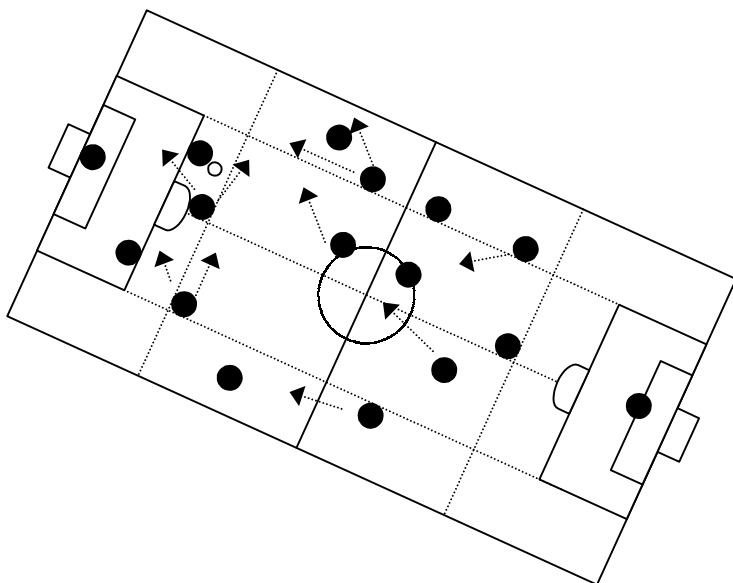


# ***Défensive individuelle*** ***vs*** ***Défensive de zone***



## Défendre pour récupérer le ballon

« La meilleure façon de défendre n'est pas d'attaquer mais de bien jouer défensivement. Pour ce faire, le joueur doit disposer d'un plan de jeu pour restreindre les espaces, fermer les couloirs et les angles de jeu; il doit s'appuyer sur une organisation » Claude Doucet

**Défendre**, c'est s'organiser dans le temps et dans l'espace pour récupérer le ballon à l'adversaire tout en évitant d'encaisser un but.

La **récupération du ballon** est l'aboutissement d'un travail collectif concerté dont les objectifs sont :

1. L'opposition à la progression du ballon (gagner du temps)
2. Le remplacement individuel afin de reconstituer les trois (3) lignes de défense (s'organiser dans l'espace)
3. L'augmentation de la densité numérique côté ballon et dans l'axe du but (réduire l'espace)
4. Le pressing (réduire le temps)

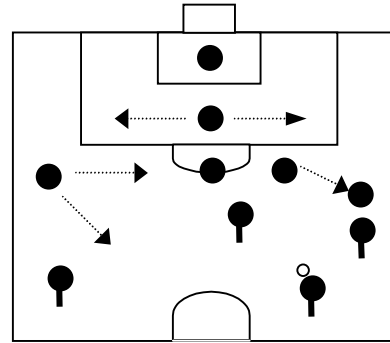
Différentes organisations défensives peuvent être choisies par l'entraîneur en fonction de :

- De l'expérience de ses joueurs
- Des techniques défensives maîtrisées par ses joueurs
- De la compréhension collective du jeu par ses joueurs
- De la qualité des adversaires

## Les principales organisations défensives

### La défensive individuelle

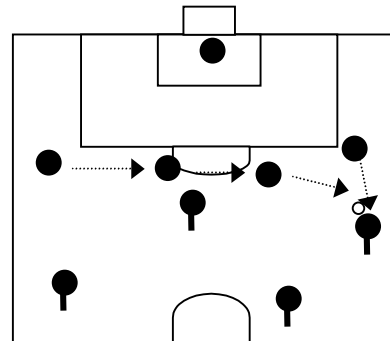
fait référence à la notion de marquage et les actions du joueur sont initiées successivement par la position de l'adversaire direct à marquer, par la position du ballon et finalement par l'endroit où il se situe sur le terrain.



### Adversaire - Ballon – Espace

### La défensive de zone

consiste à maintenir un bloc défensif entre le ballon et le but. Le placement du défenseur est effectué par rapport au but (zone à couvrir) et au ballon. Les défenseurs occupent des zones et interviennent dès que le ballon entre dans leur zone.



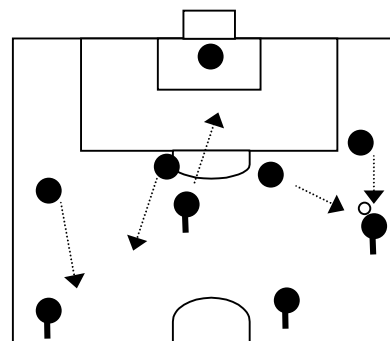
### Espace – Ballon – Adversaire

### La défensive mixte

combine les avantages de l'individuelle et de la zone (voir tableau)

### La défensive en ligne

est basée sur la mise en position de hors-jeu des attaquants. Elle demande une grande vigilance, une confiance dans ses partenaires et un excellent synchronisme des déplacements de la ligne des défenseurs.



## Avantages et inconvénients

	<b>AVANTAGES</b>	<b>INCONVÉNIENTS</b>
<b>I N D I V I D U E L L E</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Responsabilités claires pour les joueurs</li> <li>• Facile à appliquer</li> <li>• Toujours un marquage serré dans la zone près du ballon</li> <li>• Pressing maintenu sur l'adversaire</li> <li>• Permet d'exploiter les forces des défenseurs</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ne permet pas les défaillances individuelles</li> <li>• On peut attirer les défenseurs loin de la zone centrale</li> <li>• Confusion peut-être élevé sur le marquage</li> <li>• Espaces libres peuvent être créés dans le 1/3 défensif</li> <li>• Difficulté à aider les autres défenseurs (dualité marquage et couverture)</li> <li>• Exigeant physiquement</li> <li>• Joueurs peuvent être mal placés lors de la récupération du ballon</li> <li>• Défenseurs peu confortables à soutenir l'attaque</li> </ul>
<b>Z O N E</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Position claire de la défense</li> <li>• Pas d'espaces libres</li> <li>• Placement optimal lors de la récupération du ballon</li> <li>• Plusieurs options de passe lors de la récupération du ballon</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Incertitude quant aux responsabilités de chacun</li> <li>• Demande beaucoup d'entraînement pour développer le synchronisme</li> <li>• Laisse beaucoup d'initiative à l'adversaire</li> <li>• Certaine passivité sachant la couverture</li> <li>• Manque d'agressivité</li> <li>• Peur de quitter la zone, peut limiter la participation des joueurs en attaque</li> </ul>

## Les notions reliées à la défensive individuelle

**Le marquage :** action d'empêcher l'adversaire direct de recevoir le ballon dans une situation favorable. Trois actions possibles : interception, empêcher de tourner et intervenir (tackle, duel).

Pur = prendre le même joueur durant tout le match  
Ex : stoppeur vs avant-centre

Zonal = prendre un joueur jusqu'à la récupération du ballon ou jusqu'à la fin de l'action  
Ex : milieux axiaux

**La surveillance :** lorsque le ballon est éloigné, le défenseur surveille son adversaire direct tout en effectuant la couverture d'un partenaire. Le défenseur modulera sa distance par rapport à son attaquant direct en fonction du temps que le ballon prendrait pour atteindre son attaquant. Ex : le ballon prend 2 secondes à franchir 50m alors le défenseur sera un peu moins de 2 secondes de son attaquant direct.

**La couverture :** le joueur défensif est placé en retrait (couverture) d'un partenaire engagé pour intervenir sur le porteur du ballon.

**Le recul-frein:** le joueur défensif recule lentement devant un adversaire pour permettre le remplacement collectif.

## Les notions reliées à la défensive de zone

**Le bloc équipe :** organisation composée de trois (3) lignes dont la plus rapprochée du ballon force les échanges. Les autres lignes couvrent en fermant les intervalles. Les joueurs défensifs occupent la zone près du ballon en conservant des intervalles égaux ainsi qu'une distance similaire entre les lignes. Le bloc équipe couvre approximativement un peu plus que  $\frac{1}{4}$  du terrain.

**L'intervalle :** espace entre deux joueurs défensifs

**Le glissement latéral :** action de tous les joueurs défensifs d'une même ligne pour combler l'espace laissé libre par l'intervention d'un joueur défensif de cette ligne ou par la circulation latérale du ballon par les joueurs offensifs

## L'animation défensive

L'animation défensive est fonction du rapport de force (densité de joueurs) entre les deux équipes.

<b>Situation (densité de joueurs)</b>	<b>Type de défensive et actions</b>
<b>Favorable à l'attaque</b>	<u>Défensive de poursuite</u> <ul style="list-style-type: none"><li>• Freiner l'action offensive</li><li>• Protéger l'accès au but</li></ul>
<b>Équilibrée</b>	<u>Défensive en bloc</u> <ul style="list-style-type: none"><li>• Cadrer le porteur</li><li>• Créer le surnombre défensif côté ballon</li></ul>
<b>Favorable à la défense</b>	<u>Défensive en surnombre</u> <ul style="list-style-type: none"><li>• Récupération organisée du ballon</li><li>• Créer la certitude de récupérer</li><li>• Doubler sur le porteur du ballon</li><li>• Orienter le porteur vers la couverture</li><li>• Provoquer l'erreur technique ou tactique du porteur de ballon</li></ul>

### Quelle défensive utilisée en fonction de l'âge de vos joueurs?

Peu importe la défensive utilisée, il est primordial de respecter une certaine chronologie d'acquisition des principes de base. Voici ce que nous suggérons :

Moins de 8 ans : Revenir entre mon but et le ballon

Moins de 10 ans : Marquage entre l'adversaire et mon but

Moins de 12 ans : Notion de bloc équipe, recul-frein et couverture

A la lueur de cette chronologie, il serait approprié de débiter par l'apprentissage de la défensive individuelle afin de développer les habiletés de marquage essentielles à la défensive de zone. La défensive individuelle développe une certaine agressivité dans la récupération du ballon et répond plus aux capacités socio-sportives de l'enfant soit le un contre un.

La défensive de zone apporte des notions plus abstraites d'espace à couvrir et demande une grande homogénéité des connaissances tactiques de la part des membres d'une même équipe. Certaines équipes professionnelles mettent jusqu'à un mois d'entraînement pour atteindre un synchronisme dans l'utilisation de la défensive de zone !