

La reconquête immédiate

Un des éléments qui a fasciné dans le Barcelone de Guardiola, c'est la capacité à réaliser une pression rapide et en temps opportun chaque fois que l'équipe a perdu la balle; et surtout elle était capable de cela dans le dernier tiers du terrain avec les attaquants et les deux milieux de terrain intérieur. Un choix qu'auparavant, nous avons vu très peu de fois appliqué, aussi bien dans les Championnats Européen et dans les championnats Sud-Américains. En fait, il y eut un entraîneur, Corrado Orrico, qui, à l'époque de la série CI à la fin des années 80, demandait à ses joueurs (attaquants en particulier) de chasser le ballon jusqu'à un maximum de trois changements de direction, ce qui a permis souvent à l'équipe à ne pas perdre de terrain et contraints les adversaires à tirer de loin. Cela a facilité, en fait, le travail de reconquête par les défenseurs ou les milieux de terrain.

Nous attaquons l'avant

Dans notre football, une fois qu'on a perdu le ballon, on enseigne plus à se retirer et rester dans son propre camp et on ne va pas attaquer tout de suite et ...vers l'avant.

Il est évident pourtant que les garanties en cas de succès dans l'action de reconquête sont 1) la plus courte distance au but et 2) résultant de moins de temps pour la conclusion, en plus du fait que, dans tous les cas, nous serions encore loin de notre but.

Au contraire, si nos adversaires étaient habiles à éliminer ils nous obligeraient à nous défendre sans laisser trop d'espace entre notre ligne de défense et le but.

Maintenant, la question se pose: Pourquoi toutes les équipes ne mettent pas en œuvre cette solution? Un peu par habitude, un peu pour plus de commodité (il est souvent compliqué et fatiguant pour les défenseurs centraux de lutter pour défendre l'espace libre dans leur dos) et peut-être aussi de par la difficulté d'inculquer cette attitude à tous les joueurs offensifs.

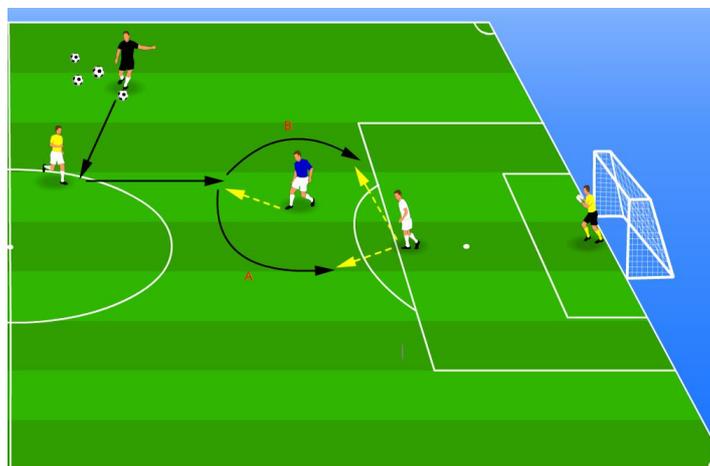
Nous voyons, ci-dessous, quelques exercices individuels, de lignes et collectif pour faire en sorte que l'ensemble de l'équipe possède le concept et rendent presque automatique l'action adéquate à l'instant de reprendre la balle.

propositions concrètes

La seconde balle

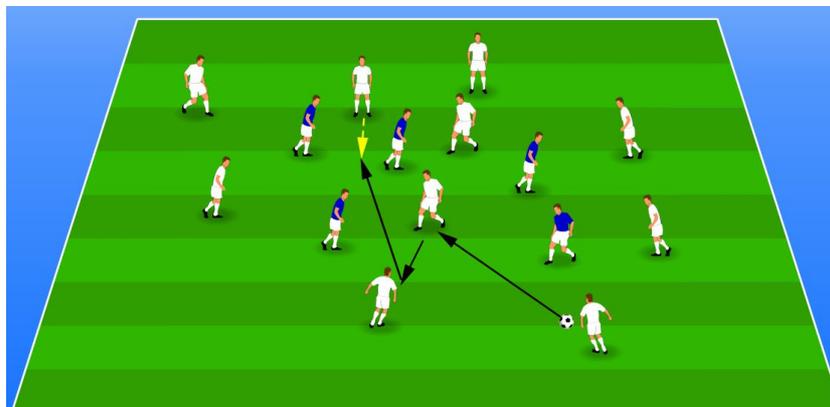
Les deux attaquants vont à la conclusion, après une combinaison entre eux (libre choix entre l'option A et B); en cas de faux pas, l'entraîneur met en jeu une seconde balle, qui doit être immédiatement attaquée pour tirer vers le but dans le temps le plus court possible (Figure 1).

De toute évidence, cet exercice qui peut être adapté à tout type de combinaison doit être utilisé, selon le système de jeu que nous utilisons habituellement.



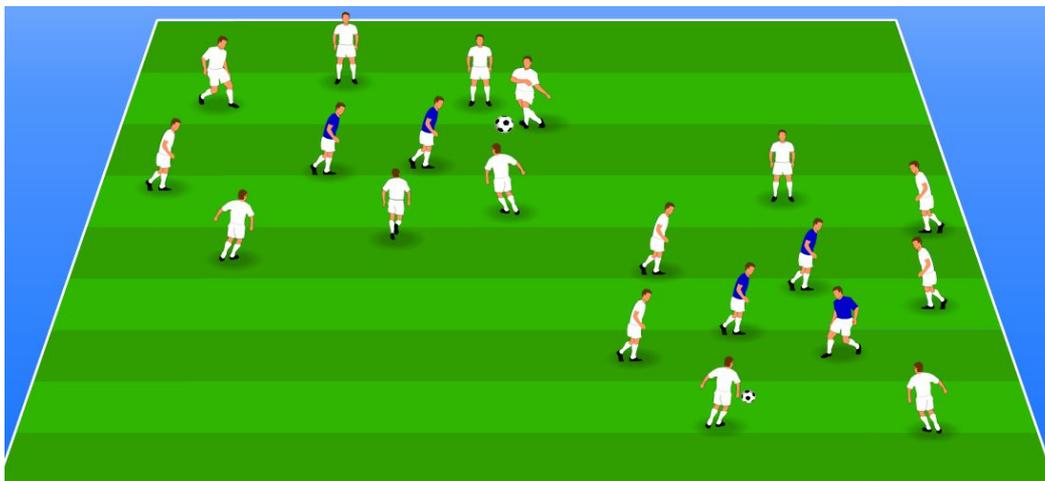
Possession 10>5

Dans ce tutoriel, lorsque le ballon est intercepté par les 5 éléments en infériorité, ils doivent effectuer quatre passes consécutives entre eux. Cela va forcer les 10 à aller à la reconquête immédiate. En cas de succès (4 passes consécutives) la récupération vaut le double (Figure 2). Le groupe qui doit intercepter la balle aura une pénalité (dix tractions ou abdos).



Double taureau 8> 2 ou 7> 3

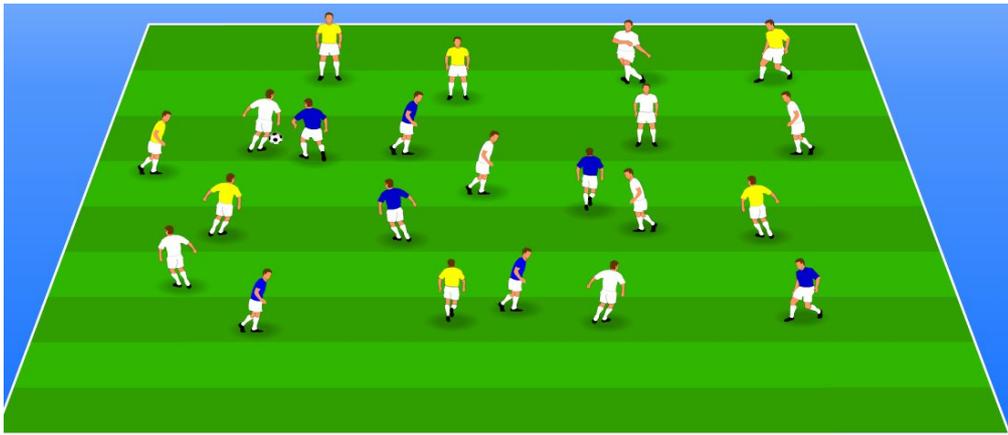
Même dans cet exercice, le concept est similaire: une fois perdu la balle, vous devez mener une reconquête rapide, avec les éléments en infériorité qui doivent essayer de faire deux ou trois passes consécutives en fonction du nombre de «taureaux» afin que tous ceux (placés dans le milieu touchent le ballon) pour doubler le score (figure 3)



Possession 2> 1

Deux équipes jouent contre une pour la possession et la reconquête immédiate. La progression du travail, en augmentant graduellement le degré de difficulté, peut commencer avec le groupe (2 équipes) en supériorité agissant en deux touches à passe libre; par la suite, ils travaillent avec obligation de passe pour les deux équipes à une avec une couleur différente (peut-être pas avec deux, mais avec trois touches dans ces cas là).

Interception la balle, retourne à la règle habituelle qui permettra aux joueurs en infériorité numérique de faire deux points après avoir réussi à terminer quatre passes consécutives (figure 4).



Pas seulement une fois

La répétition systématique au cours du micro-cycle hebdomadaire de certains de ces exercices aideront l'équipe à faire presque naturellement la pression immédiate à la recherche de la reconquête. Si nous ne faisons pas de façon continue, nous risquons de voir la paresse mentale (surtout des attaquants) perdre en peu de temps tout ce qui avait été construit précédemment.