

CONSTRUIRE UNE DEFENSE

INDIVIDUELLE

H.COUDRAY Coach USO MONDEVILLE (LFB)

Confronté à l'absence d'une partie de son effectif en raison du championnat du Monde féminin organisé au Brésil, H.COUDRAY a expliqué que son travail de préparation était de ce fait principalement orienté sur la défense.

Il a ensuite défini ce qui à ses yeux pouvait permettre de faire référence en matière de qualité défensive.

Ses critères sont les suivants :

- Points encaissés
- Points marqués sur le jeu rapide

De même H.COUDRAY a insisté sur le comportement du défenseur sur porteur qui se doit **D'AGIR** et non de réagir.

DEFENSE SUR PORTEUR

En rapport avec les points exposés en introduction ; il est logique de comprendre que le défenseur va devoir faire des choix.

Etre en forte pression ou pas, orienter...

La défense du porteur de balle va alors induire les placements de tous les non porteurs.

Les choix mis en place avec l'équipe de Mondeville sont les suivants :

- Interdire la pénétration au milieu (No middle)
- 1 main levée pour fermer la passe intérieure
- Forte pression
- Alignement des appuis pour favoriser l'orientation ligne de fond
- Chercher à voler la balle sur le dribble (deflect)

DEFENSE SUR NON PORTEUR

La première de toutes les nécessités sera de COMMUNIQUER verbalement et d'annoncer sa position (balle, aide, deny) à ses partenaires.

Plus la pression est forte sur la balle, plus les autres défenseurs doivent être proches de la balle

Joueur poste bas :

- Passer devant (front) en étant ouvert à la balle
- Chercher à faire reculer l'attaquant (s'appuyer avec le dos)
- Intervenir sur le dribble de l'ailier
- Leurrer de venir sur le dribbleur
- Sortir à la prise à 2
-

Joueurs extérieurs

Ouverte sur non porteur, cela facilite les aides

Les défenseurs doivent lire les intentions du porteur :

- Attitudes
- Orientation
- Regard

ASPECTS COLLECTIFS

Ailier battu au milieu

Changement avec le défenseur du poste bas

Joueur intérieur doit venir stopper le plus haut possible

Ailier battu recule bras levés pour venir sur poste bas et freiner la relation de passe

En revanche, ne pas venir en aide si l'on se retrouve face au porteur

Pas d'aide à l'opposé (ne pas ouvrir les tirs extérieurs)

Sortie à la balle de l'ailier

Suivre et pousser avec l'avant bras sur l'attaquant

Ecran sur meneur

Prise à 2 et rotation

CONCLUSION

L'ensemble de ce travail demande une forte intensité, associée à une condition physique permettant la forte pression exigée sur le porteur.

Document réalisé par G LELARGE (CTD 60, Octobre 2006)