

## Le jeu de contre-attaque

Par Andy Blight (Newcastle U-15 and F.A U18)

Le but de la contre-attaque pour une équipe est d'essayer et d'exploiter les failles dans l'organisation de l'opposition adverse aussi rapidement que possible après la possession gagnante de la balle. Cet article précisera les habiletés exigées, le positionnement des joueurs et les stratégies impliquées.

Une contre-attaque est réussie parce que les adversaires sont généralement :

- \* Désorganisé et vulnérable
- \* en infériorité numérique
- \* bloc équipe écartés
- \* que des espace existent entre et derrière les défenseurs

L'objectif de la tactique de contre-attaque est d'attirer vos adversaires de leur moitié de terrain et limiter l'espace devant votre propre but autant que possible. Alors, si vous gagnez la possession de la balle, vos joueurs doivent avoir l'agilité mentale pour commuter immédiatement en mode attaque.

Le fait de profiter des secteurs ouverts dans la défense de l'opposition avec une passe diagonale directe et l'interaction rapide, incisive devient l'objectif.

Une contre-attaque du tiers défensif peut comprendre des combinaisons diverses de n'importe quel type de possession regagnée. Pour regagner la possession, les interceptions, les tacles sur les joueurs en dribble et les dégagements sont les moyens les plus probables d'aboutir à une contre-attaque.

### Habiletés exigées

- Passe efficace
- Capacité de courir avec la balle
- Passe précise sur différentes distances
- Coures avant en courant avec la balle
- Courses avant sans ballon
- Combinaison rapide et interaction
- Réception de la balle
- Bonnes positions de support pour les récepteurs(destinataires)
- Marquage lâche des adversaires

La vitesse de la contre-attaque d'une équipe est généralement déterminé par la façon dont les acteurs en positions avancées sont rapidement identifiés. Le Gardien de but (GK) amorce souvent une contre-attaque en relançant avec précision, l'utilisation de dégagements longs et précis étant particulièrement efficaces. C'est évident avec Edwin Van Der Sar à Manchester United, qui distribue souvent la balle tôt en avant, permettant à son équipe une contre-attaque employant une stratégie basée sur : le traitement rapide de pensée , penser vers l'avant, et passes vers l'avant .

Il y a peu de curiosités plus attractives dans le football que l'observation de Nani, Giggs et Rooney exécutant à haute allure, éliminant des défenseurs et exécutant des habiletés à toute vitesse.

Cependant, le GK est souvent le point de départ dans la facilitation du jeu pour ses coéquipiers.

En considérant la contre-attaque amorcée par le gardien de but, on doit considéré un certain nombre d'aspects :

- \* La vision du GK à parcourir le terrain et prendre rapidement des décisions efficaces pour exploiter les faiblesse de l'opposition.
- \* Les courses des coéquipiers au porteur de balle pour fournir des options diverses pour la passe du GK. La balle sera-t-elle délivrée dans l'espace ou dans les pieds ?
- \*L'identification de qui est en support est exigé : derrière, autour ou devant la balle.
- \*En choisissant la technique correcte et la qualité de distribution prévoyant par exemple, le timing, le poids et la précision

### La Contre-attaque comme stratégie

- Encourager l'équipe adverse à venir dans son camp
- Limiter l'espace derrière vous
- Défendre à l'intérieur et dans les duels pour récupérer la balle



## Résumé

Les contre-attaques impliquent généralement :

- Une approche centrale/directe et sous 15 secondes dans la durée.
- Il y a quatre joueurs ou moins impliqués dans une attaque qui doit représenter une égalité ou un surnombre numérique par rapport à l'adversaire.
- Le contrôle de la balle est clé, comme est une attitude positive pour avancer à l'allure.

Acteurs devant la balle :

- Attaquer dans le dos de la défense adverse.
- Regarder les espaces entre des défenseurs pour attaquer.
- Faciliter l'occasion de passe vers l'avant.

Acteurs autour de la balle :

- Penser vers l'avant et prendre tôt des positions de support
- Le mouvement rapide au-delà des adversaires, souvent quand ils essaient de se replacer.
- Soutenir le jeu et créer l'espace pour d'autres.

Acteurs derrière la balle :

- Avoir de l'avance, rendre compact le jeu et être organisé dans le cas où votre équipe perd la possession.

## Exercices d'application

### Exercice 1

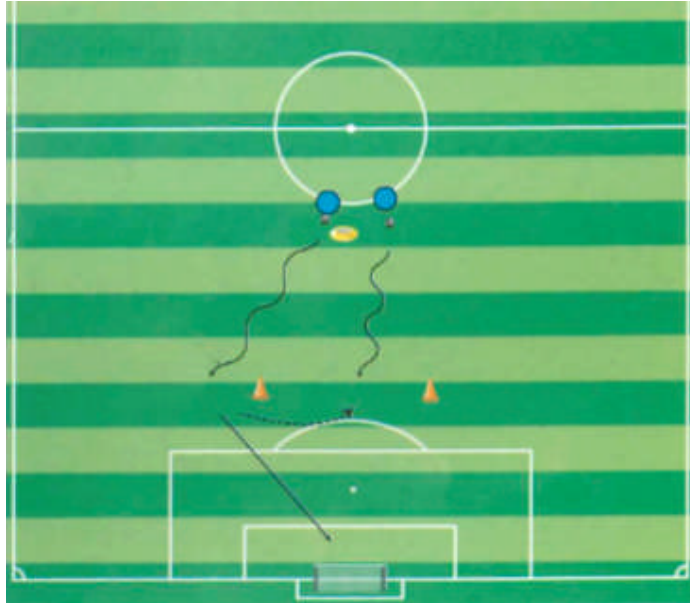
1 équipe de 5 joueurs contre une équipe de 3.  
1 but avec gardien et 3 petits buts sans gardiens



L'équipe de 5 joueurs (bleus), tentent de construire et marquer dans le grand but. L'équipe de 3 joueurs (jaunes) tente de reprendre la balle et en cas de succès, de marquer en contre dans un des 3 petits buts.

### Exercice 2

1 but avec gardien  
2 colonnes de joueurs avec ballon  
2 cônes marquent une ligne de front à égale distance du grand but.



Le premier joueur part en conduite sans opposition jusqu'au plot puis effectue une feinte (indiquée par le coach ou l'autre joueur) . ensuite il tente en un opportunité de marquer dans le but.

Dès la frappe , le second joueur part en conduite mais doit passer entre les 2 plots la ligne imaginaire formée , en s'opposant au premier joueur qui après avoir frapper effectue la transition offensif/défensif.

Ce joueur doit rester sur la ligne imaginaire sans pouvoir avancer ni reculer. S'il tacle l'adversaire et reprend le ballon , il peut shooter à nouveau.

### Exercice 3

Jeu « hollandais » ou 2 équipes s'opposent : 2 gardiens et 2 équipes de 4 joueurs qui effectuent les transitions.

Une équipe attaque 4v2. Si elle marque , elle continue à attaquer. Sinon 2 de ses joueurs (les plus éloignés de la balle) sortent pendant que l'équipe adverse qui a récupéré le ballon attaque l'autre but en 4v2 à leur tour.

