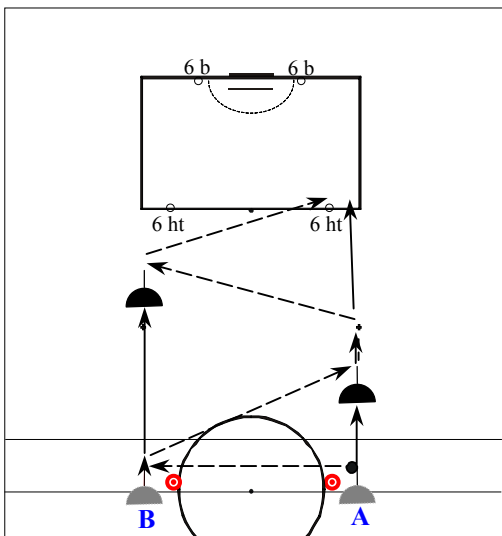


Exercice 175

Enchaînement de passé et va et de conduite de balle.

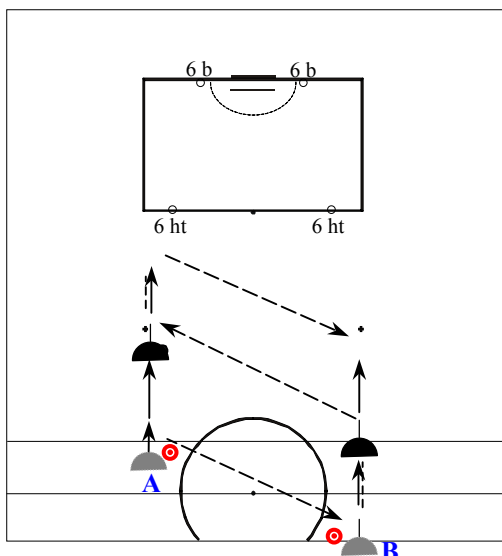
Le porteur de balle **A** passe (1) à son partenaire **B** en diagonale et va (2) se placer à l'extérieur du plot opposé. Pendant ce temps, **B** conduit sa balle jusqu'au au plot opposé (2), passe en diagonale (3) et retourne (4) à son plot de départ. Et ainsi de suite durant toute la durée de l'exercice.

Veiller au bon positionnement de la balle durant le déplacement (extérieur) et à la bonne position de la crosse lors de la réception (au sol, à l'extérieur).



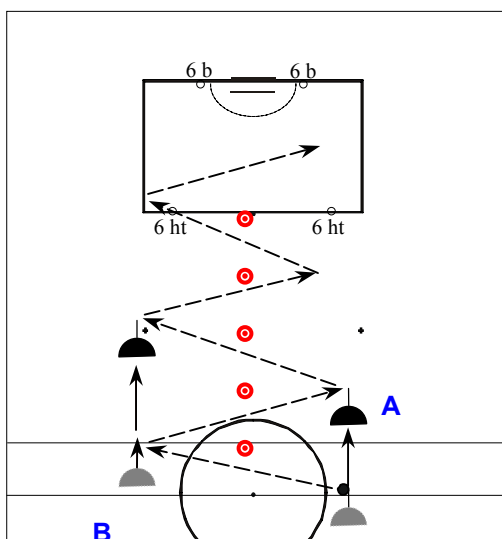
Exercice 176

A et **B** enchaînent des passé et va et conduite de balle sur deux trajectoires parallèles. Finition décalée 6 haut, 6 bas.



Exercice 177

Sur deux trajectoires parallèles, A et B alternent passe en avant et va, passe en arrière et va. Finition décalée 6 haut, 6 bas.



Exercice 178

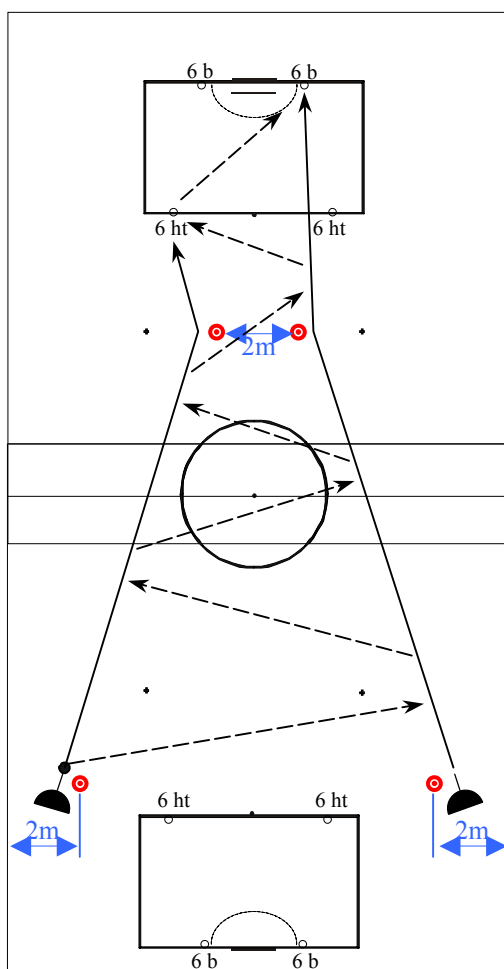
Les joueurs A et B se font des passes sans contrôle entre les plots. Leur trajectoire est droite et l'exercice se termine par un tir accompagné. La recherche de vitesse d'exécution doit être permanente, notamment dans la surface.

L'écartement des joueurs dépend de la qualité des passes.

Lors de cet exercice, les joueurs doivent adapter la direction, la puissance et la vitesse de la passe au déplacement de leur partenaire. Il est donc important de varier l'espace entre les plots (2, 4 m) qui reste cependant identique sur toute la longueur.



Les passes doivent être réalisées de manière à ce que le récepteur reste en marche avant vers la cage.



Exercice 179

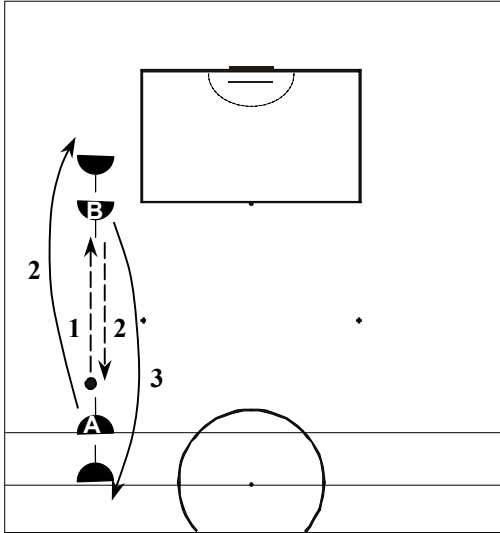
Les deux joueurs se font des passes avec puis sans contrôle sur des trajectoires convergentes et divergentes.

Dans ce genre d'exercice, les joueurs doivent adapter la longueur de la passe en plus de la puissance et la vitesse.

A noter les positions finales des joueurs en 6 haut et 6 bas.



Les exercices d'entraînement en passe et suit nécessitent au minimum un joueur de plus que le nombre de postes. Le joueur supplémentaire est placé au poste de départ. En fonction du nombre de joueurs, vous organisez des exercices en ligne, en triangle, en carré, en étoile, etc.



Exercice 180

Passe et suit en ligne à 3 ou 4 joueurs.

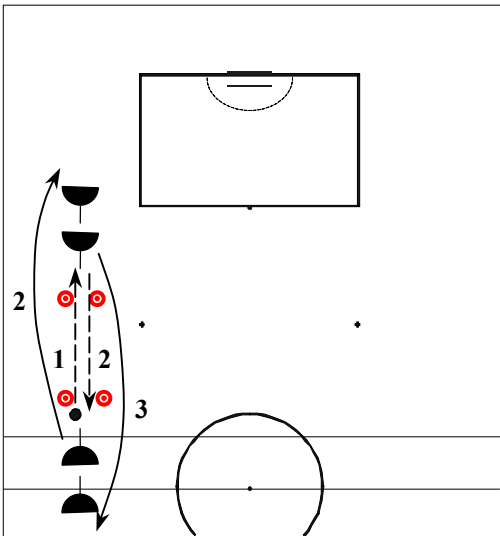
Les joueurs se font face en 2 files indiennes. **A** passe à **B** (1) et va se replacer rapidement (2) en fin de colonne opposée.

B fait de même et l'exercice continue jusqu'à son terme.

La distance de passe se situe entre 3 et 5 m.

La progression va de la passe avec contrôle à la passe sans contrôle.

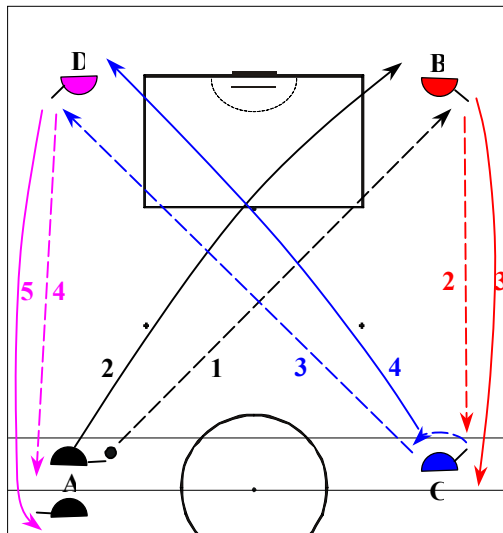
Penser à effectuer l'exercice dans les deux sens.



Exercice 181

Passe et suit en ligne à 3 ou 4 joueurs.

L'exercice est identique à l'exercice 180 mais en imposant la passe entre les plots, on oriente davantage le travail vers de la précision.



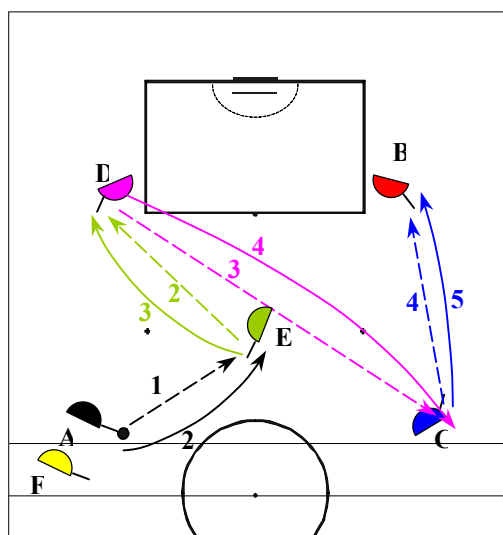
Exercice 182

Passé et suit en carré à 5 joueurs minimum.

A lance l'exercice en passant (1) à B sur la diagonale et va prendre sa place (2). Pendant ce temps, B passe (2) à C et va prendre sa place (3), etc.

Les distances entre les joueurs sont dépendantes de la qualité et de la puissance des passes.

On varie l'intensité de l'exercice avec 6 joueurs et 2 balles qui partent au même moment. A et C passent ensemble à B et D.

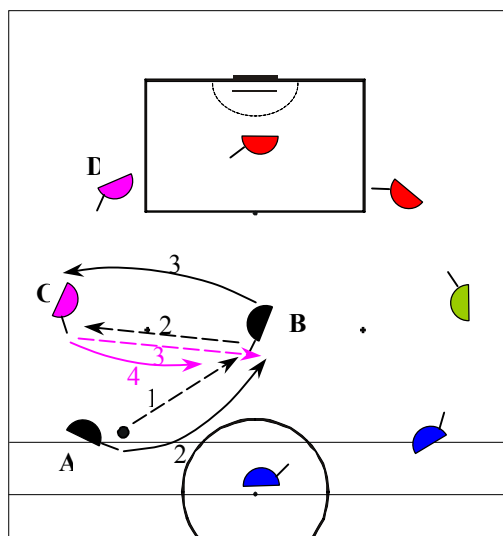


Exercice 183

Passé et suit en étoile à 5 joueurs.

Le joueur effectue une passe à l'un de ses partenaires puis prend sa place.

Les niveaux d'exigence sont en conformité avec les niveaux de compétence : passe avec contrôle puis sans, distance de passe adaptée, précision de la passe où se trouve la crosse du partenaire, variation de la vitesse d'exécution, etc.



Exercice 184

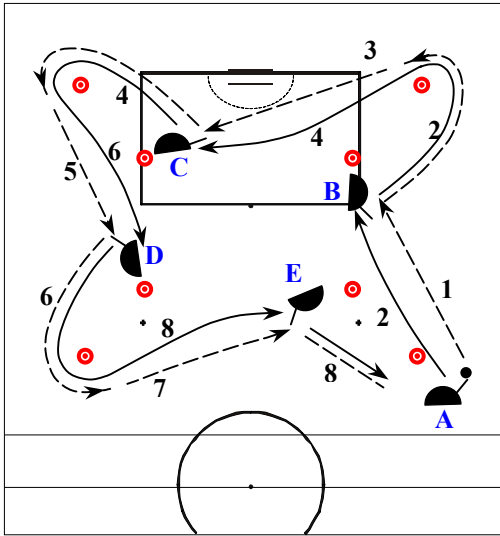
Passé et suit en cercle.

Les joueurs se placent sur un cercle à l'exception d'un qui s'installe au centre.

A passe (1) à B et va prendre sa place (2) au centre. B passe (2) à C et prend sa place sur le cercle. C passe (3) à A qui est arrivé au centre et va prendre sa place (4).

L'exercice continue par une succession de passes et suit qui vont du centre à la périphérie et vice et versa. Au plus haut niveau, ce travail se réalise à très grande vitesse de patinage, avec des passes sans contrôle, cosses toujours au sol, orientées pour toujours accélérer le mouvement.

A travailler dans les deux sens.



Exercice 185

Passe et suit sur double carré.

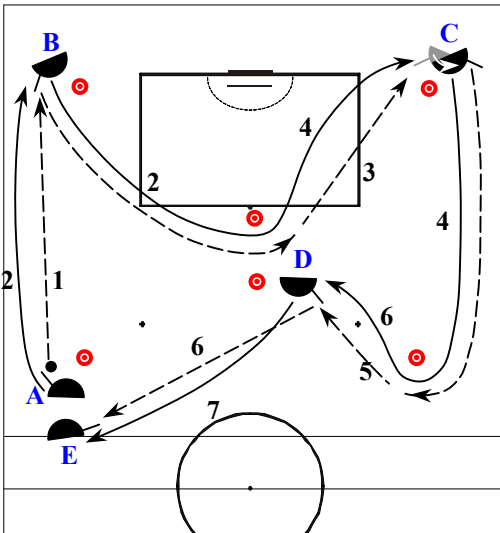
(Minimum 5 joueurs).

Le joueur **A** démarre l'exercice par une passe à **B** (1) et va prendre sa place (2). **B** conduit sa balle (2) et va contourner le plot. Il passe à **C** (3) et va prendre sa place (4).

C fait de même avec **D**, etc.

On peut travailler sur cet exercice avec un plus grand nombre de joueurs (doubler chaque poste par exemple), mettre 2 balles en circulation, etc.

L'objectif à atteindre est l'enchaînement des différentes actions en éliminant le contrôle de balle. Respecter le positionnement des crosses (cf. dessin ci-contre).



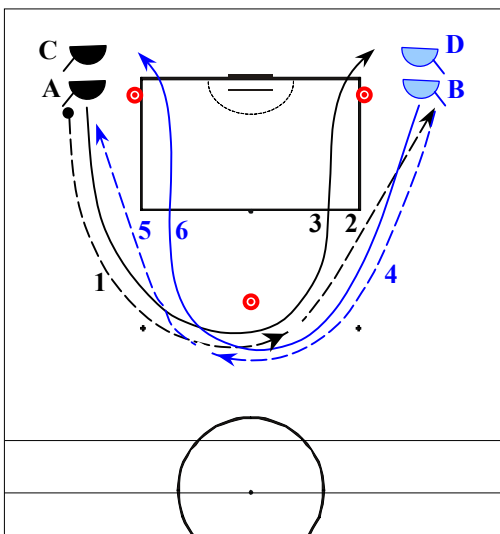
Exercice 186

Passe et suit / conduite de balle.

(Minimum 5 joueurs).

Le joueur **A** démarre l'exercice par une passe à **B** (1) et va prendre sa place (2). **B** conduit sa balle (2) et va contourner le plot. Il passe à **C** (3) et va prendre sa place (4). **C** fait de même avec **D**. **D** termine le premier tour par un passe (6) et suit (7) avec **E** qui recommence un nouveau tour.

L'objectif à atteindre est l'enchaînement des différentes actions en éliminant le contrôle de balle.



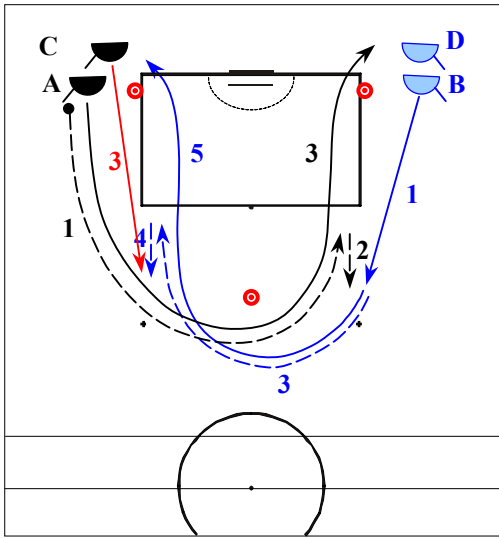
Exercice 187

Passe et suit / conduite de balle.

(Minimum 3 joueurs).

Le joueur **A** démarre l'exercice en conduisant sa balle (1), contourne le plot central, passe à **B** (2) et va se replacer dans la file d'attente (3). **B** conduit sa balle (4), contourne le plot central, passe à **C** (5) et va se replacer (6).

La crosse, lors de la conduite de balle, doit toujours être placée du côté opposé à un éventuel défenseur. Veiller à la précision et la puissance des passes afin de donner toujours plus de vitesse à l'exercice.



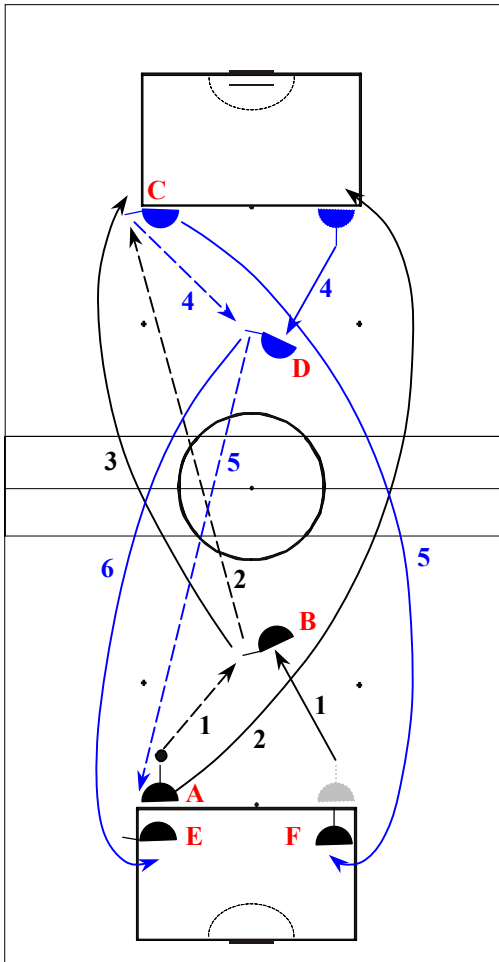
Exercice 188

Passe et suit / conduite de balle.

(Minimum 3 joueurs).

Le joueur **A** démarre l'exercice en conduisant sa balle (1), contourne le plot central, passe à **B** (2) qui le croise* et va se replacer dans la file d'attente (3). **B** conduit sa balle (3), contourne le plot central, passe à **C** en le croisant*(4) et va se replacer (5).

*Les passes (2) et (4) sont des passes de contrés. Elles se font au moment où les joueurs se croisent et la trajectoire de la balle doit être parallèle à l'axe cage-cage. La passe est frappée et non poussée. Elle doit donner de la vitesse au récepteur.



Exercice 189

Passe et suit aux 4 coins de surface.

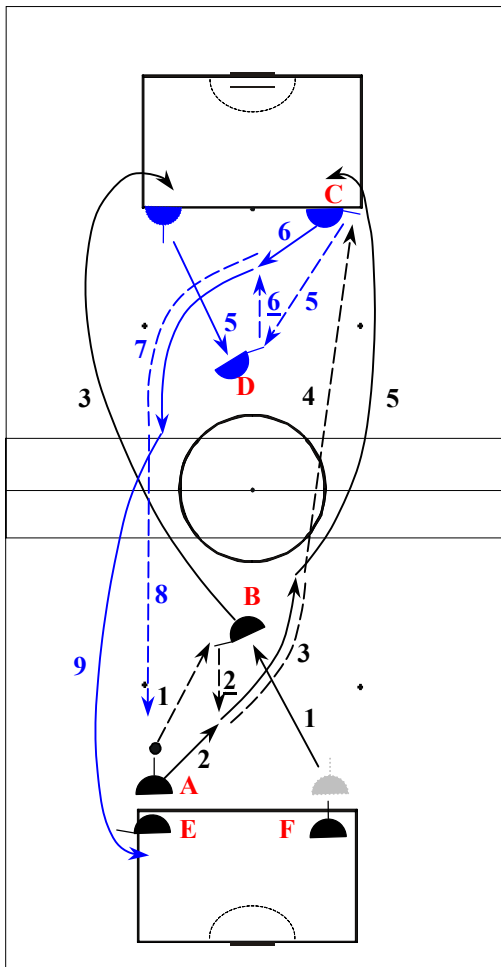
(Minimum 6 joueurs).

Le joueur **B** fait un appel de balle, croise au sol devant lui en patinant dans la direction de **C** (1). **A** lui transmet une passe précise et tendue (1) et va se replacer (2) en attente dans la colonne de **D**. Dans le même temps, **B** ouvre les bras pour passer à **C** (2) et va se replacer dans la colonne de **C** (3). L'exercice continue de manière similaire, avec les joueurs **C**, **D**, **E**, illustré par les trajectoires bleues.

Ici encore, on recherche en permanence l'accélération de la balle.

Le plus haut niveau est atteint lorsque tous les joueurs sont en capacité d'anticiper leurs départs, d'anticiper les trajectoires de leurs passes, de leur donner de la puissance et que le temps de contrôle est inexistant.

Le dessin ci-contre illustre l'exercice avec des passes sans contrôle.



Exercice 190

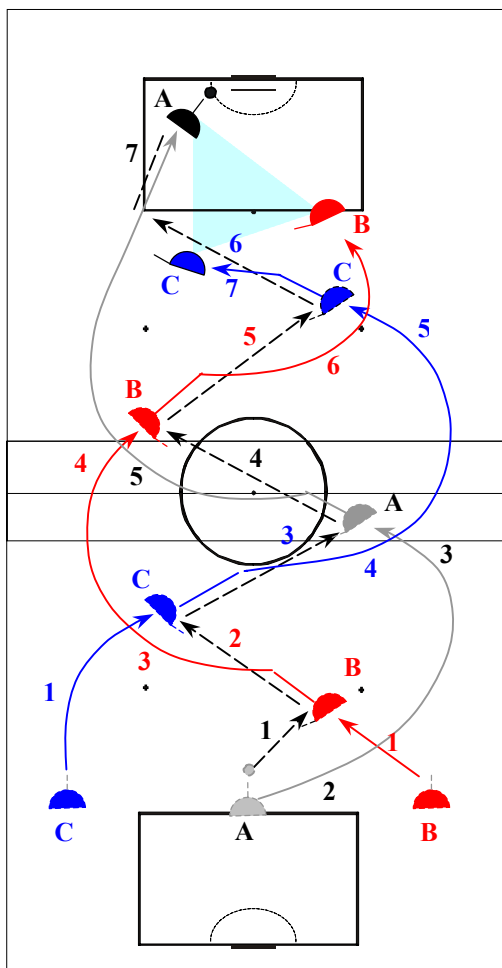
Passé et suit avec contrés aux 4 coins de surface.

(Minimum 6 joueurs).

L'organisation de départ de cet exercice est identique à celle du n°189. On introduit une passe de contré d'abord (2) et (6) et ensuite le passé et suit (4 et 5), (8 et 9).

Notez bien que la passe de contré reste parallèle à l'axe cage-cage afin de protéger le récepteur d'un éventuel défenseur.





Exercice 191

Criss-cross à trois (ou passe et suit en croisant).

Le joueur B

- fait un appel de balle vers le centre (1),
- réceptionne la balle de A (1),
- conduit la balle et passe à C (2),
- suit en s'écartant (3) puis fait un appel de balle (4) vers le centre,
- réceptionne la balle de A (4), etc...

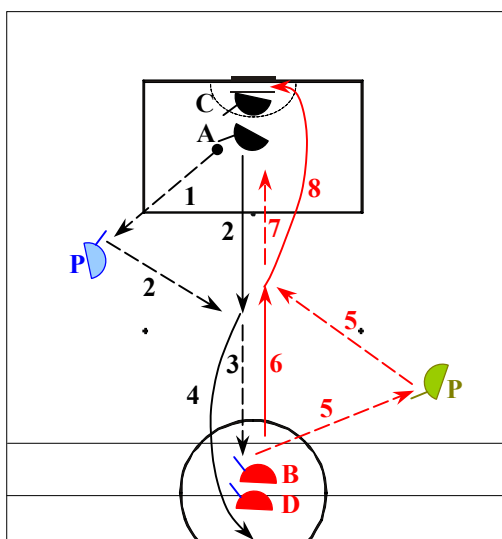
Le joueur A

- passe à B (1),
- s'écarte (2) et fait un appel de balle (3) vers le centre,
- réceptionne la passe (3) du joueur C,
- conduit sa balle et passe à B (4),
- suit en s'écartant (5) puis fait un appel de balle (6) en direction du 6 haut.

Le joueur C

- s'écarte et fait un appel de balle (1) vers le centre,
- réceptionne la passe de B (2),
- conduit sa balle et passe à A (3),
- suit en s'écartant (4) etc...

Si A ne finit pas par un tir en 6 haut, les joueurs terminent en triangle, A en 6 bas gauche, C en soutien de A, et B en 6 haut droit.



Exercice 192

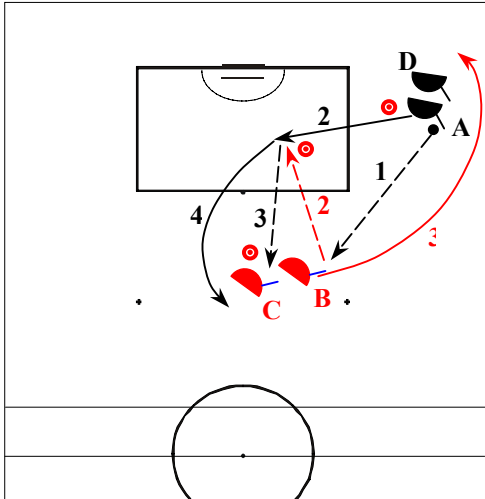
Enchaînement de passe et suit et passe et va.

Deux colonnes de joueurs se font face comme l'indique le schéma ci-contre.

2 passeurs fixes (penser à leur changement).

A passe (1) à P et patine en direction de B (2). P repasse à A (2) qui aussitôt passe à B (3) et va prendre sa place derrière D (4). B va procéder de la même façon que A avec P (trajectoires rouges). Après la réception de balle, on peut demander à B de passer sans contrôle à P ou bien d'ouvrir les bras avant d'effectuer la passe.

Pour augmenter la vitesse et le nombre de passages, on peut lancer deux balles en même temps (A et B). Penser à décaler les colonnes.



Exercice 193

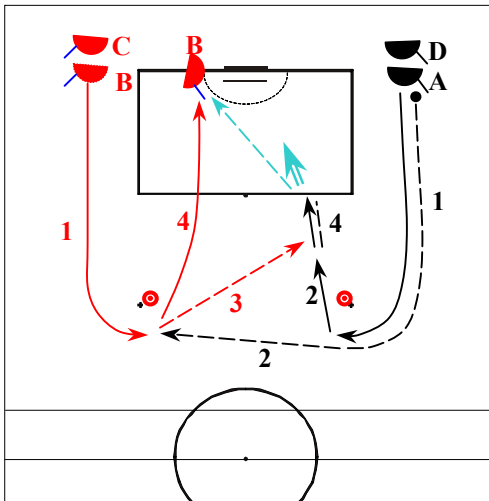
Enchaînement de passe et va.

Deux colonnes de joueurs se font face comme l'indique le schéma ci-contre.

A passe (1) à B et fait un appel de balle (2) derrière le plot. B attend que A arrive, lui passe (2) et va prendre la place derrière D.

Dans le même temps, A contrôle la passe et transmet aussitôt (3) à C puis va se placer derrière lui. C procèdera de la même manière que A mais avec D.

Exercice très dynamique, se jouant dans un petit espace. La précision du placement de la crosse est indispensable pour pouvoir enchaîner de plus en plus vite. L'objectif reste toujours la rapidité d'exécution et donc l'élimination de tout paramètre ralentissant l'évolution de la balle.



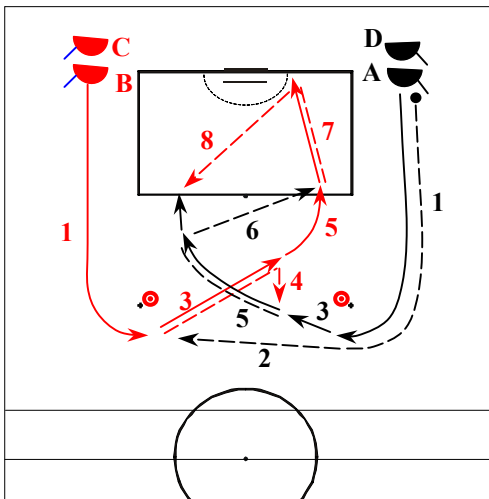
Exercice 194

Enchaînement de passe et va.

Deux colonnes de joueurs de chaque côté de la piste (attention aux tirs décentrés...).

Les joueurs A et B démarrent en même temps (1). Passé le plot, A passe à B (2) et plonge en direction du 6 haut (2). B lui repasse (3) et file en 6 bas (4). Dans le même temps A conduit sa balle (4) et arrivé en 6 haut, soit il tire soit il joue avec B en 6 bas.

Attention quoiqu'il décide, A doit de toute manière s'arrêter après le tir ou la passe, face à la cage, crosse au sol, prêt à une reprise directe ou au repli défensif.



Exercice 195

Enchaînement de passe et va avec contré.

Le dispositif de départ est identique à celui de l'exercice 194 mais on introduit une passe de contré entre B et A (4) puis un nouveau passe et va (6) pour terminer avec B en 6 bas droit qui fixe le gardien et A en 6 haut gauche prêt à reprendre sans contrôle la passe (8).

Il est important de discipliner les joueurs sur le respect de ces postes, dans la position favorable pour une reprise sans contrôle de balle.

LES FONDAMENTAUX COLLECTIFS DU RINK HOCKEY (Sports d'équipe)

1. CONSTRUCTION DU PROJET. JEU PAR INTENTIONS : marquer plus de buts que l'adversaire.	
2. RECONNAISSANCE PARTENAIRES / ADVERSAIRES.	
3. ENCHAÎNEMENT DES DIFFÉRENTES PHASES DE JEU. CA→A→RD→D ↑ ← ← ← ← ↓	
<p style="text-align: center;">ATTAQUE.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Changement de statut. • Reconnaissance défenseur / attaquant. • Reconnaissance PB¹, NPB². • Enchaînement d'actions individuelles dans une même phase de jeu. 	<p style="text-align: center;">DEFENSE.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Changement de statut. • Reconnaissance attaquant / défenseur. • Reconnaissance défenseur: sur PB, sur NPB. • Enchaînement d'actions individuelles dans une même phase de jeu.
4. OCCUPATION RATIONNELLE DU TERRAIN.	
<p style="text-align: center;">ATTAQUE.</p> <p>Construction de l'espace à attaquer.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Etagement ; écartement. • Appui / soutien. • Equilibration 	<p style="text-align: center;">DEFENSE.</p> <p>Construction de l'espace à défendre.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Répartition des espaces, des adversaires. • Protection du but. • Récupération de la balle.
5. SYSTEMES DE JEU.	
<p style="text-align: center;">ATTAQUE.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Passe et va, passe et suit, démarquage. • Circulation de balle, enclenchements, finitions. • Contré, voile (écran en mouvement), croisé, home board. • Attaque autour, attaque dedans. 	<p style="text-align: center;">DEFENSE.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Défense de zone. • Défense individuelle. • Défense mixte.
6. RAPPORT ATTAQUE / DEFENSE.	
<p style="text-align: center;">ATTAQUE.</p> <p>Evaluation du rapport de forces défensif :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Calque. • Rupture de calque. • Duel attaquants / défenseurs. • Temps forts / temps faibles. 	<p style="text-align: center;">DEFENSE.</p> <p>Evaluation du rapport de forces offensif :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Calque. • Rupture de calque. • Duel défenseurs / attaquants. • Temps forts / temps faibles.
DUEL Tireur / Gardien	
THEMES NON ABORDES.	
<p>Lecture de jeu / Prise d'informations / Décentration par rapport à la balle. Pédagogie : / maximalisation / évolution du rapport de forces / situations évolutives. Jeu du gardien de but. Création d'incertitude.</p>	

¹ PB : Porteur de balle

² NPB : Non porteur de balle

CA = Contre attaque
RD = Repli défensif

A = Attaque
D = Défense

LE JEU OFFENSIF

Introduction.

Dès la récupération de la balle, la première intention est d'aller marquer un but. Nous avons volontairement étudié l'aspect offensif du Rink Hockey en respectant cette logique sportive et en abordant chronologiquement :

- la contre attaque,
- la montée de balle en zone offensive (10 secondes) si la contre attaque n'est pas possible,
- l'attaque placée, si la défense s'est organisée.

Définition.

Quelques idées :

- mettre en difficulté la défense,
- conserver la balle,
- utiliser les erreurs défensives.

Principes.

L'occupation du terrain est fonction de quatre critères.

1. La réglementation.

Le règlement donne 10 secondes aux joueurs pour passer en zone offensive sous peine de rendre la balle à l'adversaire. Une fois en zone offensive, les attaquants n'ont pas la possibilité de revenir dans leur zone défensive (ligne de retour en zone).

2. L'aire de jeu.

L'occupation du terrain se fait grâce à l'étagement et à l'écartement des joueurs. L'étagement est le positionnement des joueurs sur la profondeur du terrain. L'écartement est le positionnement des joueurs sur la largeur du terrain.

3. Le porteur de la balle.

Les partenaires construisent une relation par rapport au porteur de la balle en se plaçant :

- en appui (devant le porteur de balle),
- en soutien (derrière le porteur de balle).

4. L'occupation de postes clés sur le terrain.

Ce sont les placements des attaquants à des postes incontournables pour l'organisation et l'équilibre du jeu. Pour plus de simplicité, nous faisons appel à une numérotation (voir plan début du tome 2) des emplacements clés sur le terrain.

I - CONTRE ATTAQUE

Définition.

La contre attaque, c'est chercher à marquer un but immédiatement après la récupération de la balle, en prenant la défense de vitesse avant qu'elle n'ait pu s'organiser. Cette phase de jeu est sous tendue par la vitesse maximale de déplacement des joueurs et de la balle vers l'avant. De ce fait, elle est associée à une prise de risque calculée.

Principes.

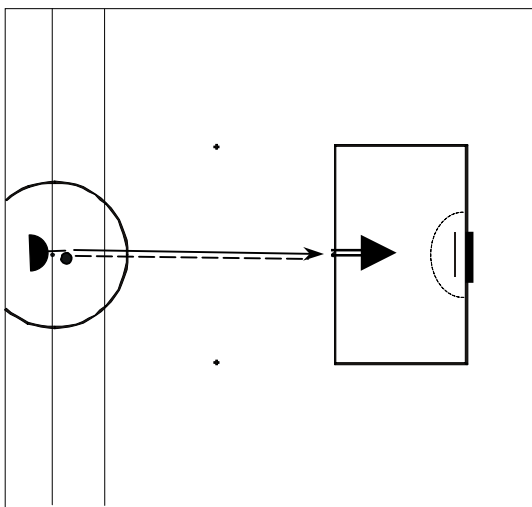
1. **La contre attaque**, c'est chercher à profiter des difficultés rencontrées par l'équipe adverse
 - changement tardif de statut (d'attaquant à défenseur),
 - absence de remplacement (par rapport au but et à l'adversaire),
 - infériorité numérique (un équipier ne se replie pas).
2. **La contre attaque**, c'est tenir compte du fait que les attaquants qui sont en déplacement avant sont plus rapides que le défenseur qui est en déplacement arrière.
3. **La contre attaque**, c'est aussi tenir compte des qualités offensives de sa propre équipe.
4. **La balle peut être récupérée** en position basse (près du but) ou en position haute (milieu de terrain). Dans les deux cas, rappelons qu'il est important de :
 - privilégier la contre attaque en première intention,
 - chercher à déplacer son défenseur par un geste technique permettant d'accéder directement au but,
 - savoir interrompre la contre attaque en cas de difficultés (passe imprécise, mauvais contrôle de balle, bon repli défensif, mauvais placement sur le terrain).

A - LES CONTRE ATTAQUES APRES RECUPERATION DE BALLE EN POSITION HAUTE

A.1 - 1 contre 0 (1 contre le gardien)

Cette situation peut provenir :

- d'une interception de balle,
- d'un tir contré,
- d'un pressing réussi,
- d'un geste technique qui élimine le dernier défenseur.



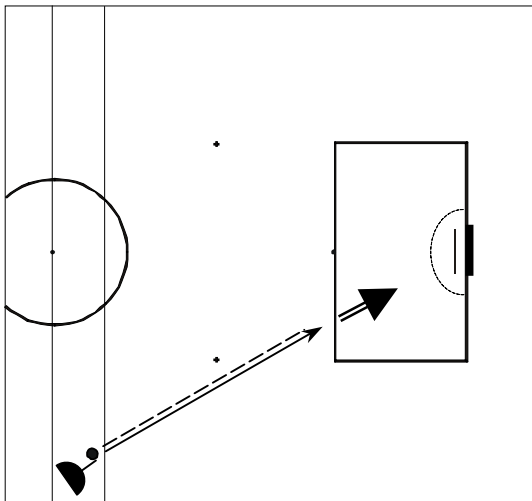
1 contre 0 (centré)

Conduite de balle en ligne droite.

- en pronation (2 mains et 1 main),
- en supination (à une main).

Finition :

- tir frappé,
 - feinte de tir + tir frappé,
- si le gardien n'est pas sorti pour fermer l'angle de tir.

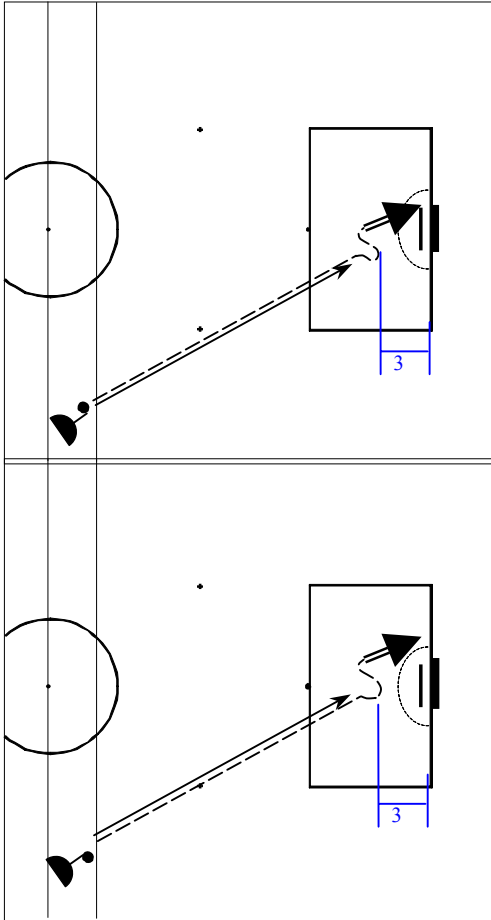


1 contre 0 (latéral)

Conduite de balle dans l'axe du but.

Finition :

- tir frappé,
- feinte de tir + tir frappé,
- tir poussé en lucarne opposée à 3m du gardien,
- ouverture des bras et tir raz de terre, côté opposé.



1 contre 0 (latéral)

Conduite de balle dans l'axe du but.

Finition : S + tir poussé.

Le premier S permet de fixer le gardien au 1^{er} poteau, le deuxième S à le déborder pour marquer au 2^{ème} poteau.

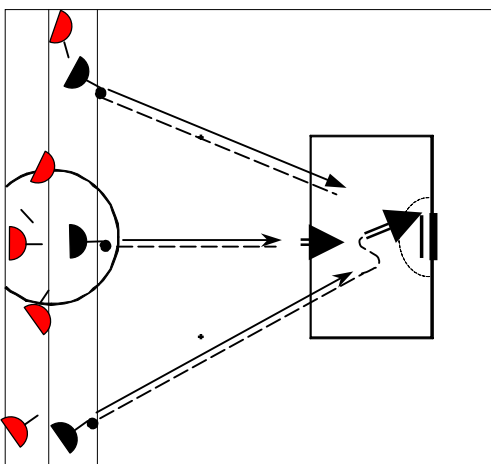
En progression : la fixation au premier poteau peut se faire à une main et la finition reste identique (à droite pour les droitiers, à gauche pour les gauchers).

A.2 - 1 CONTRE 1

A.2a : 1 contre "1 en retard"

Faire les mêmes exercices que "1 contre 0" avec un poursuivant. Mais cette fois l'attaquant est obligé de conduire sa balle avec protection :

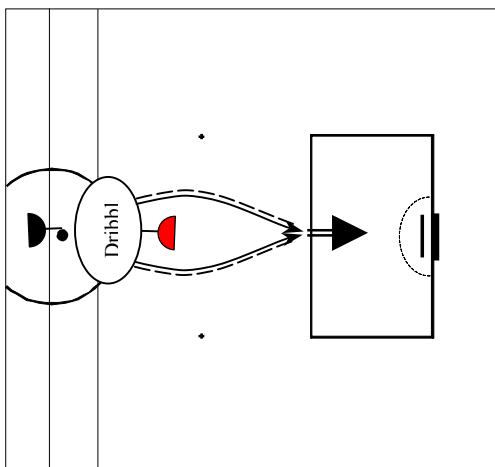
- conduite de balle devant quand le poursuivant est derrière,
- conduite à l'opposé quand le poursuivant est latéral.



Finition : identique au 1 contre 0

- caresse + tir poussé dans l'axe
- S contre S + tir poussé en latéral

A.2b - 1 contre "1 axé"



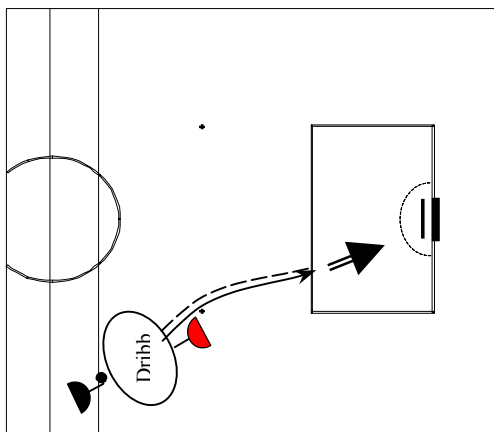
1 contre "1 axé"

Réaliser un dribble.

(voir maniement de balle : crochet, inversion, S, tunnel) pour éliminer le défenseur et aller au but.

Finition : identique au 1 contre 0.

A.2c - 1 contre "1 latéral"



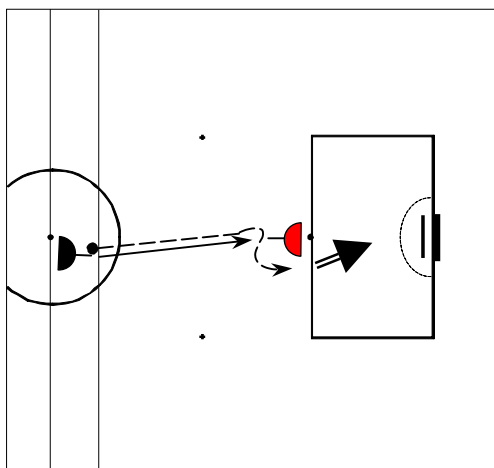
1 contre "1 latéral"

Adversaire placé sur le côté.

Réaliser un dribble (voir maniement de balle) en cherchant à se rapprocher de l'axe central.

Finition : identique au 1 contre 0 latéral.

A.2d - 1 contre "1 éloigné"



1 contre "1 éloigné"

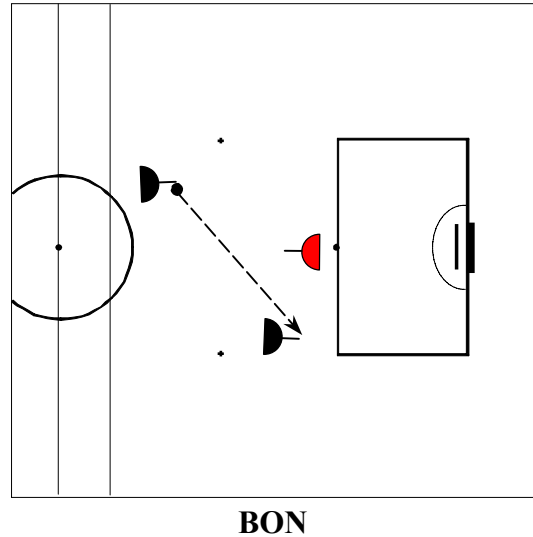
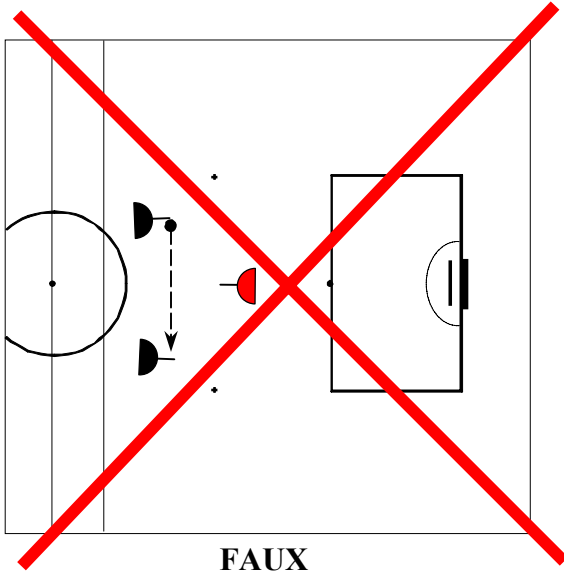
Adversaire éloigné, adversaire proche de son but.

Dans cette situation, utiliser l'arrière pour masquer le gardien

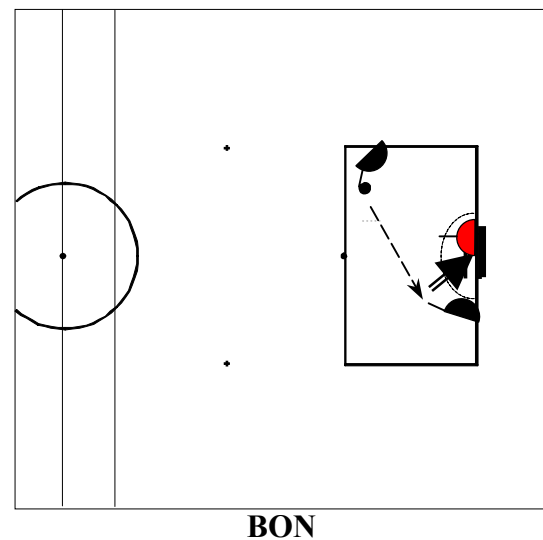
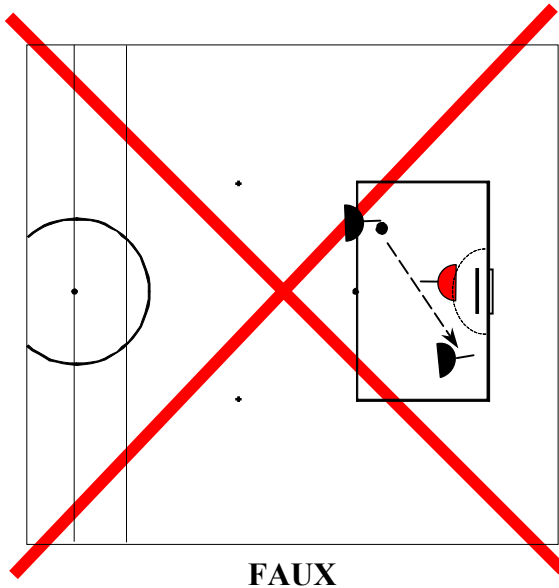
Finition : identique au 1 contre 0 dans l'axe.

A.3 - 2 CONTRE 1

Les joueurs doivent choisir la solution la plus rapide pour aller vers le but, déplacement en profondeur, passe en profondeur. Toutes les passes sont effectuées avec le maximum de sécurité.

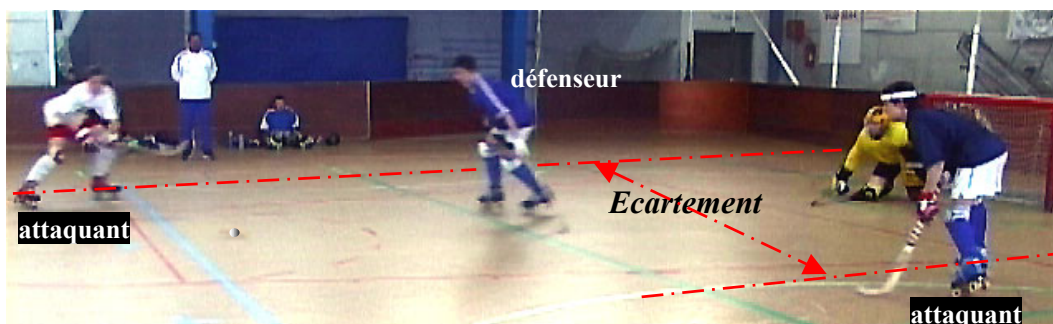
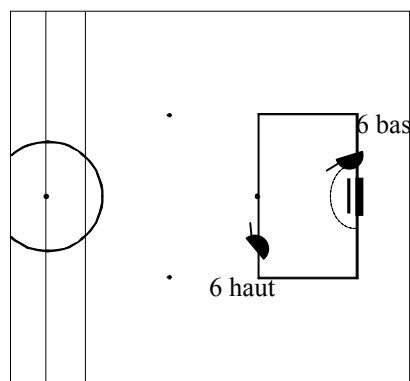
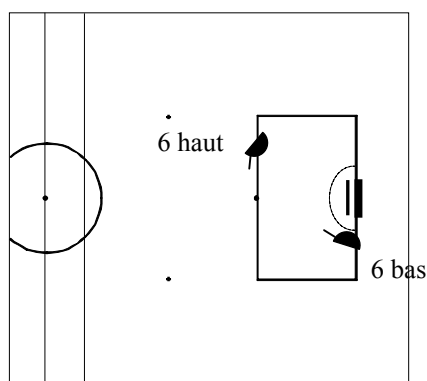


En contre attaque, le jeu dans la surface demande une grande vitesse de réalisation et tous les tirs sont effectués sans contrôle (tirs accompagnés). La position des joueurs et de leurs crosses doit répondre aux exigences du tir accompagné avec le plus grand angle de tir.



La finition à 2 devant le but doit respecter les principes d'étagement et d'écartement. Nous avons codifié ces emplacements en "6 bas" et "6 haut" (voir plan ci-dessous).

Demander aux joueurs de s'arrêter à ces emplacements en freinage $\frac{1}{2}$ latéral face au gardien, crosse au sol, côté axe.



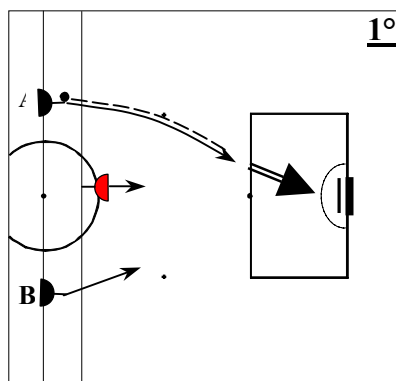
A.3a - En situation d'écartement

Les joueurs sont déjà écartés lorsqu'ils récupèrent la balle. On leur demande de ne pas rester sur la même ligne et de créer l'étagement.

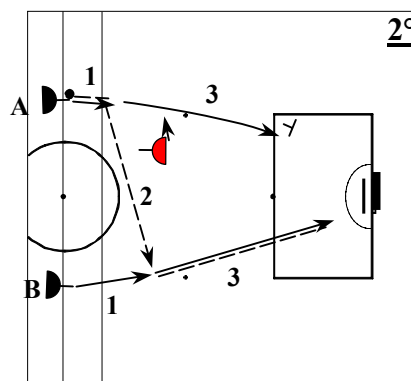
A.3b - Attaquants et défenseur en position au centre du terrain

La 1^{ère} intention est le débordement puis le jeu à 2 sur le gardien.

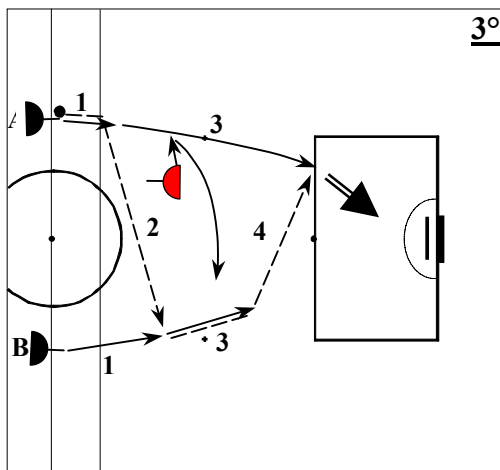
A partir d'une même situation de départ, nous proposons **5 solutions**.



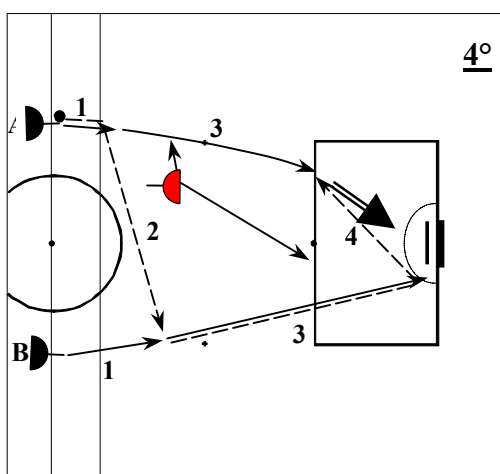
Le défenseur reste sur l'axe central, A va au but et tire.
B s'arrête en soutien en 6 haut.



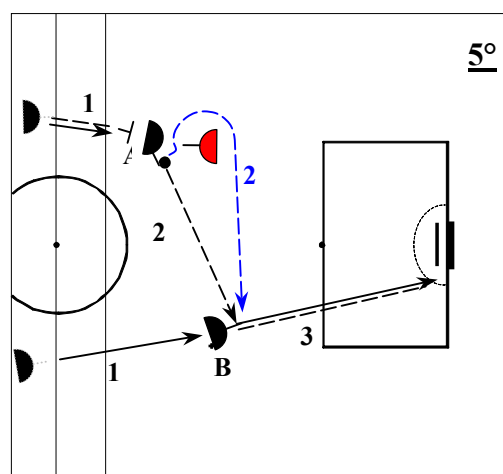
Le défenseur reste au centre ou va sur A
A passe à B (appui), B joue seul face au gardien : finition du 1 contre 0 et A s'arrête en 6 haut.



Le défenseur reste au centre ou va sur A puis sur B.
 A passe à B (2), B redonne à A (4) qui tire sans contrôle (passe et va + tir accompagné).



Le défenseur reste au centre ou va sur A puis sur B. A passe à B (2), B va au point 6 bas (3) en débordant son défenseur, puis donne en retrait à A (4) au 6 haut qui tire sans contrôle.



Le défenseur va sur A. Si l'étagement de B est trop profond (passe difficile, non en sécurité), A s'arrête.
 En fonction de la réponse du défenseur :
 - A passe les bras pour faire la passe à B
 - A repart exécute un S pour faire la passe à B dans le dos du défenseur.





I



II



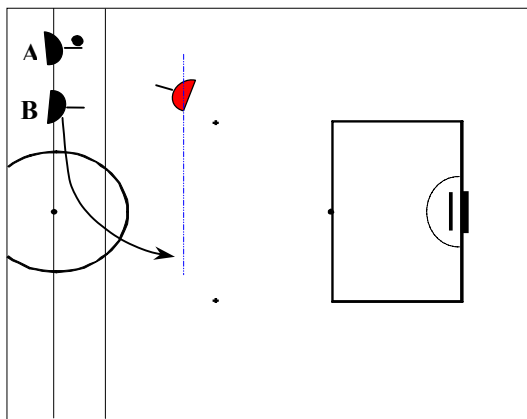
III

L'attaquant (maillot rayé) se débarrasse de son marquage par un "S"(I et II) enchaîné par une passe à son partenaire démarqué en 6 haut (III) et qui peut reprendre en tir accompagné (IV).

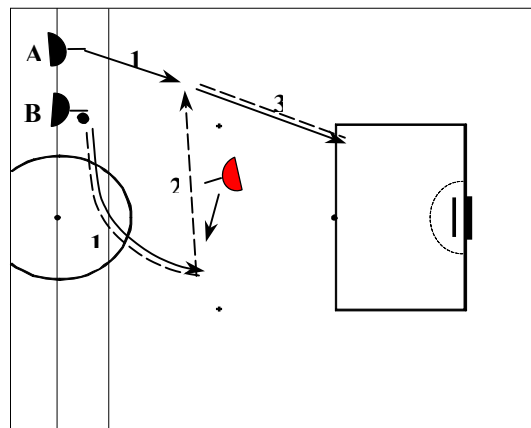


IV

A.3c - Attaquants et défenseur en position sur le coté du terrain



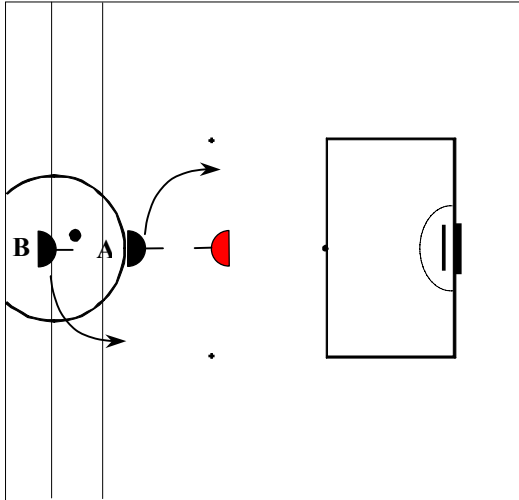
Le joueur **B** doit rechercher l'écartement par rapport au porteur **A** et à l'axe du but (aller vers le 6 bas) sans passer la ligne d'épaules du défenseur.



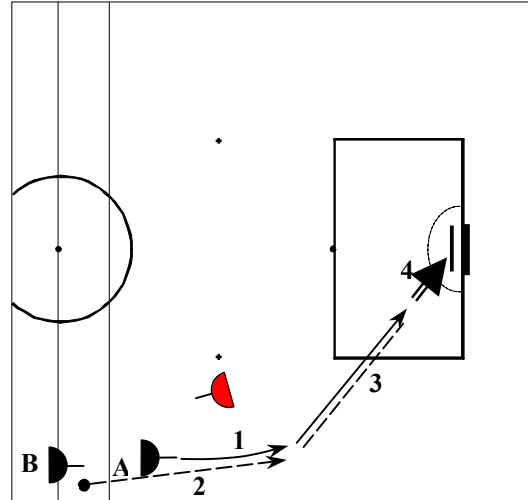
Le porteur de balle **B** doit aussi aller chercher l'écartement et s'il est marqué, il joue avec **A** en soutien.

A.3d - Placement étagé

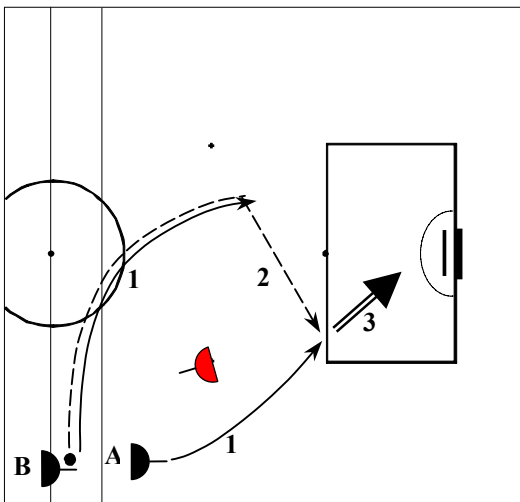
Les joueurs sont déjà étagés lorsqu'ils récupèrent la balle. On leur demande de ne pas rester sur le même axe et de créer l'écartement.



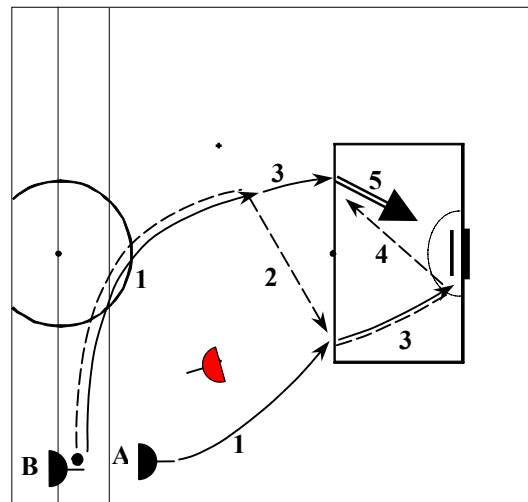
Au départ les joueurs sont au centre du terrain. Ils doivent rechercher en 1^{er} lieu l'écartement, la balle est toujours laissée au soutien.



Au départ les joueurs sont sur le côté du terrain. A part vers l'avant pour donner de la profondeur (étagement), B passe à A qui joue seul contre le gardien.



Au départ les joueurs sont sur le côté du terrain. B déborde le défenseur, puis passe à A qui s'est déplacé au 6 haut et tire sans contrôle.



B déborde le défenseur, puis passe à A qui s'est déplacé en 6 haut. Il continue avec la balle jusqu'au 6 bas (pour fixer le gardien) puis redonne à B qui s'est placé en 6 haut.

A partir de cette dernière solution, nous avons identifié un test de vitesse correspondant aux possibilités de débordement d'un joueur en possession de la balle à la ligne d'anti-jeu.

(Cf. manuel tome 1 p76).

A.4 - 3 CONTRE 1

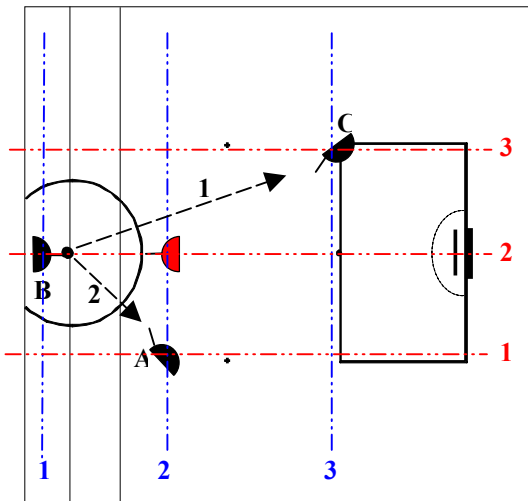
Nous retrouvons les positions de départ du 2 contre 1, avec un joueur supplémentaire qui joue en soutien de ses partenaires pour créer un triangle d'attaque.

A.4a - Récupération de balle par un des avants

La première intention est de laisser la balle au soutien (si l'accès direct à la cage est fermé) qui organise le jeu. La deuxième intention est de créer l'étagement (profondeur) avec les avants, et l'écartement.

A.4b - Récupération par un arrière

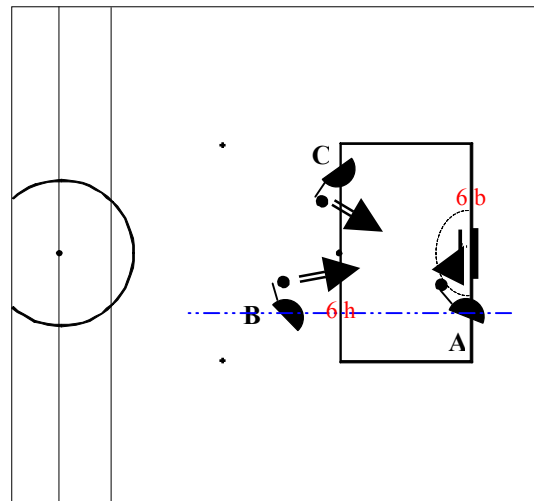
Simultanément les 3 joueurs doivent aller vers le but adverse en créant étagement et écartement. Le respect de ces principes aboutit à la création du triangle d'attaque.



Le triangle d'attaque doit respecter :

- 3 plans d'étagement,
- 3 couloirs d'écartement.

A qui est le 1^{er} appui se place à la hauteur du défenseur. **A** et **C** offrent deux possibilités de passes pour **B**.

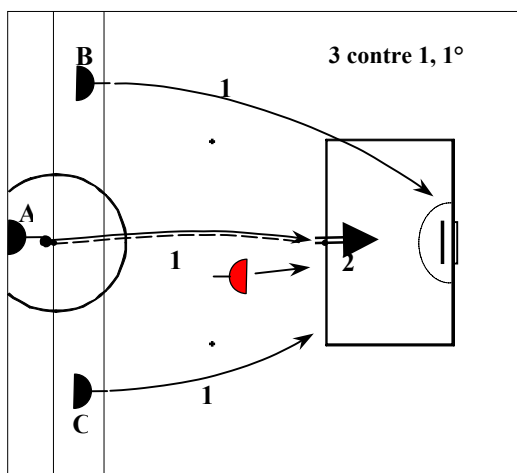


En finition, le triangle d'attaque respecte les positions 6 haut et 6 bas.

Les 3 joueurs ont la possibilité de marquer.

Le soutien **B** est sur le même axe que le **A** au 6 bas, 2m derrière la ligne de surface.

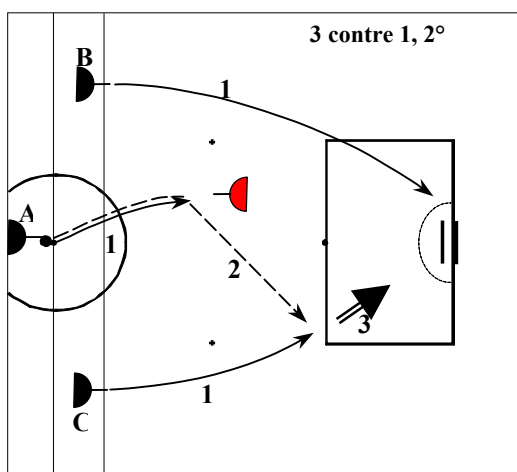
A partir d'une position de départ de 3 attaquants au centre du terrain, nous proposons **4 solutions**.



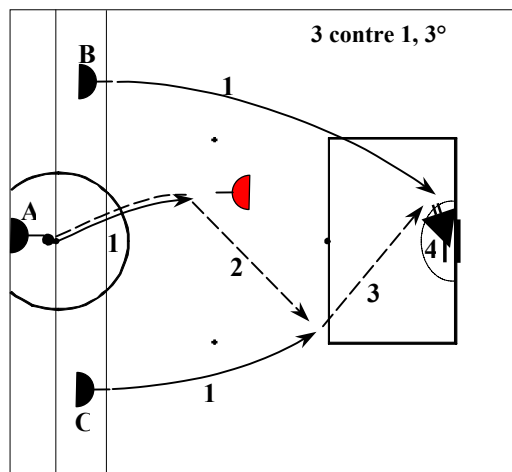
C'est le soutien **A** qui est porteur de balle (Il en est toujours ainsi quelle que soit la position de départ).

Son partenaire **C**, situé du côté du défenseur, termine sa course (1) en *6 haut droit* alors que **B** offre une solution (1) en *6 bas gauche*.

Le défenseur ne s'opposant pas à la trajectoire de **A**, il a obligation de tirer (2).

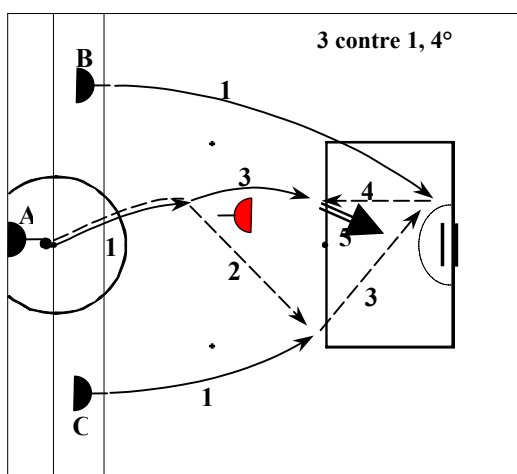


Le défenseur s'oppose au porteur de balle **A**. Il doit donc l'écartier par sa course (1) afin de libérer l'espace pour son partenaire **C** qui reprend la passe (2) en *6 haut* en tir accompagné (3). **B** offre toujours une solution en *6 bas*.



Le départ de l'action reste le même mais ici **C** ne tire pas en *6 haut*.

Il sert son partenaire **B** (3) en *6 bas* qui effectue un tir accompagné (4).



Enfin, **B**, récepteur de la passe de **C** (3), fait appel au soutien **A** (4) qui a continué sa course (3) pour reprendre la balle par un tir accompagné (5).

A.5 - 2 CONTRE 2

La première intention est de laisser la balle au soutien. Le 1^{er} attaquant vient perturber la répartition défensive des deux arrières en passant entre les deux arrières (croise).

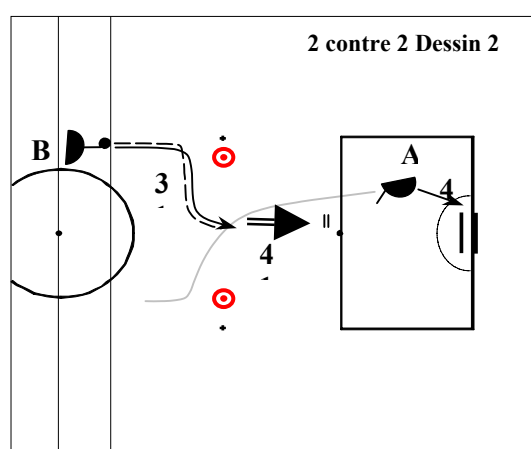
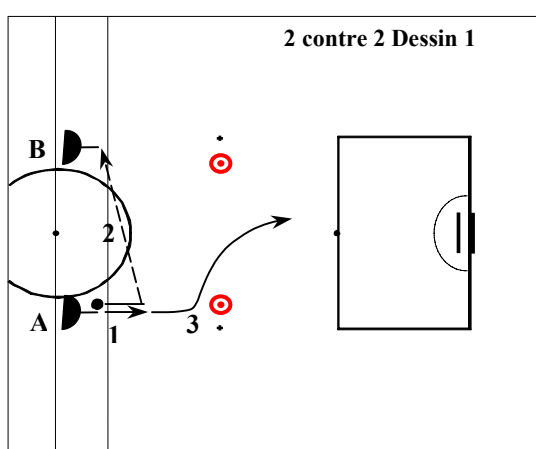
Situation de 2 contre 2 (voir chapitre tirs, tome 1, exercice 110).

Les plots matérialisent 2 défenseurs.

Le joueur **A** s'avance vers son défenseur direct pour le fixer, passe à **B** et croise entre les deux adversaires pour aller se positionner en *6 haut*. Le joueur **B** après contrôle, fixe son défenseur direct par un "S" puis vient tirer entre les 2 défenseurs. Le joueur **A**, suivant le cas, tente de reprendre la balle repoussée par le gardien ou détourne le tir dans la cage.

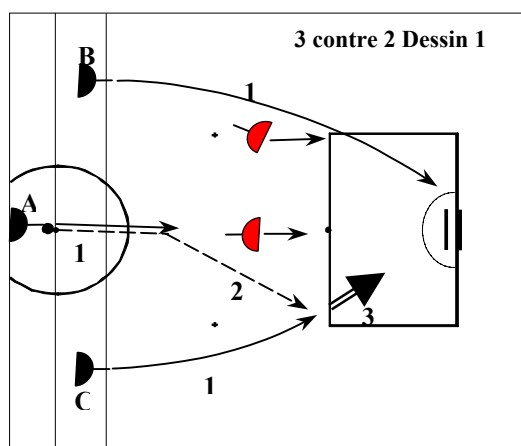
Cet enchaînement nécessite une bonne coordination des 2 joueurs afin de masquer le plus tard possible leur intention.

En situation réelle, de nombreuses adaptations sont liées aux réactions de la défense.

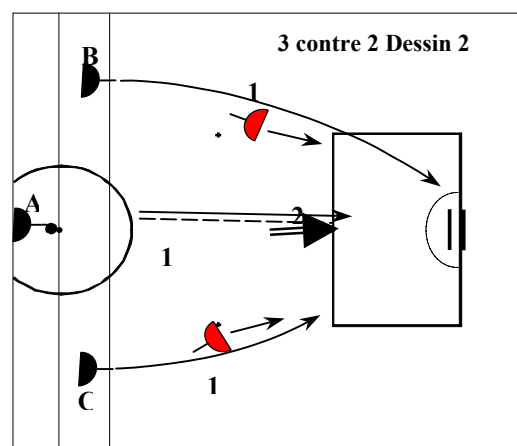


A.6 - 3 CONTRE 2

Par rapport au 3 contre 1, la configuration du triangle d'attaque est liée à la profondeur et à l'écartement que peuvent donner les avants. Ceux-ci se positionnent en appui à hauteur des défenseurs. A grande vitesse d'exécution les possibilités sont réduites.



Le porteur de balle **A** est marqué par un des défenseurs. Il a donc la possibilité de passer à **C** (2) qui ne subit pas de marquage et peut ainsi effectuer un tir accompagné (3).



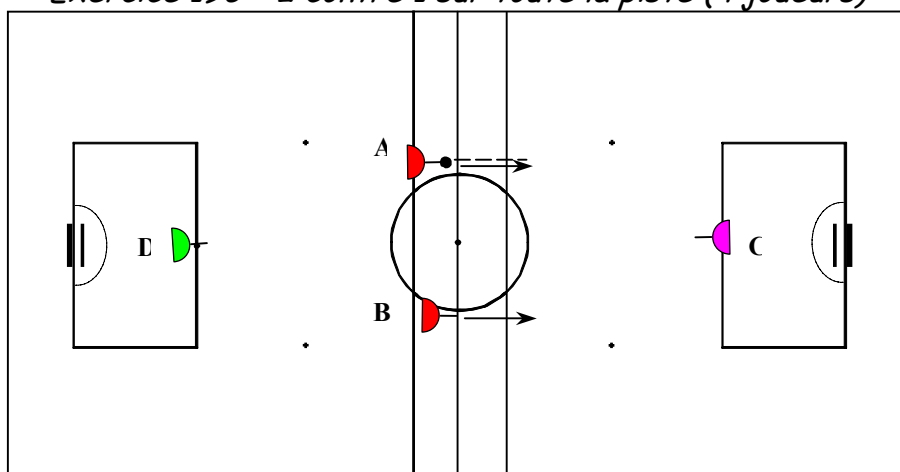
Les 2 avants **B** et **C** sont pris, le porteur de balle doit tirer et marquer. Il est important que les 2 avants s'arrêtent en *6 bas* et *6 haut* (repli défensif si tir contré ou reprise si renvoi du gardien).

Attention : dans ce type de situation de contre attaque, on voit souvent :

- les avants insuffisamment disponibles et rigoureux pour se mettre en situation de tir accompagné,
- les avants attendre la passe, ne pas s'arrêter et terminer leur course derrière la cage,
- le soutien attendre trop longtemps une solution pour privilégier la passe et ne pas prendre le tir.

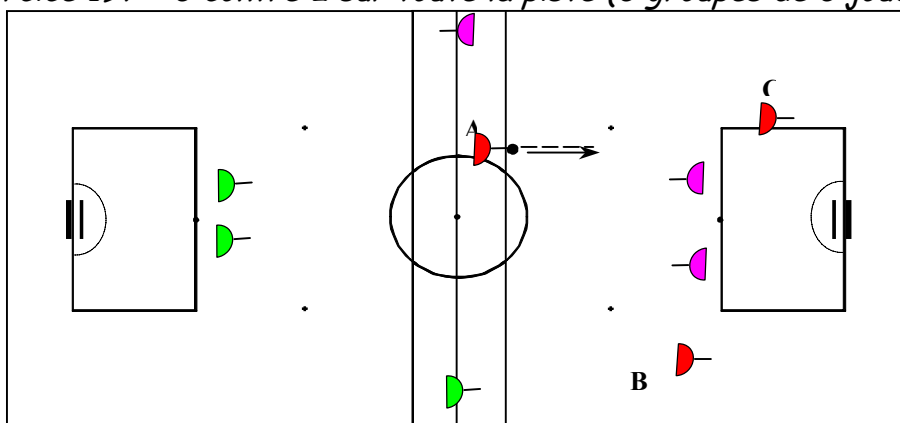
En conséquence, à 3 contre 2 (ou 3 contre 1), plus le soutien peut prendre une initiative tôt (à distance de la cage adverse), plus il bénéficie d'espace pour jouer limitant ainsi l'adaptation de l'organisation défensive.

Exercice 196 - 2 contre 1 sur toute la piste (4 joueurs)



A et B jouent la contre attaque contre C selon les principes définis plus haut. Lorsque l'action est terminée (tir), C devient attaquant avec B contre D et ainsi de suite. Prévoir plusieurs balles sur la piste pour pouvoir enchaîner les contre attaques.

Exercice 197 - 3 contre 2 sur toute la piste (3 groupes de 3 joueurs)



A, B et C jouent la contre attaque contre les 2 joueurs violets selon les principes définis plus haut. Lorsque l'action est terminée (tir), les violets partent en contre attaque avec leur 3^{ème} joueur qui attendait à la ligne médiane contre 2 joueurs verts qui continuent selon la même organisation.

Exercice 198 - 3 contre 1 sur toute la piste (3 groupes de 3 joueurs)

L'organisation s'apparente à celle de l'exercice 197. 2 joueurs de 2 équipes attendent à la médiane pendant l'attaque des 3 joueurs de la 3^{ème} équipe contre 1 défenseur.

B - LES CONTRE ATTAQUES APRES UNE RECUPERATION DE BALLE EN POSITION BASSE

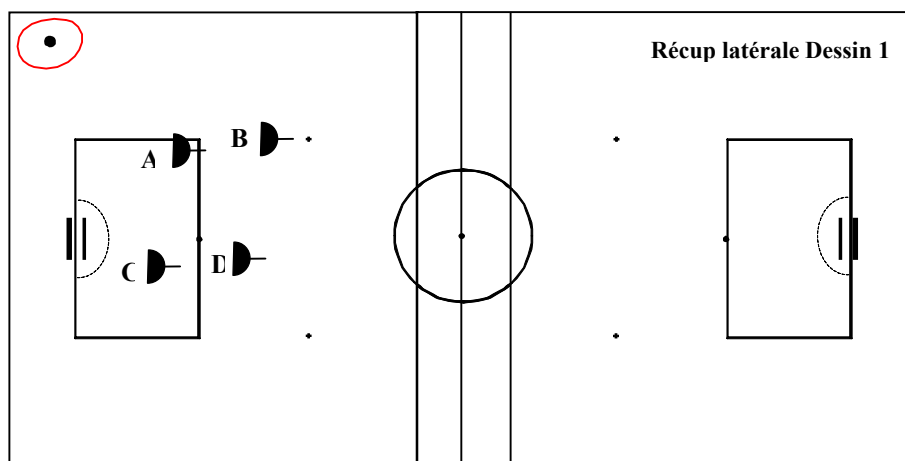
A partir d'une récupération de balle en position basse, la contre attaque s'organise avec une passe de relance créant une situation similaire à une récupération de balle en position haute.

Cette première passe est essentielle, car c'est elle qui déclenche la contre attaque et met en situation favorable les attaquants. Elle doit être

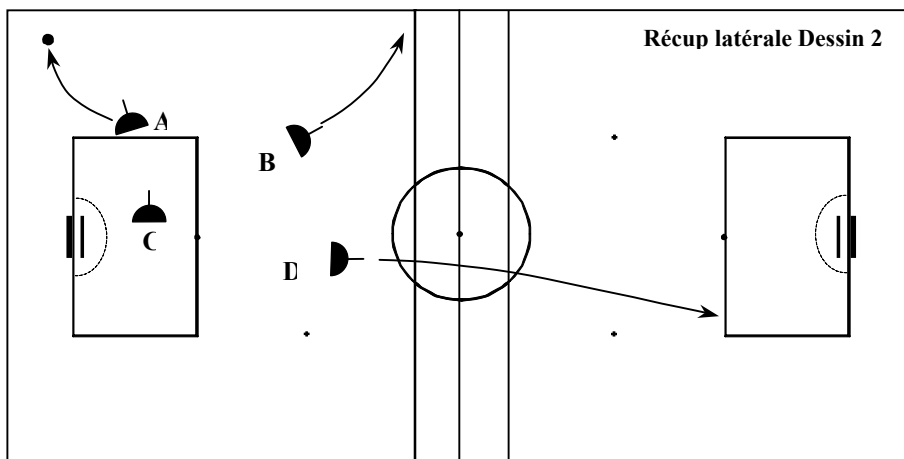
- sûre : pas d'interception possible ;
- précise : dans la crosse du partenaire ;
- longue : pour créer la supériorité numérique et pour éloigner le danger ;
- puissante : pour prendre de vitesse les défenseurs.

Le plus souvent, l'équipe adverse opère un repli défensif en "entonnoir" vers sa cage, libérant ainsi les parties latérales du terrain. Nous organisons donc de manière privilégiée une relance dans ces espaces libres.

B.1 - Récupération latérale

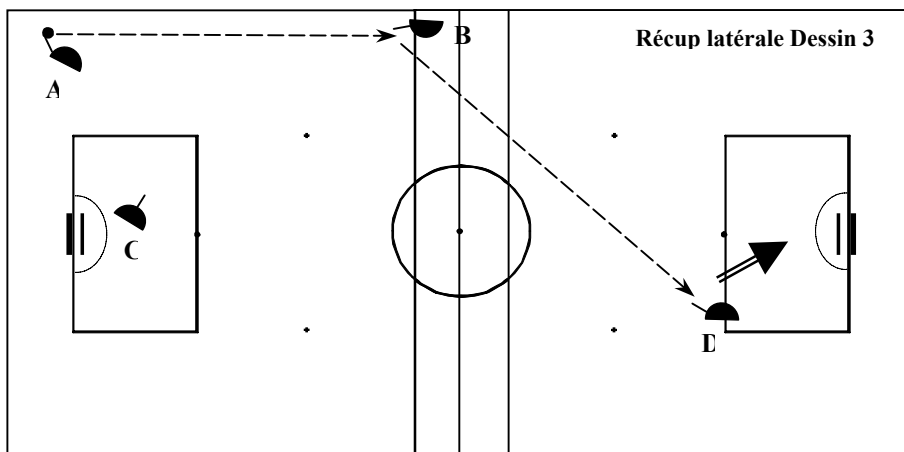


Position de départ des joueurs qu'ils soient en défense individuelle ou en défense de zone



La balle est latérale.

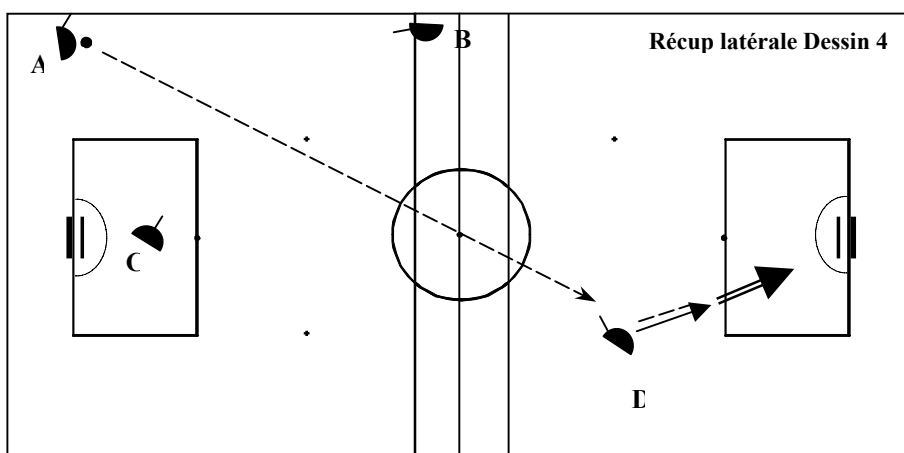
Récupération par le défenseur le plus proche **A**. Le joueur **C** vient en soutien. Les deux avants **B** et **D** créent simultanément l'étagement et l'écartement : **B** va à la ligne médiane, dos à la balustrade, prêt à recevoir la passe, et **D** part au 6 haut opposé.



Organisation

A passe à **B** le long de la balustrade

B passe sans contrôle à **D** au 6 haut qui effectue un tir accompagné.

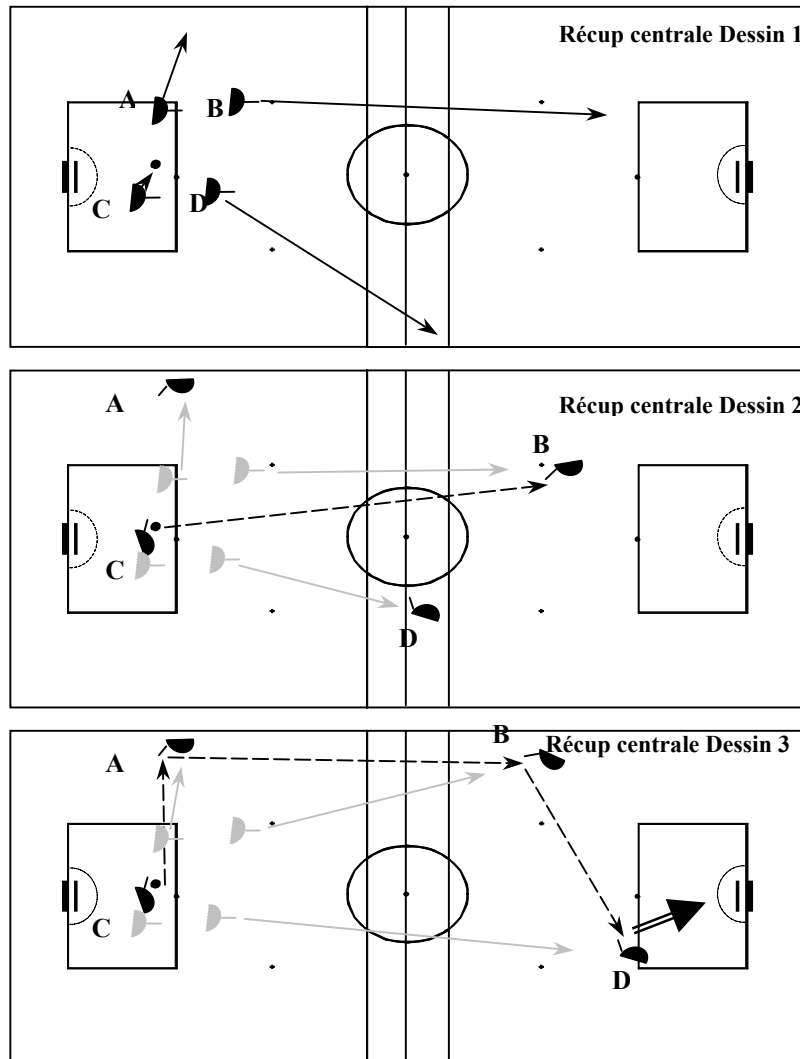


A peut jouer directement pour **D**. Cette passe bien que plus directe est souvent impossible (adversaire) et plus risquée (interception).

B.2 - Récupération centrale

Dans cette phase de jeu où la récupération de la balle se fait devant son propre gardien, la priorité est souvent donnée à la conservation de la balle (proximité des adversaires devant le but). Toutefois, la construction d'une contre attaque reste possible.

- La passe de relance peut être effectuée sans risque vers un des avants (*dessin 2*).
- La passe de relance est impossible ou incertaine (présence d'adversaire) : demander à sortir vers un des côtés du terrain pour "construire" une relance identique à la récupération de balle latérale (*dessin 3*).



II - MONTEE DE BALLE

Définition

La montée de balle, c'est encore chercher à marquer un but pendant le temps d'organisation de la défense, car la mise en place d'un dispositif défensif laisse encore des possibilités réelles aux attaquants.

Principes

Montée de balle rapide.

L'intention est de passer le plus rapidement possible en zone offensive, et d'essayer de marquer face à une défense qui ne s'est pas bien replacée, ou tardivement. La priorité étant la rapidité, la montée de balle s'organise à partir de la localisation de la récupération de la balle, et par rapport aux espaces libres :

- soit 2+2,
- soit 1+2+1.

Cette montée de balle rapide est utilisée quand la défense est en retard dans son repli, dans son placement, dans son organisation pour :

- essayer d'exploiter les lacunes défensives,
- augmenter les problèmes de la défense dans sa réorganisation,
- élever le rythme du jeu en limitant les temps de récupération (aspect tactico-physique).

Montée de balle lente.

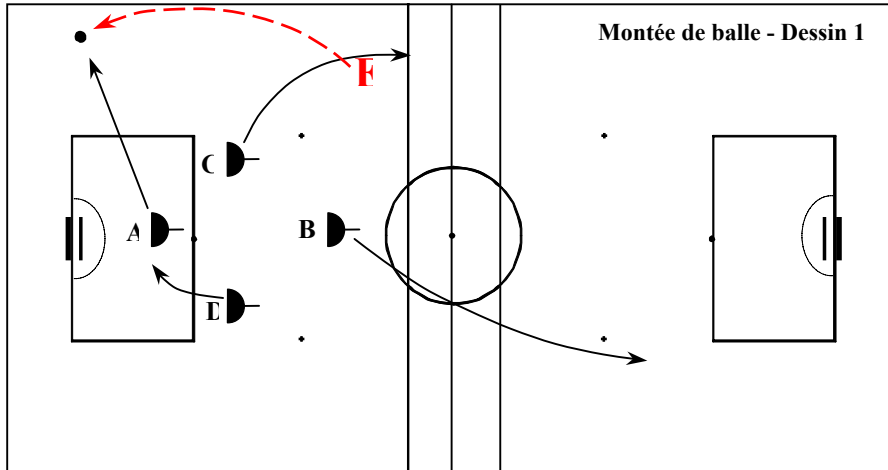
Dans cette situation, il est important que les joueurs qui partent vers l'avant pour servir d'appui, ne franchissent pas la ligne d'antijeu parce que s'ils reçoivent la balle au delà, ils ne peuvent plus rejouer avec le soutien.

La montée de balle lente préfigure la mise en place d'un système de jeu. Sa structure va dépendre du positionnement des joueurs en zone offensive (en carré ou en losange, prise des postes). Elle peut être aussi conditionnée par la présence d'adversaires qui exercent un pressing défensif haut.

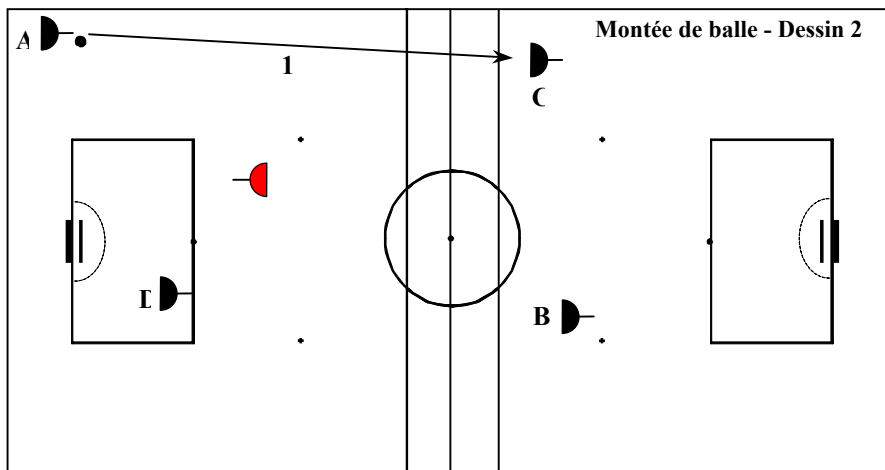
Elle permet également de :

- procéder au changement de joueur ;
- temporiser (aspect tactico-physique) ;
- prendre des informations sur le jeu pour les joueurs ;
- donner des consignes aux joueurs (entraîneur).

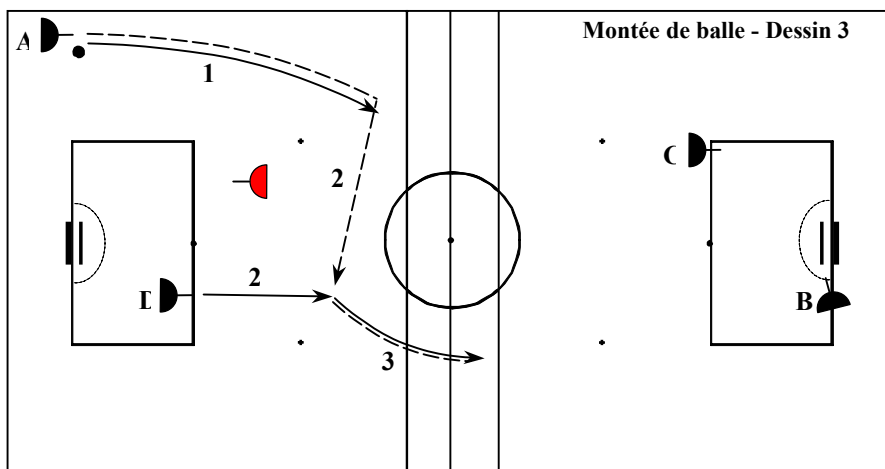
A L'ENTRAINEMENT



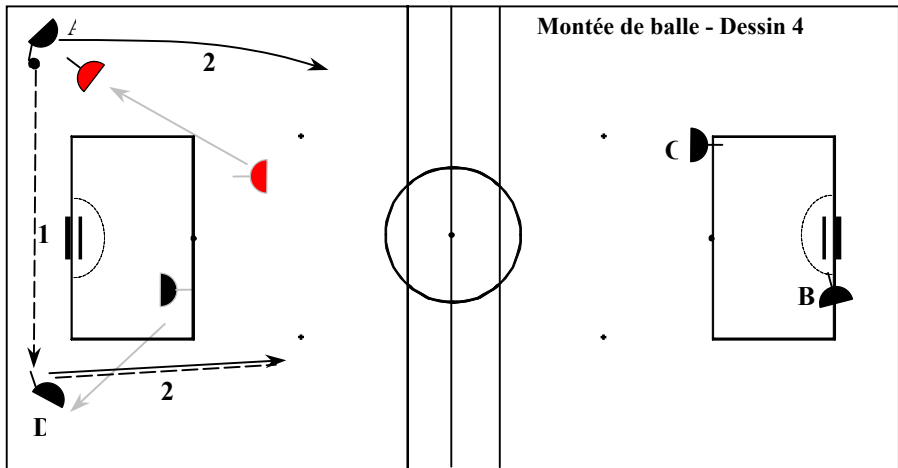
Exercice 199
4 hockeyeurs
 en patinage libre
 dans un espace
 défensif.
 L'entraîneur jette
 une balle à
 récupérer.



Exercice 200
4 contre 1.
 Le récupérateur de
 balle A utilise
 immédiatement C
 (1) L'action se
 termine
 - C tout seul,
 - à 2 avec B,
 - en triangle de
 finition C. D. B.



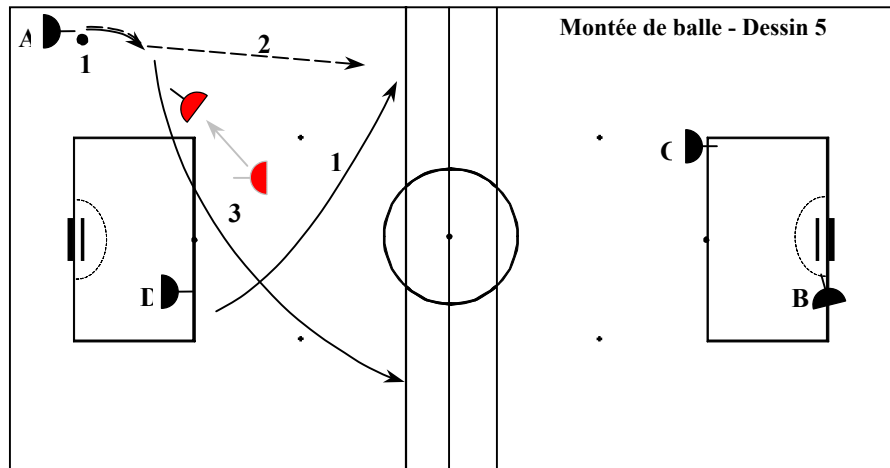
Exercice 201
Montée de balle
par le joueur A.
 Le joueur D assure
 le soutien. Si il y a
 passe au soutien,
 elle doit être
 effectuée avant la
 ligne d'anti-jeu.
 Le porteur de balle
 sort de l'aire
 défensive en
 dernier.



Exercice 202

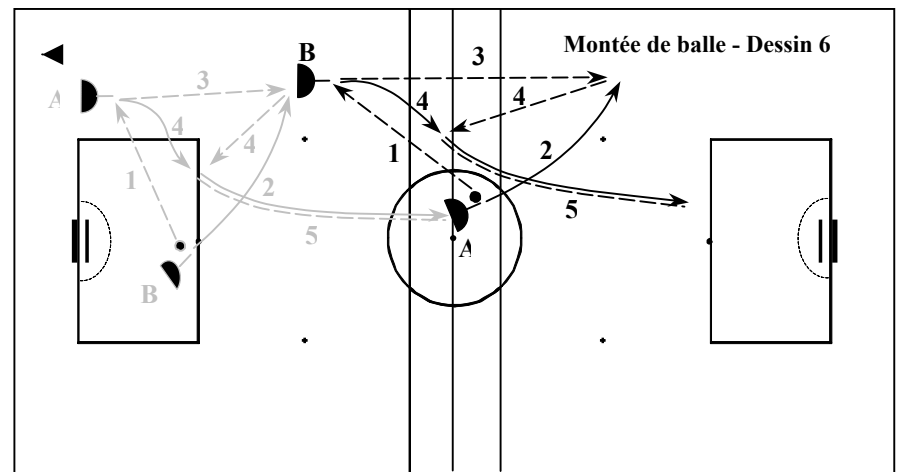
Soutien derrière le but.

Si le joueur A qui récupère la balle subit un pressing individuel, le joueur D doit venir en soutien et lui proposer une possibilité de passe sûre derrière la cage de but.



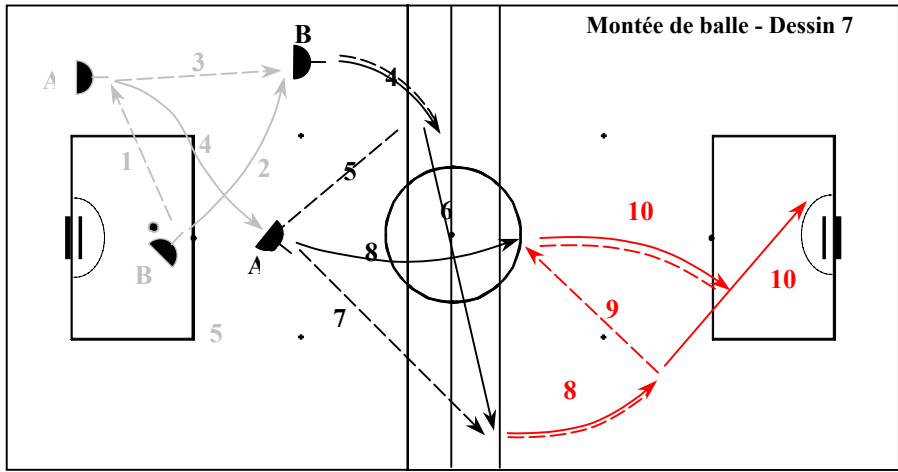
Exercice 203

Je croise pour venir offrir un appui dans le dos du défenseur.

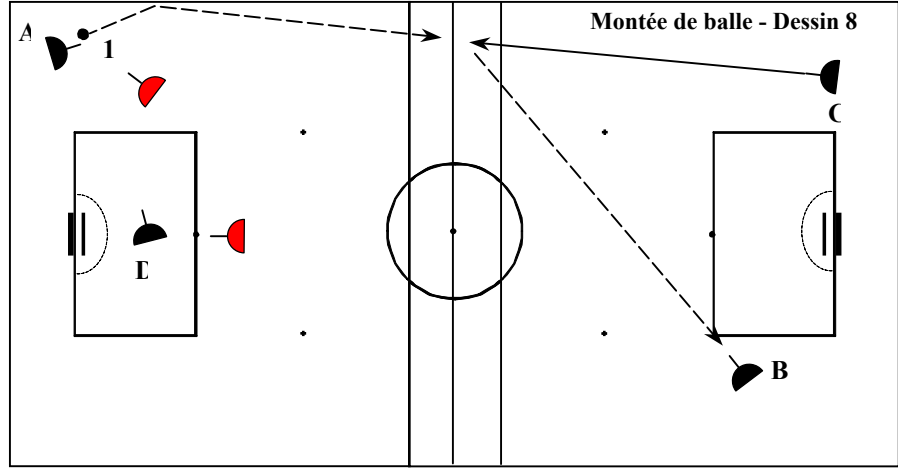


Exercice 204

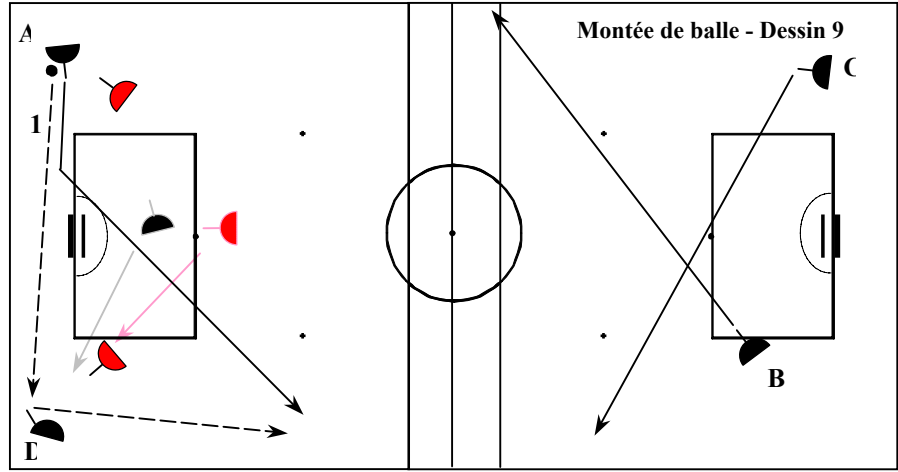
J'offre un appui.



Exercice 205
J'offre un appui.
à droite, à gauche.
Ceci nécessite des déplacements du NPB pour offrir une solution de passe.
Finition en 6 haut, 6 bas.



Exercice 206
2 contre 2.
A passe à C (1) qui revient chercher la balle à la médiane.
Finition avec B.



Exercice 207
2 contre 2.
A conduit sa balle (1) passe à D et fait un appel le long de la balustrade.
Pendant ce temps B et C croise pour offrir 2 appuis.
Finition à 3.

III - ATTAQUE PLACEE

Définition

Phase de jeu offensive destinée à marquer un but sur une défense elle-même placée et organisée.

Principes

Pendant cette phase les attaquants doivent respecter 2 principes fondamentaux.

- Une prise de risques par 1, 2 joueurs, plus rarement 3.
- Une couverture assurée par un joueur, pour anticiper une éventuelle perte de balle.

Les joueurs doivent en permanence être prêts à changer rapidement de statut attaquant défenseur (freiner, replier). Quand on reçoit la balle, la première intention est toujours d'aller vers la cage, ceci afin d'éviter d'avoir une circulation de balle "stérile" et non dangereuse.

L'attaque placée dépend de plusieurs facteurs.

- La stratégie de la défense adverse (de zone ou individuelle, haute ou basse).
- Le rapport de forces collectif et individuel.
- Le fond de jeu de l'équipe. On entend par fond de jeu, l'ensemble des savoir-faire collectifs acquis et maîtrisés pour répondre aux différents systèmes de défense proposés par l'adversaire.
- Les savoir-faire individuels nécessaires aux systèmes de jeu prônés.

L'attaque placée se décompose en 4 temps.

1. **Temps de préparation** qui suit la fin de la montée de balle, avec circulation de la balle le plus souvent périphérique, et qui a plusieurs objectifs.
 - Le positionnement des joueurs.
 - La prise de repères sur :
 - la défense, les défenseurs,
 - sur les modifications défensives provoquées.
 - L'annonce du mouvement d'attaque.
2. **Temps d'enclenchement** provoqué par une erreur défensive qui libère un espace, ou par une percussive offensive qui crée un espace. L'enclenchement a pour but de créer le surnombre par une manœuvre souvent collective, parfois individuelle, qui modifie la structure d'attaque.
3. **Temps de finition** caractérisé par des déplacements rapides, des transmissions sans contrôle à pleine vitesse, et des actions de tirs à pleine puissance.
4. **Temps de transition** (en cas d'échec avec récupération de balle) caractérisé par une circulation de balle volontairement ralentie permettant le remplacement des joueurs, la rééquilibration de la structure d'attaque, la préparation d'une nouvelle manœuvre offensive.

LA DEMI-LUNE A 4

C'est une circulation de balle à 4 joueurs mobiles qui va nous permettre de positionner la défense en **losange** pour une finition en **carré** dans les espaces libres.

1 / Le système

⇒ *Positionnement de départ des joueurs.*

Un joueur au point **1c**, deux joueurs sur les ailes au niveau des défenseurs et un joueur au **5b** au milieu de la défense adverse.

⇒ *Consignes.*

- Les joueurs sur les ailes se positionnent dos à la talenquaire, cosses extérieures.
- Le joueur au point **5b** (l'appui) sera toujours face à la balle, disponible à tout moment pour la réception d'une passe.
- Le joueur au point **1c** se place toujours face au jeu, crosse extérieure pour ouvrir son angle de passe.

⇒ *Circulation de la balle.*

Schéma 1

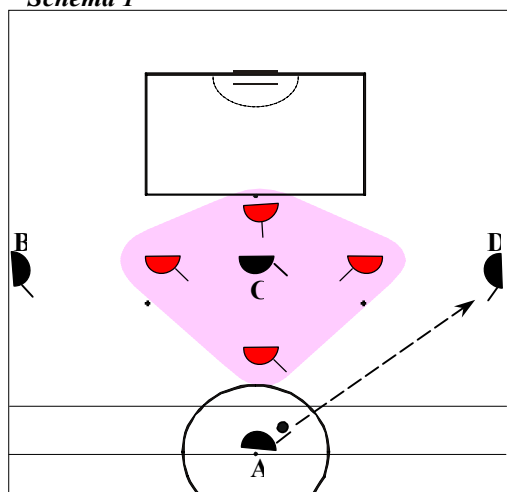


Schéma 2

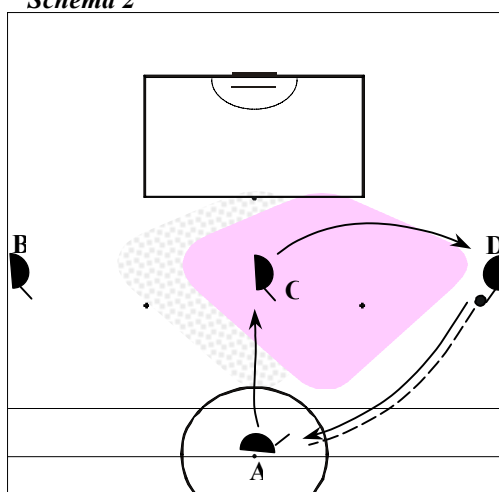


Schéma 3

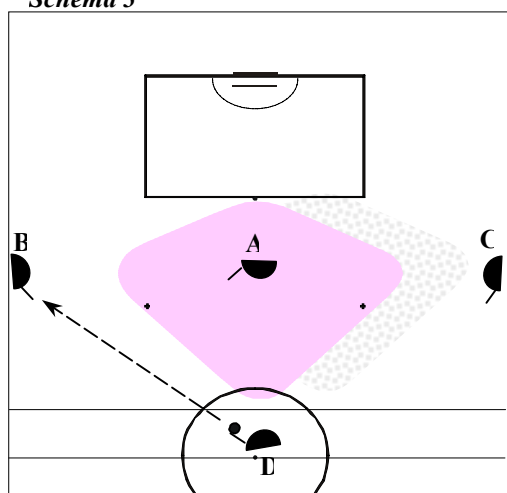
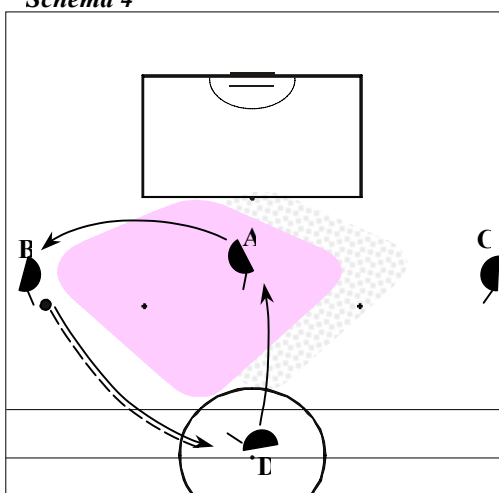


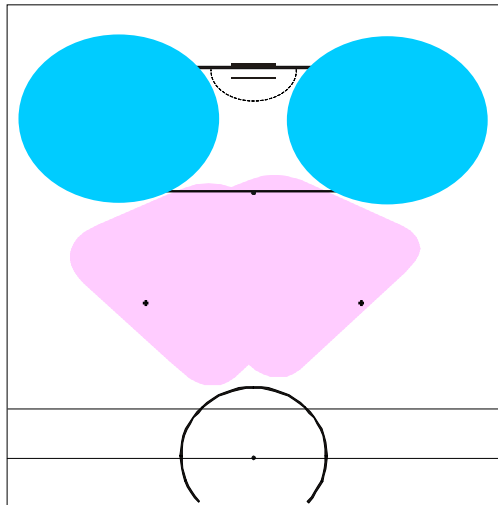
Schéma 4



Le joueur **D** ne part que lorsqu'il a contrôlé la passe, se dirige vers le point **1c** pour donner la balle à **B** (schéma 3) et va remplacer **A**.

A son tour, le joueur **B**, après avoir contrôlé la balle, se dirige vers le point **1c** (schéma 4).

2 / Le placement de la défense et ses points faibles



3 / Déclenchement et finitions

Dès que la défense est positionnée en losange, le déclenchement peut s'effectuer. Il est réalisé par **B** qui se dirige vers le point **1c**.

Au lieu de donner la balle à **C**, il effectue une inversion dorsale (en protection de balle) et donne la balle à **A** (schéma 5).

Dès que **B** fait la percusson, **D** fait un appel de balle et va se positionner le plus rapidement possible au point **4**, dos à la talenquaire, crosse extérieure.

Le joueur **A** donne la balle à **D** (schéma 6) et va se positionner au **6 bas** opposé (schéma 7).

Schéma 5

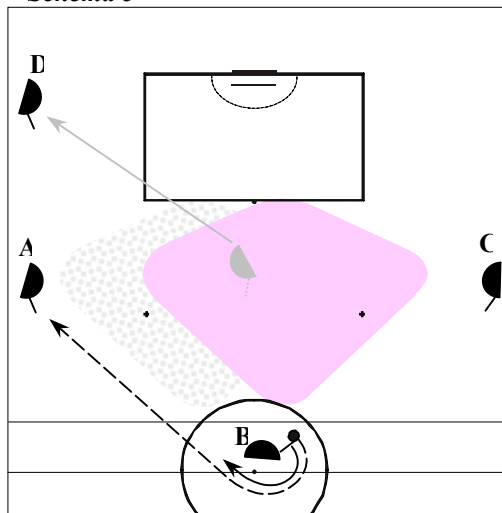


Schéma 6

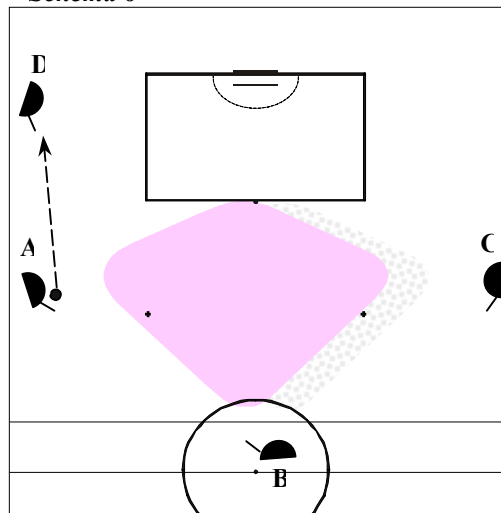


Schéma7

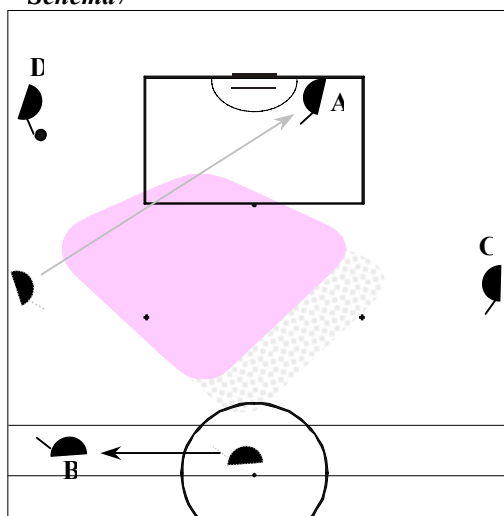


Schéma8

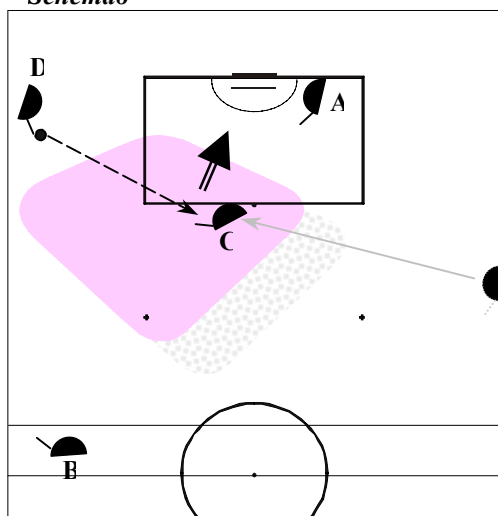
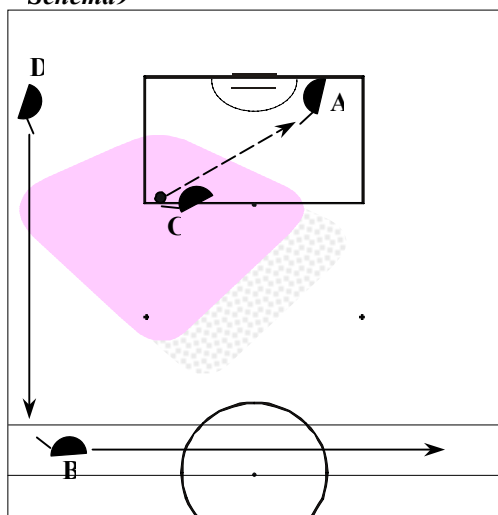


Schéma9



Lorsqu'il franchit la surface de réparation, C fait un appel de balle le plus vite possible au **6 haut** opposé. D peut alors lui transmettre la balle. Suivant le placement du défenseur, C réalise un tir accompagné (schéma 8) ou donne la balle à A au **6 bas** opposé (schéma 9).

4 / Variante

Il existe deux types de déplacement.

- La demi-lune haute (l'appui sort au milieu de la défense).
- la demi-lune basse (l'appui sort en passant derrière le dernier défenseur).

La demi-lune basse augmente la vitesse de déplacement et provoque un étagement de la défense adverse.

LA DEMI-LUNE A 3 AVEC UN JOUEUR POINT 7

C'est une circulation de balle à 3 joueurs mobiles et un joueur "fixe" derrière le but qui permet de positionner la défense en losange, plus étagée que sur une circulation en demi-lune à 4, pour une finition en 2 contre 1.

Beaucoup de circulations sont utilisées avec point 7, mais il est possible de positionner ce joueur dans la surface de réparation devant le but.

1 / Le système

⇒ *Positionnement de départ des joueurs.*

Un joueur au point **1c**, deux joueurs sur les ailes au niveau des défenseurs et un joueur au point **7** derrière le but adverse.

⇒ *Consignes.*

- Les joueurs sur les ailes se positionnent dos à la talenquaire, crosses extérieures.
- Le joueur au point 7 est toujours face au jeu. Il mobilise son défenseur en multipliant les appels de balle et est attentif au déclenchement de la finition. Son rôle est primordial.
- Le joueur au point **1c** se place toujours face au jeu, crosse extérieure pour ouvrir son angle de passe.

⇒ *Circulation de la balle.*

Schéma 1

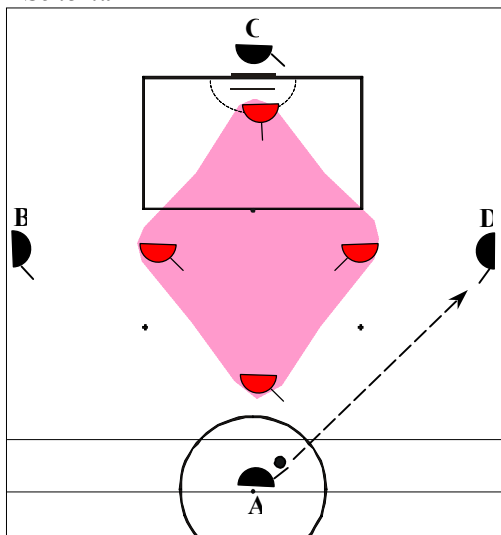
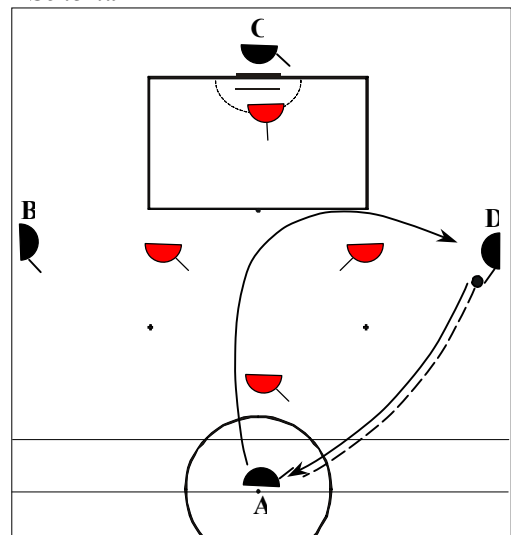


Schéma 2



Le joueur **A** donne au joueur **D** (*schéma 1*) et va prendre sa place en passant dans le milieu de la défense adverse (*schéma 2*). Le joueur **D** ne part que lorsqu'il a contrôlé la passe, il se dirige vers le point **1c** pour donner la balle à **B** (*schéma 3*).

Schéma 3

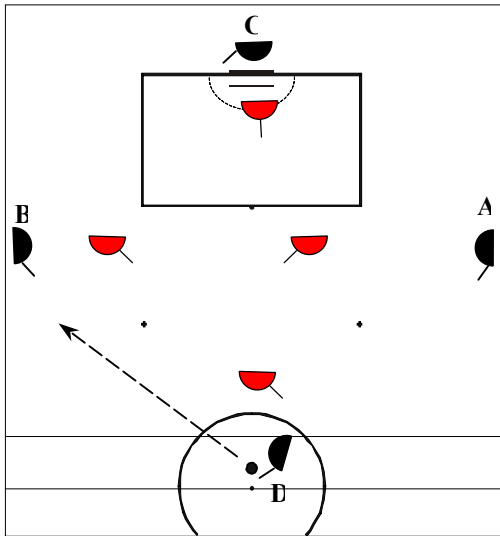
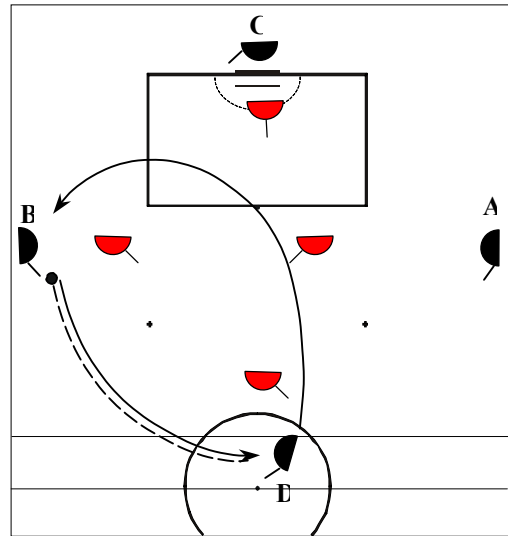
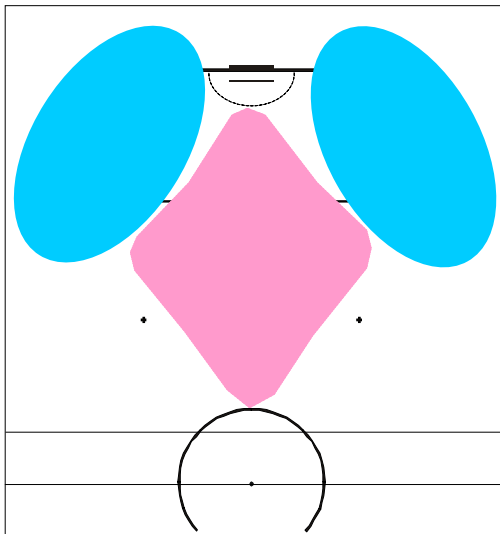


Schéma 4



Il va ensuite prendre la place de **B** en passant par le milieu de la défense adverse (*schéma 4*).
A son tour, le joueur **B**, après avoir contrôlé la balle, se dirige vers le point **1c** (*schéma 4*).

2 / Le placement de la défense et ses points faibles



Grâce à cette circulation de balle, nous allons obtenir une défense positionnée en losange plus étagée que sur une circulation en demi-lune à 4, ce qui va libérer des espaces (*voir schéma ci-contre*) pour enchaîner les phases suivantes de l'attaque (déclenchement et finition).

3 / Déclenchement et finitions

Dès que la défense est positionnée en losange, le déclenchement peut s'effectuer. Il est réalisé par **B** qui se dirige vers le point **1c**.

Au lieu de donner la balle à **A**, il effectue une inversion dorsale (en protection de balle) et donne la balle à **D** (*schéma 5*).

Le joueur **D** déborde son adversaire (*schéma 6*) et dans le même temps, **C** sort du point **7** vers le **6 bas** à l'opposé du joueur **D** (*schéma 7*).

Schéma 5

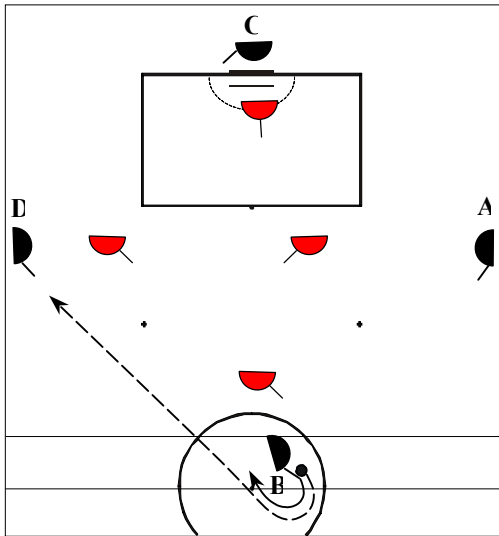
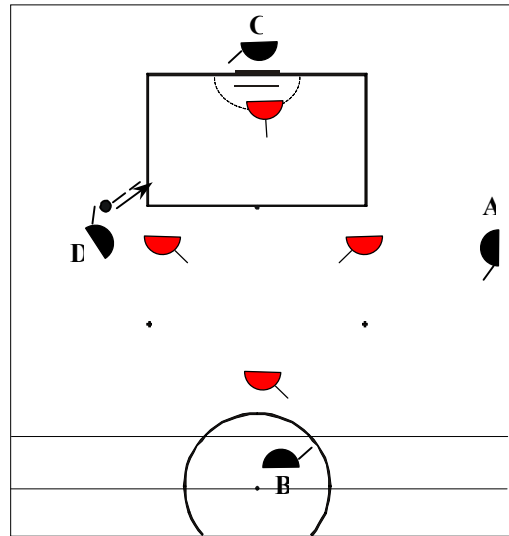
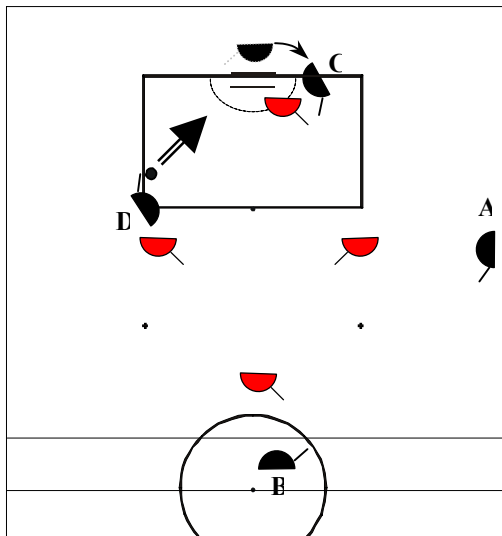


Schéma 6



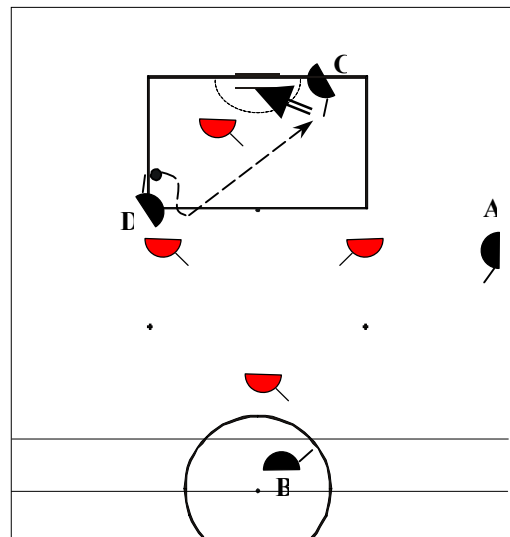
Il reste alors au joueur D deux possibilités :

Schéma 7



Si le défenseur reste au marquage de C, alors D exécute un tir frappé (schéma 7).

Schéma 8



Si le défenseur vient marquer le joueur D, alors celui-ci donne la balle à C qui effectue un tir accompagné (schéma 8).

LE CONTRÉ TALENQUAIRE

C'est une circulation de balle à 3 joueurs mobiles et un joueur "fixe" au point 7 qui va permettre d'écarter et d'étager la défense pour une finition en 2 contre 1.

1 / Le système

⇒ *Positionnement de départ des joueurs.*

1 joueur au point 1c, 2 joueurs sur les ailes au niveau des défenseurs et 1 joueur au 7.

⇒ *Consignes.*

- Les joueurs sur les ailes se positionnent dos à la talenquaire, crosses extérieures.
- Le joueur au point 7 fait toujours face au jeu. Il mobilise son défenseur en multipliant les appels de balle. Il reste attentif au déclenchement de la finition. Son rôle est primordial.
- Le joueur au point 1c se place toujours face au jeu, crosse extérieure.

⇒ *Circulation de la balle.*

Schéma 1

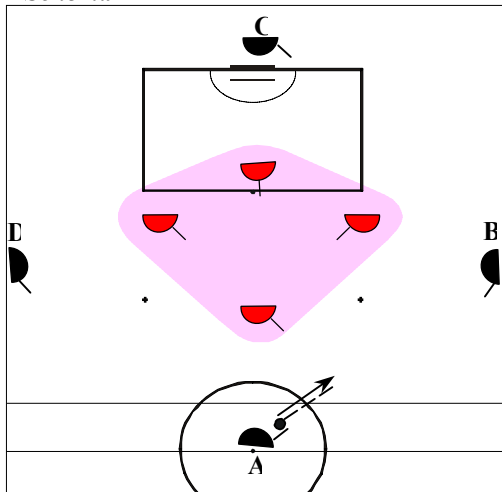
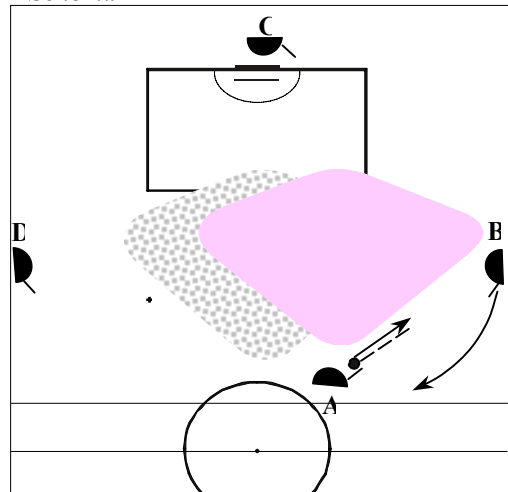


Schéma 2



A se déplace avec la balle vers B (schéma 1). Lorsqu'il arrive à 2 mètres de B (schéma 2), celui-ci démarre le plus rapidement possible en s'aidant de la talenquaire (impulsion).

Schéma 3

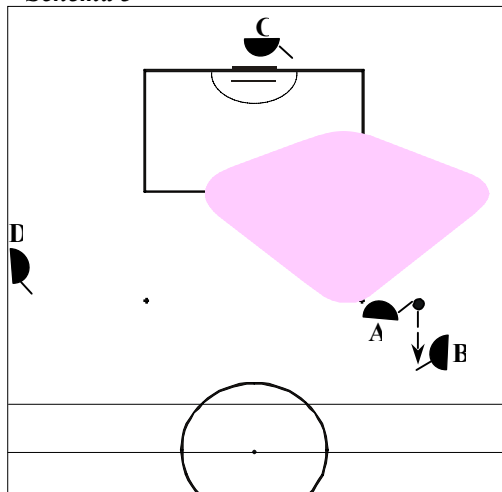
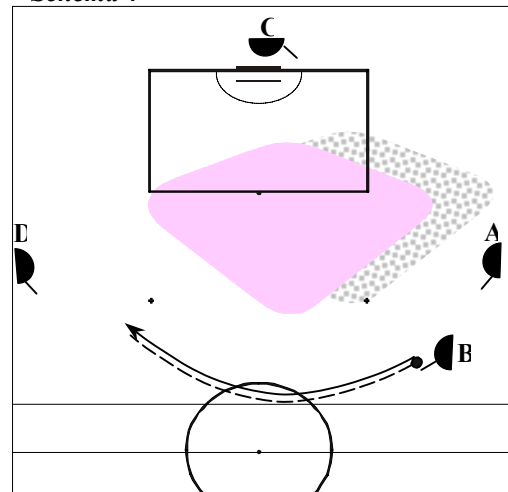


Schéma 4



Quand B arrive à la hauteur de A, A effectue un contré, passe parallèle à la talenquaire (schéma 3) puis se replace dos à la talenquaire. B va en direction de D (schéma 4).

Schéma 5

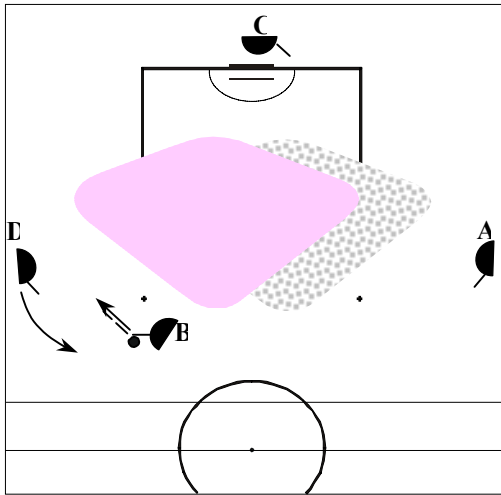
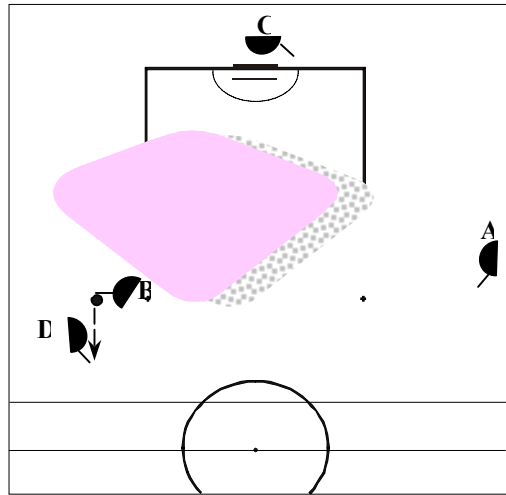
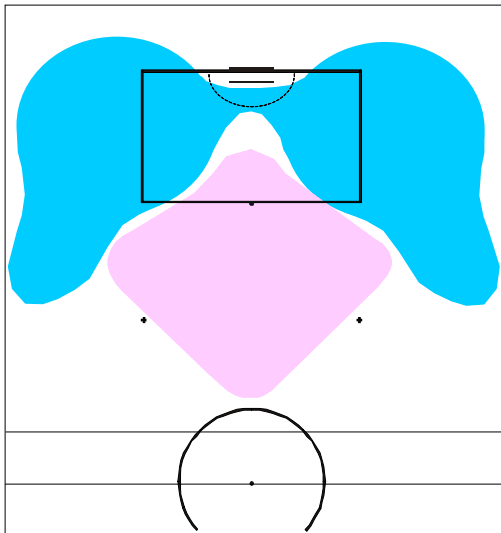


Schéma 6



B reproduit le contré talenquaire (schémas 5 et 6). D va en direction du point 1c.

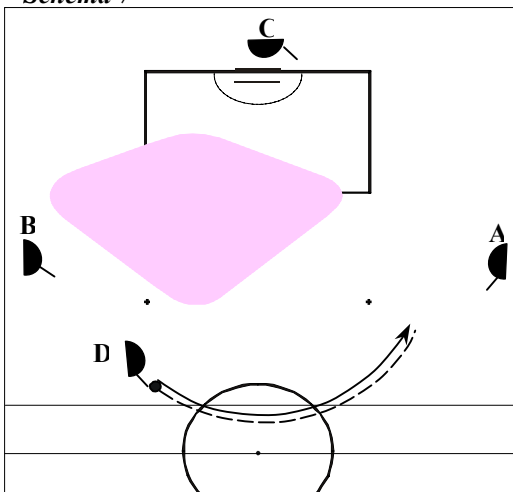
2 / Le placement de la défense et ses points faibles



Grâce à cette circulation de balle, nous obtenons une défense écartée et étagée, ce qui libère des espaces pour enchaîner les phases suivantes de l'attaque (déclenchement et finition).

3 / Déclenchement et finition

Schéma 7



Dès que la défense est positionnée en losange, le déclenchement peut s'effectuer. Il est réalisé par D qui se dirige vers le point 1c puis vers A (schéma 7).

Au lieu de faire le contré avec **A** (schéma 8), il effectue une feinte de contré puis il accélère pour déborder son défenseur. Dans le même temps, **A** se replace face au jeu au point **1c**

Schéma 8

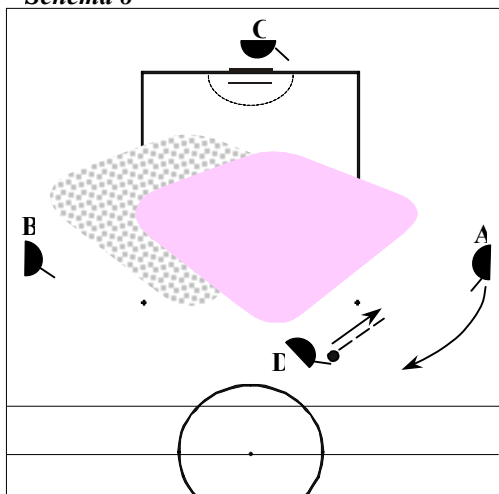


Schéma 9

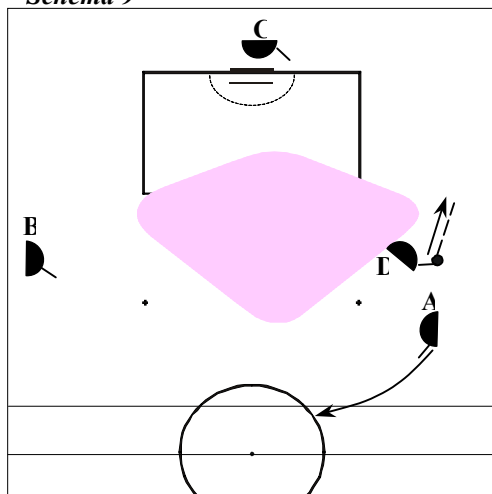
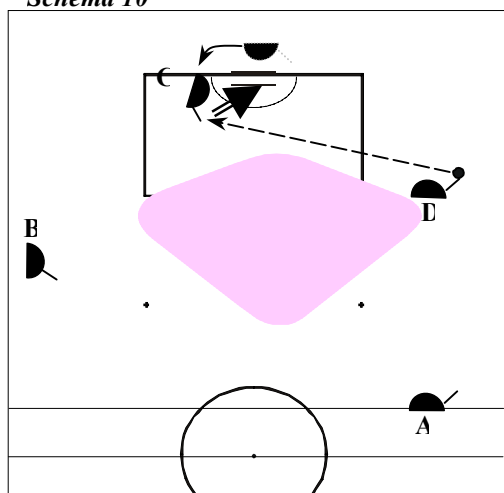


Schéma 10



C sort du point **7** vers le **6 bas** à l'opposé du joueur **D** (schéma 10).

Il reste alors au joueur **D** deux possibilités

- si le défenseur reste au marquage de **C**, alors **D** exécute un tir frappé ;
- si le défenseur vient marquer le joueur **D**, alors celui-ci donne la balle à **C** qui effectue un tir accompagné.

LE CRISS-CROSS FIXE A 4

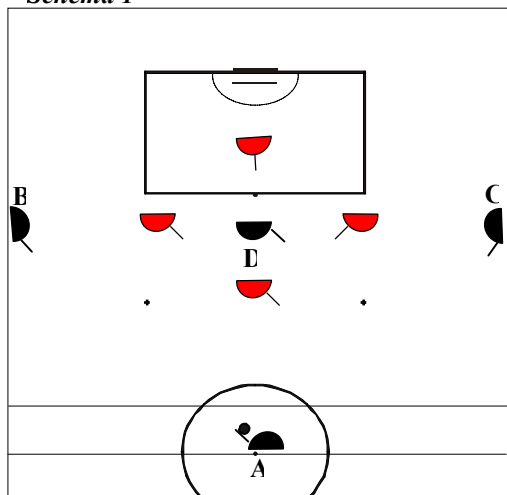
C'est une circulation de balle à 4 joueurs fixes. Il est mis en place face à une défense de zone basse, serrée et statique.

Les passes doivent être fortes, rapides, précises et sans contrôle si possible.

1 / Le système

⇒ *Positionnement de départ des joueurs*

Schéma 1



Le joueur **A** au point **1c**, 2 joueurs **B** et **C** sur les ailes au niveau des défenseurs et le joueur **D** au **5b** au milieu de la défense adverse (*schéma 1*).

□ *Consignes*

- Les joueurs sur les ailes se positionnent dos à la talenquaire, crosses extérieures.
- Le joueur **D** au point **5b** (l'appui) reste toujours face à la balle, disponible à tout moment pour la réception d'une passe.
- Le joueur **A** au point **1c** se place toujours face au jeu, crosse extérieure pour ouvrir son angle de passe.

⇒ *Circulation de la balle*

Schéma 2

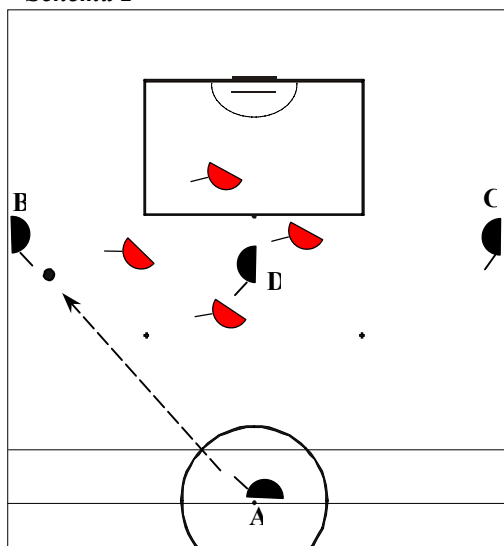
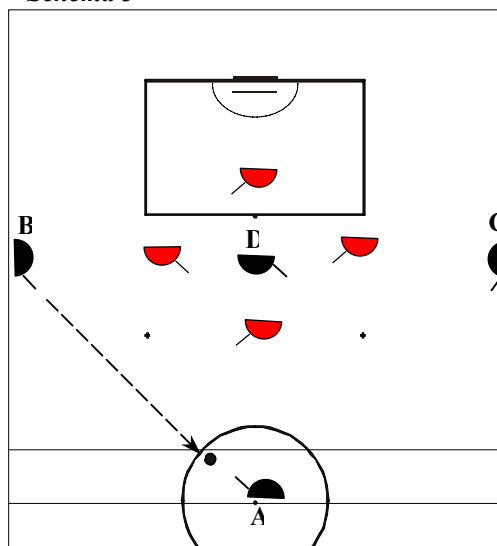


Schéma 3



Les joueurs **A**, **B** et **C** font circuler la balle par un échange de passes (*schémas 2 à 6*), toujours en étant attentifs au joueur **D** (l'appui).

Schéma 4

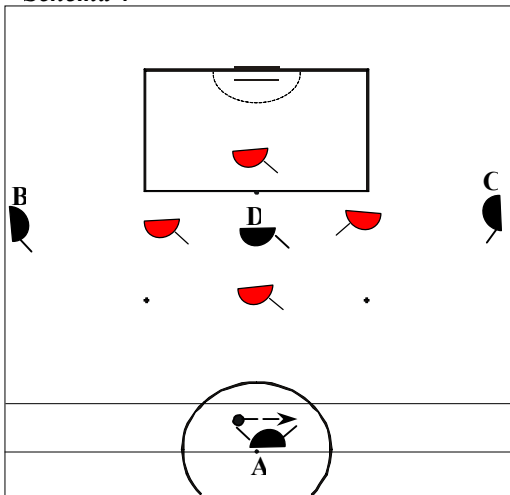


Schéma 5

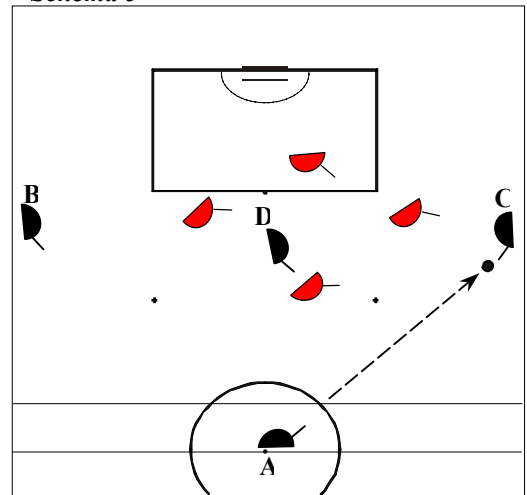
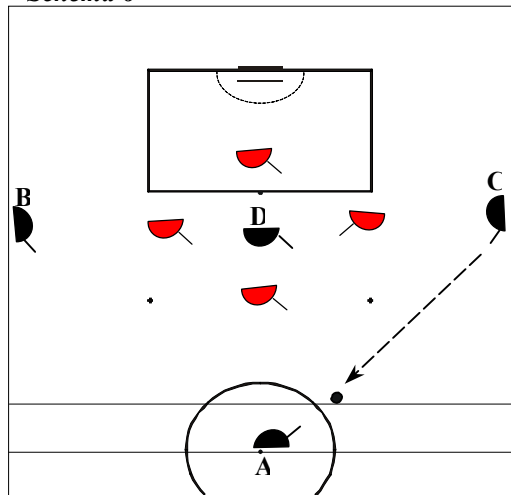
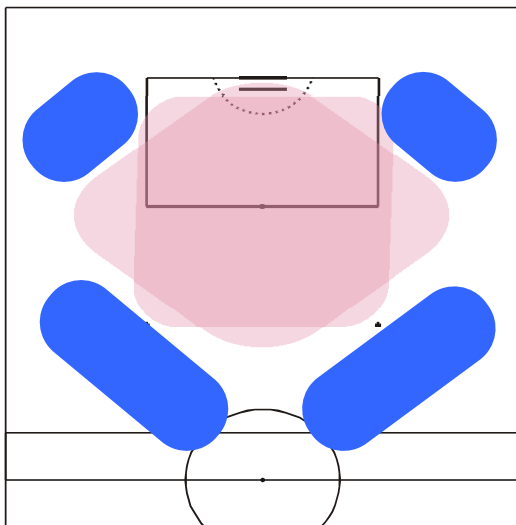


Schéma 6



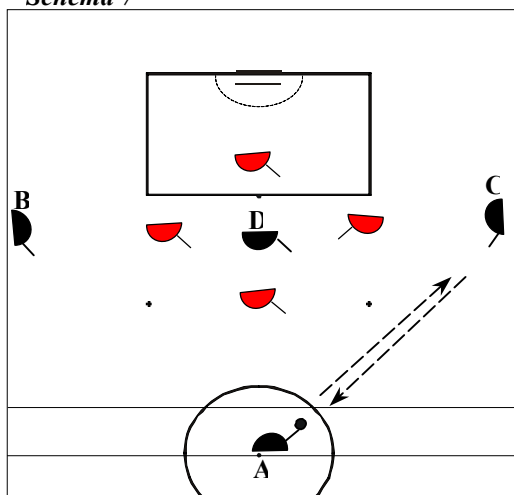
2 / Le placement de la défense et ses points faibles



La défense étant très basse et très serrée, la circulation de balle n'a pas ici pour objectif un placement défensif particulier.

3 / Déclenchement et finitions

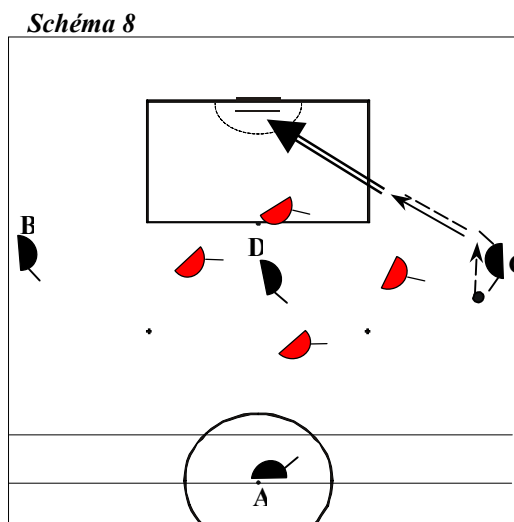
Schéma 7



Le déclenchement s'effectue grâce au pivot A qui va redoubler une passe sur le même ailier (schéma 7).

* Finition 1

C avance vers le but et effectue un tir frappé (schéma 8).



* Finition 2

C avance vers le but et donne à D, libéré du marquage de son adversaire et qui effectue un tir accompagné (schéma 9).

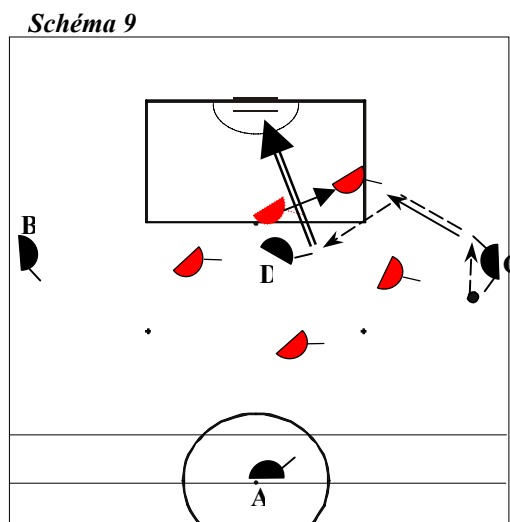


Schéma 10

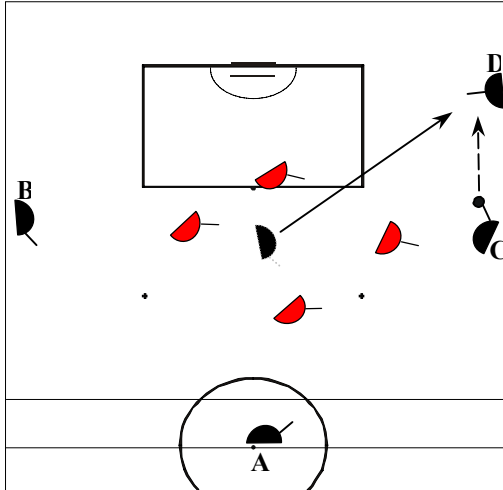
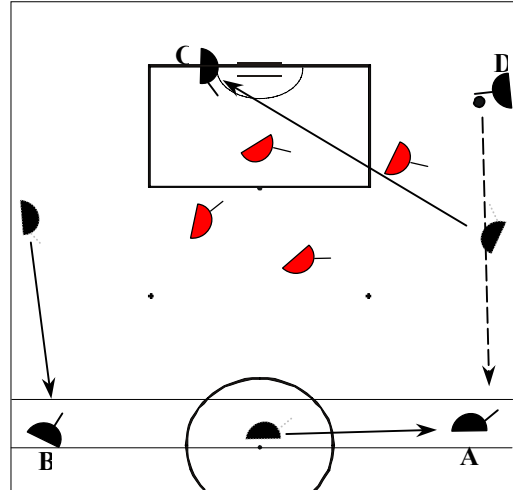
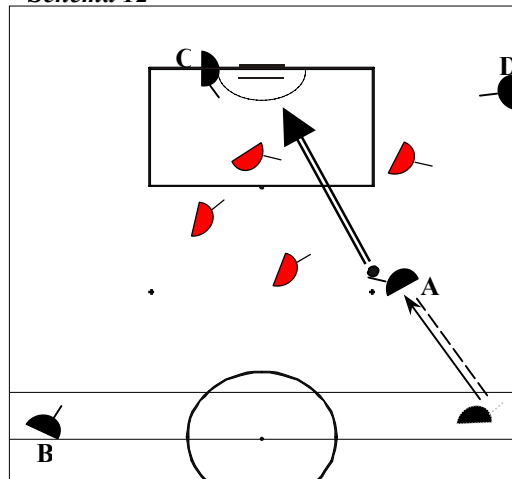


Schéma 11



* **Finition 3** : au moment du déclenchement, **D** va se positionner le plus rapidement possible au **point 4**, dos à la talenquaire, croise à l'extérieur et **C** lui transmet la balle (schéma 10). **C** va se positionner au **point 6 bas** opposé. Dans le même temps, **A** vient se positionner en **1** du côté de **D** et **B** vient se positionner au **point 1** opposé. **D** ressort la balle vers **A** (schéma 11).

Schéma 12



Le joueur **A** avance et effectue un tir frappé (schéma 12).

Schéma 14

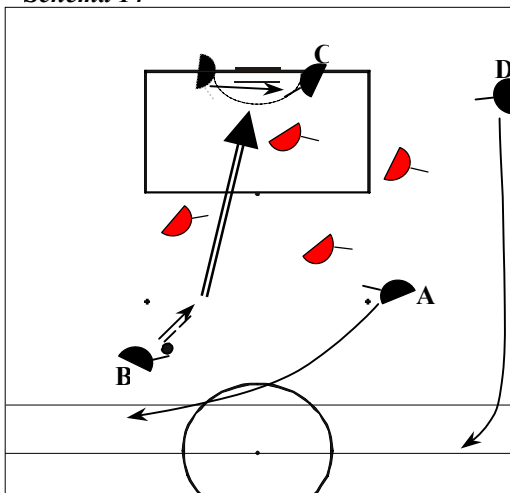
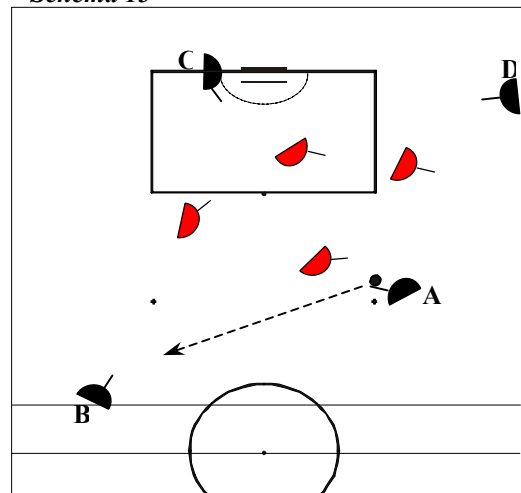


Schéma 13



Si le défenseur se met sur la trajectoire du tir, **A** effectue une feinte de tir et passe à **B** qui avance et effectue un tir frappé. Dans le même temps, **C** passe au **6 bas** opposé et **D** vient au **point 1** (schéma 13 et 14).

Le Y

C'est une circulation de balle à 3 joueurs mobiles et un joueur "fixe" derrière le but qui permet d'étager la défense au maximum pour une finition en 2 contre 1.

1 / Le système

⇒ *Positionnement de départ des joueurs.*

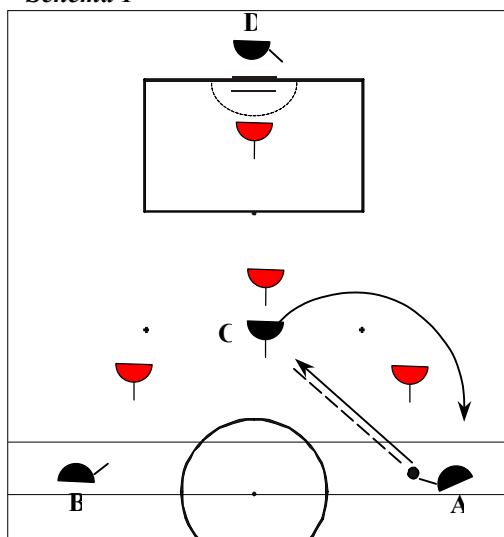
Deux joueurs aux points 1, un joueur au point 5 et un joueur au point 7.

⇒ *Consignes.*

- Les joueurs aux points 1 se positionnent face au jeu, les crosses placées côté intérieur.
- Le joueur au point 5 doit toujours faire face à la balle, disponible à tout moment pour la réception d'une passe.
- Le joueur au point 7 reste toujours face au jeu. Il mobilise son défenseur en multipliant les appels de balle et doit être attentif au déclenchement de la finition. Son rôle est primordial.

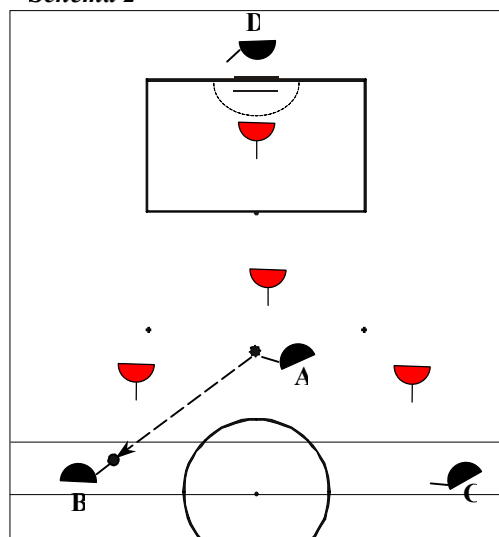
⇒ *Circulation de la balle.*

Schéma 1



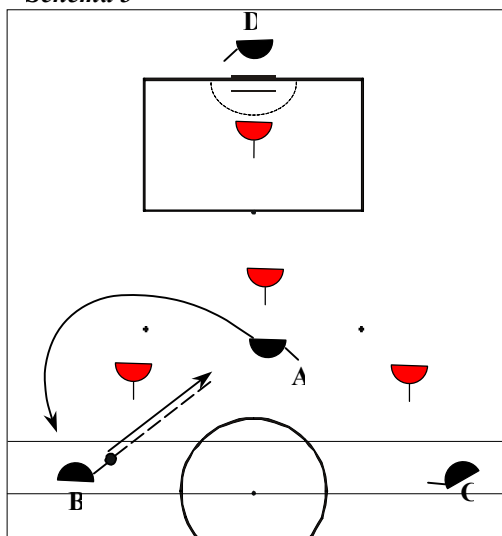
Le joueur A se déplace avec la balle vers le point 5 pour provoquer la défense adverse; dans le même temps, C vient prendre sa place en passant derrière le défenseur (*schéma 1*).

Schéma 2



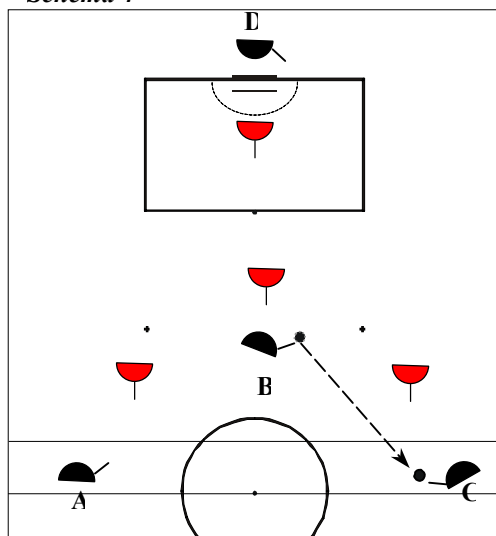
Arrivé à deux mètres du défenseur, A donne la balle à B après avoir effectué une feinte de tir pour fixer le défenseur (*schéma 2*).

Schéma 3



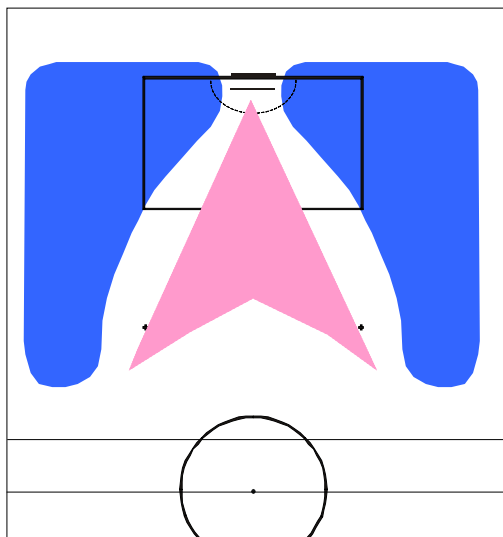
A son tour, **B** se déplace avec la balle vers le point 5 et **A** vient prendre sa place (schéma 3).

Schéma 4



B donne la balle à **C** (schéma 4), et ainsi de suite.

2 / Le placement de la défense et ses points faibles



Grâce à cette circulation de balle, nous obtenons une défense très étagée, qui libère des espaces (voir schéma) et qui permet d'enchaîner les phases suivantes de l'attaque (déclenchement et finition).

3 / Déclenchements et finitions

* Déclenchement 1

Schéma 5

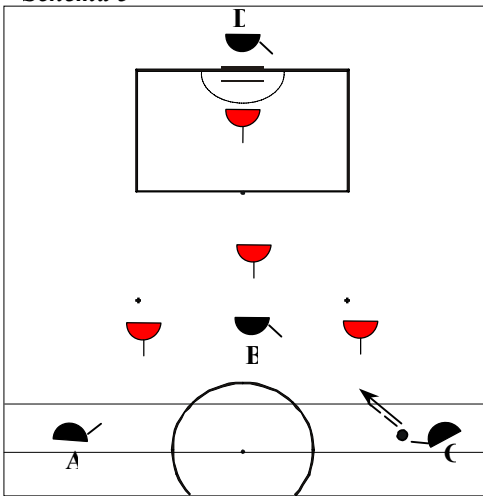


Schéma 6

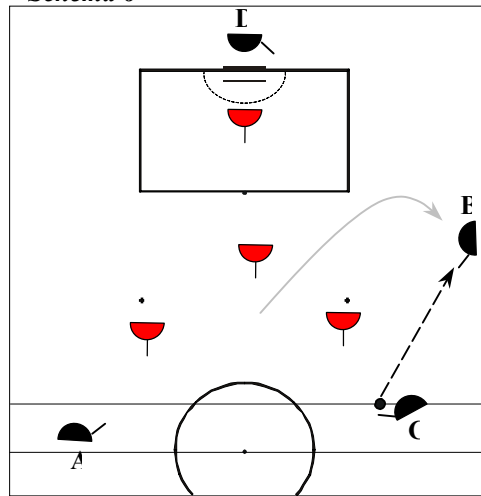
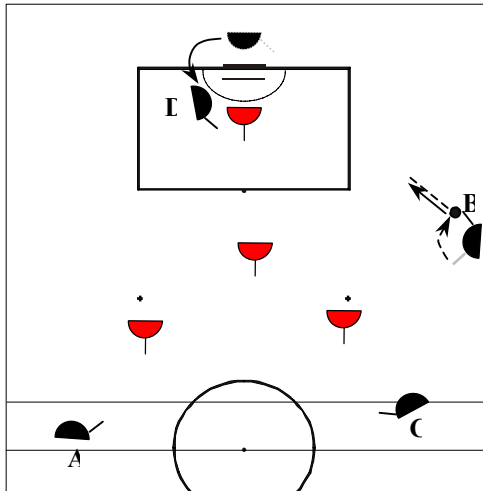


Schéma 7



Alors qu'il se dirige vers le point 5 (schéma 5), C effectue une percussion (schéma 6) sur B. Le joueur B déborde son adversaire et dans le même temps, D sort du point 7 vers le 6 bas à l'opposé du porteur de balle (schéma 7).

Schéma 8

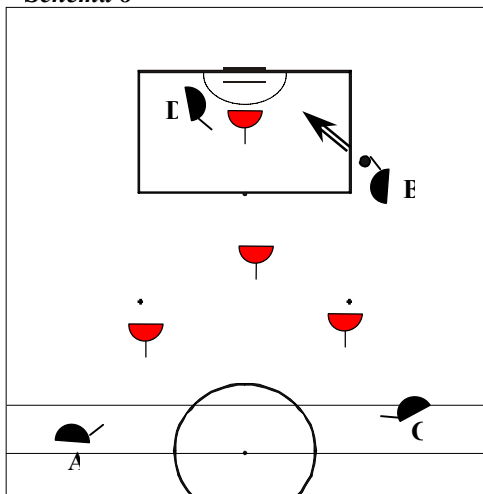
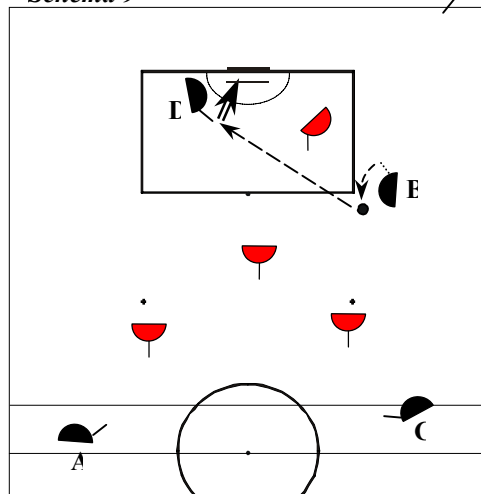


Schéma 9



Il reste alors au joueur B deux possibilités :

- si le défenseur reste au marquage de D, alors B exécute un tir frappé (schéma 8)
- si le défenseur vient marquer le joueur B, alors celui-ci donne la balle à D qui effectue un tir accompagné (schéma 9).

* **Déclenchement 2**

Schéma 10

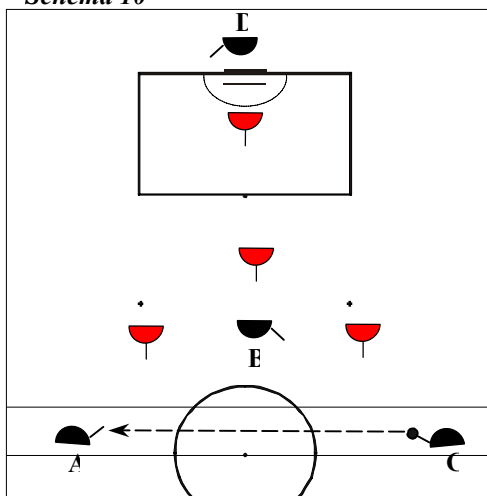
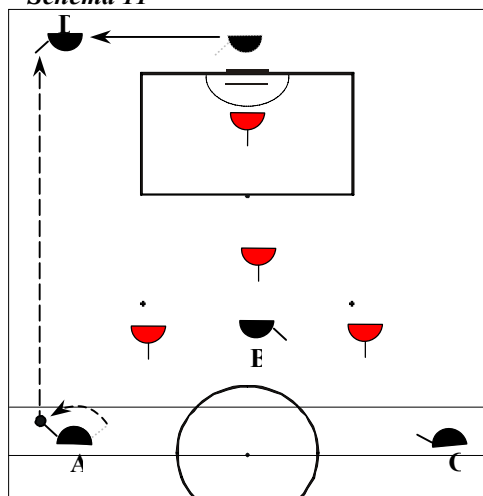


Schéma 11



Alors qu'il vient de recevoir la balle de B, C effectue une passe transversale (schéma 10) vers A. Dans le même temps, D fait un appel de balle au point 4 du même côté que A (schéma 11) ; A lui transmet la balle.

Schéma 12

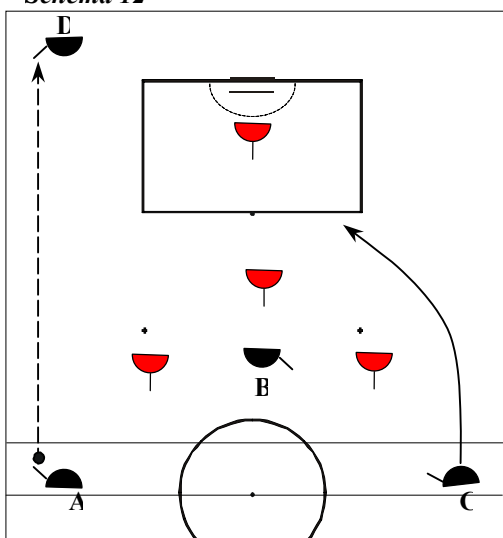
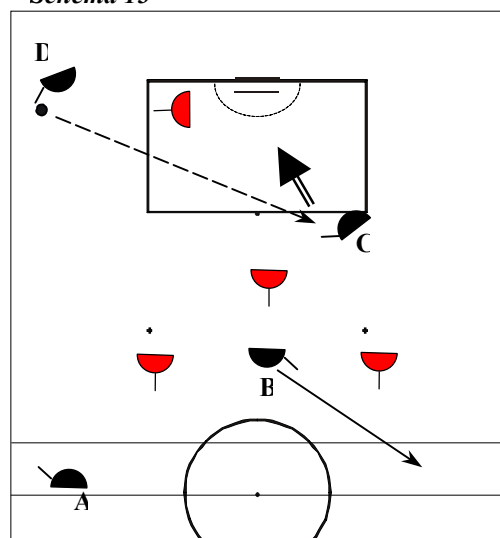


Schéma 13



Dès que A envoie la balle vers D, C fait un appel de balle très rapide vers le **6 haut** opposé à D (schéma 12). D donne la balle à C qui effectue un tir accompagné. Dans le même temps, B vient se replacer au point 1 (schéma 13).

LE JEU DEFENSIF

I - GENERALITES

Introduction

Dès la perte de la balle par le joueur ou l'un de ses équipiers, l'ensemble de l'équipe abandonne le statut d'attaquant pour prendre celui de défenseur. Ce nouveau statut conditionne l'attitude du hockeyeur. Nous aborderons successivement :

- le comportement individuel,
- le comportement collectif.

En terme de formation du jeune joueur il nous semble préférable d'aborder en premier lieu l'aspect individuel qui permet de renforcer des apprentissages techniques (tome 1) comme le patinage et le placement, puis de compléter cette formation par des aspects plus complexes comme l'entraide, l'anticipation, etc...



Définition

On peut résumer les intentions défensives en 2 points : protéger le but et / ou récupérer la balle. Nous avons volontairement placé ces deux intentions à égalité.

Principes

Les intentions défensives sont fonction du rapport de force collectif et individuel attaquants / défenseurs. Ce rapport de force dépend de plusieurs critères :

- numérique : supériorité ou infériorité lors du repli défensif,
- localisation sur le terrain : dans un coin, devant le but,
- individuel : capacités techniques, physiques et tactiques entre deux joueurs.

Le comportement du défenseur peut toujours être influencé par :

- la situation de jeu,
- les directives de l'entraîneur,
- le cours du match
(nous menons au score, nous perdons).



II – LE COMPORTEMENT INDIVIDUEL

Nous présentons le comportement individuel sous deux aspects :

- les attitudes défensives,
- les actions défensives.

A - LES ATTITUDES DEFENSIVES

A.1 - Le Positionnement

Avant d'aborder les notions de placement défensif qui sont fonction du système de défense (par rapport à un espace ou à un homme) et du rôle du défenseur (porteur de la balle ou non porteur), nous décrivons l'attitude du défenseur.

⇒ *Placement corporel.*

- le buste est droit, face à la balle et à l'adversaire,
- les membres inférieurs sont fléchis, en recherche constante d'appuis actifs et réactifs,
- le regard ne doit pas être centré sur la balle mais en vision périphérique pour prendre des informations sur l'ensemble du jeu.



⇒ *Placement de la crosse.*

- la crosse est au sol,
- la crosse est tenue à une main, bras porteur tendu en direction de la balle,
- le hockeyeur change la crosse de main en fonction de la position de la balle et de l'attaquant,
- l'autre bras est écarté pour dissuader le passage.



A.2 - Le Patinage

Nous avons abordé dans le tome 1 la technique de patinage sous tous ses aspects. Nous avons précisé à chaque occasion l'utilisation de chaque technique par rapport aux situations de jeu mais nous y revenons brièvement à l'occasion de ce chapitre.

Le statut de défenseur entraîne de multiples tâches :

- effectuer un repli défensif rapide afin de s'interposer entre l'attaquant et le but,
- ajuster son déplacement par rapport aux déplacements de l'adversaire et de la balle,
- ajuster son placement par rapport à ses équipiers,
- rester face au danger (balle ou adversaire).



De ce fait, le registre du défenseur en terme de patinage fait appel à de nombreux savoir-faire.

⇒ *Pour rester face à la balle :*

- des déplacements arrière, freinage sur les butées, freinage en chasse neige, des déplacements latéraux en fente glissée combinés au placement de la crosse au sol.

⇒ *Pour se replacer :*

- des déplacements rapides dans des petits espaces à base de changements de direction, contre-pied, accélération/freinage.

⇒ *Pour se replier :*

- départ sur les butées, retournement.

B - LES ACTIONS DEFENSIVES

Par rapport au porteur de balle	Par rapport au non porteur
• je contrôle	• je contrôle
• je monte	• je laisse
• je déporte	• je dissuade
• je provoque	• j'interdis
• je contre	• j'intercepte
• je poursuis	

B.1 - Je contrôle

Lorsque l'attaquant s'approche puis entre dans l'espace à défendre, le défenseur recule avec lui, reste à distance (longueur d'un bras tendu + crosse au sol) lui permettant un temps de réaction nécessaire pour pouvoir s'opposer aux actions offensives (dribble, tir, démarquage). Cette mise à distance peut varier en fonction de l'envergure de l'attaquant, de son bagage technique et de sa vitesse de déplacement.



B.2 - Je monte

J'exerce une pression défensive en me rapprochant du porteur de balle afin de réduire son secteur d'évolution. En aucun cas, je n'engage le duel ou "je me jette sur lui".

B.3 - Je déporte

Le défenseur doit toujours considérer qu'un attaquant est moins dangereux lorsqu'il se trouve excentré car les angles de tir sont moins grands et les espaces sont réduits. Toutes ses actions sont guidées par l'intention de déporter l'attaquant de l'axe central afin d'interdire la meilleure trajectoire.

En situation de duel, le défenseur doit maintenir cette intention et être en mesure de :

- d'une part contrer le dribble ou la passe,
- d'autre part pousser (déséquilibrer sans faire faute) et excentrer l'attaquant.



B.4 - Je provoque

Le défenseur prend l'initiative de rompre "la mise à distance". Dans cette manœuvre, il doit surprendre son adversaire.

- Soit en se repliant moins vite, l'attaquant vient alors buter sur le défenseur sans avoir eu le temps de préparer son dribble. Il ne lui reste alors que la solution d'éviter le défenseur en se déportant latéralement.
- Soit en montant légèrement (sans se jeter) et en exerçant une pression défensive avec la crosse afin de perturber l'organisation du porteur de balle. Si l'attaquant est mis en difficulté, le défenseur peut poursuivre son action et entrer en opposition directe.

B.5 - Je contre

La prise d'initiative est laissée à l'attaquant et le duel est engagé.

- Face à une tentative de dribble, le défenseur tente de couper la trajectoire de l'attaquant et de contrer ou dévier la balle. Dans un deuxième temps, il peut envisager de récupérer cette balle.
- Face à un tir, le défenseur doit monter au contre. Pour cela, il doit se placer sur l'axe balle but, face à la balle, les jambes serrées. Là encore il ne doit pas se jeter sur l'attaquant lorsque celui-ci arme son tir pour éviter un dribble (feinte de tir + crochet). Attention, le défenseur doit rester face à la balle et ne pas se retourner pour "se protéger" (attitude réflexe inappropriée et dangereuse).

B.6 - Je poursuis

Le défenseur tente de revenir sur l'attaquant soit lors d'une contre attaque, soit à la suite d'un dribble ou d'un débordement d'un l'attaquant. Même passé, le défenseur doit revenir pour gêner au maximum l'attaquant lorsqu'il engage le duel avec le gardien de but.

B.7 - Je laisse

L'attaquant n'est pas dans un secteur de jeu critique. Je le laisse volontairement évoluer ou recevoir la passe. La plupart du temps "je laisse" pour les raisons suivantes.

- Je préfère apporter mon soutien à un équipier.
- Je suis déjà en place et je récupère.
- Mon adversaire va se mettre en difficulté (voir schéma de récupération de balle).

B.8 - Je dissuade

Par un comportement défensif d'emblée agressif associant placement et attitude défensive corrects (cf description) j'empêche l'adversaire d'engager le duel.

La dissuasion peut aussi être créée par une collaboration précoce de deux défenseurs face à un attaquant.



B.9 - J'interdis

En fait, le défenseur prend une option forte dans son attitude défensive qui conduit l'attaquant à choisir la solution la plus facile. Par exemple, face à un tireur redouté, le défenseur peut choisir un positionnement plus haut et d'emblée sur l'axe balle but afin de limiter les possibilités de tir laissant plutôt des possibilités de passes. De même, face à une situation de dribble, le défenseur peut interdire un côté (l'axe du but) pour libérer l'autre côté et proposer une tentative de débordement.

De la même manière, un défenseur peut interdire la passe en anticipant et en étant au marquage très tôt ou en se positionnant sur la trajectoire de la passe (interception).

B.10 - J'intercepte

Le défenseur prend l'initiative et abandonne le marquage (de zone ou individuel) pour contrer la passe.

III – LE COMPORTEMENT COLLECTIF

Nous trouvons alors deux grands types de défense :

- la défense de zone,
- la défense individuelle.

A - LA DEFENSE DE ZONE

Définition

Cette défense privilégie la protection du but par rapport à la circulation de la balle : les déplacements défensifs sont induits par la position de la balle.

Principes

Le principe de cette défense est d'associer des espaces défendus (secteurs) par chaque joueur afin de constituer un bloc hermétique protégeant le but. On peut dire aussi que l'intention est:

- que la balle reste à la périphérie de cette "zone impénétrable",
- qu'un attaquant qui se trouve à proximité du but ou dans la surface de réparation ne puisse recevoir la balle.

La mise en place d'une défense en zone nécessite donc la définition de **secteurs individuels à défendre** et autour desquels s'organisent les notions **d'aide et de collaboration**.

Attention, cette répartition correspond à une distribution préalable de secteurs de défense dans lesquels les joueurs n'ont pas un positionnement statique et rigide. La mise en place de ces postes permet d'en préciser les missions (pointe, latéraux et base). Le placement des joueurs sur le terrain évolue au cours de la partie et répond aux règles énoncées ci-après.

Pour présenter les organisations défensives nous avons choisi de procéder par niveau de jeu, des premiers pas collectifs jusqu'aux portes du haut niveau.

L'organisation défensive collective répond à plusieurs règles qui évoluent et s'adaptent en fonction des savoir faire. La progression se définit par rapport à un niveau de jeu global regroupant à la fois des capacités individuelles et collectives tant en situation offensive que défensive.



A.1 - Premier niveau de jeu - Le placement

Contexte

L'attaquant

La transmission de la balle est lente, les passes, toutes précédées d'un contrôle, sont peu puissantes et manquent de précision.

Le défenseur

Le défenseur est en difficulté dans certaines phases de patinage spécifique comme les déplacements vers l'arrière, les freinages en chasse neige. De ce fait, il a des problèmes pour rester face à l'adversaire et pour se replacer correctement et rapidement. Il est souvent attiré par la balle et oublie son remplacement lorsque le porteur de balle quitte son secteur.

A.1a - Je prends le porteur de balle

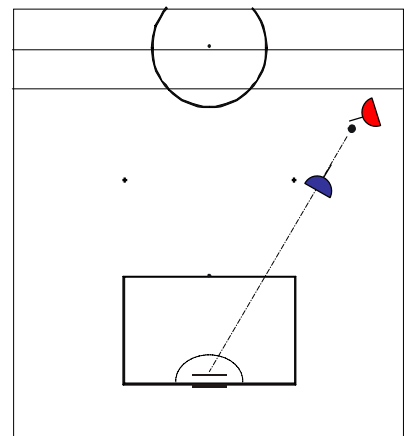
Description

- je me place sur l'axe balle-but,
- je monte sur le porteur de balle¹.

Intentions : cette première action défensive a pour objectifs d'empêcher l'attaquant :

- de progresser et d'approcher du but,
- de tirer,
- dès que le porteur de balle rentre dans mon secteur défensif à la suite d'un déplacement ou d'une passe, je modifie mon action défensive et je monte sur le porteur de balle. Le LOSANGE défensif se modifie et mes partenaires s'adaptent à mon nouveau placement.

¹ je ne me jette pas dessus mais je réduis l'espace qui me sépare de lui pour exercer une pression défensive.



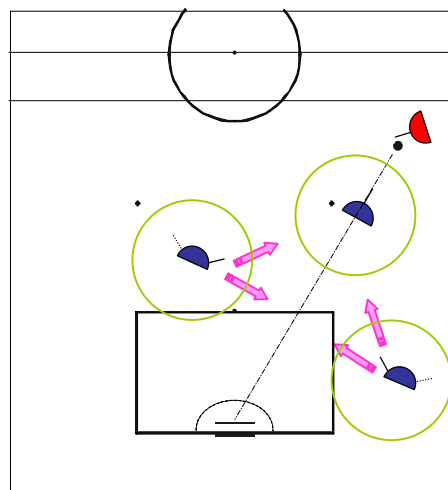
A.1b - J'aide

Description :

- je me rapproche de l'axe balle-but,
- je me rapproche du défenseur-porteur,
- je comble l'espace.

Intentions : j'aide en me rapprochant du défenseur-porteur pour créer un bloc défensif afin :

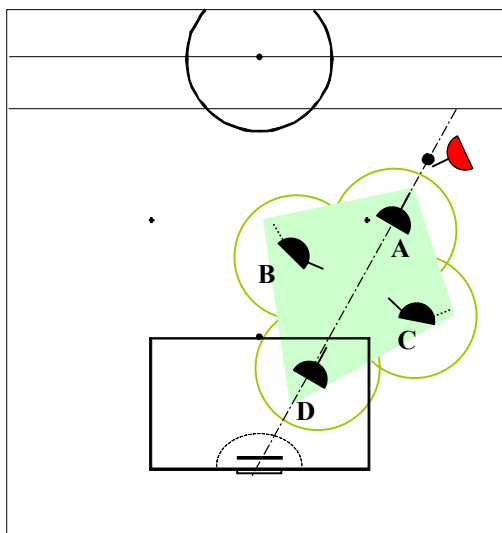
- d'intercepter les passes et les tirs,
- d'interdire les dribbles,
- d'empêcher la progression de la balle vers le but.



La balle s'éloigne de mon secteur défensif et la pointe du LOSANGE défensif se déplace. J'adapte mon aide en suivant la pointe ou en constituant la base du LOSANGE.

L'organisation du bloc défensif se fait sur un losange qui se construit en trois étapes successives :

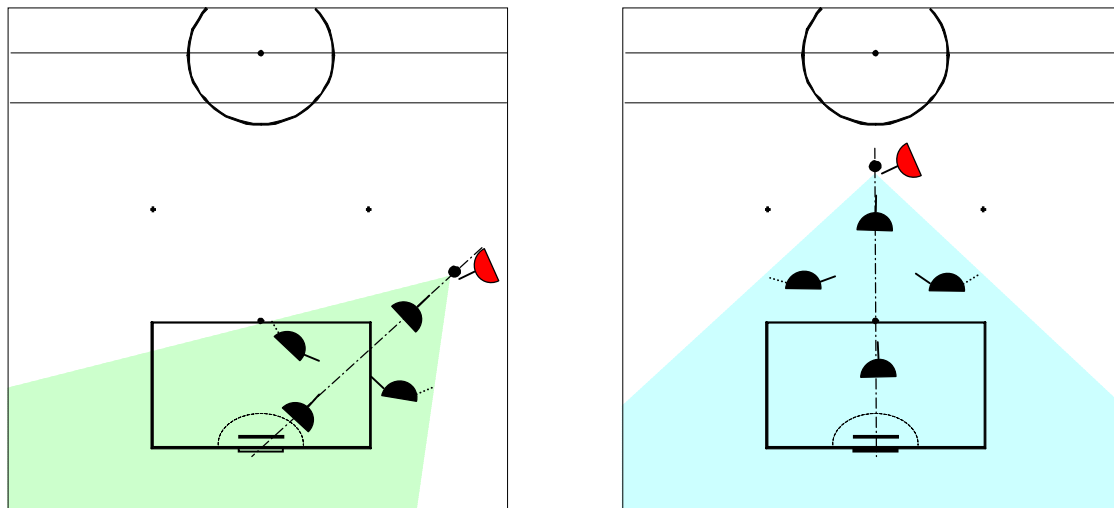
1. la première étape, (**1 joueur A**) constitution du sommet du losange (**pointe de la défense**),
2. la deuxième étape, (**2 joueurs B et C**) la création des cotés (**les latéraux**),
3. la troisième étape, (**1 joueur D**) se place en retrait des latéraux ("**libéro**") pour constituer un "losange³".



On définit ce losange comme l'aire de protection du but. La balle, d'où qu'elle vienne, ne doit absolument pas pénétrer cette zone (passe ou dribble).

³ L'appellation losange est impropre car cette figure géométrique respecte 4 cotés égaux

L'organisation du losange tient compte de la position de la balle. Quand la balle est sur le coté, l'angle du bloc défensif se ferme peu à peu. Dans ce cas, les défenseurs latéraux peuvent laisser plus de distance entre eux et la pointe (il est nécessaire de maintenir une distance permettant l'aide en cas de dribble du 1^{er} défenseur).

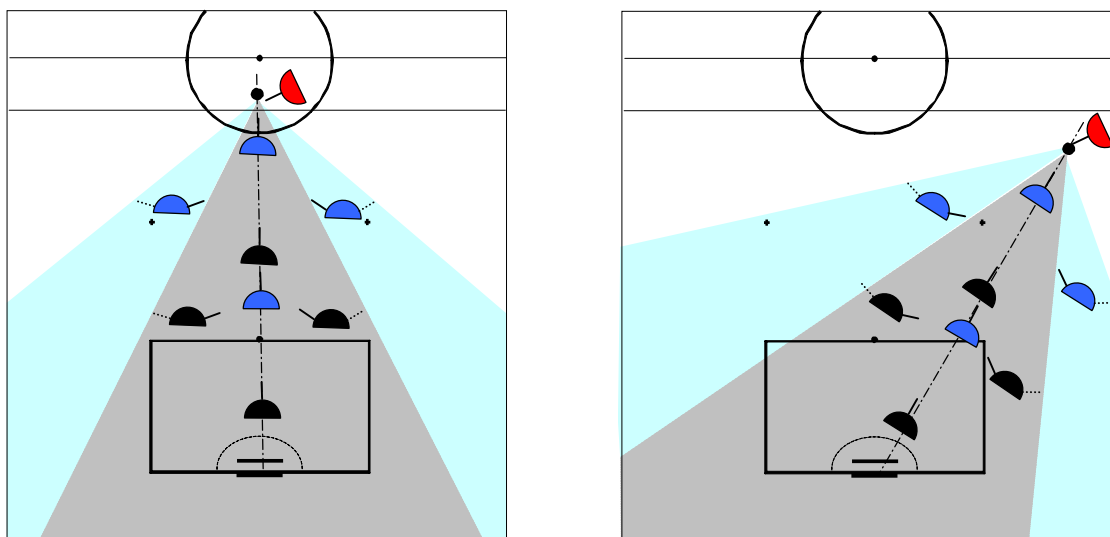


L'angle vert est plus petit que l'angle bleu

La configuration de ce losange dépend :

- de la compétence des joueurs,
- du rapport de force (ex : si un des points forts de l'adversaire est une grande puissance de tir, il est nécessaire de mettre une pointe défensive haute),
- de la tactique de jeu utilisée.

Sa pointe peut se situer plus ou moins haute et son assise peut être plus ou moins large.

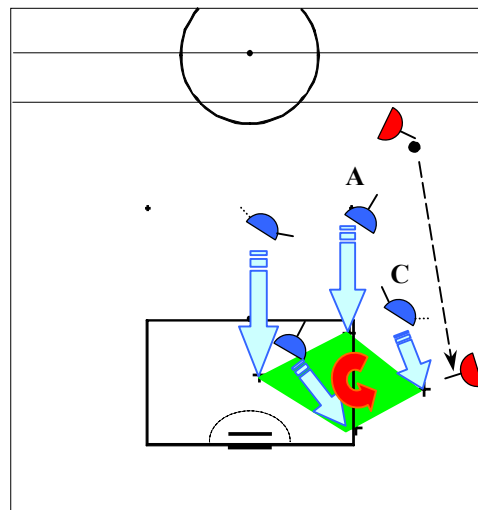
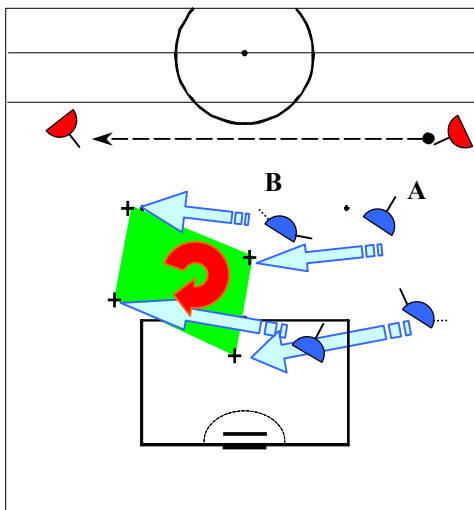


L'équipe noire, par sa position basse, défend la zone grise. L'équipe bleue, avec une pointe défensive plus haute protège la zone bleue + grise



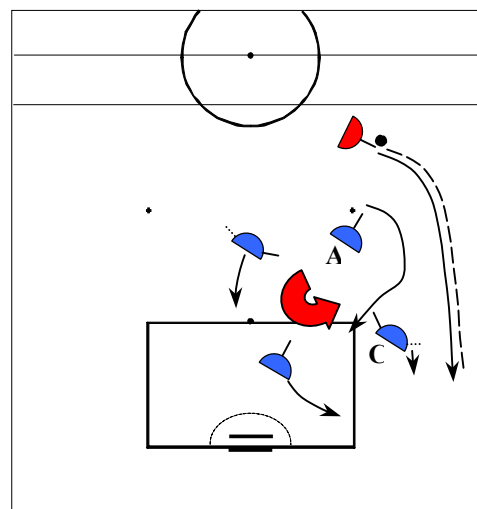
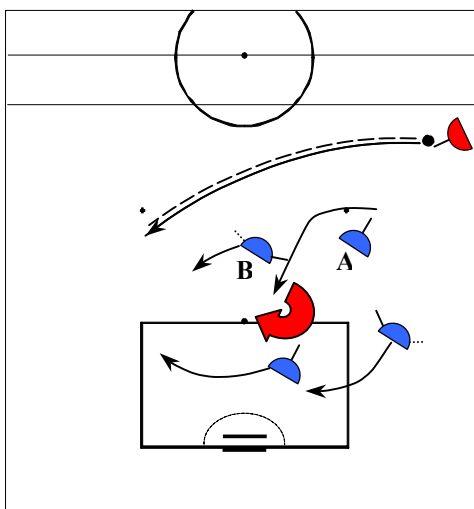
Secteur de passes possibles

⇒ *Adaptation de la défense lors d'une passe.*



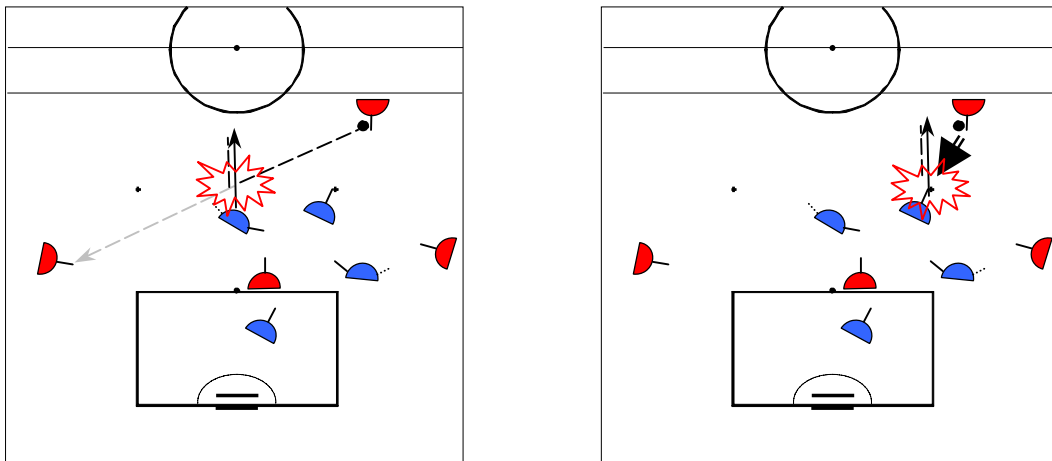
Le principe d'organisation reste identique en se situant en priorité par rapport à la balle. Le joueur **A** positionné au sommet du losange avant la passe, devient latéral et le latéral **B/C** prend le nouveau porteur de balle et se situe au nouveau sommet. La permutation des postes se fait en sens inverse à la circulation de la balle.

⇒ *Adaptation lorsque le porteur de balle se déplace.*



Le défenseur en pointe **A** va d'abord suivre la trajectoire du porteur de balle pour finalement le laisser sous la responsabilité du premier latéral rencontré **B/C**. Comme précédemment, l'ensemble du bloc défensif va pivoter en sens inverse au déplacement de la balle pour reconstituer la même structure défensive, de type losange...

A.1c - Je récupère la balle



Description

J'exploite les erreurs de l'adversaire : mauvaise passe, tir raté....

Attention, dès que la transmission de la balle s'améliore, ce dispositif est pris en défaut.

A.2 - Deuxième niveau de jeu - Prise d'informations et Anticipation

Contexte

L'attaquant

A ce niveau, la vitesse de déplacement s'accélère :

- les passes deviennent plus puissantes et plus précises mais sont toujours précédées d'un contrôle,
- la balle est "portée". Le patinage gagne en précision et en vitesse de déplacement. La conduite de balle est sûre.

Le défenseur

Il est moins attiré par la balle. Il est capable de mieux analyser les situations et notamment le placement des partenaires et adversaires.

A.2a - Je prends le porteur de la balle (pas de changement)



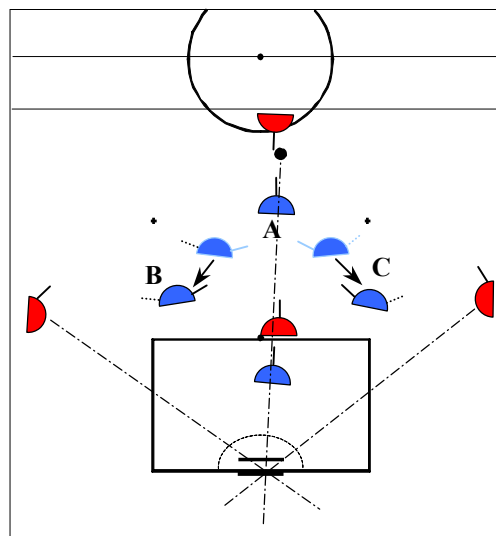
A.2b - J'aide

Description :

- je me rapproche moins de l'axe balle-but,
- j'aide moins le défenseur-porteur,
- je participe au bloc défensif et j'identifie le futur porteur de balle,
- j'anticipe mon remplacement pour pouvoir couper le futur axe balle-but (joueurs B et C),
- je tiens compte du placement des adversaires quand j'apporte l'aide au défenseur-porteur.

Intentions :

- je prévois les possibilités de passe et d'évolution du jeu,
- j'adopte une conduite défensive intentionnelle (je laisse la passe, j'empêche, j'intercepte).



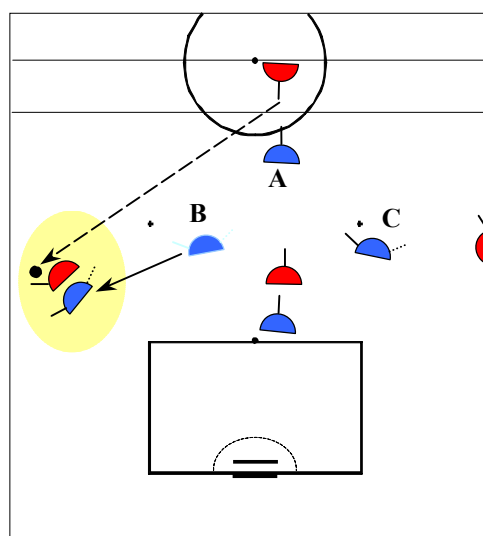
A.2c - Je récupère la balle

Description : 'ai la volonté de récupérer la balle et j'adapte mon comportement :

- passe interceptée,
- tir contré, non cadré ou renvoyé par le gardien,
- dribble contré.

Intentions : je provoque la faute,

- pressing individuel (B) quand l'attaquant est en difficulté à la suite d'un mauvais contrôle ou passe imprécise ou quand il est jugé moins fort physiquement et/ou techniquement.



Attention, les règles de répartition des tâches ne suffisent plus notamment quand le porteur de balle se trouve à l'intersection de deux secteurs ou en cas de supériorité numérique dans un secteur.

A.3 - Troisième niveau de jeu - La communication

Contexte

L'attaquant

A ce niveau, l'attaque met en place des systèmes de jeu permettant d'exploiter les points faibles de la défense. La transmission de balle se fait sans contrôle pour accélérer la circulation de balle.

Le défenseur

La coordination des défenseurs dans les déplacements et placements doit se faire sans hésitation. Le bloc défensif doit compenser l'inévitable défaillance de vitesse de déplacements par rapport à la balle par une excellente lecture du jeu adverse. Sans cette capacité il ne peut anticiper et se trouve très rapidement débordé.



A.3a - Je prends le porteur de la balle

Les temps de placements, replacements, interventions sont brefs. Ils engendrent une dépense énergétique importante.

A.3b - J'aide

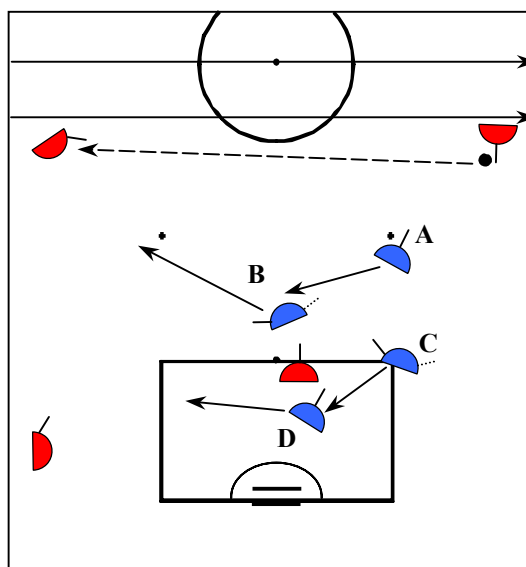
Description.

Le dispositif devient plus souple. Il s'organise à partir des intentions défensives immédiates et s'appuie sur la permutation des postes.

- J'annonce mon intention "je prends"
- Je dirige mes équipiers "prends, laisse, change, garde, etc."

Intentions.

- Je prends l'initiative
- J'oriente le jeu de mon adversaire pour mieux le contrer (voir récupération de balle ci-après).



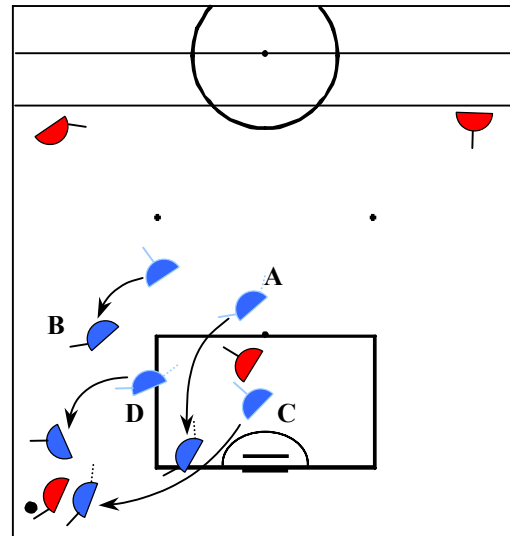
A.3c - Je récupère la balle

Description.

J'oriente le jeu afin d'amener l'attaquant dans une zone propice à l'enclenchement d'un pressing collectif. Les défenseurs (C et D) attaquent simultanément le porteur de balle.

Je déclenche un pressing collectif dès que l'attaquant a peu de possibilités de passes :

- dans un coin du terrain,
- le long de la balustrade,
- près de la ligne de retour en zone,
- si ses coéquipiers sont mal placés et n'offrent pas de possibilités de passes.



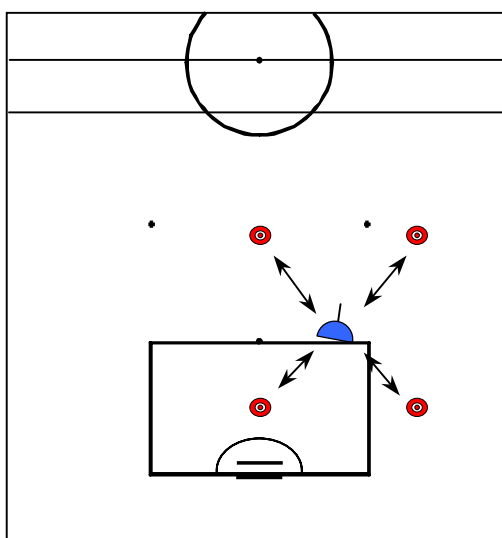
Intentions : je prépare la contre attaque.



A L'ENTRAINEMENT

Attention, trop souvent on programme les exercices de travail de la défense en infériorité numérique sur des situations construites pour un exercice d'attaquant. Ce n'est qu'une composante restreinte des tâches et savoir faire du défenseur.

- Reprendre des circuits de patinage regroupant les attitudes spécifiques du défenseur.
- Construire des exercices d'opposition à l'attaquant en ajoutant des contraintes au défenseur (retard, mauvais placement, etc).
- Faire défendre sans crosse permet d'être plus rigoureux sur son placement et évite d'être trop attiré par la balle.

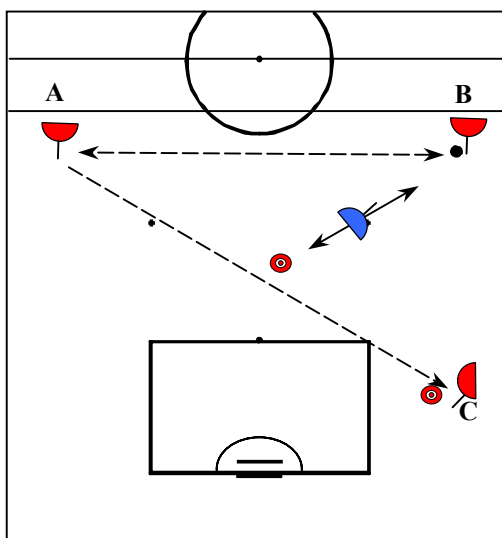


Exercice 208

A un joueur.

Exercice de placement, remplacement à partir d'un poste.

Les différents types de freinage sont demandés : chasse neige (avant, arrière) demi latéral gauche et droit, avant et arrière.



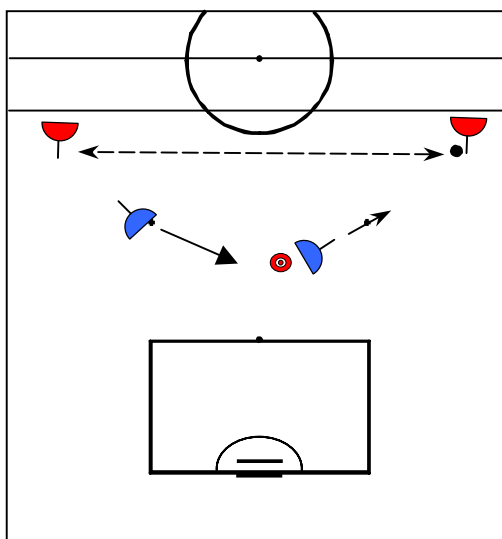
Exercice 209

Deux attaquants A et B, un défenseur.

Les attaquants se font des passes, le défenseur monte sur le porteur de balle, se replace au plot puis remonte sur le porteur de balle etc...

Exercice de freinage, attitude défensive.

On ajouter un 3^{ème} joueur attaquant C à qui il faut faire la passe si le défenseur n'est pas revenu à temps.

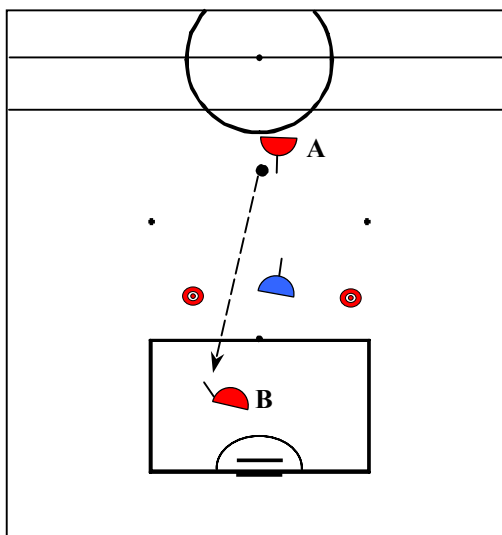


Exercice 210

A deux attaquants et deux défenseurs.

Je monte sur le porteur de la balle, je couvre pour constituer la partie latérale du LOSANGE défensif (je reviens au plot).

Avec un troisième joueur, comme précédemment, on cherchera à le servir dans les espaces laissés par les défenseurs.

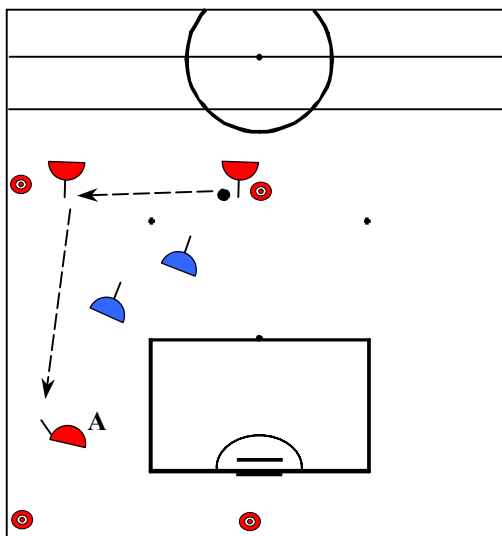


Exercice 211

Deux attaquants cherchent à se faire des passes entre les plots.

Le défenseur (bleu) conteste la passe.

Variante : le joueur A peut faire la passe à B ou tirer. Le défenseur doit donc contester passe et tir.



Exercice 212

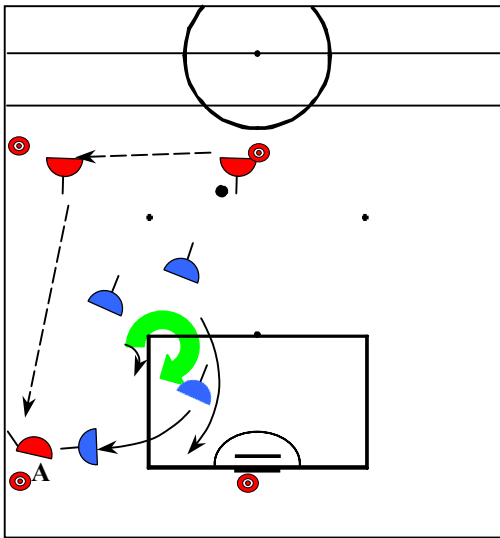
3 contre 2 dans un espace réduit (4 plots).

Les rouges, par un jeu de passes rapides et précises, doivent parvenir à servir leur appui A.

Passer à 3 contre 3.

Les 3 défenseurs bleus contestent toute passe dont la trajectoire se situe à l'intérieur de leur triangle (boîte).

Ce travail peut d'abord se faire sans crosse puis avec (vérifier l'orientation des crosses qui doivent fermer la boîte).

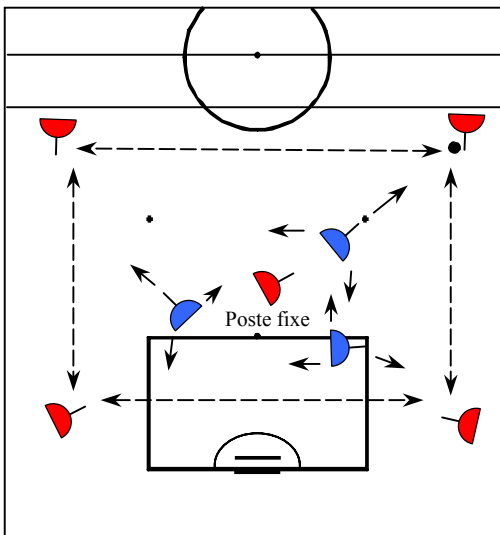


Exercice 213

A partir de la passe latérale,

introduire la notion de permutation des postes et notamment le rôle du libéro qui ne doit pas hésiter à quitter son poste pour s'opposer au porteur de balle A au point 4.

Rappel : la rotation des défenseurs est inverse à celle de la balle.



Exercice 214

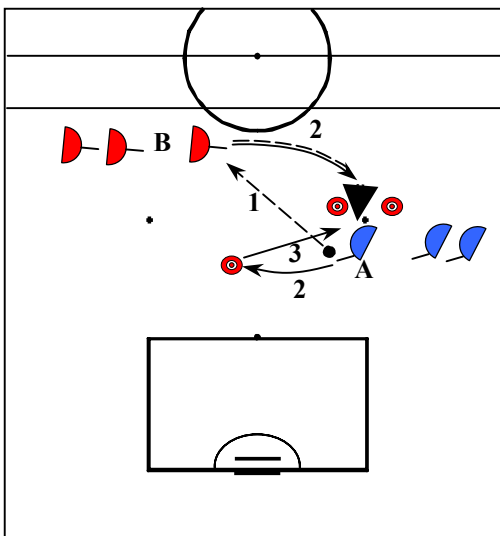
5 attaquants, 3 défenseurs.

Les attaquants se font des passes et tentent de faire la passe au poste fixe.

Les défenseurs montent sur le porteur de balle et couvrent l'espace, se replacent, montent sur porteur de balle.

Exercice de freinage, attitude défensive, gestion de l'espace.

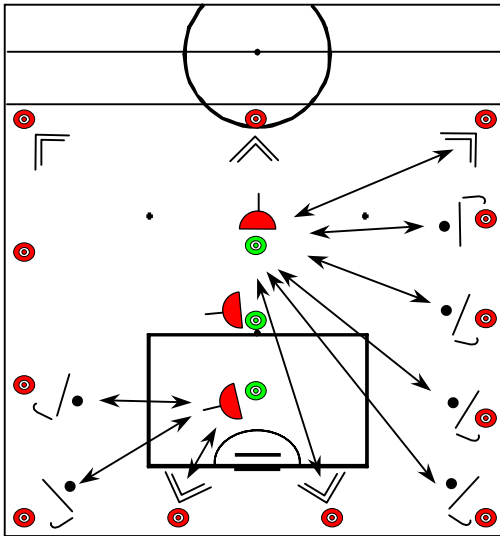
Progression : 4 contre 3 Les attaquants font circuler la balle autour des défenseurs; Les défenseurs s'adaptent pour créer le LOSANGE défensif (pointe + latéraux).



Exercice 215

Le défenseur A lance l'action par une passe à B (1) et va toucher le plot (2) comme pour un remplacement correct puis il revient s'opposer à l'attaquant (3).

Si le défenseur A est en retard, l'attaquant B tire entre les plots.



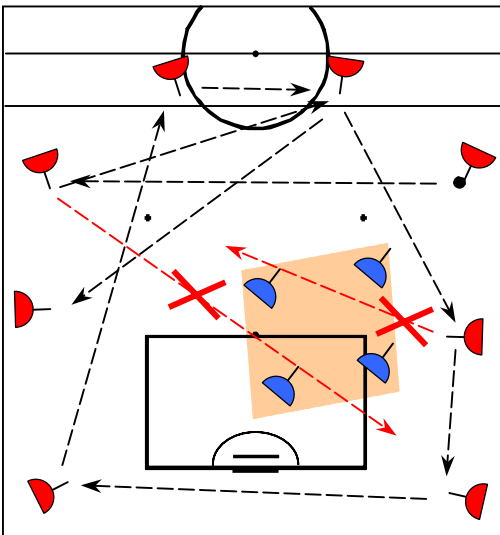
Exercice 216

Patinage spécifique.

Chaque joueur s'attribue un plot vert. Il doit défendre face à chaque plot rouge et revenir à son plot initial. Le placement et remplacement se fait en faisant toujours face à son adversaire. L'arrêt au plot vert se fait sur les butées.

Les types de freinage sont codifiés comme suit ainsi que le placement de la crose.

- / Freinage demi latéral + position croise.
- └ Chasse neige.



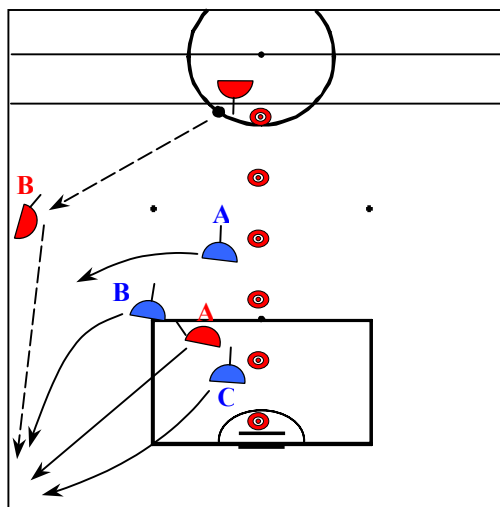
Exercice 217

Les attaquants rouges sont fixes et se font des passes le plus vite possible.

La défense se déplace, se coordonne et s'organise par rapport à la balle.

Les permutations sont constantes et rapides de façon à ce que la zone défendue (■) ne soit jamais transpercée par une balle.

Les corrections et précisions de l'entraîneur sont indispensables lors de ce travail.



Exercice 218

3 contre 3 sur un 1/2 terrain.

Récupération de la balle par des prises à 2.

Objectifs.

Pour les attaquants, faire parvenir la balle dans le coin bas en réponse à l'appel de balle de **A** et la ressortir aussitôt.

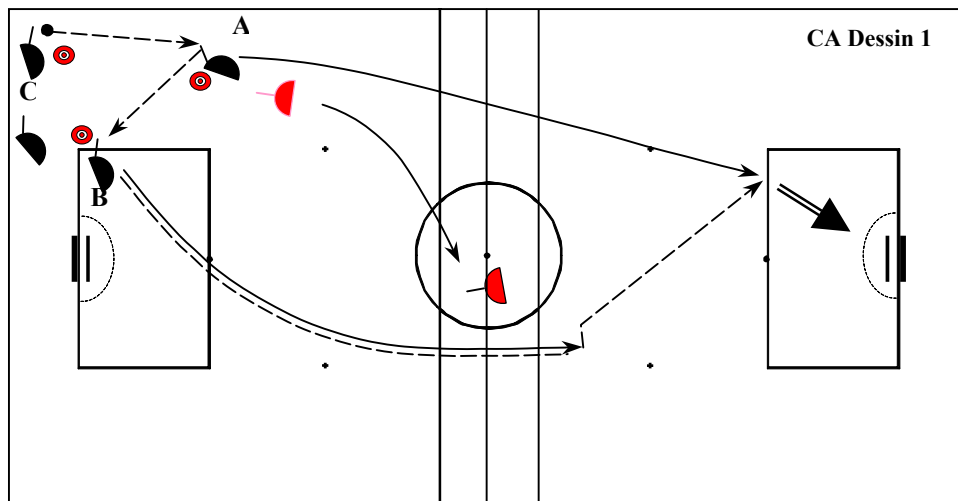
Pour les défenseurs, immobiliser **A** dans le coin grâce aux interventions simultanées de **B** et **C** et interdire le retour de passe à **B** par la présence de **A**.

Procéder de la même manière pour des récupérations le long de la balustrade ou contre la ligne de retour en zone.

Exercices de contre attaque sur récupération basse

2 contre 1

Exercice 219



Les 3 joueurs **A**, **B** et **C** sont en position de récupération de balle. C'est **C** qui choisit de lancer l'exercice avec **A** ou **B**. Si **B** est le récupérateur, il conduit la contre attaque en s'écartant de **A**, entraîne le défenseur, le fixe et sert **A**. Dans le même temps, **A** court en 6 haut pour proposer un tir accompagné.

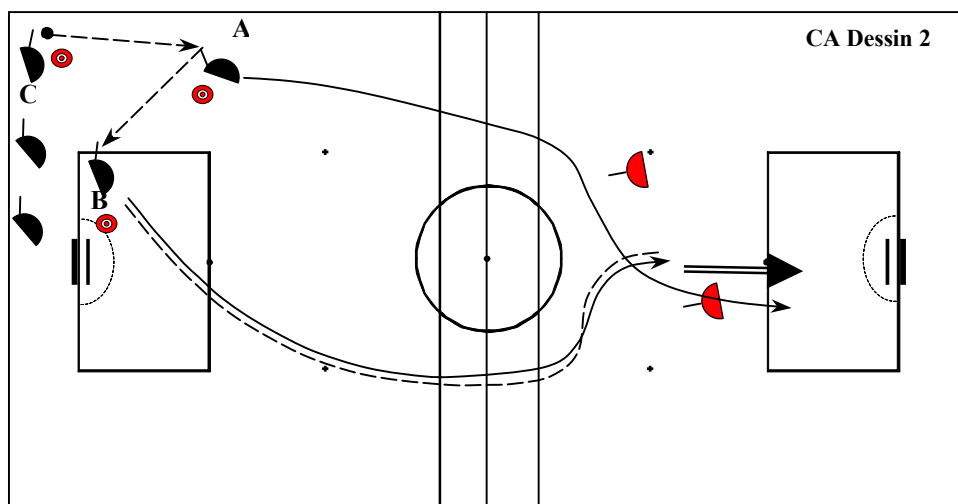
3 contre 1

Bien que cette situation soit peu probable en situation réelle, on peut demander à **C** de participer à la gestion de la contre attaque pour la terminer en triangle de finition (cf. chapitre "le jeu offensif").

2 contre 2

(Cf. chapitre "contre attaque")

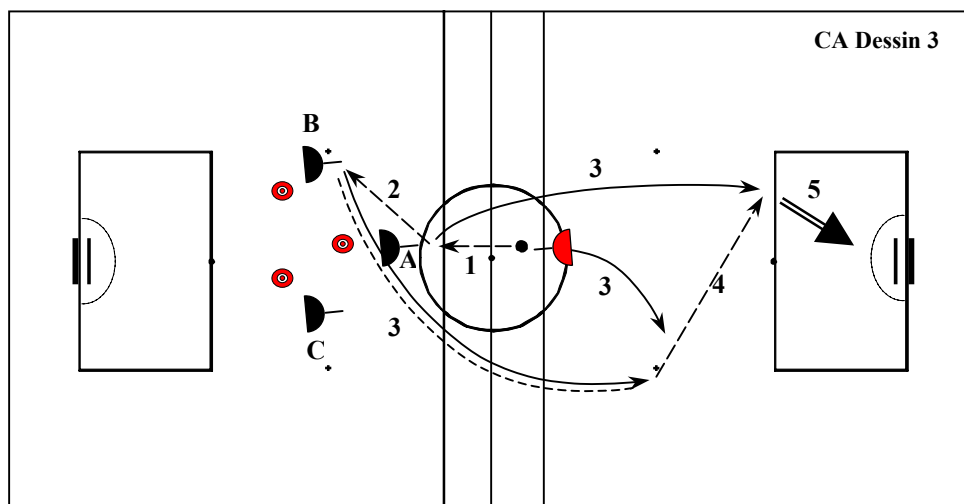
Exercice 220



Exercices de contre attaque sur récupération haute

2 contre 1

Exercice 221



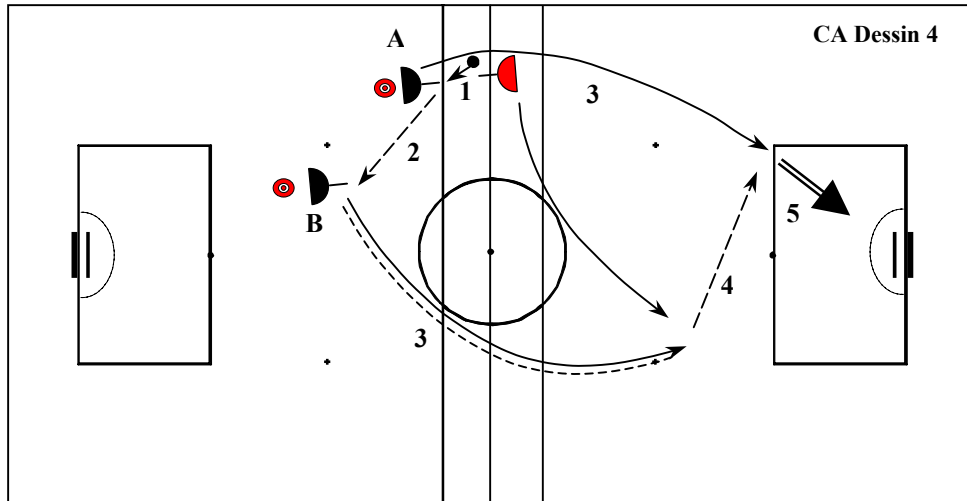
Les 3 joueurs **A**, **B** et **C** sont positionnés en triangle (sommet d'un losange central). C'est le joueur rouge qui lance l'exercice en passant (1) à l'un des trois défenseurs. Lorsque **A** récupère la balle, il fait appel au soutien de son choix (2) et court de son côté (3) se placer en 6 haut. Le soutien **B** (ou **C**) conduit la balle en s'écartant pour entraîner le défenseur, le fixer et passer à **A** dans l'espace libre. Ce dernier exécute un tir accompagné (5). Lorsque c'est un soutien (**B** ou **C**) qui récupère la balle la passe (2) n'existe pas, la contre attaque est menée directement.

3 contre 1

Les trois joueurs conduisent la CA et terminent en triangle (cf. le chapitre "le jeu offensif").
A donne à B et va en 6 haut, côté balle. C se place à l'opposé à la hauteur du défenseur et B joue le pivot. Finition : cf. chapitre "contre attaque".

2 contre 1 latéral

Exercice 222



L'exercice commence par une passe (1) à A ou B du rouge qui devient défenseur. Si A récupère, il passe (2) au soutien B et court en 6 haut(3). B s'écarte (3), entraîne le défenseur, le fixe et sert A (4) qui tire sans contrôle (5). Si B récupère, seule la passe (2) n'existe pas, la finition reste identique.



B - LA DEFENSE INDIVIDUELLE

Définition

Cette défense privilégie la protection du but par rapport aux adversaires : les déplacements défensifs sont induits par le placement de l'adversaire direct.

Le principe de cette défense est d'adapter individuellement son placement par rapport à un adversaire direct. Ce placement s'effectue sur l'axe adversaire / but.



Contrairement à la défense de zone qui se préoccupe avant tout de la balle, l'individuelle se concentre sur l'adversaire. Pour schématiser, on peut dire que sur une zone "la balle ne passe pas" alors que sur une individuelle c'est "le joueur qui ne passe pas".

Cette formule ne signifie pas qu'il faille mettre l'adversaire en échec. Elle insiste simplement sur le fait que le défenseur doit être capable à tout moment de se replacer sur les trajectoires qui conduisent son adversaire à la cage. C'est pourquoi il consacre son attention sur l'attaquant sans donner la priorité à la balle.

B.1 - Premier niveau de jeu

Le placement (respect strict des consignes de marquage)

Contexte

L'attaquant

La technique de patinage n'est pas maîtrisée, notamment les changements de direction, freinages rapides... La conduite de balle reste encore linéaire, le bagage technique crosse balle n'en est qu'à ses débuts.

Le défenseur

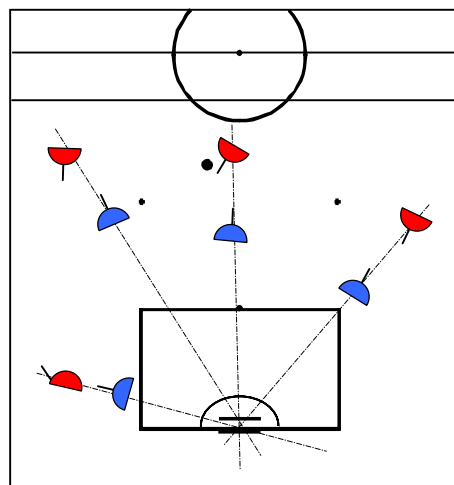
Le défenseur est en difficulté dans certaines phases de patinage spécifique comme les repositionnements vers l'arrière, les freinages en chasse neige. De ce fait, il a des problèmes pour rester face à l'adversaire et pour se replacer correctement et rapidement. Il est souvent attiré par la balle et "lâche" son vis-à-vis.

Description.

- Chaque défenseur se place sur l'axe adverse cage et marque son vis-à-vis "les yeux dans les yeux".
- A tout mouvement individuel de l'adversaire (porteur ou non porteur de balle), le défenseur répond par un remplacement dont l'objectif est de barrer le chemin vers la cage de but.
- L'attitude défensive est maintenue en permanence.

Intention.

- La notion d'aide est quasiment inexistante.
- La récupération de balle n'est pas construite, elle est liée aux erreurs de l'adversaire.



B.2 - Deuxième niveau de jeu- l'aide

Contexte

L'attaquant

Son niveau de patinage s'élève ainsi que sa vitesse. Il commence à tenter quelques dribbles grâce à une maîtrise crose balle supérieure. Ces nouvelles facilités lui permettent de lever un peu plus la tête pour jouer avec ses partenaires et construire des situations tactiques simples.

Le défenseur

Sa technique de patinage supérieure lui permet aussi d'observer un environnement un peu plus large et de parfois pouvoir intervenir en urgence sur un autre adversaire pour pallier aux déficiences d'un partenaire.

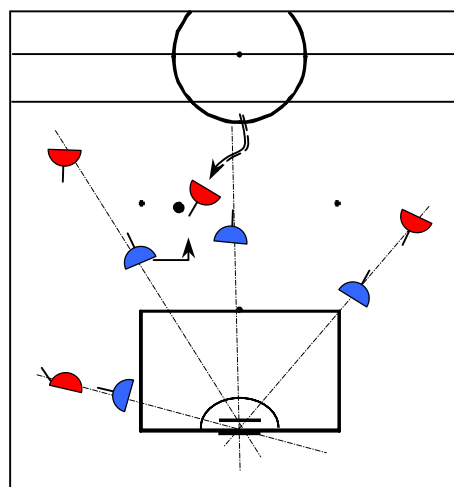


Description.

- Le marquage sur le non porteur est moins strict, le défenseur laisse davantage d'espace. Il peut du coup se concentrer sur l'organisation du jeu et participer à une défense collective de protection de la cage notamment par son anticipation de placement pour soutenir un partenaire en difficulté.

Intention.

- L'organisation de la récupération n'est pas encore assurée de manière systématique mais la défense, plus présente, pousse davantage l'adversaire à la faute.



B.3 - Troisième niveau de jeu

La communication - L'anticipation

Contexte

L'attaquant

Possédant l'ensemble du registre de la technique individuelle, l'attaquant peut se consacrer à la mise en place de schémas tactiques appropriés à l'attaque d'une défense homme à homme (croisements, contrés, home board...).

Le défenseur

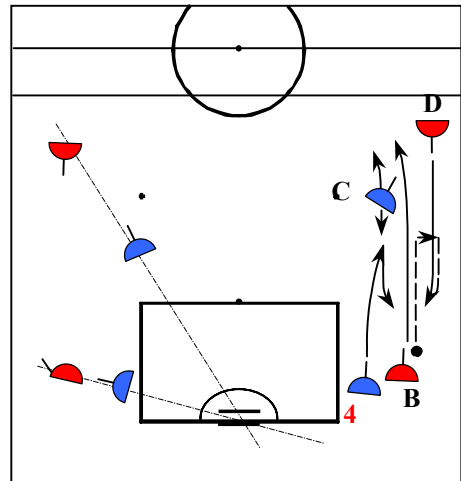
Lui aussi maîtrise totalement ses déplacements et axe son action sur l'observation des comportements de l'adversaire pour anticiper son placement défensif. Afin de prévenir les combinaisons offensives, il doit s'appuyer sur une bonne communication avec ses partenaires pour "changer", "prendre", "laisser"...

Description.

- Le joueur **A** marque **B** qui remonte la balle en direction de **D** (1).
- Une bonne lecture du jeu qui s'annonce va l'entraîner à demander l'échange de marquage à **C** qui recule (1) avec **D**.
- Faute de quoi les 2 défenseurs seront pris de vitesse au moment du contré et le nouveau porteur de balle **D** sera totalement libéré de marquage.

Intention.

- Il ne reste plus en marquage strict sur le non porteur mais fait en sorte, par son placement, par l'orientation qu'il donne à son corps et ses patins de dissuader une passe, de contester une trajectoire, de jaillir pour intercepter ou de participer, avec un partenaire, à la reconquête de la balle (prise à 2).

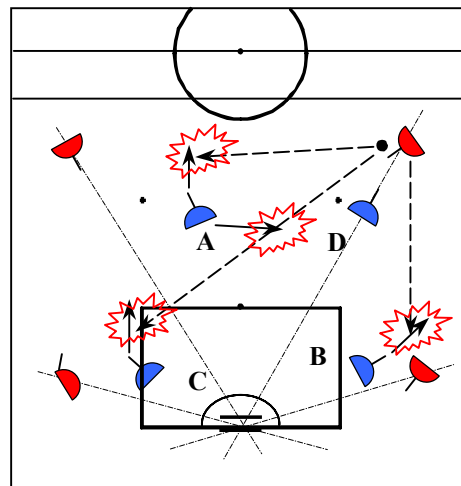


Description.

- Ici, seul **D**, qui défend sur le porteur de balle, se situe sur l'axe attaquant cage. Les défenseurs **A**, **B** et **C** ne sont plus directement sur cet axe. Leur position d'aide met dans l'embarras le porteur de balle car les risques d'interception sont grands.

Intention.

- Ils gardent toutefois une distance de sécurité leur permettant de se repositionner dans le cas où leur vis-à-vis tenterait un dribble dans leur dos.
- Si l'adversaire de **D** tente un dribble, à droite il se heurte à **A** et à gauche à **B**.

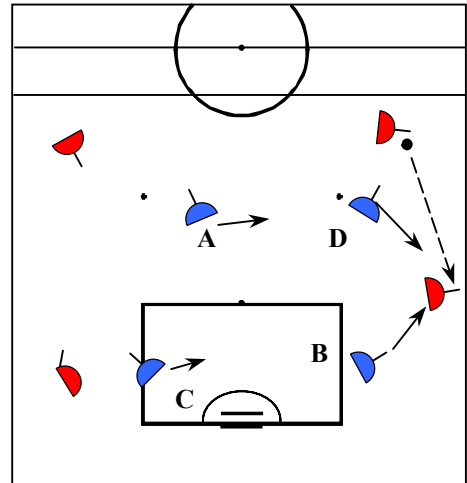


Description.

- Des situations favorables à des prises à 2 se créent : sur une mauvaise passe / réception le long de la balustrade, dans un coin, le long de la ligne de retour en zone....lorsque l'attaquant tourne le dos.

Intention.

- Sur l'illustration ci-contre, le joueur **B** engage le duel. Dans le même temps, **D** vient lui interdire l'utilisation de son soutien. **A** et **C** se rapprochent pour prévenir un échec éventuel de la défense à 2 sur le porteur de balle.



B.4 - Quatrième niveau de jeu - le haut niveau

L'étape suivante, le haut niveau, ne hiérarchise plus les intentions. La protection de la cage et la récupération de la balle se traitent dans le même temps.

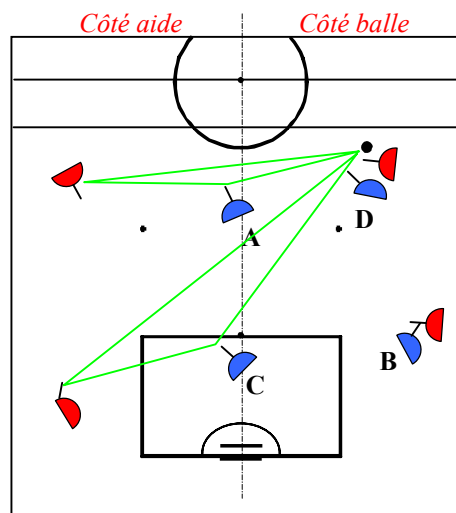
Description.

Côté balle, les joueurs **D** et **B** sont en pressing maximum sur leur adversaire direct. Leur action doit être telle qu'il n'est pas pensable pour leurs attaquants d'assurer une passe entre eux.

- **D** doit empêcher par la position de sa crosse la passe et le dribble côté ouvert. La position de son corps et de ses patins doit permettre de répondre aussitôt à un dribble côté fermé, en entraînant l'attaquant contre la balustrade.
- **B**, au contact de l'adversaire, doit empêcher la réception d'une éventuelle passe en interposant sa crosse.

Côté "aide", **A** et **C** se rapprochent de l'axe "cage / cage" et forment un triangle écrasé comme le montre le schéma ci-contre.

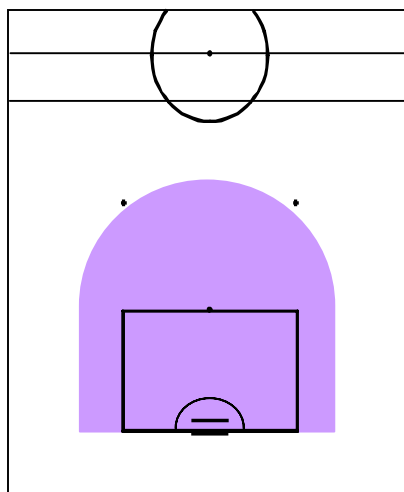
Intentions : dissuader la passe ou l'intercepter et conserver la possibilité d'un remplacement défensif face aux déplacements de leur vis-à-vis.



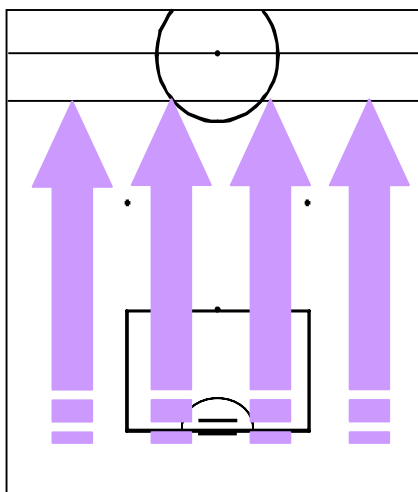
Marquage strict du non porteur



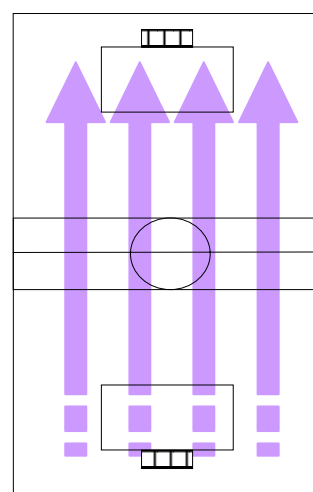
B.5 - Trois types de marquage individuel



*Jusqu'à la hauteur des
croix de coup franc direct*



Jusqu'à la ligne d'anti-jeu



Sur tout le terrain

Le choix de l'utilisation de tel ou tel type de marquage dépend d'un certain nombre de paramètres que l'entraîneur doit prendre en compte.

- Le rapport des forces en présence (capacités techniques, physiques, tactiques).
Une équipe en déficit de patinage et d'expérience reste plutôt dans un espace réduit devant sa cage afin de limiter les distances entre les joueurs pour faire jouer "l'aide".
- Les adaptations nécessaires en cours de rencontre (revenir au score, le préserver, donner de fausses informations).

Dans tous les cas, un long travail de répétition des différentes pratiques est nécessaire pour que chaque joueur les intègre pour les utiliser le moment venu, sans défaillance.

A L'ENTRAÎNEMENT

La défense "homme à homme", dès le plus jeune âge, permet de placer le hockeyeur dans toutes les situations possibles de patinage. Elle est donc particulièrement formatrice et accélère la maîtrise technique de patinage. En effet, le joueur, centré sur sa tâche défensive, oublie les contraintes de patinage et réalise des gestes techniques qu'il assimile rapidement.

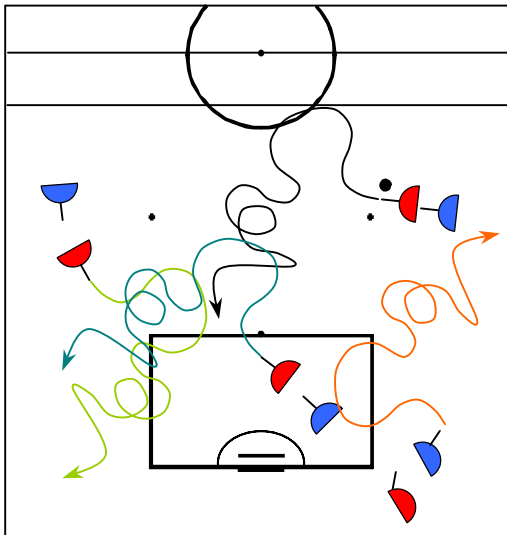
Sans cette technique, il est utopique de vouloir construire des stratégies défensives

Il n'est toutefois pas question de compter sur le hasard pour réussir tous les apprentissages. L'entraîneur s'efforce aussi au travers de différentes situations, de circuits, de systématiser l'ensemble des techniques de patinage nécessaires à la défense.

Progressivement, le défenseur, libéré des contraintes de patinage, peut concentrer son action sur les prises d'informations nécessaires à l'anticipation de placement et de déplacement. L'entraîneur doit chercher à mettre en place des situations de travail, proches de la réalité du jeu, portant l'accent sur la décentration, la prise d'information, l'anticipation.

Dans ce type de défense, rappelons que le joueur doit s'opposer aux trajectoires de son adversaire. Cette pratique est difficile et mérite une attention toute particulière. Non travaillée, elle conduit le défenseur à la multiplication des fautes.

Tous les exercices de 1 contre 1 présentés dans le chapitre "le jeu offensif" peuvent être utilisés, parfois avec quelques adaptations, au travail préparatoire à la défense individuelle. Mais attention de ne pas donner la priorité à l'attaquant. L'entraîneur doit systématiquement corriger la position du défenseur, son déplacement et son placement. Les principes érigés en début de chapitre nécessitent, dans leur application, un maximum de rigueur.



Exercice 223

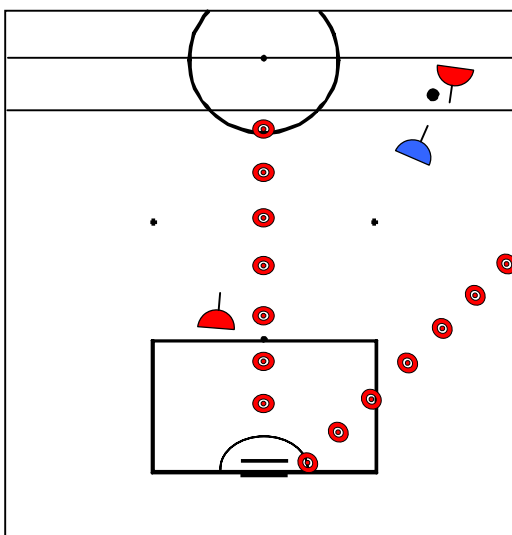
Le miroir.

Les joueurs travaillent en doublette et conduisent l'exercice à tour de rôle.

Consignes au meneur : "fais ce que tu ne voudrais pas qu'il te fasse"

D'abord sans balle, en marche avant, sur tout le terrain, puis sur terrain réduit, enfin le suiveur passe en patinage arrière. Même chose avec balle conduite par le meneur.

Attention : évoluer en fonction des niveaux, le risque de percussions existe.

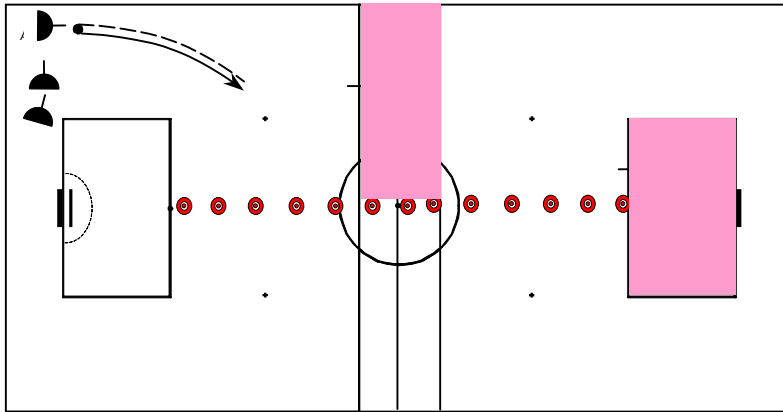


Exercice 224

Un attaquant et un défenseur s'opposent dans un espace limité par des plots.

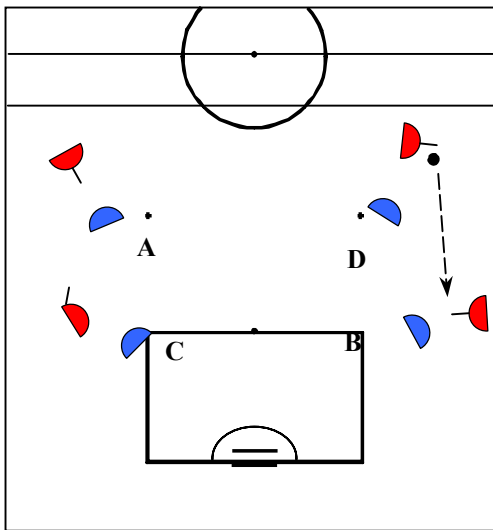
L'attaquant doit marquer, le défenseur doit l'en empêcher. En limitant l'espace d'évolution, on facilite la tâche du défenseur et on développe la "dextérité" de l'attaquant.

On peut introduire la notion d'aide en ajoutant un défenseur qui agit en limite de l'espace d'évolution...



Exercice 225

Sur ½ terrain, l'attaquant A doit se débarrasser de deux défenseurs qui évoluent dans un espace réduit (rose).
Si les principes défensifs définis en début de chapitre ne sont pas respectés, il est impossible aux défenseurs d'être efficaces.



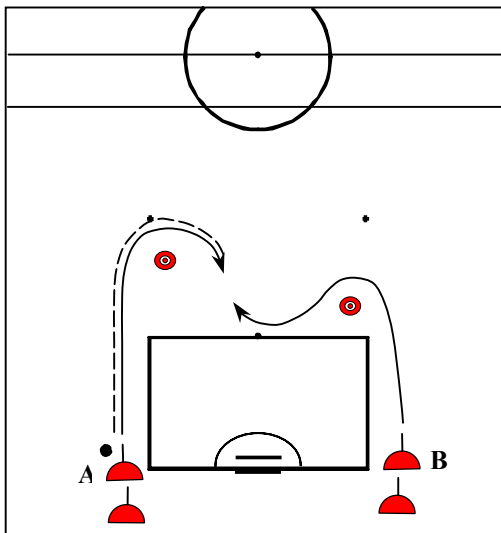
Exercice 226

Faire évoluer les défenseurs A, B, C et D sans crosse.

En fonction du niveau de jeu atteint par les joueurs, plusieurs types de marquage individuel peuvent être demandés.

Cet exercice facilite le bon placement du défenseur qui doit s'opposer aux trajectoires vers la cage de son adversaire.

Il est utile pour préparer les joueurs à l'échange de marquage.



Exercice 227

Les 2 joueurs A et B partent en même temps et contournent leur plot respectif.

A doit rechercher le passage dans l'axe pour s'ouvrir les plus grands angles de tirs.

B doit le désaxer et s'opposer à sa progression vers la cage (cf. attitudes défensives).

C - LES INFÉRIORITÉS NUMÉRIQUES LORS DES CONTRE ATTAQUES

Un des grands principes qui permet de gérer au mieux l'infériorité numérique en contre attaque s'appuie sur la notion de **rééquilibrage**. Dans le cas d'un 1 contre 2, le défenseur, après avoir tenté de temporiser pour attendre un partenaire, doit tout mettre en œuvre pour ramener la situation à du "1 contre 1" ou "1 contre le gardien". L'objectif est identique lors d'un "2 contre 3".

Un autre grand principe de fonctionnement s'appuie sur l'évolution de comportement de la défense au fur et à mesure que l'attaque se rapproche de la surface de réparation.

- Dans un 1^{er} temps, loin des cages, le(s) défenseur(s) protège(nt) un espace. Le comportement du défenseur doit être similaire à celui adopté lors de la défense de zone : il doit perturber l'évolution de la balle tout en occupant l'espace le plus favorable à l'attaque, l'axe médian (*figure 1*). Il recule avec l'attaque, réduisant ainsi son espace d'intervention tout en conservant la volonté de désaxer le porteur de balle.

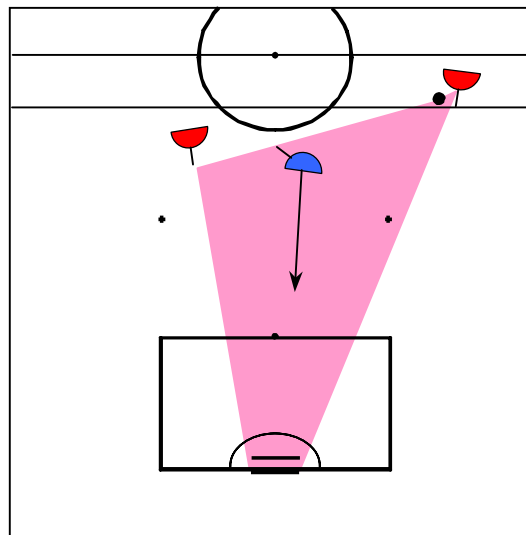


Figure 1

- Dans un 2^{ème} temps, à l'approche de la ligne de surface, il va devoir faire un choix : prendre le porteur de balle ou le non porteur. C'est à ce niveau qu'intervient la mise en place de tactiques défensives intégrant le gardien de but. En aucun cas celles-ci ne peuvent être le fruit d'une improvisation. Elles s'appuient sur les qualités et défauts du gardien, ses préférences et répondent à son besoin vital d'anticiper face aux attaques adverses.

C.1 - Le "1 contre 2"

* 1^{er} cas, le défenseur prend le porteur de balle.

(Figure 2). Il défend de la même manière que lors d'un "1 contre 1": les yeux dans les yeux, attitude défensive classique, et s'oppose au passage et au tir de l'attaquant **A**. Si ce dernier peut passer à **B**, c'est le gardien qui assure la défense face au nouveau porteur de balle. Le défenseur maintient un marquage strict sur **A** pour empêcher le retour à une supériorité numérique. Il aide même son gardien en plaçant sa crosse côté axe afin de dissuader **B** de dribbler, le forçant ainsi à tirer dans un angle fermé (Figure 3).

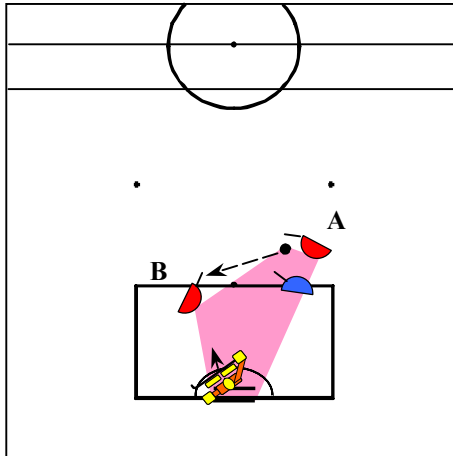


Figure 2

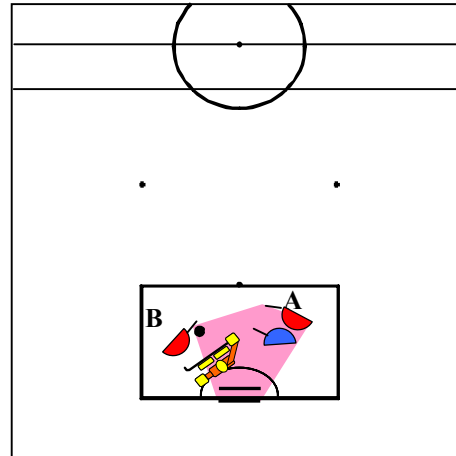


Figure 3

* 2^{ème} cas, le défenseur prend le non porteur de balle.

Il laisse la tâche au gardien de prendre le tir. La situation est donc inversée, à l'approche de la ligne de surface, le défenseur effectue un marquage strict sur **B**, transformant la situation en duel **A** face au gardien. Ce choix est plus délicat à gérer, car **A** se présente lancé en pleine vitesse et pleine puissance de tir. Même si dans ce cas le gardien n'a plus de déplacement latéral à effectuer comme précédemment lors de la passe de **A** à **B** la supériorité de l'attaquant, libre de tout marquage, nous paraît réelle.

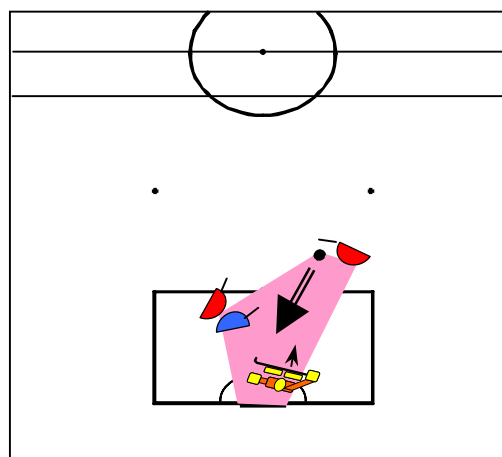


Figure 4

* Dans tous les cas.

Le défenseur ne doit pas naviguer d'un attaquant à l'autre ; le gardien doit avoir la certitude que lorsqu'un joueur est pris par son défenseur, il n'est plus sollicité pour faire aboutir l'action.

C.2 - Le "2 contre 3"

Les principes fondamentaux de la défense en infériorité numérique sont applicables. Les défenseurs commencent par défendre un espace en s'alignant au centre du dispositif défensif et en empêchant le tir dans l'axe (*figure 5*) pour finir par du "1 contre 1" et du 1 contre gardien (*figure 6*).

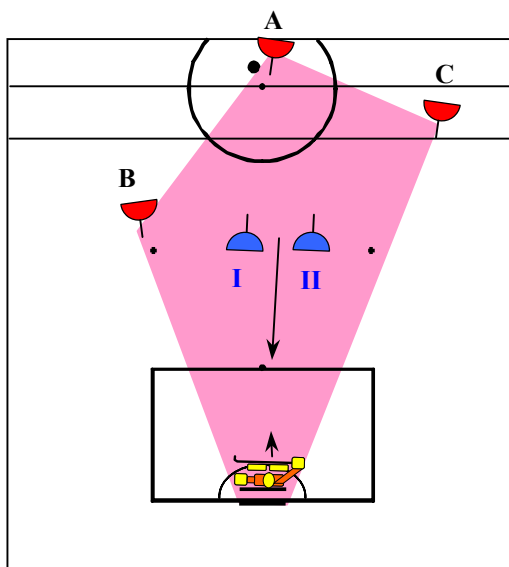


Figure 5

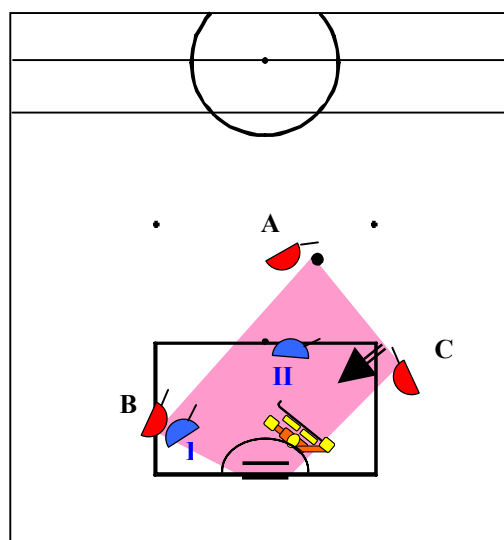


Figure 6

Description.

L'équipe bleue a tactiquement décidé d'interdire l'attaque côté gauche du gardien lui permettant ainsi d'anticiper sa parade sur son côté droit (*figure 6*).

- Le défenseur **I** doit donc effectuer un marquage strict sur l'attaquant **B** pendant que **II** défend l'axe central, interdisant le dribble et le tir à **A**.
- Une seule solution s'impose à lui, la passe à **C** sur qui le gardien anticipe.
- **II** conserve le marquage sur **A** pour éviter un nouveau déséquilibre en cas de retour de passe de la part de **C**.

Pour des raisons de choix du gardien ou de l'entraîneur, l'organisation défensive peut protéger le côté droit en procédant de manière symétriquement identique.

C.3 - Le "3 contre 4"

Cette situation rentre difficilement dans un type d'organisation tel que nous venons de le décrire du fait de l'espace réduit laissé libre par la défense. Mais lorsqu'elle existe, sa gestion doit se conduire selon les mêmes principes définis ci-dessus en organisant la défense de l'espace par un positionnement des 3 défenseurs en triangle.

L'objectif défensif reste le même : rééquilibrer les forces en présence pour ne laisser que le choix d'un duel attaquant / gardien.

CONCLUSION

D - LA "DEFENSE MIXTE"

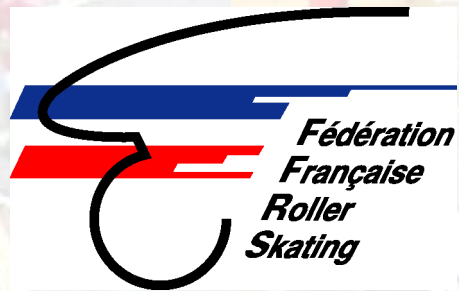
Lorsque nous analysons les deux types de défense, nous remarquons qu'aux stades les plus évolués, chaque défense abandonne un peu de ses strictes règles de fonctionnement pour emprunter un peu à l'autre type de défense.

A ce stade, nous pouvons donc commencer à parler de défense mixte qui associe :

- la sécurité d'une défense à plusieurs,
- la rigueur d'un marquage individuel,
- le changement de secteur pour "garder un adversaire",
- le recours à du pressing individuel,
- la collaboration d'une défense en zone avec :
 - le changement d'adversaire,
 - la défense à deux sur un adversaire,
 - le respect d'un secteur global de défense.

De ce fait, chaque éducateur et entraîneur **doit** aborder les deux types de défense pour espérer former un joueur complet et performant.





**Fédération
Française
Roller
Skating**

**FEDERATION FRANCAISE DE
ROLLER SKATING**

**6, boulevard Franklin Roosevelt
BP 33**

33034 BORDEAUX CEDEX

Tél. : 05 56 33 65 65

Fax : 05 56 33 65 66

@www.ffrs.asso.fr

**FEDERATION FRANCAISE
DE ROLLER SKATING**

**COMITE NATIONAL DE
RINK HOCKEY**

BP 304

85008 LA ROCHE SUR YON

Tél. : 02 51 46 24 25

Fax : 02 51 46 24 46