*AMELIORATION DES RELATIONS ENTRE LES DEFENSEURS*

**SITUATION n°1  : L’alignement des défenseurs 1 :**

Dispositif :

4 balises des groupes de 3, 1 attaquant avec balle, 2 défenseurs qui tiennent 1 ballon dans leur main centrale.

Fonctionnement

- 1 et 2 l’attaquant en dribblant tente des débordements successifs par la gauche, la droite…

Les défenseurs l’empêchent de déborder tout en conservant la maîtrise de leur ballon.

Quand un défenseur sort, l’autre dribble ; quand l’attaquant change de secteur le défenseur dribbleur abandonne le ballon sort sur l’attaquant l’autre défenseur revient dribbler.

L’attaquant ne peut que déborder par les extérieurs.

Contrats : Si l’attaquant échoue, il prend la place d’un des deux défenseurs (celui du côté de l’échec).

Si la balle dribbleuse est perdue => 5 ppes aux défenseurs

**Comportements attendus :**

L’obligation de venir dribbler oblige les défenseurs à s’aligner. **S'ALIGNER : C'est aligner ses épaules !**

**Situation n°2 «évolution situation n°1 : L’alignement des défenseurs 2 :**



Idem situation n°2 mais la replacer dans le contexte de la 0/6 homme à homme avec les articulations n°1/ n°2 et n°3 / n°3

**SITUATION n°3  : Enchaînements de tâches défensives.**

1.1 Dispositif :

Par 3, 1 ballon pour 3. 2 attaquants A et B et 1 défenseur. A et B restent en 6 et 9 m; D reste entre les 2 joueurs.

Fonctionnement :

A et B doivent se faire des passes sans se faire prendre la balle par D. Celui qui se fait prendre la balle devient défenseur. 1’30’’ à 2’ par séquence.

**Comportements attendus :**

Pour les attaquants : réussir les passes "au travers".

Pour le défenseur : utiliser ses bras, jouer sur la balle.

1.2 Dispositif : Idem 1.1

Fonctionnement :

B ne doit faire la passe à A qu'après que D l'ait touché; après avoir touché, D doit rester au contact pour gêner la transmission; ensuite, D va toucher A … 1’30’’ à 2’ par séquence.

**Comportements attendus :**

Pour les attaquants : réussir les passes malgré le contact.

Pour le défenseur : neutraliser efficacement pour empêcher la transmission (voir comportements individuels sur la neutralisation : actions de bras et des jambes : **Main sur le bras porteur; bras autour du corps. Les appuis du défenseur doivent "encadrer" ceux de l'attaquant, l’appui côté bras tireur avancé.**

1.3 Dispositif : Idem 1.1

Fonctionnement :

3 : D va défendre sur B et doit l’empêcher de faire la passe.

1 : D touche A; 2 : B dribble;





Changer les rôles toutes 1’30’’.

**Comportements attendus :**

Enchaîner plusieurs tâches, déplacement et neutralisation.

1.4 Dispositif : Idem 1.1

Fonctionnement :



Au départ, D contrôle A homme à homme : passer une jambe derrière et mettre une main devant sur le ballon.

A

1 : D monte sur le porteur de balle appuis écartés, jambe gauche avancée.

2 : B dribble sur le côté; D va au contact de B. A laisse tomber la balle du côté opposé au débordement.

3 : D redescend récupérer la balle avant son 2° rebond.

**Comportements attendus :**

Garder le même positionnement des appuis.

Etre vigilant sur le contact => ne pas se satisfaire de la seule action des bras; rectifier si besoin est la place des appuis, exiger le contact avec le corps.

**SITUATION n° 4 Enchaînement de tâches : monter, harceler, glisser  :**

Dispositif :

3 défenseurs au centre; en face deux colonnes d'attaquants; 1 ballon en service, mais garder les autres ballons en cas de perte de balle pour assurer la continuité.

Fonctionnement :

* 1 : ARG s'engage et pose un pied dans les 9m; D1 monte et touche la balle.
* 2 : ARG passe à ARD; D1 glisse derrière D3; D2 glisse derrière D1.
* 3 : ARD s'engage et pose un pied dans les 9 m; D3 monte et touche la balle.

**COMPORTEMENTS ATTENDUS**

Pour les attaquants : ne pas reculer sur les contacts => aller poser un pied dans les 9m.

Pour les défenseurs : monter, neutraliser, redescendre en posant un pied dans les 6m.

TIMING DU DEFENSEUR : Le défenseur monte quand la balle quitte la main du porteur. Le défenseur doit toujours avoir l'appui avant orienté vers la balle.

**SITUATION n° 5 Enchaînement de tâches : monter, harceler, glisser  :**



Dispositif :

3 défenseurs au centre 1 ballon à D2 et 1 ballon à D3; en face deux colonnes d'attaquants; 1 ballon en service, mais garder les autres ballons en cas de perte de balle pour assurer la continuité.

Fonctionnement

* 1 : ARG s'engage et pose un pied dans les 9m; D1 monte et touche la balle. D2 et D3 dribblent
* 2 : ARG passe à ARD; D1 glisse derrière D3; D2 glisse derrière D1.

3 : ARD s'engage et pose un pied dans les 9 m; D3 monte et touche la balle.

Quand le joueur monte, il abandonne son ballon, celui-ci doit être récupéré "dans le dribble" par celui qui a glissé.

**COMPORTEMENTS ATTENDUS :**

Idem précédent.

L'introduction du dribble a plusieurs objectifs :

Outre la nécessité de posséder une coordination et dissociation importante, il oblige une vitesse accrue des déplacements défensifs et en particulier des glissements.

Il exigence de la part des défenseurs des déplacements efficaces et cohérents avec les deux appuis en même temps.

.