

## ENCOURAGER LA CREATIVITE

Par Harry REDKNAPP (Tottenham hostpur)

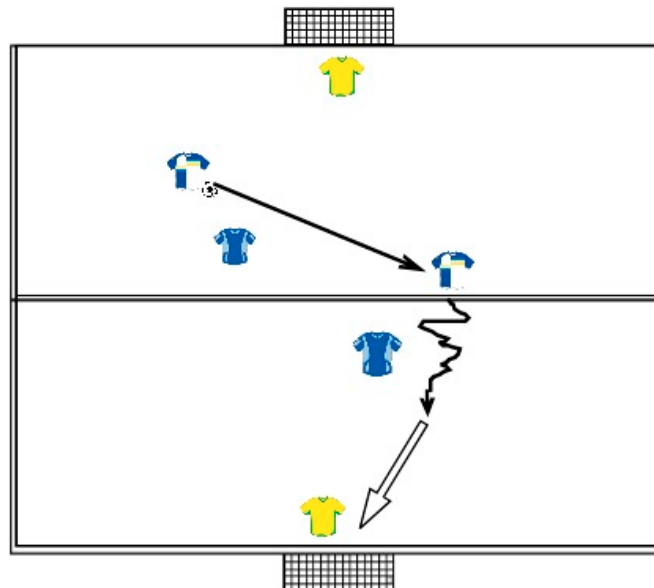
C'est une séance « toute-action » pour obtenir qualité physique et technique dans un jeu compétitif en mouvement constant. Il s'appuie sur des qualités individuelles et un bon travail d'équipe. Il encourage les tirs au but et doit être joué dans le rythme de la Première Ligue – Autrement dit à haut tempo.

Nous jouons ce jeu intensif chaque mardi si nous n'avons pas de match en milieu de la semaine comme il s'agit d'une séance de maintien de niveau, utilisant tous les joueurs dans l'exercice.

Dans cette séance nous encourageons constamment les acteurs créatifs comme Gareth Bale, Luka Modric et Rafael Van der Vaart à tirer au but quand ils se créent un espace pour la frappe. C'est super pour les aptitudes physiques – c'est pourquoi nous le faisons tôt dans la semaine - et pour l'esprit d'équipe aussi, parce qu'on construit la camaraderie et la volonté de gagner. Je l'ai utilisé dans tous les clubs que j'ai géré.

### Que doivent faire les joueurs?

Ayant divisé les joueurs en deux équipes et avec un but placé à chaque limite de zone, on un 2v2 .. Un gardien commence par donné la balle à son équipe. Les joueurs doivent combiner, à partir de passes courtes et précises avant la tentative de marquer des points dans le but adverse. Nous essayons de créer un jeu très intensif, avec des entraîneurs(ou joueurs au repos) placés derrière les lignes de but afin d'immédiatement remettre un ballon en jeu en cas de sortie de balle. Nous jouons deux minutes, puis chaque équipe de deux est remplacée par deux nouveaux acteurs.



Dans ce 2 contre 2 l'équipe bleue et blanche combine pour frapper au but

Nous améliorons le mouvement en plaçant des membres supplémentaires de l'équipe autour de la zone de jeu jusqu'à un maximum de quatre joueurs par équipe. Maintenant, les acteurs sont impliqués dans un 2v2 qui peut se combiner avec ceux sur la ligne de zone pour créer des



## Quels sont les éléments clés à rechercher sur le plan technico-tactique ?

Pour les attaquants c'est un jeu rapide et réactif. Nous cherchons à constater le choix des angles de frappe et qu'immédiatement ils expédient un tir quand ils le peuvent. Nous avons des moments tout au long de la saison où les hommes de devant hésitent quand ils sont en position de tir, et cette séance est très pratique pour travailler dans la mentalité à obtenir des tirs rapides.

Les joueurs doivent construire des mouvements rapides de passe, toujours disposés dans le jeu vers l'avant. Ils doivent regarder pour créer des supériorités numériques et des dédoublements, pendant que la conscience de leurs devoirs défensifs doit infléchir ce mouvement en avant (équilibre)

La précision est la clé parce qu'il n'y a aucune place pour l'erreur. L'existence d'une erreur mène souvent à un but dans ce jeu, de même qu'elle le fait dans la Première Ligue.

## Comment progresse- la séance ?

Nous progressons dans la séance en variant le nombre de joueurs, commençant d'abord avec un 1v1 C'est un travail très dur mais nos joueurs aiment le défi. Le fait que l'exercice offre beaucoup de contacts avec la balle le rend ce jeu extrêmement approprié.

Comme une progression finale, nous nous 3v3 avec un accent sur la création situations de 2v1 en utilisant les dédoublements. Trop souvent les joueurs d'aujourd'hui comptent sur ses capacités propres pour battre ses adversaires. Mais si un footballeur peut arriver à faire quelque chose dans un mouvement dans un 3v3, il ajoute une autre corde à son arc.

