



Thème « **duel tireur-GB** » :
REFLEXIONS avant l'entraînement....

<u>En match :</u> dans tel, tel, tel compartiment du jeu le joueur est en échec. = 1 thème d'entraînement qui me paraît prioritaire	<u>Avant l'entraînement :</u> Dans ce thème, je cherche à comprendre et fais l'hypothèse que le joueur a tel, tel, tel problème (plusieurs sources)	<u>A l'entraînement :</u> Je vais le mettre dans 1 morceau de match en faisant varier la force des problèmes (et je vais l'aider à trouver telle, telle, telle solution) , en mettant des artifices pour que ça soit amusant/motivant
---	---	--

Contrairement à ce qu'on pourrait penser en lisant ce thème le duel tireur-GB n'implique pas 2 acteurs MAIS 3 : le tireur/ le défenseur/ le Gardien de but

Ce duel est en fait un duel entre l'attaquant qui cherche à marquer et le duo Défenseur/GB qui cherche à l'empêcher

C'est pourquoi il est primordial, pour que l'attaquant puisse gagner son duel , qu'il soit attentif, sensibilisé à l'importance de 2 notions :

« Cherche à... :

- Prendre des infos le + longtemps possible sur tes 2 adversaires (GB&Déf) :
ça commence quand l'attaquant est non porteur de balle et se termine lorsqu'il lâche la balle
- Etre capable de te mettre en position de tirer dès que tu es en possession du ballon
Le joueur doit « armer » dès la réception du ballon pour pouvoir tirer à tout moment et être dans les meilleures conditions pour viser

S'IL EST ORGANISE POUR TIRER MAIS QUE C'EST IMPOSSIBLE,
LE JOUEUR POURRA ALORS FAIRE 1 PASSE DANS DE BONNES CONDITIONS !!!!!

CONSTATS FAITS PAR LES STAGIAIRES ANIMATEURS :

- Le tireur tire sur le GB (ne prend pas en compte les déplacements du GB) :
- Mauvais choix tirer ou passer (tire même si ne peut pas, fait passe quand il aurait du tirer)
- Joueur stéréotypé : toujours la même forme et le même impact de tir
- Déséquilibre dans le tir :
= Le tireur tire toujours dans le sens de sa course
- Tire avec appuis mauvais pied devant
- Difficulté à marquer sous pression défensive
- Utilise mal les droits qu'il a avec la balle (3pas-dribble-3pas-choix)
- Se place au plus près de la zone mais ça rend le tir difficile
- La plupart des tirs sont pris secteur central de près (*constat sur des -12ans*)



LES PISTES D'EXPLICATION DU POURQUOI :

Affectif/cognitif :

Se transforme en superman, il veut mettre 1 but quoi qu'il se passe
A l'inverse d'autres ne veulent pas prendre de responsabilité de tir
(ex : *quand égalité en fin de match inter-comités...*)

Le joueur est en réussite même si le choix de tir n'est pas pertinent :

« ça marche pourquoi tu veux que je change »

Il faut lui faire trouver 1 intérêt à changer

(Cherchez à le mettre en échec pour qu'il ait besoin de changer)

Cognitif :

Croit que le non PB ne sert à rien du coup il ne fait rien avant d'être PB

(pas de remplacement/pas de prise d'infos)

Le joueur pense que pour tirer fort, il faut se pencher en arrière (du coup déséquilibré)

Perceptif :

Il ne s'organise pas pour prendre le plus tôt possible des infos sur le GB, il le voit au dernier moment de son crédit d'action de Porteur de balle (ou il ne le voit pas du tout).

Il faut toujours voir en vision centrale le ballon et la cage quand je suis attaquant

(ce qui m'aide à voir le ballon, le défenseur et le GB et de faire les bons choix quand je suis Pb c'est de le faire avant que je devienne Porteur de balle = remplacement sans ballon)

Le joueur a trop d'infos à prendre autour de lui, il n'arrive pas à cibler les infos importantes

Quand je suis attaquant toujours me placer pour voir ballon et cage

Moteur :

ne se replace pas pour voir Ballon/cage **sans ballon** (il faut toujours être placé avec les pointes de pieds en direction du but)

Il n'est pas capable de changer de tir- il pense au tir à la fin de son 3^{ème} pas, trop tard pour avoir 1 armer qui me permette de tirer où et quand il faut en fonction du GB.

il faut s'organiser pour tirer dès la réception de balle !!!!

Le joueur a un mauvais armer : de derrière à devant (il n'y a pas de rotation des épaules)



Comment tirer (gestuel du tireur) ?

- Etre Equilibré pour avoir le plus d'efficacité : alignement centre gravité et appuis au sol, alignement tronc- hanche.

- Orientation des appuis en direction du centre du but.

Membre inférieur : Appui décalé : pied opposé au bras porteur en avant du corps vers le but, Jambe fléchi (poids du corps sur cette jambe), pied coté bras porteur en arrière du corps et jambe fléchi. Ecartement largeur d'épaule pour l'équilibre.

- Gestuel adéquate: armer, bras porteur armer en arrière (derrière soi), au niveau de la ligne d'épaule au minimum, coude décollé du tronc, bras casser à 90°, poignet ouvert, rotation de buste vers l'arrière, ballon tenu par la main sans serrer les doigts (sinon pas de rotation). Bras non porteur armé devant perpendiculaire au tronc (regarder l'heure, si on exagère on montre la où on vise avec le coude du bras non porteur).

Lancer : rotation de buste inverse, rotation épaule, extension du bras et flexion du poignet (montrer la direction du tir au moment du lâcher de balle → avec la main tireuse)

Autres éléments :

- Mode de jeu du tireur (pour battre le GB) :

percuteur, contourneur, feinteur, inducteur/ provocateur

- Mode de jeu du GB (pour battre le tireur) :

attente/réaction, fermeture, anticipateur, inducteur/provocateur.

Contexte de jeu :

→ Adversaire : pression, étagement, dispositif, système, intention.

→ Partenaire disponibilité et nombre d'appui ou de soutien, réseau d'échange.

Alignement/ désalignement

→ Relation de quel poste à quel poste ?

→ Duel tireur –défenseur/gardien (défenseur en poursuite, de coté, de face/GB mode de jeu)

+ positionnement sur le terrain, crédit d'action.