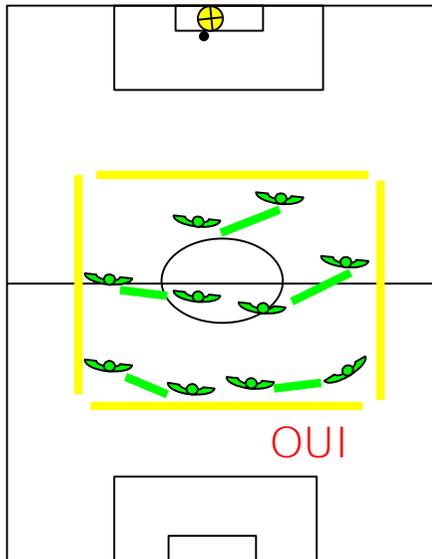




# LE BLOC EQUIPE

## 1- LE BLOC EQUIPE, C'EST QUOI ?

**L**e bloc équipe se définit par un espace dont les côtés passent par les positions des joueurs les plus excentrés. Il est donc en constante évolution.

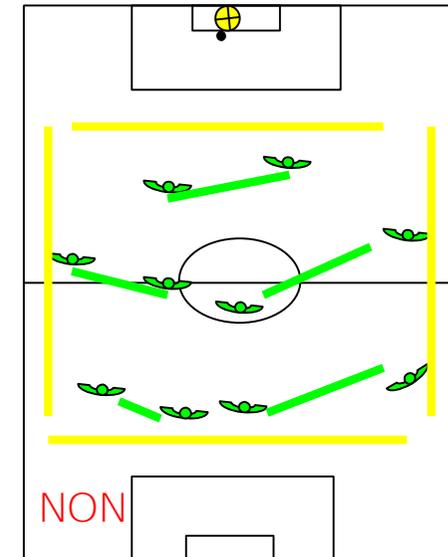


Placement sur 6m adverse.

L'équipe de gauche présente un bloc équipe efficace, contrairement à celle de droite.

Les règles d'action pour un bloc équipe efficace sont les suivantes :

- reformer des lignes entre le PB adverse et le but à défendre (replacement rapide)
- des lignes de joueurs proches les unes des autres.
- une volonté de réduire les espaces et les intervalles entre les joueurs de la même équipe :
  - importance des défenseurs centraux qui doivent par leur placement empêcher l'étirement du bloc.
  - importance des joueurs excentrés qui doivent resserrer dans l'axe lorsque le ballon est du côté opposé au leur.



 En phase défensive, l'objectif est de présenter le bloc équipe le plus compact possible en largeur et en profondeur afin de limiter les espaces et les intervalles pour les joueurs adverses. L'équipe recherche une densité autour du ballon et déplace son bloc en fonction du positionnement du ballon chez l'adversaire. Pour présenter un bloc dense, l'équipe doit resserrer les lignes également lorsqu'elle est en possession du ballon afin de ne pas être surpris à sa perte (phase de transition).

## 2- LA HAUTEUR DU BLOC

Lorsqu' une équipe maîtrise le bloc équipe, l'entraîneur peut demander à ses joueurs de se positionner plus ou moins haut sur le terrain selon la stratégie qu'il veut mettre en place. On parle alors de hauteur du bloc équipe. Elle dépend des forces et faiblesses de sa propre équipe, mais également de l'adversaire.

Cette hauteur détermine la zone dans laquelle l'équipe choisit de se positionner pour chercher à récupérer le ballon (zone press)

Nous allons voir les différents choix tactiques possibles :

### ➤ Un bloc bas :

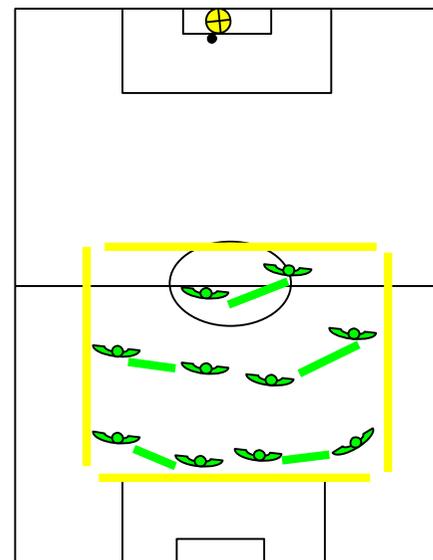
Si l'équipe veut jouer la contre-attaque ou accepte de se laisser dominer, jugeant être plus faible que l'adversaire, elle peut choisir un bloc bas.

La défense de l'équipe se positionne alors sur ses 18m. Les joueurs se replacent dès la perte du ballon dans leur propre moitié de terrain. Les attaquants commencent la pression sur le porteur adverse autour de la ligne médiane.

Cette organisation demande de posséder des joueurs forts au duel, un ou deux attaquants rapides capables d'utiliser la profondeur. L'équipe doit maîtriser la contre-attaque afin d'éclater rapidement vers l'avant à la récupération du ballon.

Le risque est de craquer sous la domination. Laisser le ballon à l'adversaire implique d'accepter de courir après, donc de se fatiguer et peut-être de commettre des erreurs défensives.

D'autre part, cette organisation devient caduque lorsque l'équipe encaisse un but et est menée au score.



## ► Un bloc haut :

Si l'équipe veut mettre une pression importante sur l'adversaire, elle peut jouer haut. Ses défenseurs se positionneront alors à hauteur de la ligne médiane.

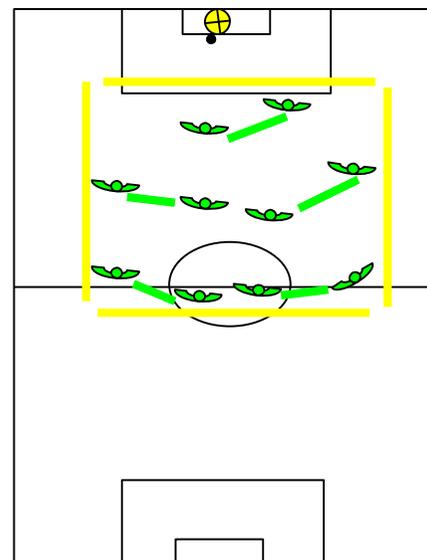
La récupération se fait dans le camp adverse, ainsi l'équipe peut rapidement se trouver devant le but adverse (attaque rapide).

Travailler le 1c1 pour le gardien, défendre en courant vers son but pour les défenseurs.

L'espace dans le dos de la défense est un vrai danger. Elle doit posséder des défenseurs centraux rapides et un gardien attentif qui se déplace avec le bloc afin de ne pas se faire piéger par une contre-attaque adverse.

Le risque est en effet de se livrer en libérant beaucoup d'espace derrière le bloc équipe.

Le bloc haut peut difficilement être tenu un match entier. Il demande une débauche d'énergie et de concentration très importante.

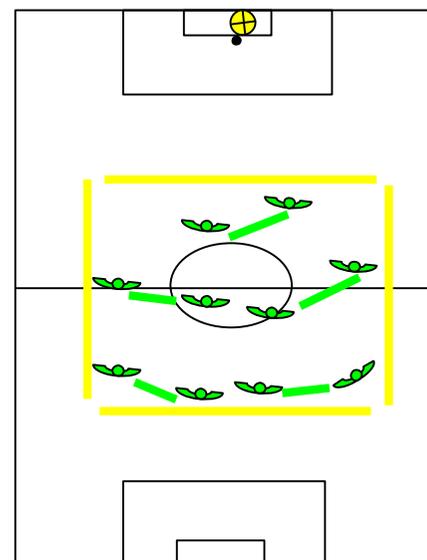


## ► Un bloc médian :

L'équipe se positionne à hauteur de la ligne médiane. Les attaquants commencent la récupération du ballon 15 à 20m devant la ligne médiane.

C'est l'organisation actuellement la plus utilisée car le bloc bas et le bloc haut peuvent difficilement être mis en place sur l'ensemble d'un match et encore moins sur une saison entière.

C'est l'organisation la plus équilibrée.





La hauteur du bloc dépend parfois aussi de la réalité du rapport de force avec l'adversaire, des périodes fortes/faibles et de l'évolution du score.

Une équipe peut être dominée dans le jeu et, de fait, jouer plus bas ou reculer parce qu'elle a ouvert le score. Elle peut également jouer très haut parce qu'il reste ¼ d'heure de jeu et qu'elle est menée au score. Elle peut se placer très haut sur quelques actions car elle sent qu'elle peut mettre l'adversaire en difficulté et récupérer rapidement le ballon.

Plus l'équipe aura d'expérience ou/et d'intelligence tactique plus elle sera à même de gérer ses choix. Elle sera d'autant plus performante qu'elle possède des leaders "tactiques" sur le terrain capable de mener l'équipe sur son positionnement.

### 3- L'ENTRAINEMENT DU BLOC EQUIPE.

Le bloc équipe est une notion qui est liée à celle de défense en zone.

Ainsi avant d'aborder la hauteur du bloc équipe, les joueurs doivent maîtriser les principes de base de la zone et donc d'un bloc équipe efficace :

- l'équipe se replace rapidement à la perte du ballon (selon la hauteur du bloc choisie.)
- l'équipe coulisse côté ballon.
- les lignes se resserrent (distances entre les joueurs et les lignes réduites).
- le joueur le plus proche de l'adversaire va le cadrer, ses partenaires le couvrent et assurent le marquage.

a) Une progression pédagogique, notamment avec les équipes de jeunes,

Ⓔ Il est important de passer par le "tableau noir" afin que les joueurs visualisent ce qu'est un bloc équipe et quelles peuvent être les différentes hauteurs de bloc.

Ⓔ bis Ensuite vous pouvez placer les joueurs en bloc équipe sur le terrain à vide, c'est-à-dire sans adversaire, en insistant à nouveau sur les principes que l'on doit retrouver systématiquement.

- Enfin, vous pouvez passer aux jeux à thème afin de travailler le bloc équipe.

b) Exercices et jeux pour travail le bloc équipe.

Situation 1 Travail à vide du placement du bloc équipe

Objectif : Visualisation du positionnement individuel et collectif dans le bloc.



Consignes : L'entraîneur va désigner une couleur de plot.

Toute l'équipe doit se déplacer et se replacer en bloc selon le positionnement de ce plot.

Critères de réussite/Buts :

L'équipe est correctement placée lorsque tous les joueurs sont immobiles.

Critères de réalisation/Corrections :

A chaque essai, l'entraîneur doit corriger les placements de chaque joueur si nécessaire.

Ce qu'il y a à apprendre :

**Pour les joueurs**

Æ le joueur le plus proche du plot va le cadrer, les autres reforment les lignes défensives derrière lui en assurant la couverture et la fermeture des lignes de passe.

Æ les 3 lignes défensives sont compactes.

Æ le gardien avance-recule, se décale à droite et à gauche avec son équipe.

Variantes :

Æ Les plots peuvent être remplacés par des joueurs adverses qui, à l'appel de leur prénom, se déplacent en conduite de balle.

- L'exercice peut évoluer vers une opposition 11c11, mais pour chaque remise en jeu, l'entraîneur annonce le départ du ballon.

Positionner 5 ou 6 départs de ballon sur le terrain entourés de coupelles.

*Mise en place :*

*2x3 attaquants 2 défenseurs*

Cet exercice et ses variantes peuvent s'effectuer en effectif réduit 8, 7, 5 joueurs sur un terrain plus petit.

Ce travail à vide peut être répété plusieurs fois dans la saison lors des mises en place tactiques (revenir aux bases)

*Matériel : 6 à 8 coupelles*

*(éventuellement 10 ballons variante)*

Simplification :

Commencer l'exercice en se déplaçant en footing.

*Séries/Répétitions: 2x 4mn*

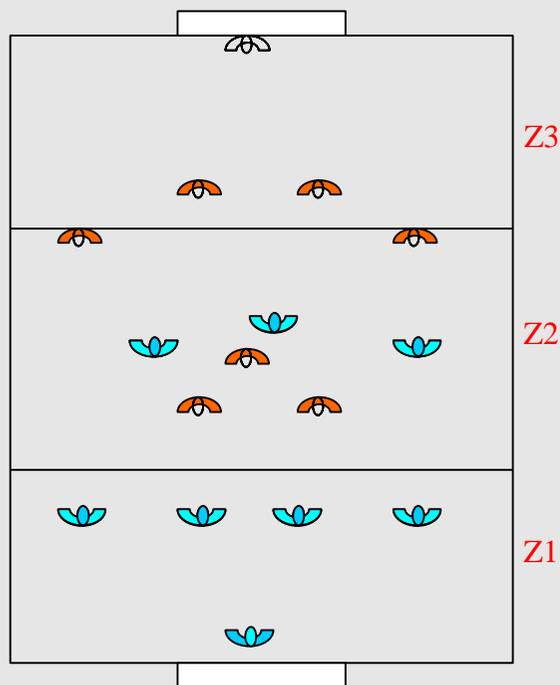
Complexification :

Les annonces sont de plus en plus rapides.

Entre chaque annonce, l'équipe doit se replacer rapidement en bloc médian par exemple.

Situation 2 Un bloc équipe compact en profondeur (et en largeur : variante)

Objectif : Resserrement des lignes arrières/ Replacement des attaquants.



Consignes : Jeu libre (ou touches de balle limitées selon le niveau et l'objectif technique).  
But marqué vaut double si tous les bleus sont sortis de la zone 1 (Z1) et triple si un rouge ne s'est pas remplacé et traîne dans la Z1.

Critères de réussite/Buts :  
Marquer le plus de buts doubles possibles. Ne pas encaisser de buts triples.

Critères de réalisation/Corrections :  
L'entraîneur peut effectuer des arrêts "flash" lorsque le placement est très bon ou au contraire quand les erreurs sont trop importantes (corriger).

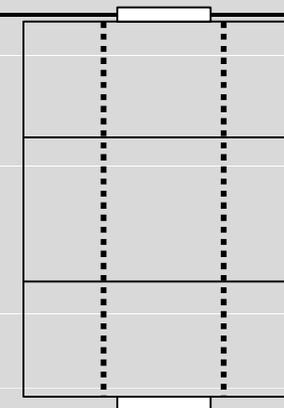
Ce qu'il y a à apprendre :

Pour les joueurs

- Æ la défense doit suivre l'action offensive en étant toujours disponible (en retrait : soutien).
- Æ les attaquants doivent se replacer à la perte du ballon pour défendre ou pour être disponible à la récupération (appui)
- Æ le gardien avance-recule, se décale à droite et à gauche avec son équipe.
- Æ jouer en bloc demande volonté et discipline de la part de tous les joueurs (effort collectif solidarité). Notion primordiale dans toutes les équipes compétitives.

Variante :

- ⊞ Une fois que le jeu est compris, l'entraîneur peut rajouter 2 zones latérales :
  - lorsque le ballon est dans la zone de droite, aucun joueur de l'équipe qui défend ne doit se trouver dans la zone de gauche
  - le bloc a basculé à droite.
  - obliger une équipe à jouer le pressing.



Mise en place :

7x7 50x70m ou demi-terrain dans la largeur (ou 8c8-11c11 sur une surface plus grande).

Matériel : 6 coupelles (baliser les 3 zones)

Séries/Répétitions: 3 x 8 à 10mn

Simplification :

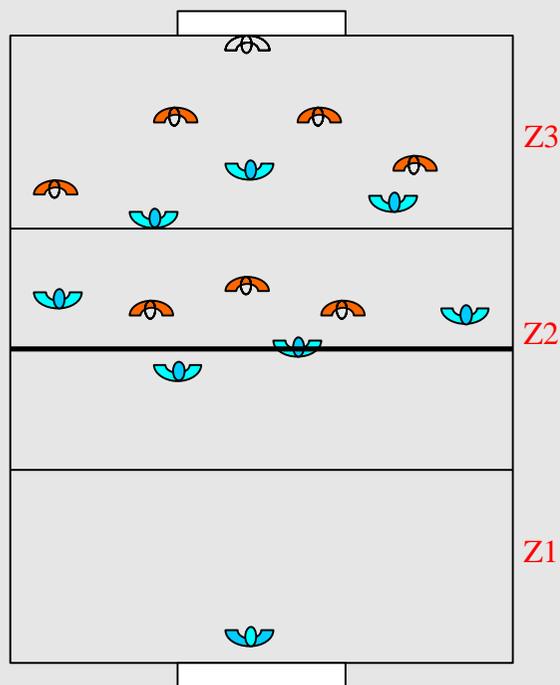
Agrandir la largeur de Z2

Complexification :

Réduire la largeur de Z2

### Situation 3 Des lignes défensives compactes

Objectif : Travail des hauteurs de bloc : médian/haut (pressing).



Consignes : Jeu libre (ou touches de balle limitées selon le niveau et l'objectif technique).

Equipe BLEUE : but marqué vaut triple si la récupération du ballon se fait en Z3, double si récup en Z2, un si en Z1. (pressing)

Equipe ROUGE : tous les buts valent un.

4 périodes de 10mn : échange des consignes à chaque période Jouer avec la règle du hors-jeu.

Critères de réussite/Buts :

Equipe Bleue : marquer le plus de buts triples possibles. Obtenir le meilleur score sur 10mn.

Critères de réalisation/Corrections :

L'entraîneur peut effectuer des arrêts "flash" lorsque le placement est très bon ou au contraire quand les erreurs sont trop importantes (corriger).

Ce qu'il y a à apprendre :

⇒ Lignes compactes (espace entre les lignes réduit) :

Æ la défense doit suivre l'action offensive en étant toujours disponible (en retrait : soutien).

Æ les attaquants doivent se replacer à la perte du ballon pour défendre ou pour être disponible à la récupération (appui)

Æ le gardien avance-recule, se décale à droite et à gauche avec son équipe.

Æ Jouer en bloc demande volonté et discipline de la part de tous les joueurs (effort collectif solidarité) Notion primordiale dans toutes les équipes compétitives.

Æ l'équipe qui joue haut doit gérer défensivement la profondeur libérer dans son dos. (cf la zone).

Æ l'équipe qui est pressée doit réussir à sortir de ballon (qualité technique – sang froid – mouvement...)

Variante :

Æ Dès qu'ils ont perdu le ballon, les rouges se replacent immédiatement en Z2 avant de chercher à récupérer le ballon. (bloc médian compact)

Simplification :

Mise en place :

7x7 50x70m ou demi-terrain dans la largeur (ou 8c8-11c11 sur une surface plus grande).

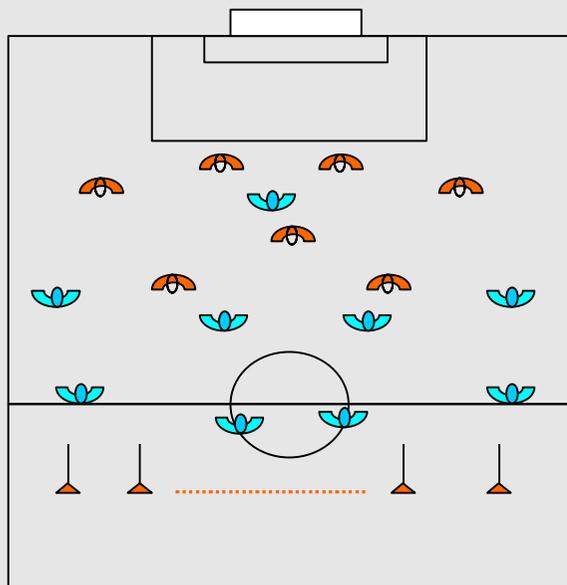
Matériel : 6 coupelles (baliser les 3 zones)

Séries/Répétitions: 4 x 10mn

Complexification :

Situation 4 Bloc bas des lignes arrière et milieu

Objectif : Placement de deux lignes défensives en bloc bas.



Consignes : Jeu libre (ou touches de balle limitées selon le niveau et l'objectif technique).

Equipe BLEUE : but marqué dans le grand but

Equipe ROUGE : but dans petits buts (3pts) – passer la ligne en conduite (1pt).

Jouer avec la règle du hors-jeu.

Critères de réussite/Buts :

Equipe Bleue : n'encaisser aucun but en 10mn.

Critères de réalisation/Corrections :

L'entraîneur peut effectuer des arrêts "flash" lorsque le placement est très bon ou au contraire quand les erreurs sont trop importantes (corriger). Il intervient uniquement sur l'équipe rouge.

Ce qu'il y a à apprendre :

⇒ Lignes compactes (espace entre les lignes réduit) :

Æ la défense se positionne juste devant ses 16m et ne recule plus.

Æ les milieux doivent se replacer immédiatement à la perte du ballon devant la défense, chacun dans leur zone.

Æ le gardien avance-recule, se décale à droite et à gauche avec son équipe. Il dirige sa défense.

Æ Défendre si bas demande une grande concentration (marquage- trajectoires...) et une grosse agressivité défensive (duels) COMMUNICATION

Æ Si l'équipe rouge récupère le ballon, elle doit chercher à remonter le ballon et le bloc doit sortir ensemble.

(cf : animation défensive d'une défense à 4)

Mise en place :

Equipe attaquante en 4-4-1 9j

Equipe en défense en 4-3 : 7j.

Respecter les postes.

Matériel : 6 coupelles (baliser les 3 zones)

¾ de terrain.

Séries/Répétitions: 4 x 10mn

Simplification : Enlever un milieu chez les bleus

Complexification : Rajouter un attaquant chez les bleus

