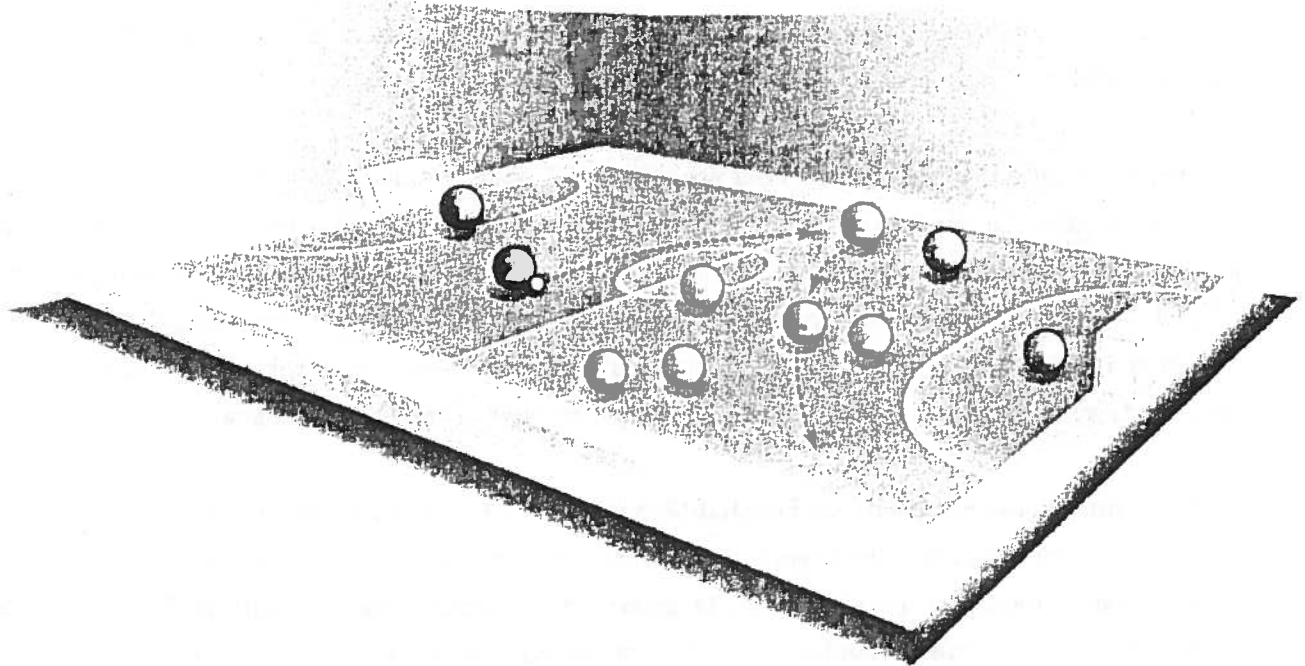


LE FUTSAL

(version originale du Futebol de Salão)

LIVRE 1

***Les fondamentaux du futsal,
tactiques individuelles et collectives***



Un livre écrit par
R. KIEVITS-BOUCHER (BEL)

Adapté en français par
J. BRACHET (FRA)

Edité et publié en France par l'Union Nationale des Clubs de Futsal,
avec l'autorisation de la Ligue Francophone de Football en Salle - LFFS

UNION NATIONALE DES CLUBS DE FUTSAL - UNCFs



En dépit du succès de masse qu'il remporte au niveau mondial, le Futsal, pratiqué dans plus de 100 pays au monde, reste mal connu d'une large frange de la population française. Beaucoup le considèrent encore comme un sous-produit du football ou tout simplement comme un moyen d'initiation à celui-ci. Les médias, les autorités sportives et les fédérations nationales de football (FFF en France) ajoutent de la confusion en faisant croire (ou en laissant croire) aux personnes ignorantes, que le football est à l'origine de la naissance du Futsal. C'est une des raisons pour lesquelles ils préfèrent utiliser volontairement et à tort le terme "Football en Salle", ce qui ajoute encore à la confusion des genres.

Il est bon de rappeler ici en préambule, que le Futsal est apparu très tôt dans les années 1930 en Amérique du Sud (en Uruguay et au Brésil), de la volonté d'une organisation œcuménique d'inspiration protestante et de fonctionnement laïque, la **Young Men's Christian Association – YMCA**, fondée en 1844 par le pasteur britannique **Georges Williams**, qui proposait des programmes de développement sociaux et culturels aux jeunes, visant l'autonomie des personnes, l'apprentissage de la liberté, de la responsabilité et de la solidarité.

Les règles du jeu du Futebol de Salão ont été créées par un prêtre de la YMCA uruguayenne, M. **Juan Carlos Ceriani**, qui dès son origine, a voulu créer un nouveau sport collectif, avec des règles du jeu adaptées à la mission de la YMCA et il emprunta pour cela aux règles de nombreux sports collectifs (basket-ball, hand-ball, water-polo et football). L'idée originelle n'était pas simplement de jouer au football sur un petit terrain, mais bel et bien de créer un nouveau sport avec ses propres règles beaucoup plus strictes, dans l'esprit d'éduquer les jeunes, de les responsabiliser et les rendre solidaires.

La **Fédération Internationale du Football Amateur – FIFA** n'est donc pas à l'origine du Futsal et elle n'a jamais participé, de près ou de loin, à son développement mondial. L'avènement international du Futsal a été l'œuvre intégrale et unique de la **Fédération Internationale de Football de Salon – FIFUSA**, créée à l'initiative de **João Havelange** en 1971, de ses confédérations associées (PANAFUTSAL, UEFS, CNFS), ainsi que de l'ensemble des associations nationales qui lui étaient affiliées.

Bien au contraire, les instances de la FIFA ont toujours lutté contre le développement international du Futsal, qu'elles percevaient dès 1970 comme un concurrent potentiellement dangereux pour le Football. La FIFA commença les hostilités sur le plan juridique en faisant interdire à la FIFUSA d'utiliser le mot "Futebol" (Football). L'expression traditionnelle brésilienne "Futebol de Salão" (Football de Salon), qui désignait la pratique du Futsal depuis près de 40 ans ne pouvait plus être officiellement utilisé par la FIFUSA. Elle fut donc obligée de déposer à son tour le terme **FUTSAL** (contraction de Futebol de Salao) pendant son Congrès de Madrid de 1985.

Par ailleurs, dès 1980, la FIFA essaya de contrer le développement du Futsal en lui opposant le **Foot à Cinq** (Soccer Five ou Five-a-Side), un sport artificiel inventé pour essayer de détrôner le Futsal. Mais ce

nouveau sport fut un désastre et finalement, en 1999 la FIFA décida de mélanger les règles du jeu du Futsal traditionnel avec celles du Foot à Cinq, pour obtenir, malgré l'altération du jeu originel, le fait qu'elle puisse inscrire le Futsal comme un sport dérivé du football ("football diversifié" en France). Pour éviter toute confusion, il est préférable de nommer ce sport hybride inventé par la FIFA, le "**Futsal FIFA**", et garder le terme "**Futsal**" pour désigner la véritable pratique, fondée sur les règles originelles du jeu du Futsal traditionnel.

Alors que la FIFA obtenait de cette manière illégale le droit d'inscrire le Futsal dans son giron, certains membres de la FIFUSA décidèrent de poursuivre le développement du Futsal traditionnel et publièrent en 2002 un manifeste, établissant l'**Association Mondiale de Futsal - AMF** qui perpétue la pratique traditionnelle du Futsal au niveau international, avec la mise en place d'un gouvernement démocratique et représentatif.

L'histoire du Futsal prouve donc bel et bien qu'il s'agit d'un **véritable sport collectif** et, en tant que tel, retient ici toute notre attention dans sa version traditionnelle. Le Futsal possède des qualités non négligeables. Un jeu interdisant les contacts physiques (pas de violence), favorisant la triple dimension *technique-tactique rapidité* et développant la sociabilité du joueur.

M. **Kievits-Boucher** est licencié en Education physique et intéressé par l'évolution de la discipline qu'il a pratiquée depuis plus de dix ans, il lui a semblé tout naturel de la faire mieux apprécier à sa juste valeur. La principale difficulté qu'il a dû surmonter concernait en effet la pauvreté de la bibliographie française spécifique au Futsal. Finalement, après bien des recherches souvent ardues, il s'est appuyé sur l'existence de quelques ouvrages et articles écrits en néerlandais, brésilien, allemand, anglais et français.

Ce dossier, qui comprend dix chapitres, paraîtra en **deux livres**. Le premier volet reprend les cinq premiers chapitres. Le premier d'entre eux met en évidence les fondamentaux des techniques individuelles. Dans cette optique, nous découvrirons les gestes spécifiques du Futsal à travers une terminologie *footballistique*. Les notions tactiques individuelles seront développées dans le second chapitre. Il est en effet difficile de concevoir une pratique efficace de la discipline sans une bonne connaissance de ses problèmes généraux. Le troisième chapitre se rapporte à la description des principaux systèmes de jeu, compte tenu de la pratique actuelle. Les quatrième et cinquième chapitres présenteront des combinaisons fondamentales du jeu offensif.

Le second livre comprend le sixième chapitre qui tentera de vous faire percevoir la spécificité de l'activité en vous montrant par ailleurs que le Futsal présente de nombreux intérêts éducatifs ; suit une impressionnante série d'exercices et de jeux (parfois surprenants), proposée au septième chapitre. Enfin, vous trouverez une synthèse des lois du jeu du futsal original (FIFUSA/AMF) ainsi qu'un relevé des sources de citations du plus grand intérêt.

SOMMAIRE

FUTSAL (1ère partie)

1. Fondamentaux du futsal

1. 1. Qualités physiques

1.2. Qualités techniques

2. Notions tactiques individuelles

2.1. Introduction

2.2. La tactique individuelle

2.3. Principes de base en attaque

2.4. Principes de base en défense

3. Notions tactiques collectives / Systèmes de jeu

3.1. Introduction

3.2. Le système de base ou 1 + 3 + 1

3.3. Le système en losange ou 1 + 1 + 2 + 1

3.4. Le système en T ou 1 + 1 + 3

3.5. Le système du Y renversé ou 1 + 2 + 1 + 1

3.6. Le système en carré ou 1 + 2 + 2

Sources des citations

1. FONDAMENTAUX DU FUTSAL

Le futsal, un sport complet, exige un ensemble de qualités, celles que l'on requiert de tout être humain.

Sa pratique permet de développer :

- les qualités physiques : le système nerveux, l'appareil locomoteur (tendineux et musculaire), le système cardio-pulmonaire, tous fortement sollicités ;
- le répertoire technique-tactique de la discipline ;
- le comportement psychologique : la prise d'informations, le jugement, la réflexion, la concentration, l'adaptation, le pouvoir d'imaginer et de créer de nouvelles situations,...
- les qualités morales : le fair-play, le respect de l'adversaire, des partenaires et de soi-même, l'autoanalyse, l'acceptation des critiques de l'entraîneur,...
- le comportement social : le savoir-vivre en groupe, la compréhension de l'autre, la confiance en soi, une perception lucide de la fonction et du rôle à remplir au sein d'une équipe,...
- l'esprit de compétition : le dépassement de soi, l'agressivité (dans le bon sens du terme), la combativité, la connaissance de ses propres limites,...
- la réalisation de sa personne !

Toutes ces qualités ne constituent, bien entendu, des valeurs absolues que si elles s'intègrent intelligemment les unes aux autres et se développent dans l'intérêt global et de la personne et de l'équipe.

Comme tout autre sport collectif, la pédagogie (apprentissage) du futsal est sujette à discussion. Faut-il d'abord enseigner les éléments purement techniques et les appliquer ensuite en jeu ? Mettre l'élève en situation réelle de jeu avant tout apprentissage technique ?

Si la maîtrise des habiletés techniques semble évidente pour la pratique, les situations de jeu permettront de développer l'esprit tactique individuel indispensable à la mise en place du collectif.

Les solutions au problème posé sont nombreuses ; c'est à l'éducateur de trouver la bonne démarche pédagogique en fonction de ses connaissances, de son expérience, de son projet éducatif,...

1.1. QUALITÉS PHYSIQUES

Tout au long du jeu, il faut courir (parfois très vite), sauter, pivoter, se montrer efficace, être souple et puissant à la fois, ... mais aussi avoir un parfait contrôle de soi, tant pour utiliser le mieux possible le ballon que pour en apprécier les trajectoires en se déplaçant ou pour éviter les contacts avec les autres joueurs. Le futsal exige une condition physique de base très riche. On s'attachera à développer :

- l'endurance générale ;
- la résistance à l'effort (démarrage, sprint, ...) ;

- la faculté de se mouvoir à l'aise (souplesse, équilibre, ...) ;
- la rapidité d'exécution et de conception (réflexes, ...).

1.1.1. ENDURANCE GÉNÉRALE

Pour tenir le coup pendant toute une saison, match après match, il est important que chacun soigne sa condition de base. Un manque d'endurance se traduit par une chute du rendement individuel (et du collectif par la même occasion) due à la fatigue. MALHO (17) confirme cette idée en posant qu'une endurance insuffisante a des répercussions sur le comportement en jeu d'une équipe et révèle une détérioration de l'adresse de tir lors d'un grand effort physique effectué sous forme de course.

Il n'y a pas trente-six manières de développer l'endurance d'un individu. On peut déjà développer l'endurance de jeunes enfants (+ 8 ans). Au stade de l'initiation à l'endurance, il faudrait respecter trois principes qui paraissent déterminants :

- chercher la diversité des exercices ;
- développer d'abord l'endurance générale, ... Donc éviter la spécialisation précoce ;
- ne pas négliger l'importance de la motivation !

Dans l'entraînement à l'endurance des jeunes, la **monotonie** constitue un écueil à dénoncer. Pas de remèdes miracles, mais un certain nombre de facteurs peuvent concourir à rendre plus motivante l'activité :

- la personnalité de l'éducateur,
- l'appel aux motivations profondes de l'élève ;
- le cadre, l'environnement (intérieur - extérieur), les conditions matérielles ;
- l'intérêt suscité par la prise de conscience de son propre corps (prise du pouls, progrès, ...).

Pour entretenir la motivation du jeune, il convient donc que l'entraîneur présente l'activité de manière à prévenir toute lassitude. Il est possible d'introduire des formes variées dans l'entraînement, partant du principe que les exercices continus ou discontinus sont équivalents.

En voici les principales formes :

- course en durée, à rythme cardiaque stable ;
- procédés avec récupération ;
- *fartlek* aérobie ;
- parcours unique ou différents ;
- *indoor-training*.

1.1.2. RÉSISTANCE A L'EFFORT

Ce qui caractérise le futsal, c'est la variété et le rythme irrégulier des gestes et des déplacements. La production répétée d'efforts, très intenses et sur courtes distances, requiert le développement de qualités naturelles telles que :

- la résistance ;
- la vitesse de réaction (afin de réaliser un démarrage en un minimum de temps ou encore, de changer rapidement une action en cours, en fonction d'une situation imprévue) ;
- la force ;
- la détente (faculté de mettre en action soudainement des groupes musculaires d'un segment ou de la totalité du corps).

À l'instar de l'endurance, une carence de l'une de ces qualités entraîne la fatigue, mais aussi la dyspnée, des crampes, un jeu moins intense (moins spectaculaire et moins efficace), des réflexes plus lents,...

Ces différents aspects de la résistance à l'effort peuvent être améliorés par un entraînement spécifique. Il est donc intéressant d'y inclure :

- des exercices de plus en plus intenses et sur courtes distances, avec de nombreux changements de rythme, alternés avec des moments de récupération ;
- des sprints courts, des démarrages ;
- des jeux à thèmes, des relais, etc.

1.1.3. FACULTÉ DE MOUVEMENT

C'est la capacité de l'individu à se déplacer sur le terrain plus ou moins aisément et selon les circonstances. La souplesse et l'équilibre en représentent les facteurs essentiels :

- la souplesse est le facteur qui permet au joueur d'effectuer un geste précis dans une situation précise, soit pour se rendre maître du ballon, soit pour surprendre l'adversaire ;
- l'équilibre est une qualité indispensable à tout joueur. Il s'agit d'une qualité de base, car elle permet de se déplacer avec un maximum d'efficacité. En effet, chaque joueur se trouve constamment en mouvement et est fréquemment appelé à évoluer avec la balle alors qu'il est en train de courir. Il faut dès lors réaliser les actions avec harmonie et souplesse, être constamment en équilibre, car l'exécution correcte de tout geste technique (conduite du ballon, frappe, feinte, ...) exige d'être bien stable sur ses appuis.

GÉRARD et al. ajoutent d'autres éléments parmi le bagage moteur indispensable à toutes pratiques sportives collectives :

- le travail de la disponibilité motrice (adresse, travail des deux pieds, coordination oculo-segmentaire,...);

- la perception du schéma corporel sur la variable spatio-temporelle (rythme du jeu, accélération, temporisation,...);
- le travail sur le corps en relation avec l'environnement (perception du ballon par rapport à soi, des espaces libres et des surfaces de jeu, anticipation,...).

1.1.4. RAPIDITÉ DE CONCEPTION ET D'EXÉCUTION

En sus de ces qualités physiques, le futsaleur doit encore avoir vivacité et rapidité de réflexion, de décision et d'exécution.

On distingue donc la vitesse de conception mentale (voir, analyser et juger rapidement une situation) et la vitesse de réalisation motrice du geste (vitesse de réaction et réflexes).



1.1.5. QUALITÉS MORPHOLOGIQUES

"Chaque joueur possède sa personnalité physique et (...) s'adapte au jeu en fonction de sa morphologie (...)." (5)

Ajoutons encore que pour accélérer, feinter ou sprinter sur des courtes distances, il faut être en parfait état de marche, mais aussi posséder des qualités morphologiques adéquates au jeu du futsal.

À première vue, les plus petits gabarits devraient s'adapter plus vite que les grands pour les raisons suivantes :

- leur centre de gravité étant plus bas, ils peuvent plus facilement changer de direction brusquement ;
- nous verrons plus loin que le tir au futsal est souvent instantané. Pour cette raison, les petits sont encore avantagés : ayant des jambes plus courtes, donc des bras de levier moins longs, il leur

faut moins de temps pour préparer le shoot et tirer au but ;

- les longs changements d'ailes, les ballons aériens, les centres en hauteur ne sont pas efficaces au futsal. Au contraire, on essayera de favoriser le jeu au ras du sol. Il est donc inutile d'avoir une grande taille.

Le dosage judicieux de tous ces paramètres à l'entraînement permettra à chaque joueur d'améliorer l'une ou l'autre valeur individuelle. Ce joueur sera efficace et utile lorsqu'il mettra toutes ses qualités au service de la collectivité.

1.2. QUALITÉS TECHNIQUES

"On dit parfois que la technique est un don..." (23)

Il y a certainement une part de vérité dans cette déclaration. Il est vrai que certains joueurs montrent très tôt plus de dispositions que d'autres dans la maîtrise du ballon. Ceci n'empêche pas qu'en travaillant la technique, on peut arriver à progresser et à apprendre assez vite la perfection des gestes... et c'est par le jeu lui-même qu'on pourra progresser. L'apprentissage de la technique en situation la plus réelle possible est important : "La technique du futsal est une technique en mouvement qui ne s'acquiert que par la pratique du geste,... pour arriver à la meilleure maîtrise du ballon, de son corps, de soi." (7)

Ces qualités techniques (technique individuelle) concernent en fait les aptitudes intrinsèques d'un joueur dans la maîtrise des gestes avec ou sans ballon (aptitudes spécifiques au futsal) pour réaliser ses actions en cours de jeu.

La technique n'est pas l'art pour l'art, mais concerne le contrôle, le dribble, les passes et les tirs adaptés qui ne se justifient que par le sens qu'ils prennent dans le jeu.

Elle s'exprime dans :

- le mode de contact, précision, souplesse, variétés des touches,...
- le mode d'exécution des gestes, équilibre, vitesse des réalisations,...

l'adaptation des gestes aux situations du ballon (utilisation des surfaces de contacts convenant à l'orientation, à la vitesse de la balle,...).

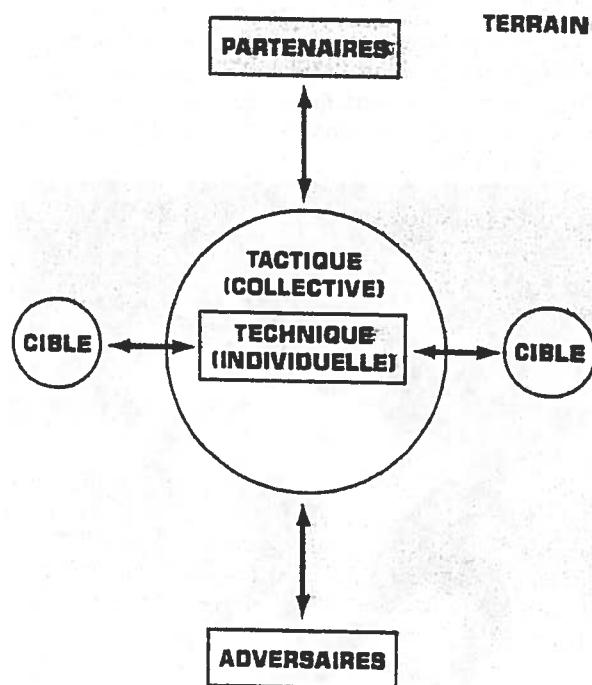
Cette technique individuelle de base permet

- un accroissement sensible de la vitesse d'exécution d'un joueur ;
- une meilleure précision lors des échanges ; - une technique de jeu plus efficace ;
- un timing de jeu adapté.

"La technique représente en fait un ensemble de moyens à la disposition des joueurs permettant à ceux-ci d'exprimer sur le terrain les différentes composantes du réseau de communication reliant chaque joueur à chaque partenaire, à chaque adversaire, au ballon et à la cible. La technique apparaît donc comme un moyen au service dans l'organisation tactique." (12)

La technique au futsal représente donc bien un langage, un moyen d'expression.

Schéma 1 - Réseau de communication



1.2.1. TECHNIQUE DE LA COURSE

Le joueur de futsal doit constamment être en mouvement. Il est important de pouvoir démarrer très vite et ainsi, de gagner la fraction de seconde qui fait la différence avec l'adversaire, mais encore pour désorganiser l'équipe adverse par des permutations entre les joueurs, par la répétition des démarquages,...

Il est donc fondamental de travailler :

- la foulée courte et rapide ;
- le démarrage sec ;
- les changements de rythme,
- les variations de direction ;
- le contrôle de l'équilibre du corps ;
- les feintes ;
- les réflexes ;
- la diversité des déplacements,...

1.2.2. LES DÉMARQUAGES

"Le démarquage est l'une des principales conditions permettant l'utilisation du ballon et le développement tactique du jeu." (11)

L'équipe assaillante a comme but premier de marquer un but. Pour réaliser cet objectif, il lui faut assurer la progression du ballon hors des secteurs d'intervention de l'adversaire. Pour garantir cette progression, il faut faire preuve, dans les initiatives personnelles (dribbles, ...) et collectives (toutes les formes de passes, combinaisons, systèmes de jeu, ...), de rapidité et d'une habileté technique orientée d'abord vers la précision. La précision est un élément nécessaire, mais si l'on

veut désorganiser momentanément la défense adverse, il faut y ajouter la **vitesse d'exécution** : il faut accélérer le jeu, ce qui exige un niveau technique plus élevé ! Si la vitesse d'exécution est insuffisante - en raison de la qualité de l'opposition par exemple - il est essentiel de rechercher une solution pour obtenir le déséquilibre de cette défense. Comment y parvenir ? Réponse : en se démarquant. Étudions maintenant les qualités, les conditions et les conséquences des démarquages.



DÉFINITION

Les démarquages sont des déplacements sans ballon qui facilitent la progression du ballon. Se démarquer signifie s'affranchir du marquage de son adversaire direct pour se trouver en disponibilité constante au service de l'équipe. Voilà pourquoi toutes les équipes, arrivées à un niveau de jeu élaboré, clair et productif, doivent toujours être en mouvement.

QUALITÉS NÉCESSAIRES POUR RÉALISER DES DÉMARQUAGES EFFICACES

- **Qualités psychologiques et morales :**
 - attention constante, concentration ;
 - intelligence (variété et diversité) ;
 - sens de l'anticipation, compréhension du jeu ;
 - solidarité, collectivité ;
 - ténacité, volonté, ...
- **Qualités tactiques :**
 - sens du mouvement, choisir vite et bien,
 - relation directe avec ses partenaires (utilisation rationnelle des 1-2, des écrans, des combinaisons,...
 - langage commun entre partenaires,...
- **Qualités techniques :**

- habiletés gestuelles circonstancielles, donc liées à l'aspect collectif de la progression ;
- démarquages en fonction des possibilités techniques :
 - du possesseur du ballon pour la transmission;
 - du solliciteur pour la maîtrise et l'enchaînement.
- **Qualités physiques :**
 - maîtrise parfaite des appuis (équilibre) ;
 - grande vitesse de course, bon démarrage sur courte distance (qualité de la musculature).

POURQUOI SE DÉMARQUER ?

Un joueur se démarque pour échapper au marquage de l'adversaire ou pour l'entraîner avec soi, dans l'espoir d'ouvrir un passage à un partenaire.

Au futsal, le démarquage se fait souvent de l'intérieur du terrain vers les ailes, dans l'espoir de libérer le couloir central, c'est-à-dire le couloir qui se trouve face au but. Cette ouverture entraîne l'éventuel écartement de la défense adverse et donne à l'équipe assaillante l'occasion de venir conclure son action collective par le milieu. Dans ce sens, on se démarque pour faciliter la tâche du possesseur du ballon. Si on échappe à la surveillance de son défenseur, ce ne doit pas être le fait du hasard, mais dans le but d'attirer l'attention sur soi. Il convient donc d'être susceptible de recevoir le ballon si les conditions s'y prêtent. On se démarque donc pour :

- se libérer du marquage de l'adversaire direct ;
- recevoir le ballon (= appel de balle) ;
- faciliter la progression du ballon vers la cible
- faciliter la progression d'un partenaire avec ou sans ballon.

"... en se démarquant constamment et rapidement, on fixe l'attention de l'adversaire et on complique son organisation défensive..." (6)

QUI SE DÉMARQUE ?

Tous les joueurs sont susceptibles de se démarquer :

- le soutien et l'appui relais du gardien constituent des démarquages ;
- un arrière qui se précipite dans un couloir vide est déterminant ;
- les avants et pivots doivent exploiter les espaces libres et éviter de s'enfermer dans la défense.

Cependant, un joueur qui se démarque doit tenir compte des déplacements des autres partenaires : après avoir observé la situation, il fera son choix. L'idéal serait évidemment que tous les joueurs se démarquent en fonction du possesseur du ballon, des partenaires, des adversaires et de la cible, pour réaliser une progression collective efficace... et finalement marquer un but (cf. réseau de communication).

OÙ SE DÉMARQUER ?

Partout ! Il s'agit

- d'assurer l'occupation maximale du terrain et la liaison des partenaires ;
- d'acheminer le ballon vers le but adverse, que ce soit lors d'une contre-attaque ou lors d'une attaque organisée ;
- d'atteindre une zone ou une position favorable à la dernière passe avant le tir.

Dans une zone encombrée, le démarquage sera sec et on recherchera l'effet de surprise. Si la zone est libre, on essaiera d'écarter le jeu le plus possible.

QUAND DOIT-ON SE DÉMARQUER ?

Dès qu'un partenaire se trouve en possession du ballon (y compris le gardien) et au meilleur moment pour surprendre l'adversaire.

Examinons les principales sources d'informations auxquelles l'attaquant doit se référer avant de faire son appel de balle :

- connaître à chaque instant la position du ballon et de son possesseur, la situation des partenaires et des adversaires ;
- apprécier la possibilité de recevoir ou non le ballon, repérer la distance qui sépare le passeur du récepteur (passe risquée ou non ?) ;
- apprécier le rapport de force entre le récepteur et l'adversaire (en sa faveur ou non ?)
- deviner les intentions tactiques du jeu (enchaînements, combinaisons, ...)
- juger les aides des partenaires.

La multiplicité et la diversité des démarquages ont comme effet de désorienter petit à petit l'organisation opposée.

COMMENT SE DÉMARQUER ?

Trop souvent, les attaquants se réfèrent au seul facteur vitesse. Ils démarrent soudainement à partir de l'arrêt, suivi d'une course rapide rectiligne.

Si l'on veut améliorer la qualité du démarquage, il faudra veiller à :

- varier les courses, les allures, les feintes,... L'imagination et l'inspiration dicteront le choix du type de démarquage. Ce choix sera rapide, soudain, afin de créer un effet de surprise sur l'adversaire ;
- varier les orientations. Toujours courir en ligne droite vers le but est improductif. Il faut être capable de changer de direction pendant sa course, de revenir en arrière, de réaliser des croisements, des rotations,...
- rester maître de soi ! Il faut être certain de pouvoir contrôler le ballon si on le reçoit ;
- exécuter le démarrage brusquement (explosif) pour se défaire du marquage direct de son défenseur. De

cette façon, celui qui attaque marque un pas décisif dans le duel qui l'oppose à son adversaire.



CONCLUSION

- Les soutiens, les appuis, les relais latéraux et en profondeur sont des sortes de démarquages.
- Les démarquages doivent être multiple et varié : se rapprocher, s'éloigner, appeler en profondeur, en largeur, en diagonale,...
- Devant des défenseurs directs, les permutations entre partenaires désorientent l'organisation défensive opposée.
- Face à une défense appliquant la zone, les actions excentrées ouvrent des angles de transmission et libèrent souvent le couloir central.

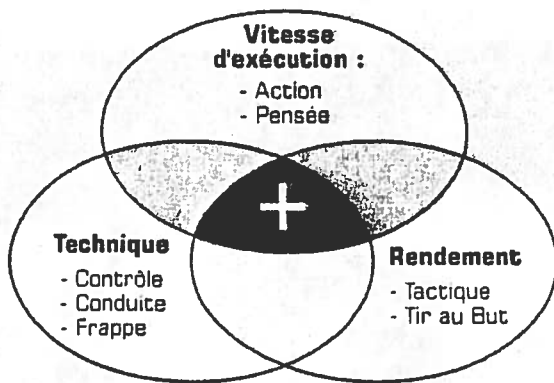
Toutes les possibilités sont envisageables, si c'est pour rendre plus aisée la progression collective du ballon vers la cible adverse.

1.2.3. TECHNIQUE DU JEU AU PIED

Le futsal est un sport pour des joueurs *techniques capables* et pour tous ceux qui ont un réel plaisir d'imposer leur volonté au ballon. Individuellement et collectivement, l'objectif est le même : **marquer des buts !**

De plus, pour rendre la discipline attrayante et efficace, il faut accélérer le jeu... donc la vitesse d'exécution des actions : le rythme auquel la passe et la réception sont faites doit être aussi élevé que possible. Sans qualités techniques suffisantes, la triple dimension *technique - vitesse d'exécution - rendement* est déforcée. (12)

Schéma 2 - les facteurs de réussite au football en salle



Au niveau de la technique pure, on distingue généralement trois éléments :

- les contrôles ;
- la conduite du ballon ; - la frappe.

LES CONTRÔLES

Contrôler le ballon, c'est s'en rendre maître, soit en le réceptionnant sur passe d'un partenaire ou en interceptant le ballon en possession de l'adversaire afin de continuer soi-même sa progression sur le terrain, de passer le ballon à un partenaire ou de tirer au but.

Dès qu'une équipe possède le ballon, chaque joueur est directement et étroitement *marqué*. Lorsqu'un joueur est en possession du ballon, c'est pour un très court instant et il doit donc être capable d'effectuer un contrôle rapide et efficace.

Les contrôles les plus fréquents se font sur balle roulant au sol ; les balles aériennes sont plus rares, car elles demandent plus de temps pour être contrôlé (espace réduit, marquage direct serré, ...).

Ici interviennent les éléments physiques fondamentaux tels le don de l'équilibre et le sens des appuis au sol. Pour pouvoir arrêter ou freiner le ballon qui arrive à plus ou moins grande vitesse, il faut se placer dans les meilleures conditions.

Étudions maintenant les différentes façons de contrôler ce ballon.

LE BLOCAGE consiste à entrer en possession du ballon en l'immobilisant au sol sous la semelle. Ce type de contrôle est peu utilisé en raison de la perte de temps qu'il occasionne. Or, ne perdons pas de vue que l'espace de jeu est réduit et que toute perte de temps permet un regroupement des



défenseurs adverses.

LE SEMI-BLOCAGE n'immobilise pas le ballon, mais le contrôle en mouvement et c'est là son avantage sur le blocage. Une nouvelle notion apparaît : *la réutilisation immédiate du ballon*. Aussi paraît-il nécessaire d'avoir un bon touché de balle et un excellent *timing* de jeu, c'est-à-dire de posséder les habiletés indispensables pour réaliser un geste au moment précis où il convient de l'effectuer.

Il existe différents semi-blocages, et les plus employés sont ceux

- de l'intérieur du pied (très précis) ;
- de l'extérieur du pied (qui accélère le jeu),
- de la semelle.

L'AMORTI est le contrôle du ballon au sol (ou aérien) pour en diminuer rapidement la vitesse afin de s'en rendre maître. Il ne faut pas frapper le ballon (volée), " *mais au contraire aller vers lui, l'accueillir et l'accompagner dans sa trajectoire par le retrait du pied (ou de la surface sollicitée).*" (18)

Le principe est simple : si on veut que le contact soit doux, la surface doit avoir une vitesse légèrement inférieure à la vitesse du ballon. Il existe également plusieurs amortis ; les plus utilisés sont ceux réalisés au ras du sol, mais il se peut qu'un joueur soit amené à amortir une balle aérienne.

L'amorti peut être effectué avec le recul

- de l'intérieur du pied-,
- de l'extérieur du pied ;
- de la poitrine, de la cuisse, ...

Comme pour le blocage, l'amorti est un contrôle qui ralentit le jeu et ne permet pas toujours l'enchaînement immédiat du mouvement collectif (le ballon a une vitesse quasi nulle et doit être relancé).

LE CONTRÔLE ORIENTÉ permet d'obtenir une bonne maîtrise du ballon. Toutefois l'essentiel n'est pas d'immobiliser le ballon, mais de pouvoir le jouer sans tarder et dans les meilleures conditions d'utilisation. Le contrôle en effet n'est pas une fin, mais un *moyen* ; il constitue l'élément technique par excellence qui, ayant permis de capter le ballon, donne la possibilité de rechercher directement l'enchaînement le plus favorable à la progression vers le but adverse.

Le futsal se joue à un rythme soutenu. La réception du ballon et son utilisation doivent se concevoir rapidement, avec un minimum de préparation et de touchés de ballon. Cela suppose que chaque joueur puisse contrôler et utiliser le ballon en l'emmenant directement dans la nouvelle direction du jeu.

L'idéal serait d'associer en un seul geste la maîtrise et l'orientation du ballon, dans les situations les plus favorables, soit :

- en partant en dribble pour éviter un adversaire ;

- en passant le ballon à un partenaire ;
- en faisant bénéficier son équipe de sa propre action (en tirant au but).

Il s'agit ici du contrôle orienté. Il est difficile à exécuter car il demande une grande délicatesse dans le touché du ballon et une grande précision dans l'orientation à lui donner. Le contrôle orienté doit être utilisé chaque fois que cela est possible car il apporte un rythme soutenu au jeu, il constitue un effet de surprise car il oblige l'enchaînement sans temps mort.

Pour l'exécution, on utilise les mêmes surfaces de contact que pour les contrôles classiques, mais le grand avantage sur ceux-ci, c'est que le contrôle orienté s'effectue en mouvement. Le jeu s'accélère et devient dès lors plus spectaculaire. De plus, si le contrôle du ballon est précédé d'une feinte de frappe ou de corps, l'adversaire risque d'être encore plus surpris et désorienté, laissant ainsi un court moment de liberté à l'exécutant. Il peut alors mieux analyser la situation.

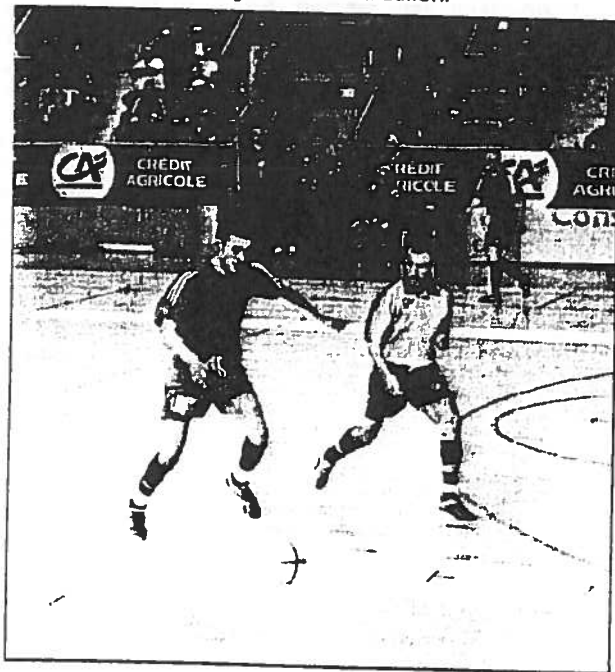
Le contrôle est donc une action motrice de mouvement : quel que soit le mode de réception, le joueur doit essayer de le faire en course, à partir d'une attitude d'équilibre dynamique. Il débutera par une orientation et une avancée vers le ballon (ne pas attendre passivement, mais au contraire *aller-au-devant*).

LA CONDUITE DU BALLON

" Conduire le ballon, c'est l'emmener avec soi." (15)

LA COURSE AVEC BALLON PROPREMENT DITE

En fait, en situation réelle de jeu (match), il n'est pas possible de conduire tranquillement le ballon d'un endroit à un autre du terrain, les obstacles adverses surgissent à chaque instant. La conduite du ballon peut se concevoir avec toutes les surfaces des deux pieds, selon la direction du joueur ou du ballon.



La souplesse articulaire (hanches, genoux, chevilles), la maîtrise des appuis au sol (ruptures et rétablissements d'équilibre), le changement de pied, la rapidité des pivots, la fréquence, la qualité et le rythme des touches, la diversité dans l'utilisation des surfaces de contact sont autant de facteurs conditionnant la qualité de la conduite du ballon.



Une particularité du futsal est la rapidité des interventions. Il arrive cependant que le possesseur du ballon ne puisse le passer directement et se trouve harcelé par l'adversaire. Il est donc important de savoir bien conduire son ballon. À l'approche de l'adversaire, il faut que le corps se trouve le plus possible au-dessus du ballon, il faut interposer le corps entre le ballon et l'adversaire en tournant le dos à celui-ci. "La couverture du ballon est nécessaire pour *dribbler*, mais aussi pour feinter" (6) En effet, il faut à chaque instant être capable de changer de rythme ou de direction, ou de donner le ballon à un partenaire à n'importe quel moment du jeu. Le principe est simple : essayer d'arriver au but en désorganisant la défense adverse !

La conduite du ballon (ou sa conservation) doit permettre aux partenaires de se démarquer et d'obtenir une aide de leur part. Cette conduite ne doit pas être abusive, car elle n'exploite pas les démarquages des partenaires et favorise le regroupement et l'organisation de la défense adverse.

DRIBBLER, c'est se déplacer avec le ballon en évitant l'attaque des adversaires. Offensivement, le dribble est utilisé pour contre-attaquer ou pour construire en fonction du système défensif adverse (fixer l'adversaire, pénétrer dans une défense en zone, ...).

Le dribble peut aussi servir à éliminer un adversaire tout en plaçant un partenaire dans les meilleures conditions d'approche du but. Tel est le dribble de dégagement, utile pour se débarrasser d'un défenseur direct. Toutefois, pour augmenter l'efficacité du jeu, la passe doit être préférée à l'action *individuelle*." (5)

Le dribble est une arme individuelle qui fait partie du jeu d'équipe. Se lancer à corps perdu dans la défense

adverse, c'est préparer l'échec collectif du mouvement offensif. Le dribble excessif peut paraître spectaculaire, mais en réalité, il freine et ralentit la marche du jeu, laissant tout le temps à l'adversaire de s'organiser valablement. En dribblant trop, toute surprise disparaît et le risque de perdre le ballon augmente : sa propre équipe est mise subitement en situation difficile de défense. Rater un dribble revient à donner directement à l'équipe adverse la possibilité d'attaquer.

Le dribble (action technique individuelle) prend différentes formes tactiques en fonction des situations rencontrées pendant le jeu :

- le dribbleur protège son ballon afin que l'adversaire ne puisse le prendre et il permet aux partenaires de se placer favorablement sur le terrain (idée de sécurité, de couverture) ;
- le dribbleur évite l'adversaire par la promptitude, la vivacité, la soudaineté de son crochet ou de son accélération avec le ballon (idée de dégagement, de rapidité dans l'exécution du geste) ;
- le dribbleur freine, accélère, stoppe sa course en vue de tromper, déséquilibrer ou entraîner l'adversaire dans une fausse direction (idée de feinte, de tromperie).

En résumé

- Il est conseillé d'éviter de trop dribbler, car à l'instar des contrôles classiques (blocages, par ex.), le dribble est un facteur de ralentissement du jeu. C'est un moyen technique dont on ne peut cependant se passer !
- Le dribble est nécessaire quand la passe ou le tir sont impossibles. Il doit être court et sans risque ; il demande de la part de l'exécutant une excellente maîtrise technique du geste avec ballon et en mouvement.

En conclusion, pour obtenir un jeu clair, précis ou plus rapide, on favorisera un jeu en passes courtes où les déviations seront préférées au jeu statique, ainsi que les tirs joués avec précision.

L'importance de l'orientation, la rapidité, l'intelligence des joueurs... sont les éléments fondamentaux pour la réalisation adaptée d'une frappe à la situation rencontrée.

1.2.4. LE GARDIEN DE BUT

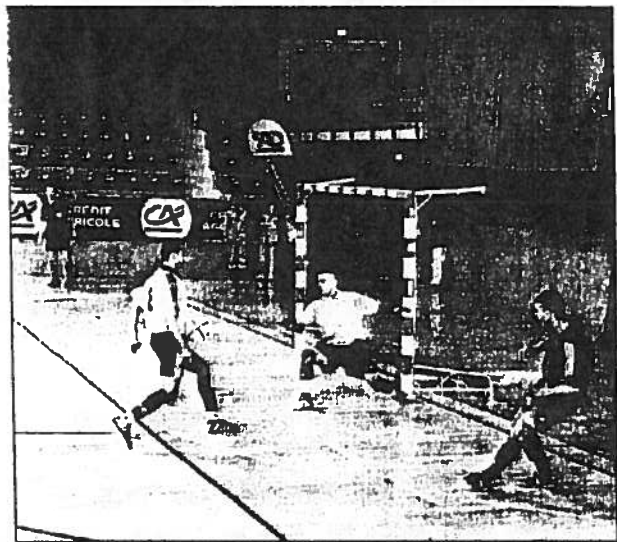
La spécificité des interventions du gardien de but le distingue des autres joueurs. Il possède un double bagage technique :

- celui d'un bon joueur de champ ;
- celui qui lui est propre.

Tentons dès lors de dégager les qualités essentielles qui caractérisent les actions du gardien.

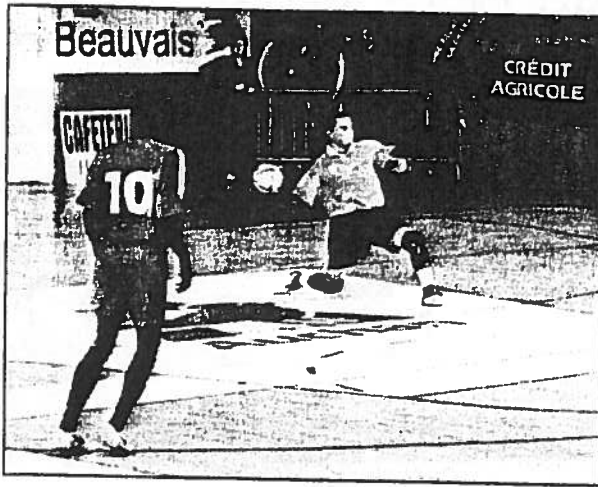
- La vitesse de réaction, la vivacité des réflexes, la détente, la souplesse, l'équilibre... sont des qualités physiques que tout gardien de futsal doit entraîner. Il se déplace peut-être moins que ses partenaires, mais ses interventions sont déterminantes.

- D'après TEUNISSEN (22), il existerait sur le plan morphologique un point commun entre les gardiens : leur grande taille relative.
- Au niveau psychologique, le gardien se distingue de ses équipiers par la dureté de son caractère, par son goût du risque, par son pouvoir de se concentrer tout au long du jeu. Ses sorties face à l'adversaire demandent courage et sens de la justesse du temps de réponse à la situation (réduction de l'angle de tir par rapport à l'attaquant adverse).
- Pour empêcher le ballon de pénétrer dans son but, le gardien a deux possibilités :
 - capter le ballon (prise de balle) ;
 - plus fréquemment, dévier le ballon par réflexes.



Le rôle de gardien de but au futsal est bien spécifique à la discipline ; il existe des différences fondamentales entre ses actions et celles du gardien de but sur gazon. En voici les principales.

- En salle, le gardien fera moins de parades extraordinaires (le but est plus petit) mais, contrairement à son homologue sur gazon, il devra réaliser beaucoup plus d'arrêts (déviations) réflexes.
- Il doit également avoir une excellente technique au pied. En effet, il est capable d'assurer le rôle de dernier rempart, mais aussi celui de *cinquième joueur de champ*. Régulièrement appelé à évoluer dans le jeu quand son équipe attaque, il devient le soutien et le relais entre les joueurs. Sa relance au pied sera donc impeccable.



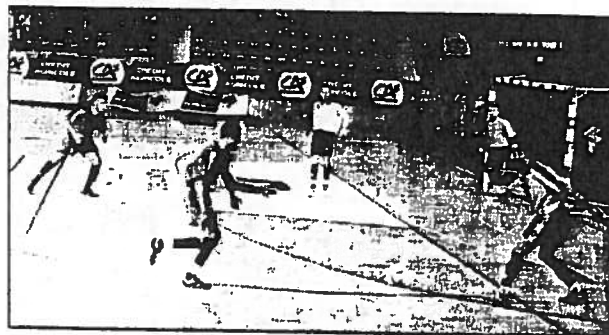
Le dégagement du but à la main est lui aussi spécifique. Au football à onze, le gardien tâchera généralement d'envoyer le ballon le plus loin possible de son but (assez approximatif), tandis qu'au futsal, le gardien doit donner le ballon dans les meilleures conditions de réutilisation immédiate du ballon. La précision du dégagement est primordiale. Pour cela, il y a une technique propre à ce type de dégagement : le rouler du ballon au sol. La relance du ballon à la main est de loin la plus précise des passes. Elle permet un service aux partenaires avec un maximum de sécurité. "Le gardien cherchera à améliorer la force du lancer donnée par l'épaule, la direction donnée par le bras, la précision donnée par le coup de poignet." (7)

2. NOTIONS TACTIQUES INDIVIDUELLES

2.1. INTRODUCTION

Comme tous les sports collectifs, le futsal n'échappe pas au principe suivant : dès qu'une équipe se trouve en possession du ballon, elle attaque. Mais, si elle en perd le contrôle, elle se voit contrainte de défendre son but. Il existe donc deux situations de jeu : l'attaque et la défense.

Pour chacune de ces situations, nous pouvons distinguer des phases spécifiques.



PHASES SPÉCIFIQUES AU FUTSAL	
ATTAQUE	DÉFENSE
<ul style="list-style-type: none"> • SORTIE DE LA DÉFENSE : <ul style="list-style-type: none"> - dégagement du gardien - appel de balle, démarquage - placement sur le terrain • CONSTRUCTION DE L'ATTAQUE : <ul style="list-style-type: none"> - placement des joueurs en relation avec un système de jeu - démarquage • CRÉATION DE SITUATIONS FAVORABLES : <ul style="list-style-type: none"> - mobilisation de l'adversaire relation et compréhension entre partenaires (aide,...) • CONCLUSION 	<ul style="list-style-type: none"> • DÉFENSE DU BUT PROPREMENT DITE : <ul style="list-style-type: none"> → gardien de but • INTERCEPTION : <ul style="list-style-type: none"> - vouloir prendre le ballon à l'adversaire dans sa moitié de terrain - couverture • CASSER L'ATTAQUE ADVERSE : <ul style="list-style-type: none"> → un joueur en pointe gêne la progression du ballon • PRESSING : <ul style="list-style-type: none"> → tous les joueurs s'articulent entre eux pour récupérer le ballon d'une façon dynamique, sur toute la surface du terrain (prise de risque).

Figure 1 - Attaque

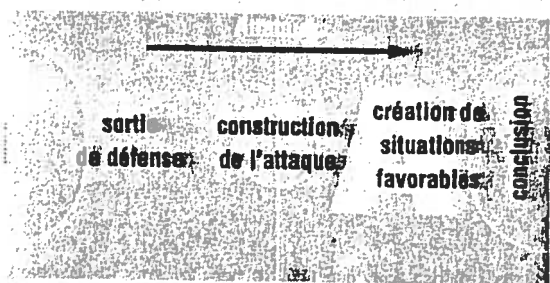
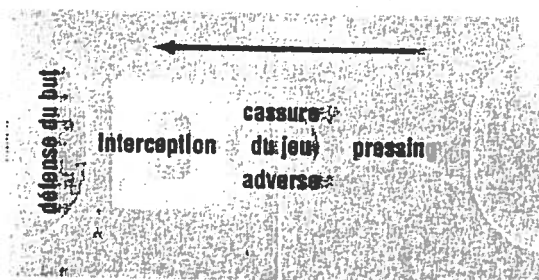


Figure 2 - Défense



Tous les joueurs doivent être capables d'occuper toutes les places du terrain et de jouer aussi bien en attaque qu'en défense. "Pour bien jouer, il faut se comprendre, pour bien se comprendre, il faut se voir ; pour mieux se comprendre et se voir, il faut définir des principes de jeu" (21). Les joueurs ont donc besoin d'une référence commune : c'est la tactique. "La tactique englobe l'ensemble des moyens tant individuels que collectifs utilisés par une équipe — dans les limites du règlement et de l'éthique sportive — pour améliorer son organisation interne et renforcer son efficacité dans tous les secteurs du jeu de façon à obtenir la victoire." (12)

Pour y arriver, il y a des moyens individuels et collectifs.

2.2. LA TACTIQUE INDIVIDUELLE

"Elle correspond au choix des moyens utilisés par le joueur pour s'adapter à une situation précise." (8)

Dans une équipe, chaque joueur tient un rôle bien déterminé à chaque instant du jeu. Pour participer efficacement au sein d'une tactique collective particulière, il faut

- entretenir sa condition physique ;
- utiliser sa technique de base en fonction des circonstances du jeu ;

- connaître les rôles et les tâches à réaliser aux différents postes du jeu.

Toute action individuelle tactique résulte d'une succession de démarches interdépendantes. Cette action tactique représente un système qui

- choisit l'objectif le meilleur entre plusieurs possibilités ;
- résout un problème posé.

Dans toute activité en jeu, MAHLO (17) distingue trois phases fondamentales :

- la perception et l'analyse de la situation,
- la solution mentale du problème ;
- la solution motrice du problème.

2.3. PRINCIPES DE BASE EN ATTAQUE

Le futsal se caractérise par la collaboration, c'est-à-dire que tous les joueurs, ensemble, doivent arriver à communiquer, à s'aider et à se comprendre pour parvenir à marquer le plus de buts possibles (attaque) et à en encaisser moins que l'adversaire (défense) afin de gagner.

Comment marquer des buts ?

La meilleure solution pour marquer des buts, la contre-attaque : arriver seul ou en surnombre devant le gardien, et ce, le plus rapidement possible à partir de la récupération du ballon. Cependant, si la défense réussit à se regrouper, il faudra alors, grâce aux initiatives individuelles et aux actions collectives, parvenir à déjouer l'organisation défensive adverse. Il s'agira de créer des situations favorables : c'est le jeu organisé.

2.3.1. LA CONTRE-ATTAQUE

La contre-attaque (C.A.) est la manière de jeu la plus rapide et la plus facile pour aller marquer des buts. La C.A. constitue une arme dangereuse car elle implique toujours une supériorité numérique des attaquants sur les défenseurs.

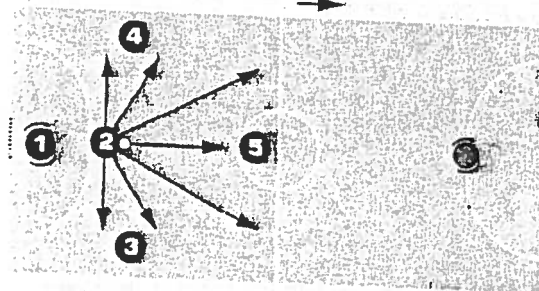
Cependant, la C.A. ne s'improvise pas au hasard. Il faut l'organiser, car la moindre erreur signifierait l'échec de la progression vers le but, mais aussi le risque d'être la proie d'une contre-offensive de l'adversaire. Quand faut-il l'employer ?

- Sur interception du ballon ;
- sur perte de ballon (rentrée en touche rapidement jouée, par ex.) ;
- sur dégagement du gardien.

La C.A. est basée sur la première passe après la récupération :

1. longue passe vers l'avant ;
2. passe vers le centre du terrain ;
3. passe courte sur l'aile ;
4. passe latérale de dégagement (si les autres sont impossibles).

Relance et Contre-Attaque



2.3.2. CONSTRUCTION DE L'ATTAQUE

Nous verrons plus loin qu'il existe différentes façons de concevoir le jeu offensif. Pour élaborer une attaque, il faut prendre en considération un certain nombre d'éléments :

- la simplicité : baser son attaque sur la simplicité, c'est la fonder sur l'efficacité. Chaque joueur doit conserver sa personnalité dans un système tout en améliorant le travail collectif ;
- l'adaptation : quand une défense est bien organisée, l'attaque doit s'ajuster pour ne pas être bloquée. Chaque joueur doit donc réagir en fonction de l'arrangement défensif et surtout il ne doit pas se cloisonner dans un système strict de structure ;
- la continuité : la continuité dans l'enchaînement des combinaisons entraîne, après un certain temps, la désorganisation de la défense adverse. La succession des actions se fera sans interruption afin que chaque possibilité de marquer puisse être exploitée ;
- l'équilibre : tous ces mouvements, déplacements... s'équilibrent par rapport au ballon, aux adversaires, aux partenaires et à la cible.

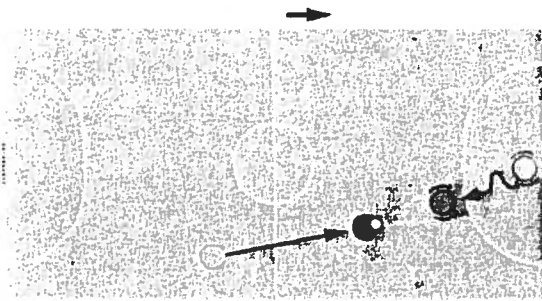
Quelques principes individuels facilitent la réalisation de l'attaque.

LE POSSESSEUR DU BALLON

Dès qu'un joueur entre en contact avec le ballon, il devient maître de la situation pour un court instant. Il doit être capable de réaliser un certain nombre d'actions (passer, dribbler, tirer,...). La moindre erreur de sa part, comme perdre le ballon en faveur d'un adversaire par exemple, se paie comptant, dans le sens où il met instantanément son équipe en phase défensive désorganisée ou en infériorité numérique dangereuse. L'attaquant possesseur du ballon se trouve confronté à trois situations.

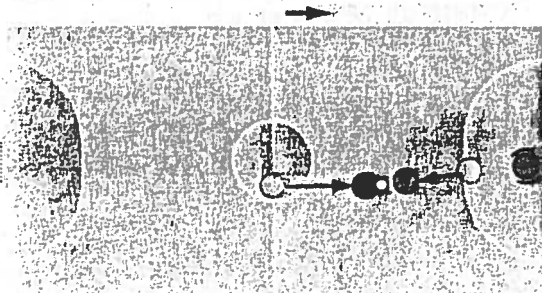
- L'attaquant se trouve seul devant le gardien. Cette situation oblige l'attaquant à tenir compte et à exploiter la relation *attaquant - gardien de but* (ex. : distance, placement du gardien, angles ouverts ou fermés,...). Le choix d'une action doit donc être adaptée aux réactions de l'adversaire et l'attaquant peut même marquer immédiatement l'avantage en anticipant son intervention ou en la feignant.

Fig. 1 - Attaquant face au gardien



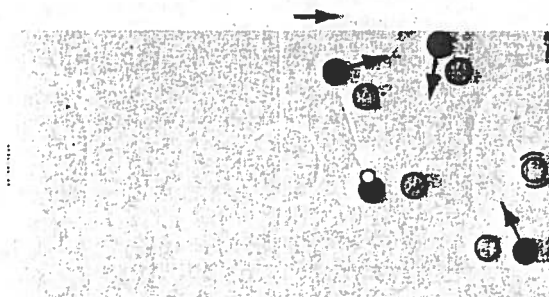
- Un adversaire se trouve entre l'attaquant et le gardien. Cette situation est déjà plus malaisée à maîtriser pour l'attaquant. Il doit tenir compte de son défenseur direct (très mobile) et du gardien. Il lui faut analyser un système de relations plus complexes, mesurer les risques de son action et choisir la solution la plus rentable. Sur un plan pédagogique, lors de l'apprentissage des fondamentaux techniques, il faudra tenir compte de la présence de l'adversaire. Ce type de situation est encore incomplet car il manque un élément essentiel au jeu réel : les partenaires.

Fig. 2 - Adversaire entre attaquant et gardien



- L'attaquant joue avec ses partenaires et évite de donner le ballon à l'adversaire. Le système *attaquant - partenaires - adversaires - but* engendre les situations les plus difficiles à contrôler.

Fig. 3 - Attaquant jouant avec ses partenaires



REGARDER-ANALYSER-CHOISIR-EXÉCUTER sont les quatre dimensions qui orientent toute action individuelle.

1. Le joueur doit d'abord voir les différentes possibilités qui se présentent à lui. Fin observateur, il observe ce qui se passe autour de lui (notion de vision périphérique) : il voit son défenseur direct, ses partenaires, les autres adversaires,... c'est la prise d'informations. Plus un joueur contrôle facilement le ballon, plus il a le temps de regarder et d'apprécier le jeu.
2. Il analyse ce système complexe de relations.
3. Il décide ensuite du meilleur geste. Ce choix est difficile, car il doit être pris très rapidement. Il dépend donc en partie de la qualité du *pressing* adverse. " *La tactique est une procédure faisant appel à la pensée rapide, pour le choix d'une solution exacte en fonction de la situation du jeu.*" (22)
4. La situation du jeu déterminera donc l'action individuelle :
 - pour passer, il attend un appel de balle des partenaires ;
 - si personne n'appelle le ballon, il le conserve en dribblant ;
 - s'il y a plusieurs appels de balle, il choisit de passer le ballon au joueur qui semble présenter le plus grand danger pour l'adversaire,...

Notons que l'exécution rationnelle et autonome de cette intervention individuelle dépend de la capacité qu'a le joueur de choisir la solution motrice adéquate, selon son habileté technique. Tout possesseur du ballon décide donc seul de ses actions en tenant compte de l'information captée et du jeu de base de l'équipe. Ce n'est nullement un jeu de hasard !

LES PARTENAIRES

Généralement, celui qui est en possession du ballon est le joueur prioritaire. En fonction de lui seul se dessinent le rôle et les déplacements des autres joueurs. Ses partenaires doivent faciliter la tâche de celui qui contrôle le ballon et la progression collective pour constituer un réel danger devant le but adverse. Ils doivent être capables de jouer sans le ballon.

Cela suppose la maîtrise des démarquages, la connaissance et la bonne compréhension de ce qui doit être une occupation rationnelle du terrain. En règle générale :

- les partenaires se démarquent continuellement et sont toujours en mouvement (une condition physique irréprochable et des remplacements fréquents sont indispensables pour réaliser cet objectif) ;
- si un partenaire veut recevoir le ballon, il doit le demander. Cependant, son rôle n'est pas limité à l'appel du ballon pour s'en approprier la responsabilité, il a aussi pour buts :
 - de désarticuler la défense en se plaçant et se déplaçant sans cesse dans les espaces libres et en

arrière de la dernière ligne défensive (dans le dos des défenseurs) -

- d'écartier la défense ou encore d'entraîner avec lui un ou plusieurs défenseurs pour créer de l'espace ;
- de rechercher des positions dérangeantes pour l'adversaire en se plaçant entre deux défenseurs, en permutant ou en se croisant,...



En jouant ainsi, il facilite et aide le travail du joueur prioritaire dans la progression collective du ballon vers la cible opposée.

En s'écartant subitement du milieu du terrain, il entraîne avec lui un ou plusieurs défenseurs et espère du même coup, ouvrir le couloir central, créer un quelconque espace libre, semer un moment de panique dans la défense ou encore amener le surnombre.

Ajoutons que ces changements incessants de position ne doivent pas se faire aveuglément. Il est important de s'adapter en fonction de la situation, c'est-à-dire selon les mouvements des partenaires, des adversaires et du ballon.

LE GARDIEN DE BUT

Beaucoup de joueurs et de spectateurs ne remarquent et n'apprécient que les parades du gardien de but. Ils ne perçoivent que trop rarement les autres fonctions de ce joueur.

Au futsal, le rôle du gardien ne se limite plus seulement à l'arrêt ou à la déviation réflexe du ballon ; il organise sa défense et, surtout, il devient l'attaquant supplémentaire quand l'équipe possède le ballon.

Dès qu'il récupère le ballon, la première action du gardien est de dégager le plus rapidement vers un partenaire démarqué et en position favorable pour le recevoir. L'attaque est amorcée ! Si personne n'est convenablement placé pour recevoir le ballon, une tactique particulière peut être imaginée pour sortir de la zone de défense du terrain (cf. chapitre 4).

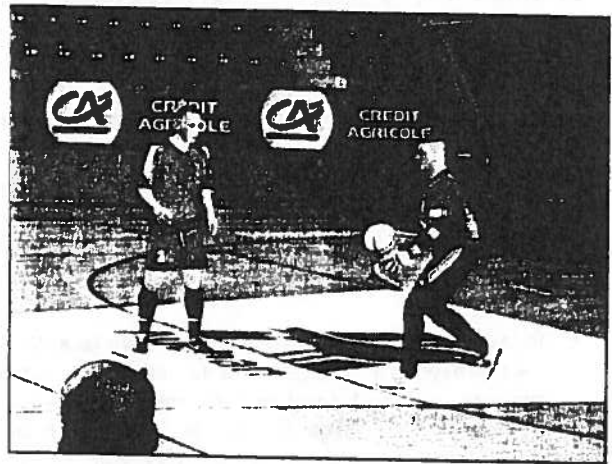
De plus en plus, on s'aperçoit que le gardien participe lui aussi aux différentes phases de construction du jeu en attaque : il joue le rôle de soutien et de relais entre les joueurs (principe du triangle). " Il fait souvent le petit plus qui crée la supériorité numérique." (2) Il faut donc le faire participer au jeu et développer la

communication entre lui et les autres joueurs du champ. Cette collaboration accroît les chances qu'a une équipe de marquer des buts si le gardien possède lui aussi une parfaite maîtrise technique au pied. Le gardien est donc une arme offensive supplémentaire.

En ce qui concerne son placement pendant la partie, il est déterminé par la connaissance des situations du jeu, par les actions basées sur les systèmes de jeu de son équipe et de l'équipe adverse, et par les capacités de base comme la vitesse de réaction, la mobilité,...

Le choix de sa position est donc influencé par des facteurs tels que :

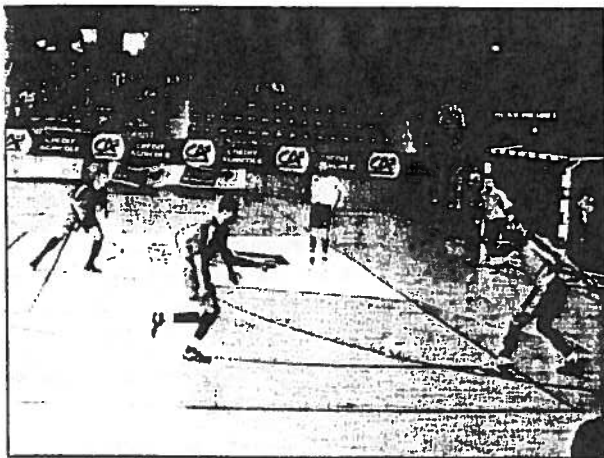
- la position de l'équipe sur le terrain lorsqu'elle possède le ballon (moitié adverse ou non ?) ;
- le moment de l'attaque (contre-attaque, dégagement, construction de l'attaque,...) ;
- l'endroit du coup de pied arrêté (peut-il participer à l'action ?) ;
- le résultat du match (l'équipe a-t-elle l'avantage du score ?).



LA PASSE

La qualité de la passe facilite l'enchaînement que va effectuer le partenaire quand il reçoit le ballon en position démarquée. Tactiquement, la passe se justifie lorsque

- un partenaire est démarqué, appelle le ballon ou se trouve dans une meilleure position que celle du possesseur du ballon ;
- le tir n'est pas possible avec des chances suffisantes d'atteindre le but,
- l'équipe décide de préparer collectivement l'attaque et de désorganiser les lignes défensives adverses - pour y provoquer des failles. Une circulation simple du ballon, en le faisant rouler au sol, permet aux partenaires d'affoler la défense ;
- une équipe décide de conserver le ballon pour calmer le jeu lorsqu'il devient trop imprécis ou quand elle se trouve en infériorité numérique.



LA PASSE EN RETRAIT

L'espace de jeu étant limité, la possibilité de conclure les attaques par un seul joueur en pointe est souvent une tâche difficile (au point de vue du rendement). Tous les autres partenaires sont aussi concernés par la construction de l'attaque, mais aussi par sa conclusion !

Pour créer un espace supplémentaire dans la mêlée de joueurs concentrés devant le but, ou pour donner une possibilité de tir à un partenaire, "tirer à partir de la deuxième ligne" (16) présente quelques situations avantageuses pour l'attaque :

- souvent, lorsqu'un joueur tire depuis la deuxième ligne, il doit réaliser sa frappe devant un mur de joueurs. Dès lors, si le ballon arrive à percer cette barrière, le gardien ne le voit qu'au tout dernier moment,
- le joueur qui vient de l'arrière se trouve face au but : il représente un danger pour la défense car il peut prendre un grand nombre d'informations au niveau du jeu. Il a un large champ de vision et il peut analyser les quelques possibilités qui lui sont présentées et choisir celle qui lui paraît la meilleure ;
- l'attaquant qui se trouve -en seconde ligne a le temps d'adapter sa frappe (tir placé ou shoot en foulée ?).

LE RELAIS

Les dimensions réduites du terrain favorisent la plupart du temps une forte concentration de joueurs sur un petit espace de jeu. Cela se traduit par :

- la diminution des possibilités de passes ;
- le peu d'espace pour dribbler ;
- le marquage strict de l'adversaire,...

Pour obtenir l'avantage sur celui-ci, il faut le surprendre en jouant vite et précis, mais aussi en variant les actions individuelles et collectives. Le relais est sans conteste une action spécifique. Correctement exécuté, il présente l'avantage

- de camoufler l'action du passeur (effet de surprise) ;
- de faire participer directement le passeur au jeu

- (démarquage, couverture) ;
- de continuer l'action offensive en enchaînant immédiatement une passe ou un tir ;
- de préserver le rythme soutenu du jeu ;
- de diminuer le risque de perdre le ballon.

N.B. : la simulation d'un relais peut avoir des conséquences positives pour la suite de l'attaque.

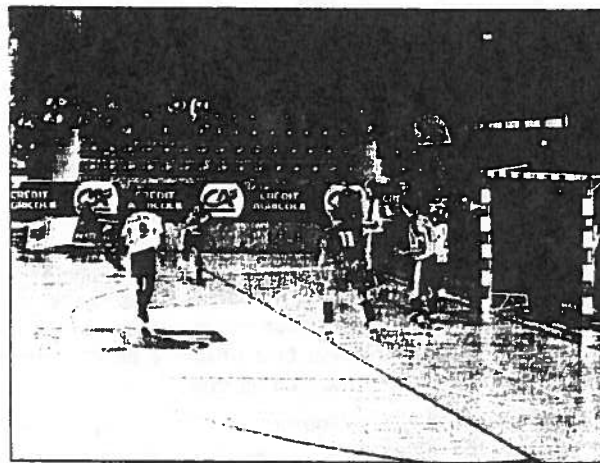
CONCLUSION

L'équipe qui veut gagner :

- ne doit pas donner le ballon à l'adversaire (sauf quand le but est marqué). La maîtrise du ballon est un élément fondamental de la relation de continuité des différentes phases de l'attaque ;
- doit obliger les défenseurs à commettre des erreurs. Ces erreurs sont commises si tous les attaquants essaient de se libérer de leurs adversaires directs afin de créer des espaces libres : le démarquage est donc l'élément clef de ce principe qui met en évidence la relation d'opposition entre les deux équipes ;
- doit assurer l'équilibre de l'attaque et prévenir la contre-offensive adverse ;
- doit rechercher et imaginer un maximum de situations de surnombre ;
- doit baser son jeu sur la disponibilité constante des joueurs libres dans le champ visuel du possesseur du ballon.

2.4. PRINCIPES DE BASE EN DÉFENSE

L'objectif pour l'équipe qui ne possède pas le ballon, c'est d'empêcher l'autre équipe de marquer des buts et de récupérer le ballon le plus vite possible. Quelle que soit l'organisation défensive définie, elle suppose de chacun concentration et collaboration. Défendre son but commence dès la perte du ballon : c'est vouloir imposer à l'adversaire un certain pressing en fonction de son placement sur le terrain.



Ballon, adversaires, partenaires et but à défendre sont les éléments qui doivent être constamment contrôlés :

- le ballon : chaque défenseur doit toujours savoir où il se trouve ;
- le défenseur : sa position est définie par des règles. Il adapte son action en fonction du rôle qu'il a à remplir au sein d'un système défensif choisi ;
- l'attaquant : s'il possède le ballon, la défense ajuste son placement en fonction du danger relatif qu'il représente. Plus l'attaquant est près du but et plus il doit être marqué. S'il n'a pas le ballon, il doit éprouver des difficultés à s'en emparer.

On peut concevoir la défense sous différentes formes : la zone ou l'homme à homme.

En défense en zone, chaque joueur est chargé de défendre une partie du terrain. Ces zones varient en fonction du type de système appliqué et du placement des défenseurs au moment où l'équipe adverse récupère le ballon. Il doit donc exister une étroite relation entre les partenaires et une compréhension parfaite du type de communication à entretenir par rapport à l'organisation défensive choisie.

En défense homme à homme (marquage individuel), chaque joueur est responsable d'un attaquant. Cette défense demande beaucoup de qualités : volonté, concentration, condition physique, bonne vision du jeu,... mais aussi la faculté d'apprécier le plus rapidement la qualité des possibilités offensives de son homme à tenir. Dès ce moment, le défenseur peut

prévoir et anticiper les actions possibles de l'attaquant et ajuster sa technique personnelle pour le gêner.

Ces différentes défenses peuvent s'envisager sous un aspect plus pressant : c'est le ... *pressing*.

On peut rencontrer un *pressing individuel* sur l'homme ou un *pressing de zone*. L'incompréhension d'un seul joueur entraîne l'effondrement du système. Favorisons donc l'utilisation d'une référence commune (même langage).

LE GARDIEN DE BUT

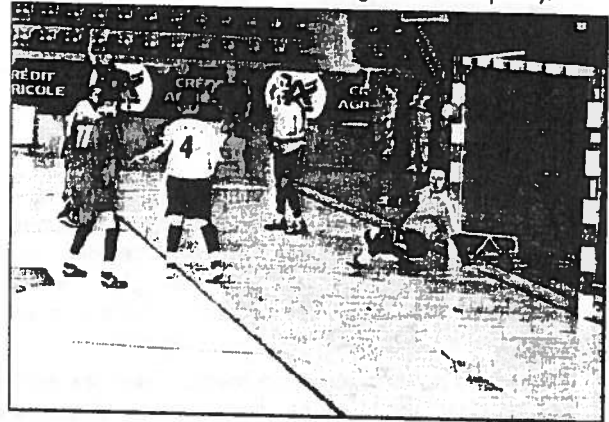
En défense de but proprement dite, le gardien de but est responsable de la partie la plus sensible du terrain. Tandis qu'un joueur du champ peut réparer une erreur, la faute du gardien est souvent fatale. Le gardien fait partie d'un ensemble compact, il est le dernier maillon de la défense, mais aussi un point de départ pour la construction de l'attaque.

Plus qu'à tout autre joueur, l'organisation de la défense incombe au gardien. Il doit se concentrer sur le jeu, parler constamment à sa défense, la diriger (marquage de tel ou tel attaquant,...). De plus, il lui revient de coordonner certains mouvements et placements défensifs de l'équipe dans sa totalité (le mur lors d'un coup franc, le corner,...).

Dans sa surface de jeu, le gardien n'a rien d'un joueur statique bien que son domaine soit limité (zone des 6 mètres). Conscientisant sans arrêt sa position par rapport à ses objectifs, il doit également se déplacer en

fonction du trajet du ballon et réduire systématiquement l'angle de tir des attaquants. Son placement dans sa surface de but va dépendre de différents facteurs :

- la partie du terrain dans laquelle évolue l'équipe adverse ;
- l'endroit du coup de pied arrêté ;
- le coup de coin ;
- le coup franc (direct ou indirect ?) ;
- la situation *un contre un* (duel gardien-attaquant).



Ses sorties se font sans hésitation. S'il décide d'aller au ballon, il doit être certain d'atteindre celui-ci avant l'adversaire ; sinon il ferme l'angle de tir le mieux possible et attend l'adversaire. Jusqu'au moment où lui seul jugera bon de son action.

LES PARTENAIRES

Comme il faut empêcher l'attaque adverse de marquer, la défense s'attachera à récupérer le ballon avant que l'adversaire n'en fasse utilisation.

Le principe de base de toute défense est le marquage individuel (en zone ou non). Au Futsal, le ballon n'est plus le seul élément pris en considération lors de la tactique défensive. Chaque joueur adverse doit être étroitement surveillé et marqué. Ce marquage individuel sur l'adversaire le plus proche est d'autant plus strict que l'on se rapproche du but à défendre. Le contrôle permanent de l'attaquant suppose donc un décentrage (parfois important) des défenseurs par rapport au trajet du ballon (c'est là une différence essentielle avec le football, où les joueurs sont beaucoup plus souvent préoccupés au départ par le ballon).

La moindre inattention peut se traduire par la perte (momentanée) du contrôle de l'opposant direct et cela lui donne la possibilité de se démarquer facilement.

Dans certains cas, le rythme du jeu défensif peut s'accélérer pour récupérer le ballon : c'est le *pressing*. Il convient d'y avoir recours

- en cas de supériorité numérique ;
- en cas de résultat défavorable en fin de rencontre ;
- en vue d'intercepter le ballon en possession de l'adversaire lorsque celui-ci est susceptible de le perdre.



On joue donc le pressing si on estime les qualités physiques et techniques des joueurs de l'équipe supérieures à l'adversaire.

En réduisant les possibilités de contrôler le ballon aisément, en diminuant le temps de prise d'information et de décision, les assaillants éprouvent des difficultés à conclure leur action. Il leur faut jouer plus vite, leurs passes se précipitent, deviennent imprécises et le risque de leur faire perdre le ballon augmente.

De plus, le *pressing* gêne considérablement les équipes qui utilisent un système de jeu très standardisé. Cependant, le *pressing* est une arme à double tranchant car

- il demande de la part des défenseurs une condition physique impeccable ;
- la défense se dégarnit en zone arrière et laisse des espaces libres, ce dont peut profiter l'adversaire (contre-attaque,...) ;
- le *pressing aveugle* a généralement pour effet de précipiter la défaite !

Enfin, quelle que soit l'organisation définie en défense, chacun doit rapidement tenir compte des actions des partenaires. La notion de couverture et d'aide apparaît comme fondamentale dans le duel *défense-attaque* :

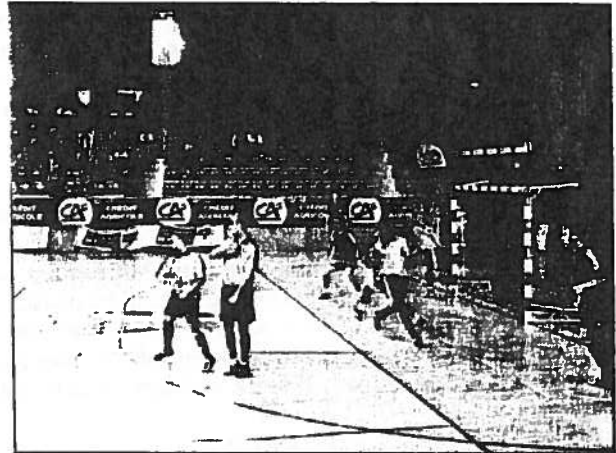
- la couverture, pour suppléer un partenaire battu ;

- l'aide, pour augmenter l'efficacité de l'action du partenaire par un marquage renforcé.

2.5. CONCLUSION

Nous pouvons considérer que chaque joueur représente en fait un élément fondamental faisant partie d'un système dynamique. Il agit individuellement selon quelques principes :

- l'occupation rationnelle du terrain ;
- l'action qu'il porte sur le ballon ;
- le langage qu'il entretient avec ses partenaires et qui lui permet de comprendre leurs actions, leurs déplacements, leurs positions ;
- la volonté que manifeste l'équipe d'intercepter les liaisons adverses (*pressing*,...).



Ce système collectif représente l'union de tous ces éléments, s'articulant entre eux de façon intelligente et respectant certaines lois tactiques. Il se concrétise par

- une occupation plus ou moins structurée du terrain;
- l'adaptation au système opposé,
- l'interrelation des éléments qui définissent un style de jeu.

3. NOTIONS TACTIQUES COLLECTIVES/SYSTÈMES DE JEU

3.1. INTRODUCTION

La manière dont une équipe s'exprime sur le terrain (choix d'un système), dépend de plusieurs facteurs :

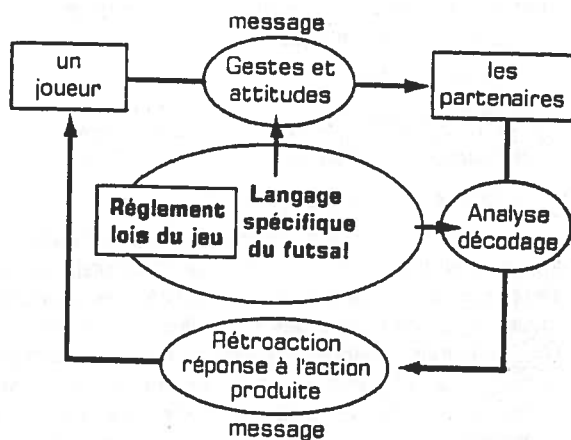
- la potentialité de l'équipe (les cinq joueurs de base + les réservistes + le coach) ;
- la tâche, les missions, la distribution de rôle de chacun ;
- la disponibilité psycho-socio-motrice des joueurs ;
- la conception du jeu (du coach, de l'entraîneur, des joueurs) ;
- l'utilisation d'une référence commune.

Nous avons vu au chapitre précédent, qu'au cours d'une même situation de jeu chaque joueur (avec ou sans ballon) est impliqué dans un ensemble de relations. Pour coordonner et synchroniser les actions de tous les joueurs, il est nécessaire de créer et de mettre en place un dispositif de communication, une référence commune, qui permet de transmettre et de comprendre les intentions tactiques respectives de chacun. C'est pourquoi une approche théorique du jeu est indispensable pour que chaque joueur puisse :

- deviner l'action du possesseur du ballon ;
- utiliser une langue qui rend chacune de ses actions compréhensibles pour les partenaires ;
- adapter ses actions en fonction de celles des autres ;
- parler le même langage !

Dans le but de mieux comprendre cette notion de participation, notre système de relations peut être approché en faisant référence au modèle général de la théorie de la communication. Le modèle représenté ci-dessous correspond parfaitement au type de communication qui doit exister entre les partenaires d'une même équipe.

Système de communication pour le futsal



L'émetteur (un joueur) envoie un message (gestes ou attitudes déterminés). Ce message a un sens : il communique une intention, une idée particulière. Le récepteur (les partenaires) reçoit le message ; il doit le

décoder, l'analyser pour répondre le plus vite et le mieux possible à l'action produite par l'émetteur (rétroaction). Pour que ce système soit opérationnel, chacun doit utiliser le même langage. Tous les joueurs devront donc se conformer à une référence commune qui est déterminée par les lois du jeu (codifiée par le règlement). Dès lors, appelons langage commun l'ensemble des moyens utilisés par une équipe (combinaisons tactiques, systèmes de jeu, ...) en fonction des lois spécifiques du jeu.

Le modèle proposé cherche à combiner l'ensemble des actions individuelles et collectives aux principes de base de l'attaque et de la défense (cf. chapitre précédent) en relation avec les règles du jeu. Les systèmes de jeu "... sont des trames d'organisation de l'équipe dans sa globalité, trames adaptées aux diverses situations pouvant être rencontrées tant en attaque qu'en défense." (12) Un système est donc défini lorsqu'une équipe a choisi une formation sur le terrain dans le but d'accomplir des tâches établies à l'avance. Ce n'est qu'un point de départ, car il revient à chacun de s'adapter au système pour rendre la progression collective la plus efficace possible, la plus rentable. Selon les capacités des joueurs, le coach peut définir un ou plusieurs systèmes représentant un schéma global à suivre et les circulations tactiques correspondantes. Une équipe performante doit être capable de modifier sa façon de jouer et adapter son style de jeu en fonction des adversaires rencontrés, de l'évolution du score, du moment de la partie,...

Analysons à présent les principaux systèmes de jeu spécifiques. L'ordre suivi est fonction de leur degré relatif de difficulté à être mis en pratique. Partons d'un système de référence figé ou d'un jeu de position classique et évoluons vers une conception dynamique idéale présentant

- la permutation constante entre les partenaires ;
- la diversification des combinaisons-
- l'utilisation d'un riche vocabulaire (l'ensemble des actions les plus simples indispensables, pour réagir correctement à une tâche en attaque ou défense).

FORMATION DE BASE + CONCEPTION DU JEU + RÉFÉRENCE COMMUNE = MANIÈRE DE JOUER

Voici les différents systèmes étudiés :

Fig. 1 - Système de base : 1+3+1

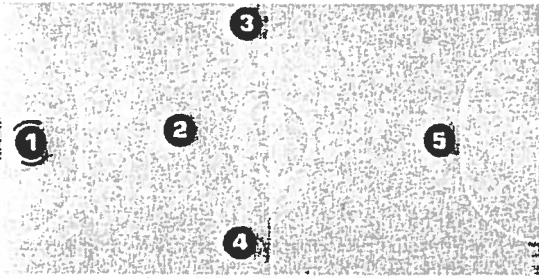


Fig. 2 - Système en losange : 1+1+2+1

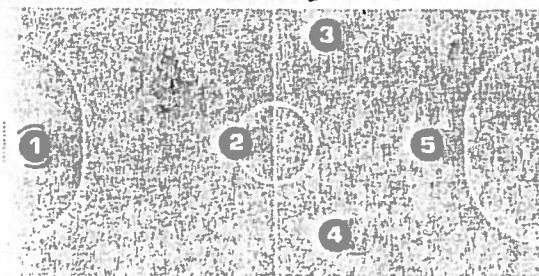


Fig. 3 - Système en T : 1+1+3

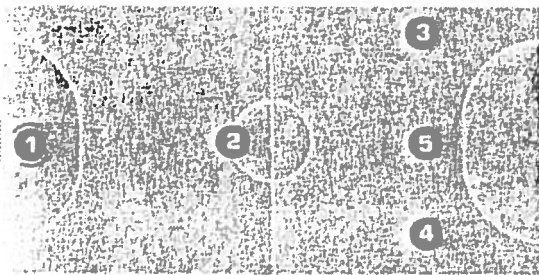
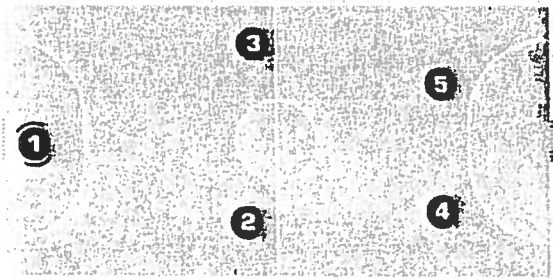


Fig. 4 - Système en Y renversé : 1+2+1+1



Fig. 5 - Système en carré : 1+2+2



Pour les trois premiers systèmes, il y a dans le jeu un poste clé : celui du joueur central (n° 5). En règle générale, ce joueur reste toujours le même en cours de match ; il garde son poste du début à la fin de la partie et il ne permute avec aucun partenaire (si permutation il y a !). Il joue le rôle de couverture (en défense et en attaque), mais aussi celui d'initiateur de nombreuses phases offensives.

Pour les deux derniers systèmes, il n'y a plus de joueur central. Nous retrouvons deux joueurs en arrière et deux en avant. Ce sont des systèmes très dynamiques et d'autant plus efficaces que les partenaires se comprennent entre eux et jouent en permutant sans arrêt de poste et de rôle.

Ces différents systèmes de jeu sont beaucoup moins rigides qu'au football, en raison du mouvement continu sur une surface de jeu plus réduite. Il n'est pas rare qu'une équipe passe d'un système à un autre durant le même match.

Idéalement, il ne devrait y avoir au futsal aucune spécialisation de rôle ou de poste (excepté pour le gardien). On ne parle plus d'attaquants ou de défenseurs spécifiques, car tous attaquent quand l'équipe possède le ballon et tous défendent lorsque l'adversaire mène l'offensive. Il serait donc malaisé de donner un nom précis aux joueurs. Cependant, pour faciliter la compréhension du jeu, nous pouvons donner un qualificatif à un joueur pour autant qu'il se trouve dans une certaine zone du terrain, à un moment précis du jeu et selon le système défini. Dès lors, on peut distinguer :

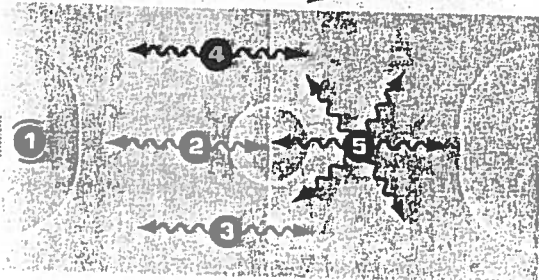
- le gardien de but,
- le joueur central,
- les joueurs de flancs et
- le joueur en pointe (pivot).

À l'heure actuelle, nous retrouvons le plus souvent des équipes qui évoluent avec un joueur central fixe. Ceci s'explique par le fait que la majorité des joueurs de futsal sont avant tout des footballeurs (ou l'ont été). Or, au football, chaque membre de l'équipe a une place précise et un rôle défini à tenir pendant la partie. Après un certain temps, la spécialisation s'installe (renforcée à l'entraînement) et il devient difficile de changer sa manière de jouer. Nous pensons que cette spécialisation (de rôle et de poste) est un frein à l'évolution du futsal, où l'on recherche précisément un

jeu dynamique qui exige que chacun soit efficace dans tous les secteurs du jeu.

3.2. LE SYSTÈME DE BASE OU 1+3+1

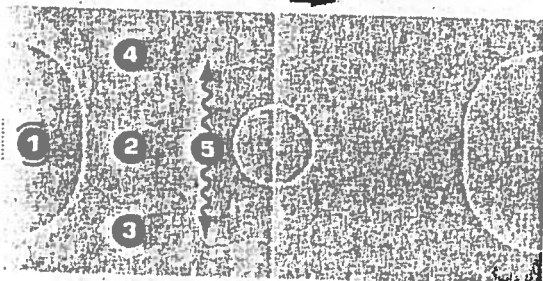
1. Gardien de but
2. Joueur central
3. Arrière droit
4. Arrière gauche
5. Joueur de pointe



3.2.1. PRINCIPES GÉNÉRAUX

EN DÉFENSE

Placement défensif (1+3+1)



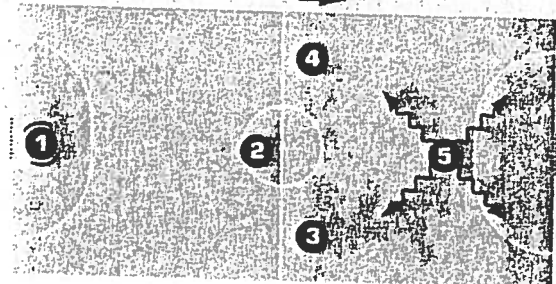
Le 1+3+1 est le système de jeu le plus défensif, dans lequel trois joueurs répondent au poste d'arrières fixes. Toute l'équipe se retire dans sa propre moitié du terrain quand l'offensive opposée se construit. C'est une défense en zone. Chacun est responsable d'une partie du terrain et de l'adversaire qui s'y trouve (ou des adversaires) :

- le 5 gêne le jeu de l'adversaire. Il a comme rôle de harceler le possesseur du ballon (pressing). Il reste toujours devant sa défense. Cela peut en effet gêner l'équipe assaillante, car elle est obligée de garder
- un joueur en arrière pour maintenir le contact avec ce défenseur avancé (risque de contre-attaque) ;
- le 2 et le 4 maintiennent un marquage strict sur l'attaquant adverse qui se trouve dans leur zone respective (d'autant plus sévère qu'on se rapproche des buts) ;
- le 3 est le pion majeur de la défense :
 - il réalise la couverture des deux arrières latéraux ;
 - il organise la défense et donne les consignes aux joueurs (si ce n'est pas le gardien qui le fait) ;

- par son placement, il contraint les adversaires à jouer par les ailes et maintient l'attaque en deçà de la ligne des 9 mètres.

EN ATTAQUE

Placement en attaque (1+3+1)



Le plus souvent, il n'y a qu'un seul joueur qui se trouve constamment en pointe (avant spécifique). Il a comme rôle

- d'entreprendre la contre-attaque dès que l'équipe récupère le ballon ;
- de se placer en pivot, de multiplier les démarquages,...
- La progression collective se réalise
- en attirant son défenseur direct vers les ailes (ouverture de l'espace en face du but) ;
- en dribblant (attendre le démarquage d'un partenaire), en faisant des 1-2, des déviations, des feintes, etc.

À propos de la contre-attaque, les arrières latéraux

doivent occuper la largeur du terrain, tandis que l'attaquant de pointe se place le plus possible en profondeur. Dès que celui-ci reçoit le ballon, trois possibilités s'offrent à lui :

- entreprendre une action individuelle (dribbler puis tirer au but par exemple) ;
- passer en retrait pour un joueur de deuxième ligne ou
- jouer en largeur pour un joueur de flanc.

Pour la construction de l'attaque, le joueur central 3 est l'acteur principal. Il reste un peu en retrait de ses partenaires

- pour diriger la manœuvre car c'est par lui que débute toute phase offensive une, fois le ballon récupéré (cf. distributeur au basket) ;
- pour faire le relais entre les équipiers ;
- pour réaliser la couverture en cas de perte de ballon.

3.2.2. QUAND ADOPTER LE SYSTÈME DE BASE ?

Il convient bien aux joueurs débutants (rapidement passer à un système plus offensif et plus dynamique). Il s'impose aussi lorsque l'adversaire est plus fort ou évolue en losange ou en T.

3.2.3. AVANTAGES

Chacun est responsable d'un poste à tenir et d'un rôle à exécuter.

En défense, ce système

- force l'adversaire à jouer latéralement (les angles de tir deviennent très faibles) et au-delà des 9 mètres ;
- réduit l'espace de jeu (passe plus difficile, interception plus facile, ...).

Par ailleurs, la contre-attaque peut être rapidement menée.

3.2.4. INCONVÉNIENTS

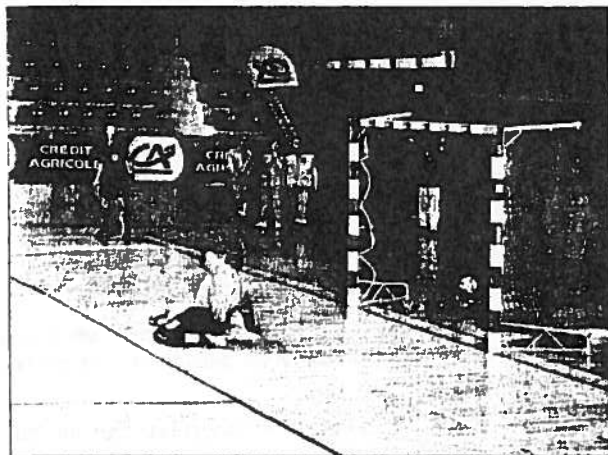
En attaque, les combinaisons de phase sont faibles. Un joueur se trouve en pointe et trois autres se retrouvent en retrait.

Le 1+3+1 est un système statique et stéréotypé. Chaque joueur a un rôle spécifique à assurer. Les possibilités de surprendre l'adversaire s'en trouvent réduites. Les déplacements sont facilement observables, ce qui facilite le travail de la défense adverse.

En défense, le doute en matière de marquage peut s'installer lorsqu'un attaquant se positionne entre deux zones.

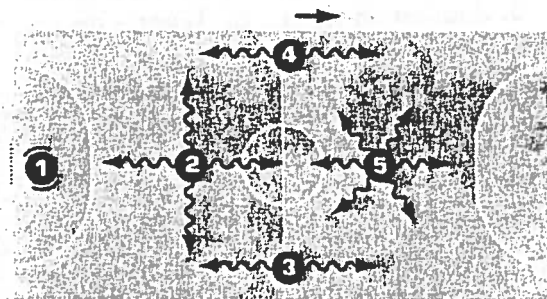
3.2.5. CONCLUSION

Le système de base est un système qui favorise le jeu défensif. En évoluant de cette manière, sans permutations, avec peu de diversité des actions, ... les chances de prendre l'avantage sur l'adversaire sont réduites.



3.3. LE SYSTÈME EN LOSANGE OU 1+1+2+1

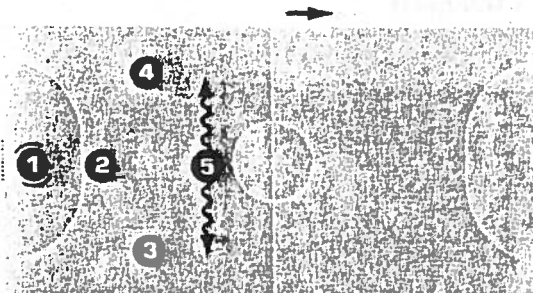
1. Gardien de but
2. Pivot défensif
3. Demi droit
4. Demi gauche
5. Pivot offensif



3.3.1. PRINCIPES GÉNÉRAUX

EN DÉFENSE

Placement défensif (1+1+2+1)

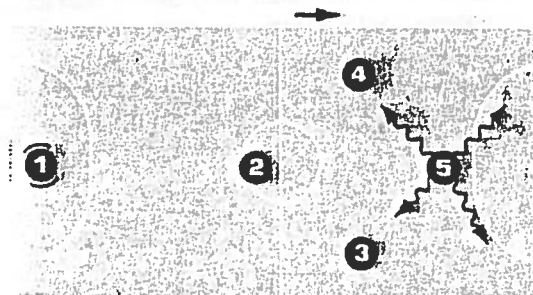


Elle est très semblable à la précédente.

- Marquage de zone pour les joueurs de la ligne arrière ;
- le 5 joue le *pressing* sur le possesseur du ballon ;
- le 3 assure la - couverture du ballon en cas de perte de balle lors de la construction offensive ou en cas d'interception sur la contre-attaque adverse ; - la couverture du 2 et du 4 ; - marquage individuel sur l'attaquant central et contraint l'adversaire à jouer par les ailes.

EN ATTAQUE

Placement en attaque (1+1+2+1)



- Le joueur central 3 est toujours l'élément moteur du jeu. C'est par lui que débute la construction de l'attaque (il oriente le jeu).

- Les demis se trouvant en position plus avancée (importance du démarquage), ils peuvent plus facilement combiner avec l'attaquant de pointe et se retrouvent aussi plus près du but.
- Le joueur en pointe se démarque en profondeur, sur la ligne de fond, en retrait, joue la contre-attaque,...

3.3.2. AVANTAGES

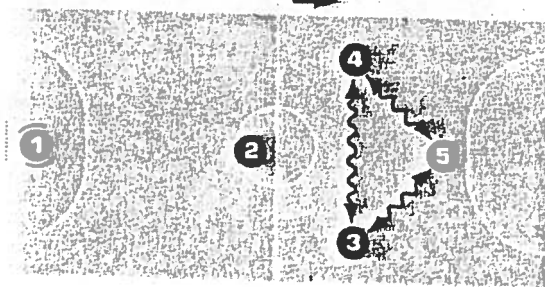
- En défense, on n'attend plus l'adversaire passivement près de son but. Les défenseurs ont un rôle supplémentaire à jouer : l'interception ! La défense a donc pour objectifs de
 - défendre son but et
 - récupérer activement le ballon.
- En attaque, la position plus avancée des joueurs latéraux accroît les possibilités de marquer des buts.

3.3.3. INCONVÉNIENTS

Comme pour tous les systèmes dont le jeu est organisé autour d'un patron, la responsabilité, les qualités de décision et de créativité des autres joueurs sont sousévaluées.

3.3.4. ÉVOLUTION DU SYSTÈME

Permutation en attaque (1+1+2+1)



Très vite, une équipe doit se donner des nouvelles possibilités pour marquer des buts, car la défense adverse s'adapte facilement à un système statique. La permutation entre les partenaires offre une alternative déroutante pour l'adversaire.

Tout en gardant un homme en couverture (sécurité), le jeu devient plus vivant, plus dynamique, donc plus complexe à défendre.

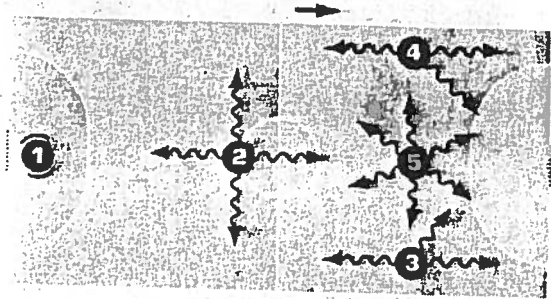
Cela demande de la part des joueurs concernés une parfaite entente, une bonne compréhension du jeu, beaucoup d'entraînement...

3.3.5. CONCLUSION

Nous pouvons considérer ce système comme la version offensive du 1+3+1. En jouant avec des joueurs plus agressifs, en favorisant leur permutation, le jeu devient nettement plus efficace.

3.4. LE SYSTÈME EN T OU 1 + 1 + 3

1. Gardien de but
2. Pivot défensif
3. Ailier droit
4. Ailier gauche
5. Pivot offensif

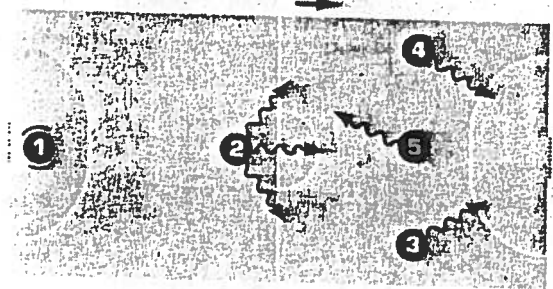


3.4.1. PRINCIPES GÉNÉRAUX

Ce système est une variante des deux systèmes précédents. Considérons-le comme étant la version offensive du losange.

EN ATTAQUE

Couverture en attaque (T)



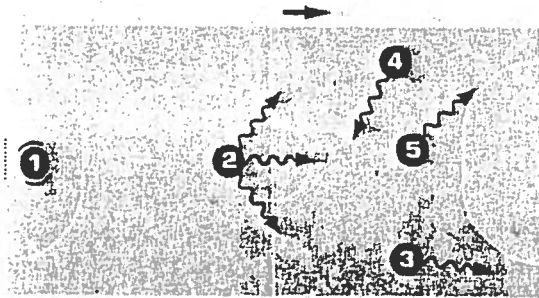
- Le 2 (joueur central) assure :
 - une couverture permanente et
 - la liaison entre partenaires (gardien et joueurs de champ).
- Le 5 (joueur de pointe) et les demis (le 3 et le 4) multiplient
 - les démarquages ;
 - les changements de position et
 - les permutations.

Quelques principes à respecter :

- varier les courses : les courses contraires, opposées de sens, troublent l'adversaire et facilitent la progression du ballon ;
- venir en retrait si un partenaire se démarque en profondeur ;
- écarter la défense si un équipier se rabat.

EN DÉFENSE

Ecartement de la défense (T)



- Couvrir l'adversaire (rôle du joueur central) ;
- revenir le plus vite possible en défense quand l'adversaire récupère le ballon ;
- essayer d'obtenir le plus vite possible le ballon (jouer le pressing).

3.4.2. QUAND JOUER EN T ?

- Quand l'adversaire joue en 1 + 3 + 1 ;
- quand il est nettement plus faible ;
- quand les joueurs possèdent tous une excellente condition physique.

3.4.3. AVANTAGES

Le principal avantage de ce système réside dans le fait qu'on favorise le jeu offensif.

3.4.4. INCONVÉNIENTS

L'équipe est déforcée en défense. Il faut être très rapide lors du retour défensif (en cas de perte de balle par exemple).

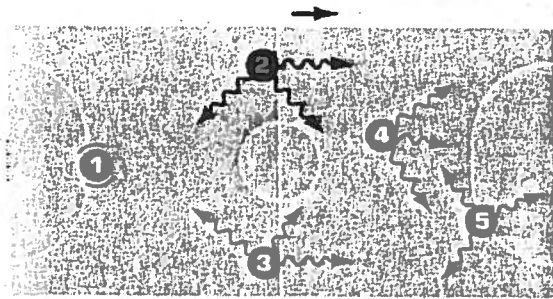
3.5.5. CONCLUSION

Le T est un système très offensif et favorise la mise sous pression de l'adversaire. Toutefois, s'il est logique de vouloir marquer des buts, il ne faut pas oublier que jouer au futsal c'est aussi défendre ses buts.



3.5. LE SYSTÈME DU Y RENVERSÉ OU 1 + 2 + 1 + 1

1. Gardien de but
2. } Arrières
3. }
4. } Pivots
5. }

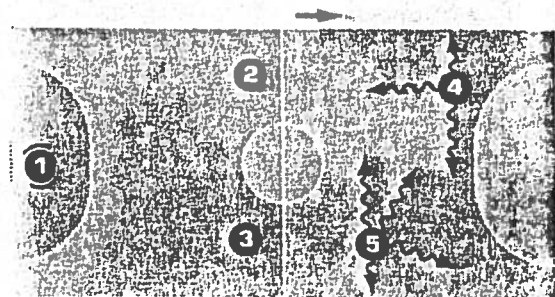


3.5.1. PRINCIPES GÉNÉRAUX

La différence essentielle avec les trois systèmes précédents est la disparition du joueur central. Il est remplacé par deux joueurs évoluant en retrait de deux Pivots.

EN ATTAQUE

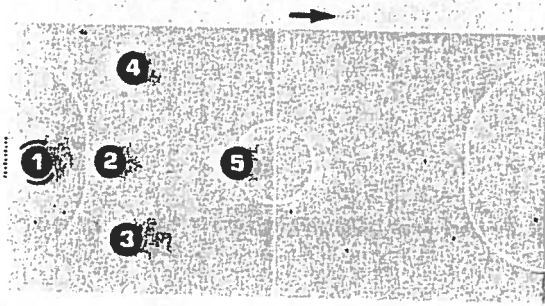
En attaque (Y renversé)



Au départ d'une action offensive, les deux pivots se trouvent au centre du terrain et gênent considérablement les défenseurs, obligés de quitter leur poste familier. Cependant, en vue de libérer le couloir central, les pivots ont comme rôle d'écartier la défense. En multipliant les démarquages vers les ailes, les croisements,... ils entraînent avec eux les défenseurs et désorganisent progressivement l'équipe adverse, qui laisse parfois derrière elle un passage libre au centre du terrain. De nouvelles possibilités s'offrent à l'attaque : le deuxième pivot ou un joueur de deuxième ligne peut se démarquer dans cet espace libéré, recevoir le ballon d'un partenaire et se présenter seul devant le gardien de but.

EN DÉFENSE

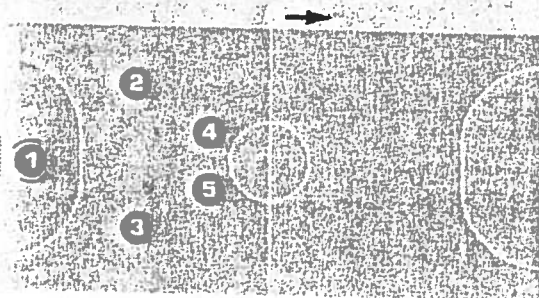
En défense (Y renversé)



Plusieurs manières d'organiser la défense sont envisageables :

- dès la perte du ballon, l'équipe revient très vite en arrière et joue le 1 + 3 + 1 ou le losange ;

En défense (Y renversé)



- ou bien, elle se regroupe en 1 + 2 + 2. Cela veut dire que les deux joueurs de la deuxième ligne (le 2 et le 3) reviennent en arrière (à peu près au niveau de la ligne des 9 mètres) et les deux pivots (le 4 et le 5) se placent devant eux.

Principes de ce système :

- flottement des joueurs avancés ;
- marquage des joueurs en retrait sur les attaquants latéraux adverses ;
- première couverture ;
- deuxième couverture.

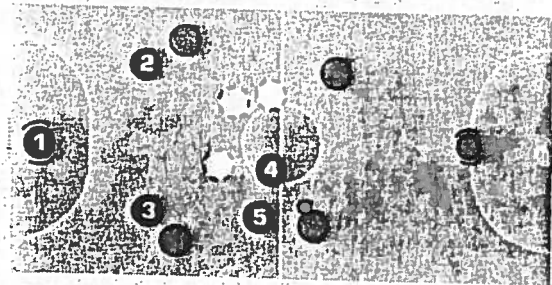
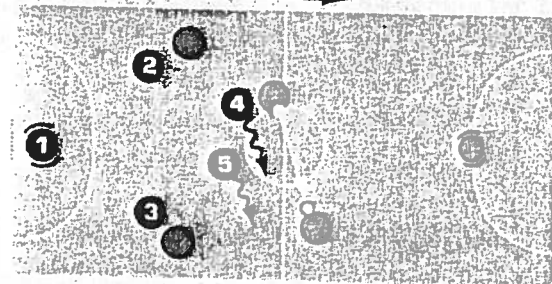
LE FLOTTEMENT DES PIVOTS

Le 4 et le 5 se trouvent devant les deux autres partenaires. Ils jouent l'un à côté de l'autre et se tiennent de très près. De cette manière, ils empêchent la passe par le centre vers un éventuel pivot et le tir au but, et obligent donc l'adversaire à jouer latéralement.

Rôle :

- gêner l'attaque adverse et
- éviter la progression du ballon par le centre. Action : les pivots doivent ensemble se déplacer latéralement en fonction du mouvement du ballon et du porteur du ballon.

Défense : flottement des pivots



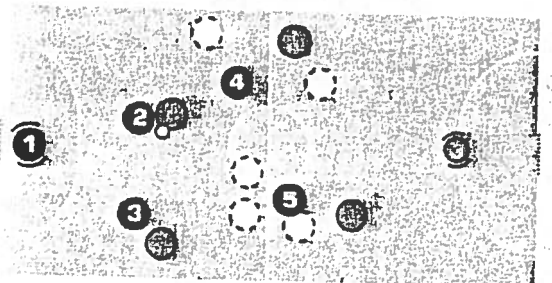
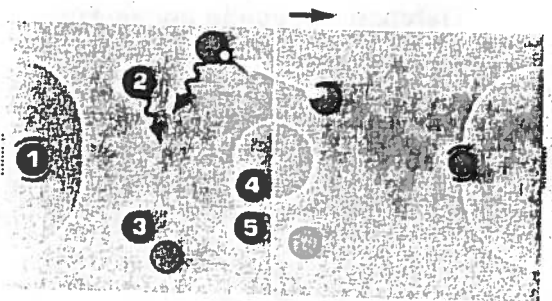
MARQUAGE SUR LES ATTAQUANTS DE POINTE

Les joueurs 2 et 3 surveillent et réalisent un marquage individuel de zone sur l'adversaire direct. Plus on se rapproche des buts et plus le marquage sera sévère. Théoriquement, ces deux défenseurs peuvent jouer un peu plus écarté, le 4 et le 5 empêchent toutes possibilités d'attaque par le centre.

Rôle :

- marquage de l'attaquant quand il possède le ballon,
- contrôle de la position, appel de l'adversaire direct (celui qui se trouve dans sa zone à défendre).

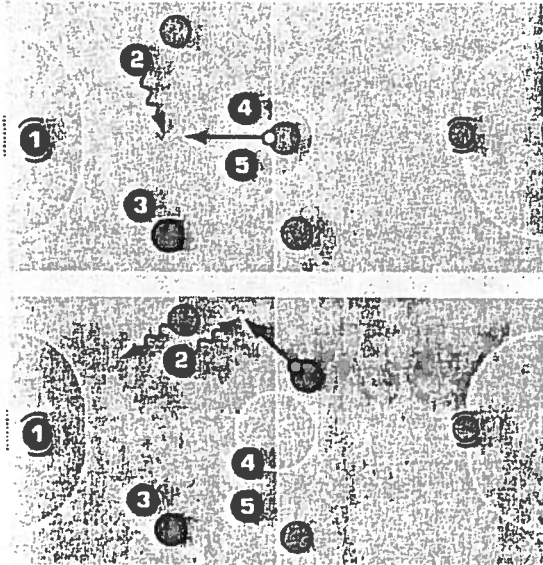
Défense : marquage des attaquants



PREMIÈRE COUVERTURE

Il se peut qu'en cours de match l'adversaire arrive à passer par le centre ou par une aile (passe en dribble). Si le 4 est dépassé, le partenaire situé derrière lui doit prendre en charge l'adversaire qui est parvenu à passer. C'est le principe de la couverture.

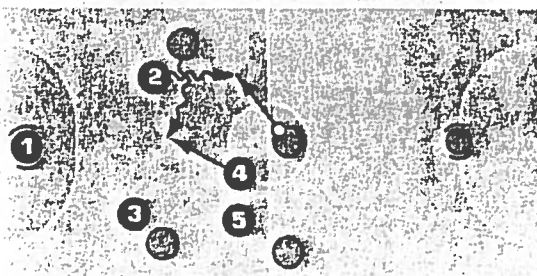
Défense : première couverture



DEUXIÈME COUVERTURE

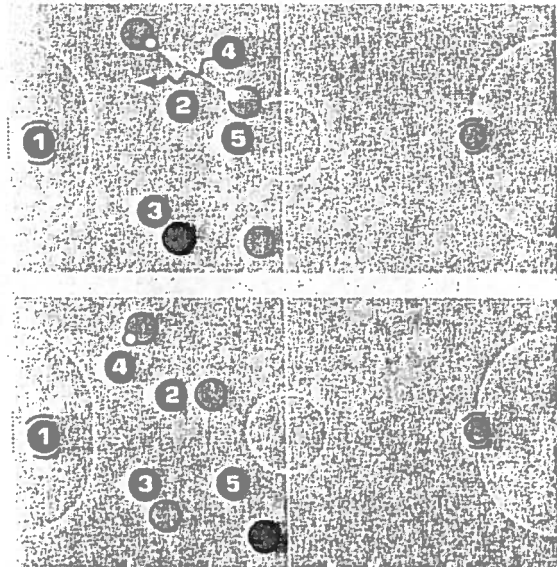
En appliquant le principe de la couverture, on s'aperçoit qu'il existe une difficulté à surmonter. Si aucune solution n'est prévue, l'adversaire se trouvera aussitôt en supériorité numérique en attaque. Si l'attaque s'opère par le centre, il y a un adversaire totalement démarqué sur une aile. Si l'offensive est menée sur une aile, l'attaquant qui s'y trouve se démarque au centre et se retrouve isolé.

Défense : seconde couverture

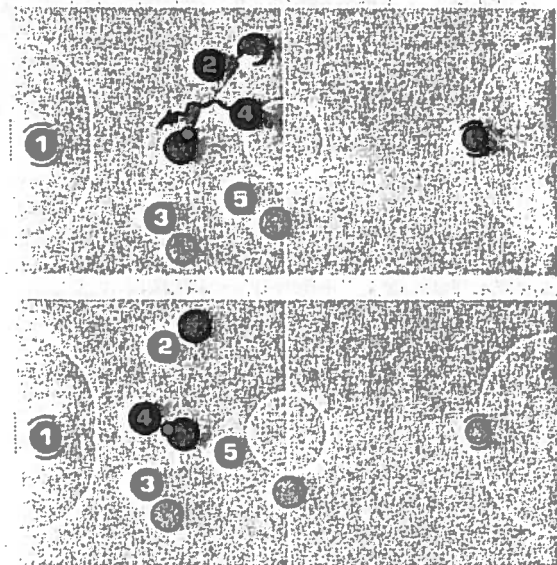


La solution est la suivante : tandis que le partenaire réalise la couverture, le défenseur passe le 4 et, sans faire attention au ballon, vient directement en retrait pour marquer l'attaquant esseulé.

Défense : principes de couverture



Défense : principes de couverture



3.5.2. AVANTAGES

- En attaque, les possibilités de marquer des buts augmentent encore grâce aux mouvements continuels entre les deux pivots et au soutien permanent de deux joueurs (tir de deuxième ligne) ;
- en défense tout joueur du champ peut assurer une couverture. Appliqué sans hésitation, c'est un système très efficace pour contrer les mouvements offensifs. Tous les attaquants sont surveillés de près et leurs déplacements étroitement contrôlés.

3.5.3. INCONVÉNIENTS

Le problème essentiel de ce système provient de la double couverture. Souvent, il y a un court moment où un attaquant se trouve démarqué. Pour diminuer le risque de cette supériorité numérique et augmenter l'efficacité de la défense, une solution se présente : l'entraînement spécifique par la simulation de situations semblables.

3.5.4. CONCLUSION

La différence fondamentale avec les systèmes déjà rencontrés est la disparition du joueur central (*libero*). Ce système s'inspire d'une nouvelle conception de jouer en défense. Le jeu évolue, il devient plus varié, moins figé, plus efficace.



3.6. LE SYSTÈME EN CARRÉ OU 1 + 2 + 2

C'est le système le plus classique et le meilleur au niveau de l'occupation rationnelle du terrain. Le carré peut être appliqué sous deux aspects : forme de base ou forme plus évoluée.

3.6.1. FORME DE BASE

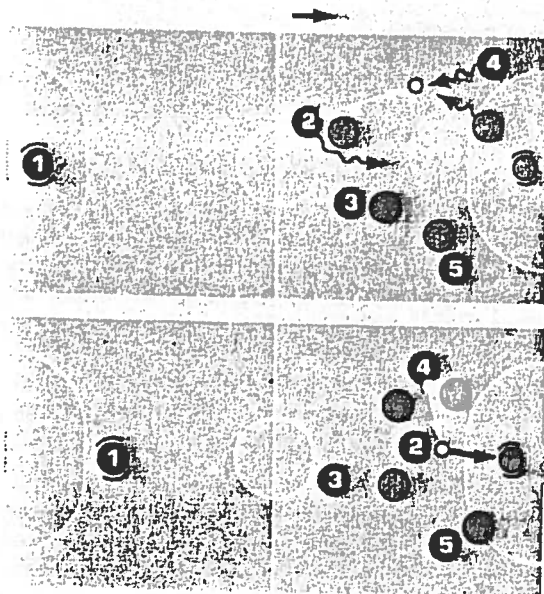
Réalisé sous sa forme de base, nous retrouvons le niveau où chaque individu est défini selon sa position et son rôle qu'il assume en fonction du jeu. On retrouve un gardien de but, devant lui deux joueurs et en position plus avancée les deux derniers partenaires.

Comme pour le 1 + 3 + 1, cette tactique reste assez figée. Chaque joueur a un rôle spécifique à jouer en attaque et en défense. Chacun est donc responsable d'une zone bien déterminée : sans permutation. Toutefois, il faut rapidement passer à une forme plus dynamique si l'on veut jouer un futsal évolutif, spectaculaire... (cf. formes plus évoluées).

EN ATTAQUE

Si l'on aère le jeu, l'on peut alors essayer de mettre à profit les éventuels espaces libres et couloirs ouverts au centre du terrain. Les deux avants de pointe doivent parvenir à se placer près de la ligne de fond. À partir de cette position, ils procèdent à des actions individuelles (démarquages, mobilisation de l'adversaire, appels de balle, dribbles, ...) ou collectives (passe en deuxième ligne, 1-2, ...).

Attaque : Par le centre



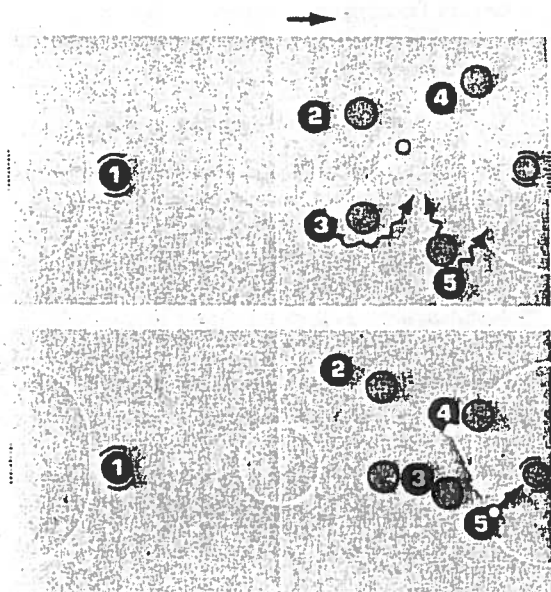
Le 4 appelle le ballon et le reçoit du 2.

Le 2 profite du couloir central laissé libre par les deux défenseurs et plonge dedans. Il reçoit la balle de 4

(déviations, 1-2, ...) et se retrouve seul face au but. Il place le ballon et marque !

Le 3 exécute la couverture au milieu.

Attaque : Par le centre



Le 3 fait une passe au 4 et contourne son défenseur direct. Le 2 réalise la couverture au centre. Le 5 fait un appel de balle au centre, profitant que son adversaire direct applique la couverture sur le 3.

Le 4 a donc plusieurs possibilités : faire un 1-2 avec celui qui lui passe la balle (3) ; passer en retrait au 2 ; passer à l'autre attaquant (5) ; dribbler et tirer au but (des feintes de corps et de tir).

EN DÉFENSE

Nous pouvons appliquer ici les principes présentés pour le deuxième système défensif du Y renversé.

3.6.2. FORMES PLUS ÉVOLUÉES

Le futsal évolue. Le carré appliqué sous sa forme de base de manière stricte est devenu trop peu efficace pour une équipe ambitieuse. Tous les joueurs sont maintenant susceptibles de jouer à n'importe quelle place. Si on veut améliorer le rendement de l'équipe (et du carré), les quatre joueurs du champ doivent être capables de changer continuellement de position et de remplir n'importe quelle fonction. Il n'y a plus de poste ni de rôle fixé une fois pour toutes.

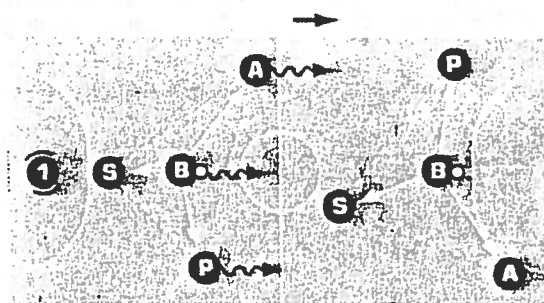
Cette nouvelle conception exige de la part des joueurs une excellente condition physique, une parfaite entente entre partenaires et une compréhension totale de l'évolution du jeu. Bien réalisé, il est presque impossible à l'adversaire d'effectuer un marquage individuel strict ; il perd ainsi peu à peu sa concentration et le contrôle de son organisation défensive. Les attaquants sont à tout moment en position avantageuse.

Dans ce schéma tactique, la technique de la passe et le jeu continu sont déterminants. Le gardien fait partie intégrante de l'équipe : il doit s'attendre aux passes en

retrait, il s'avance dans le jeu pour réaliser le soutien ou le relais entre ses partenaires (principe du triangle) et est ainsi directement intéressé par l'offensive.

PRINCIPE DU TRIANGLE

Attaque : Principe du triangle



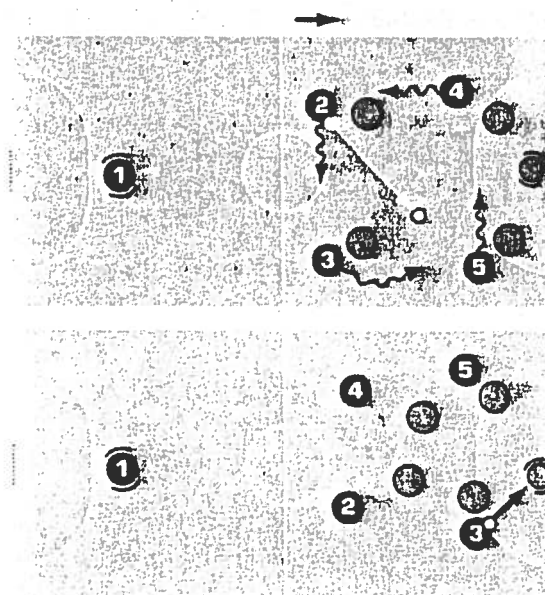
A : joueur en Appui S : Joueur en Soutien
B : Porteur du Ballon P : Joueur Partenaire

Puisque tout joueur peut occuper n'importe quelle position dans le jeu, il est impossible d'imposer l'étiquette d'avant ou d'arrière. Tout le monde est attaquant et défenseur. On peut tout au plus qualifier un joueur lorsqu'il se trouve à telle place, à tel moment du jeu. Étant sans cesse en mouvement, il est évident que chacun est obligé d'occuper la place du partenaire qui l'a laissée libre : c'est la **permutation constante**.

Nous distinguons trois types de permutations : circulaires, en tiroir et croisées.

EXEMPLE DE PERMUTATION CIRCULAIRE

Attaque : permutation circulaire

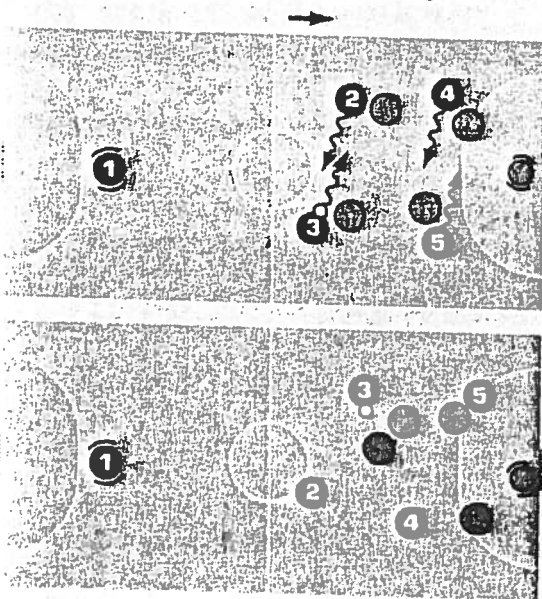


Le 2 dribble avec le ballon et le passe au 3. Le 5 se rabat vers le centre. Le 3 s'engage sur l'aile droite et reçoit le ballon du 2. Le 2 vient occuper le centre en position de couverture. Le 4 se place en retrait pour utiliser un maximum de terrain.

EXEMPLES DE PERMUTATION EN TIROIR

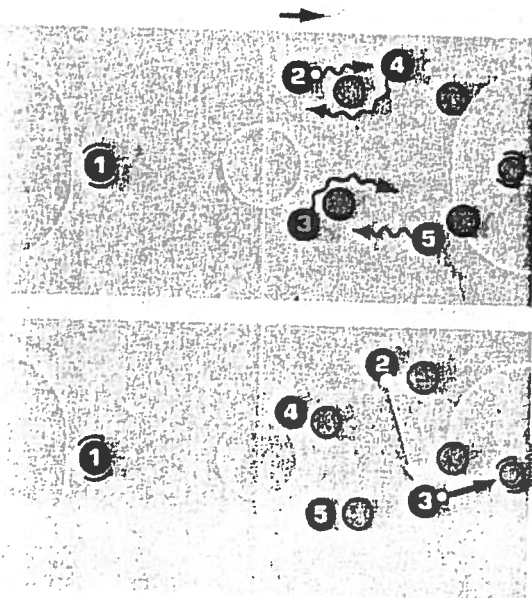
- Tiroir en largeur = permutation entre 2 et 3 ou entre 4 et 5.

Permutation tiroir en largeur



- Tiroir en profondeur = permutation entre 2 et 4 ou entre 3 et 5.

Permutation tiroir en profondeur

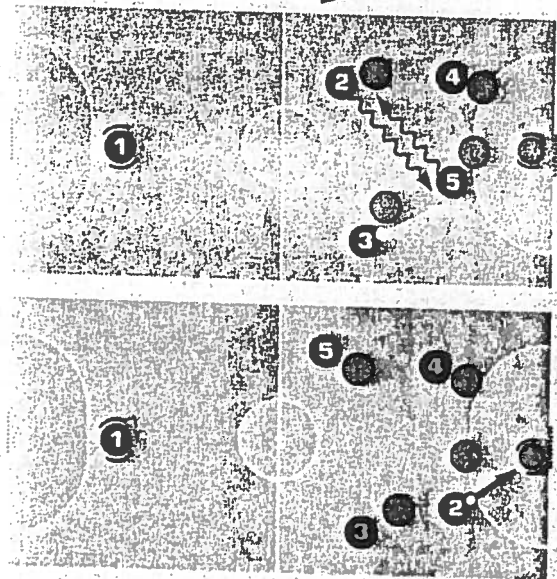


EXEMPLE DE PERMUTATION CROISÉE

Permutation entre 2 et 5 ou entre 3 et 4.

L'idéal consiste à combiner permutations, croisements, rotations entre les partenaires. De cette façon, la défense adverse ne sait plus où donner de la tête et se désorganise progressivement.

Permutation croisée



3.6.3. AVANTAGES

- Le carré rend à chacun responsabilité et initiative.
- Il favorise le côté spectaculaire du jeu (déplacements sans ballon, croisements, permutations).
- Le carré fait appel à l'intelligence et la créativité des joueurs.

3.6.4. INCONVÉNIENTS

- La mise au point est difficile, car elle repose essentiellement sur la compréhension des partenaires.
- Il faut être capable de jouer à toutes les places (excellente condition physique et qualités techniques irréprochables).

3.6.5. CONCLUSION

C'est sous cette dernière forme que le futsal doit se tourner pour trouver sa propre identité. La notion de jeu total prend ici tout son sens. Tout le monde attaque et tout le monde défend en même temps, le jeu se diversifie, il y a place pour la créativité... Les chances d'être supérieur à l'adversaire augmentent encore.

SOURCES DE CITATIONS

1. **ARDOUIN, J.-P. et DESJARDINS, J.**, Foot à 5 en salle, *Revue E.P.S.*, no 205, 1987.
2. **AUGUSTYNIAK, R.**, La Cage aux Fous, *Revue Mini-foot*, no 14, 1986.
3. **AZEVEDO, J.**, *Futebol de Salao*, São Paulo, Santos Marcondes Grafica, Editora Lida, 1979.
4. **BAILLEUX, J.-P.**, *Le mini-football*, Mémoire inédit, IEP, UCL, 1978.
5. **BASSLEER, A.**, *Le futsal. Le football à l'école*, Bruxelles, Éditions de l'INEPS. **BATTY, E.**, *Football : entraînement à l'européenne*, Paris, Éditions Vigot, 1981.
6. **BENEDEK, E.**, *Le duel*, Brakel, Éditions Broodcoorens Michel, 1984.
BISANZ, G. et GERISH, G., *Mini-Fussball*, Berlin, Bartels & Wemitz, 1979.
7. **CHARLIER, R.**, *Mini-foot. Futsal, s.l., s.d.* (Pour la promotion du mini-foot au Collège St-Barthélémy à Liège).
8. **DEHAVANNE, N.**, *Sports Collectifs et Éducation physique*, Paris, Édition Vigot, 1985.
ELLIOT, R.W., *Five-a-side Foot*, East Ardsley, E.P. Publishing, 1977.
ELLIOT, R.W., *Five-a-side Foot*, Kent, Midas Books, 1973.
9. **Fédération française de Football**, *Football à 5*, *Revue EPS.*, no 192, 1985.
10. **GAAL, E.**, *Mini-voetbal. Zaalvoetbal*, De Pinte, Die Keure, 1968.
11. **GAREL, F.**, *Football*, Paris, Éditions Amphora, 1969.
GAREL, F., *La Préparation du footballeur*, Paris, Éditions Amphora, 1974.
12. **GÉRARD, Ph., MARIQUE, Th. et VANDERSMISSEN, P.**, *Sports collectifs : éléments de base : 2 e partie*, Cours destiné aux étudiants de 2 e Candidature E.P., Louvain-la-Neuve, IEP, Année académique 1987-1988.
13. **GÉRARD, Ph., MARIQUE, Th. et VANDERSMISSEN, P.**, *Sports collectifs : méthodologies spécifiques*, Cours destiné aux étudiants de la Licence E.P., Louvain-la-Neuve, IEP, Année académique 1986-1987.
14. **GIRAUD, P.**, Initiation au foot : le jeu à sept, *Revue E.P.S.*, no 125, 1974.
15. **HERBIN, R. et RETHACKER, J.-Ph.**, *Football*, Paris, Éditions Robert Laffont, 1976.
16. **HOEK, J.**, *Zaalvoetbal, Sport van de Toekomst*, Haarlem, Vrieseborgh, 1979. **JONGERDEN, G.**, *Zaalvoetbal*, Amsterdam, Duwaer & Zonen, s.d.
17. **MAHLO, Fr.**, *L'acte tactique en jeu*, Paris, Vigot Frères Éditeurs, 1969.
18. **MERCIER, J. et CROS, Y.**, *Football et entraînement* (Carnets techniques no' 1, 2, 4 et 5), Paris-Évian, Les Impressions du Val d'Osne, 1972-1974.
19. **MERCIER, J.**, *Football : au carrefour des méthodes*, Paris, Éditions Revue E.P.S., 1981.
MERCIER, J., *Attaquer, se démarquer, jouer avec et sans ballon*, *Revue E.P.S.*, n° 94, 1968.
20. **MERCIER, J.**, *Conseils pratiques à travers le jeu à 5 et le jeu à 7*, *Revue E.P.S.*, n° 102, 1970.
21. **TEISSIÉ, J.**, *Le football* (2nd édition), Paris, Vigot Frères Éditeurs, 1969.
22. **TEUNISSEN, E.**, *Zaalvoetbal*, Bearn, Tirion Sport, 1988.
23. **THISSEN, G.**, *Fussball in der Halle (1)*, *Fussball Training*, no 1, 1985.
THISSEN, G., *Fussball in der Halle (2)*, *Fussball Training*, n° 2, 1985.
24. **VAN HIMST, P.**, *Le football*, Bruxelles-Anvers, Éditions Érasme, 1985.
25. **REVUES MINI-FOOT** de 1978 à 1988.

THE UNIVERSITY OF CHICAGO



THE UNIVERSITY OF CHICAGO
DIVISION OF THE PHYSICAL SCIENCES

DEPARTMENT OF CHEMISTRY
5408 SOUTH DIVISION STREET
CHICAGO, ILLINOIS 60637

RECEIVED
JAN 15 1964

FROM: [Faint text]

TO: [Faint text]

RE: [Faint text]

[Faint text]

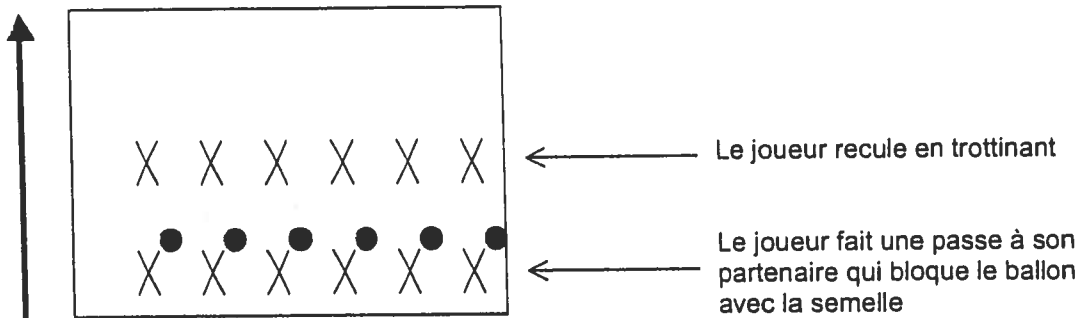
[Faint text]



EXERCICES - SITUATIONS EN FUTSAL

❑ Situation 1 (échauffement) : 1 ballon pour 2

Thème : Contrôle - Passe



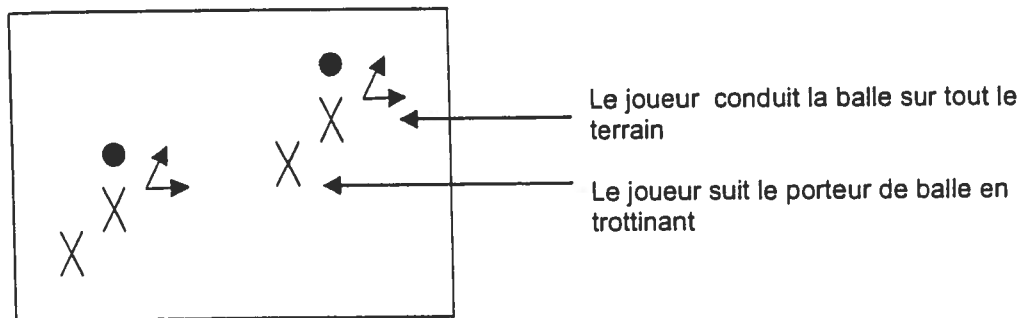
Organisation : Changement de rôle sur le retour (largeur de terrain)

But pour les joueurs : Réaliser 5 aller/retour le plus rapidement possible

Variantes : passe uniquement pied droit, passe uniquement pied gauche, le porteur de balle conduit le ballon pendant que son partenaire recule (recul frein)...

❑ Situation 2 (échauffement) : 1 ballon pour 2

Thème : Conduite de balle



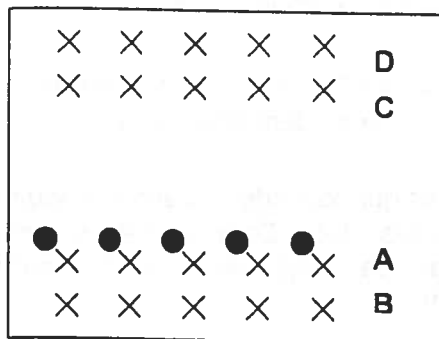
Organisation : Au signal, le porteur de balle bloque le ballon avec la semelle et le partenaire passe devant avec le ballon (changement de rôle). Au signal il est possible de demander au joueur d'arrêter le ballon avec la semelle.

But pour le joueur : S'arrêter le plus rapidement possible. Lorsque le joueur accélère il doit semer son partenaire par des changements de directions....

Variantes : accélérer au signal, conduite pied droit, conduite pied gauche, 1 contre 1 (protection du ballon), réduire la taille du terrain (1/2 terrain – 1/4 terrain)...

□ **Situation 3 (échauffement) : 1 ballon pour 4**

Thème : Contrôle – passe



Exercice 1 : Le joueur **A** qui possède le ballon passe à **C**. **A** se replace en course arrière dynamique derrière **B**. **C** contrôle le ballon de la semelle et fait une passe à **B** qui se trouve désormais devant **A**...

But pour les joueurs : Réaliser 20 passes le plus rapidement possible.

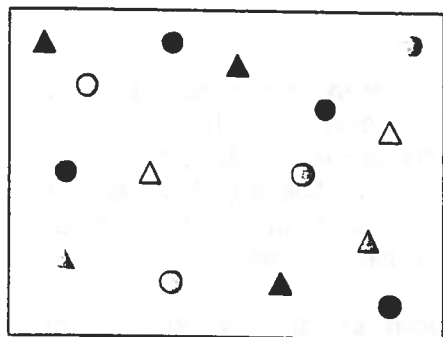
Variantes : il est possible de varier la distance entre **A** et **C** pour transformer l'exercice. Si **A** proche de **C** (3 à 4 mètres) il est possible de demander aux joueurs de remettre en une touche de balle ou de faire contrôle semelle + passe courte de la pointe. Si **A** et **C** sont plus éloignés (10 à 12 mètres) privilégier la passe de l'intérieur du pied.

En gardant la même organisation il est possible de demander à **A** de faire la passe à **C** et de suivre son ballon (passe et va) . **A** devra se replacer derrière **D**. Insister sur la qualité du contrôle (vers l'avant) qui conditionne très largement la qualité de la passe.

Remarque : pour permettre au joueur qui a réalisé la passe de se replacer vous devez privilégier les passes sur la quasi-totalité de la largeur du gymnase (environ 15 mètres).

□ **Situation 4 (échauffement) : 1 ballon par joueur**

Thème : Conduite de balle



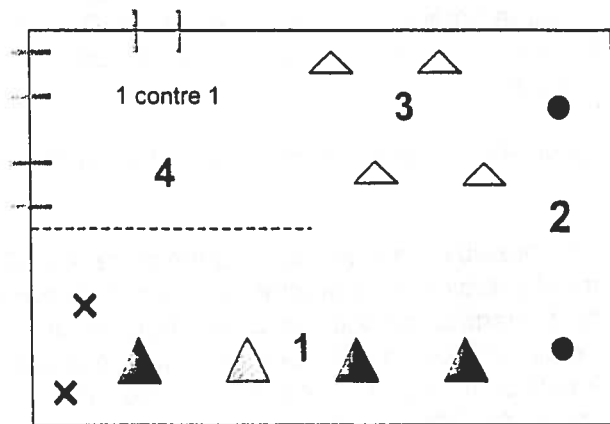
Disposer des plots et des assiettes de couleurs différentes dans tout le gymnase (égal au nombre de joueurs du groupe). Les joueurs doivent trotter avec le ballon dans tout le gymnase en évitant les plots et les partenaires (consigne : lever la tête).

Au signal le joueur pourra :

- Arrêter son ballon à la hauteur d'un plot ou d'une assiette (objectif : bloquer le ballon avec la semelle le plus rapidement possible à hauteur d'un plot).
- Faire un tour complet d'un plot ou d'une assiette et rejoindre un autre plot.
- Faire un tour complet d'un plot ou d'une assiette et rejoindre un autre plot d'une autre couleur (ceci pour obliger les joueurs à lever la tête).
- Arrêter le ballon à un plot au 1^{er} signal et continuer en trotinant sans ballon. Au 2^{ème} signal reprendre un autre ballon. Il est possible de terminer l'exercice en retirant un ballon à chaque fois entre le 1^{er} et le 2^{ème} signal. Le joueur qui ne récupère pas le ballon est éliminé !

❑ **Situation 5 (échauffement) : Parcours (1 ballon pour 2)**

Thème : conduite de balle, passes, repli défensif...



1. Par 2, passes entre les plots

2. Un joueur conduit la balle et son partenaire recule en trottinant (idem situation 1)

3. Le joueur qui possède le ballon conduit la balle entre les plots. Dans le même temps l'autre joueur se dirige vers le 4^{ème} exercice en trottinant.

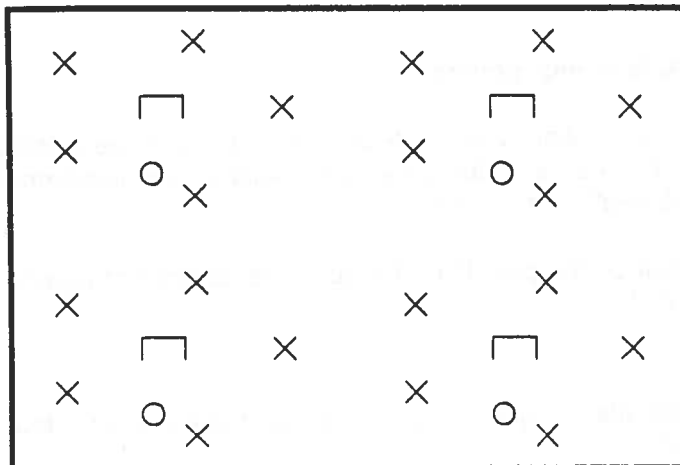
4. Le porteur de balle doit marquer dans la cible de son choix (1 contre 1)
Chaque joueur compte le nombre de buts qu'il a marqué.

Organisation : Les binômes doivent partir lorsque les autres joueurs sont à hauteur du plot hachuré.
Exercice n°4 : les joueurs se replacent au départ si le porteur a tiré au but, si le défenseur a récupéré le ballon, si le ballon sort de l'aire de jeu.

Important : Veiller à ce que les élèves changent de rôle lors de chaque passage (exercice 2, 3, 4)

❑ **Situation 6 (échauffement) : 4 ballons**

Thème : Contrôles – passes (taureau)



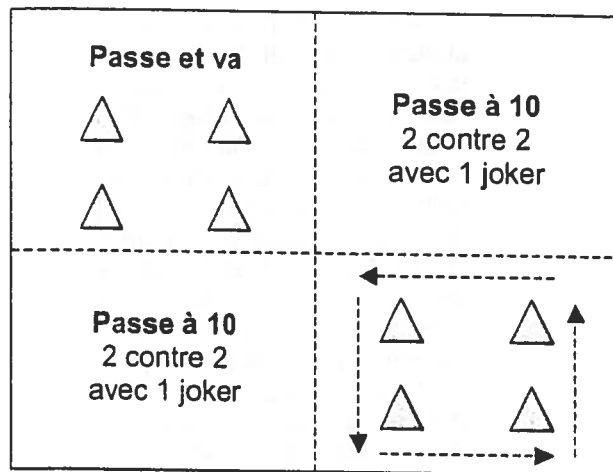
Organisation : 4 groupes de 6 (dont un défenseur) avec 1 ballon.
Contrôle obligatoire. Lorsque le défenseur touche le ballon c'est celui qui a réalisé la mauvaise passe qui se retrouve défenseur.

But pour les joueurs : Réaliser un maximum de passes sans se faire intercepter. Le joueur qui est allé le moins souvent au milieu en position de défenseur a gagné.

Variantes : Mettre 2 défenseurs, permettre le jeu en 1 touche de balle...

❑ **Situation 7 : 4 ballons**

Thème : contrôle – passes.



But pour les joueurs :

En passe à 10 l'équipe marque 1 point lorsqu'elle réalise 5 passes et 3 points lorsqu'elle réalise 10 passes.

En passe et va : réaliser un maximum de tours en un temps donné.

Passe à 10 : Passe à 10 dans un ¼ de terrain avec 1 joker (c'est-à-dire un joueur qui est toujours avec l'équipe qui attaque)

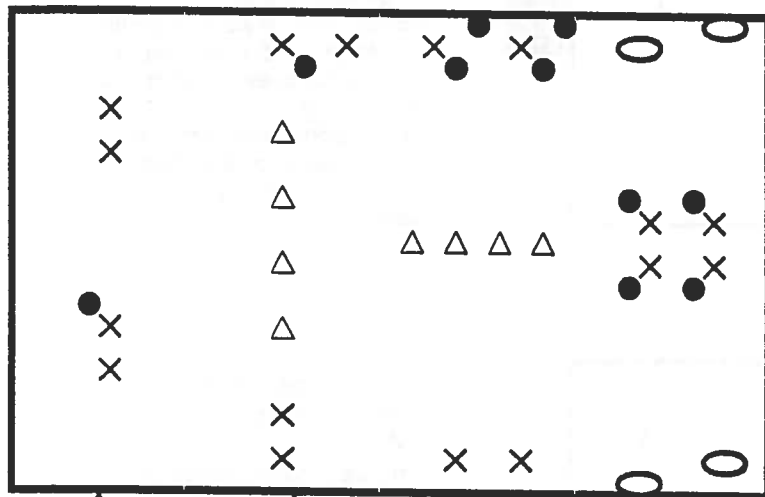
Consignes : proposer des solutions (créer une ligne de passe entre moi et le porteur), être à distance de passe...

Passe et va : Passe et va (5 joueurs). Un joueur à chaque plot et deux joueurs sur l'un d'entre eux. Le binôme doit avoir un ballon. Le joueur qui possède le ballon fait une passe au partenaire qui se trouve en face de lui puis prend sa place en trotinant...idem pour le suivant...

Variantes : Faire le même exercice en conduite de balle, faire un jeu entre les 2 groupes (maximum de tours pendant un temps donné)

❑ **Situation 8 (travail technique par atelier) :** environ 8 ballons

Thème : contrôle – passe – tir



Chaque groupe passe sur chaque atelier

4 minutes par atelier

But pour les joueurs :

Atelier 1 : réaliser un maximum de passes en 3 minutes.

Atelier 2 : Réaliser un maximum de passages en 3 minutes.

Atelier 3 : Faire tomber un maximum de quilles.

Atelier 4 : Marquer un maximum de points dans les cerceaux.

Idem situation 3 (échauffement)

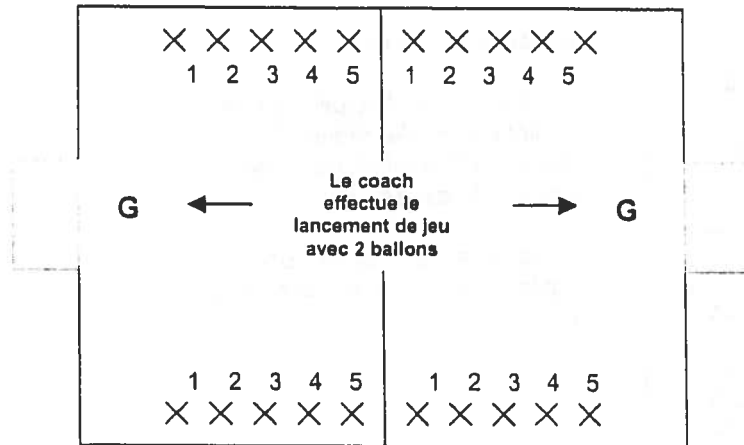
Slalom relais entre les plots

Faire tomber les quilles (plots) passe au sol forte. 4 tirs par équipe de 2 (match entre les 2 équipes)

Tir dans cerceaux à mi-hauteur (en protégeant éventuellement avec des tapis de gym – cercle à la craie).

❑ **Situation 9 (jeu du Béret) : 4 ballons**

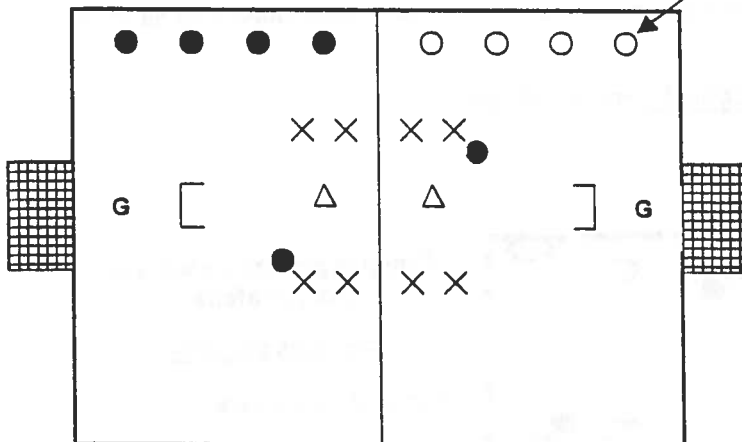
Situation de 1 contre 1, de 2 contre 2 ou de 3 contre 3.



Former 4 équipes (5 ou 6 joueurs). Attribuer des numéros aux joueurs. Les joueurs s'assoient sur les côtés et à l'appel de leur numéro ils doivent prendre possession du ballon pour marquer. Il est possible d'appeler un ou deux élèves (1 contre 1 ou 2 contre 2 sur $\frac{1}{2}$ terrain). Lorsque les joueurs ont tirés au but ils se replacent et le coach appelle d'autres numéros.
Match entre les 2 équipes sur chaque moitié de terrain.

❑ **Situation 10 : 4 ballons**

Thème : Exploiter un surnombre (déséquilibre)
Situation de 2 contre 1

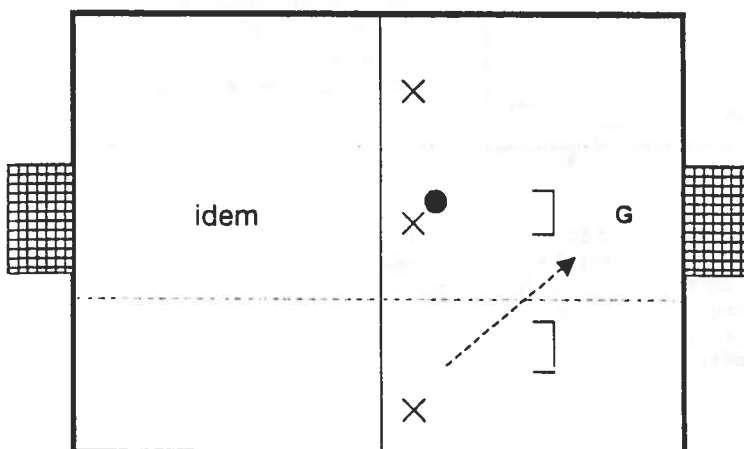


Le joueur qui a frappé au but revient en slalom sur le côté

Consignes :

- fixer le défenseur pour permettre à mon partenaire de se retrouver en situation favorable de tir (face au gardien) ou éliminer le défenseur puis frapper.
- Le groupe de 2 doit comptabiliser le nombre de tirs cadrés (1 point) et le nombre de buts marqués (2 points) sur 10 passages.
- Le défenseur doit se replacer dans la zone des 6 mètres avant que les attaquants partent.

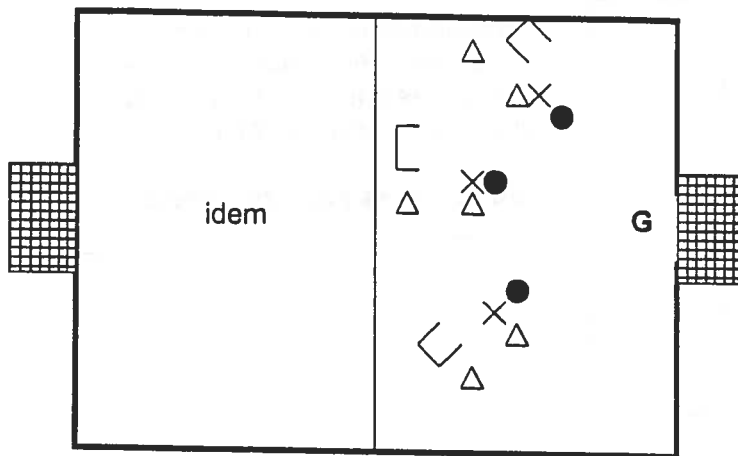
Situation de 3 contre 2



- Créer le déséquilibre par une transmission rapide du ballon
- Un joueur pourra se placer en position de pivot pour créer un point de fixation (type hand-ball). Se placer dans l'intervalle et créer la ligne de passe par mes déplacements.
- Organisation : 4 équipes de 3 par $\frac{1}{2}$ terrain.

❑ **Situation 11 : 6 ballons**

Thème : Etre plus efficace devant le but (shoot-out)



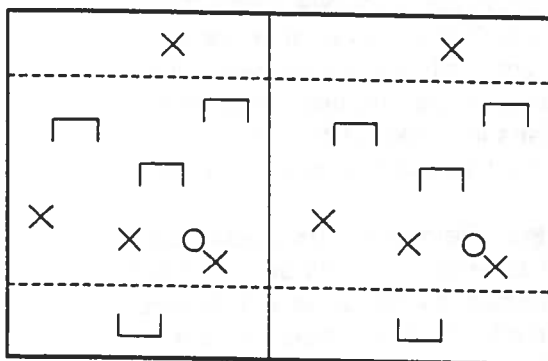
Objectif : Le joueur avec le ballon doit tenter de marquer. Le défenseur qui a un temps de retard part au moment où l'attaquant touche le ballon.

Chaque attaquant effectue 10 passages et comptabilise le nombre de buts marqués (passer à gauche, à droite, au centre)

Consignes : se décentrer du ballon pour prendre de l'information sur la position du gardien, tirer sur les côtés...

❑ **Situation 12 : 2 ballons**

Thème : Rechercher à joindre un partenaire en zone offensive (ballon capitaine)

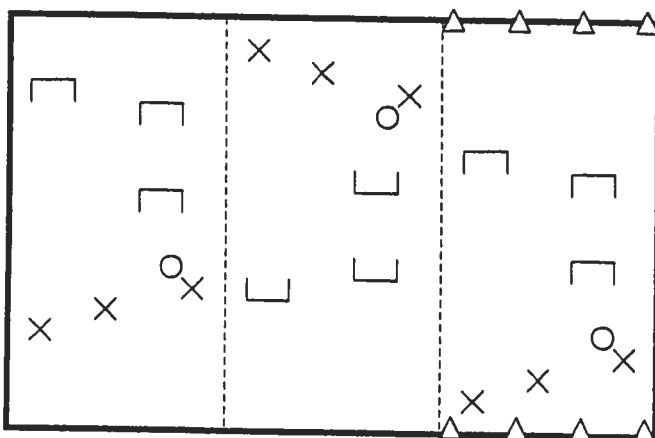


Organisation : 3 contre 3 sur 1/2 terrain + 1 partenaire en zone offensive. Il est possible de faire une zone au milieu du gymnase pour placer un appui. 1 arbitre sur chaque terrain.

But pour les joueurs : Transmettre le ballon à mon partenaire qui se trouve en zone offensive (2 points).

❑ **Situation 13 : 3 ballons**

Thème : Monter le ballon en zone adverse.



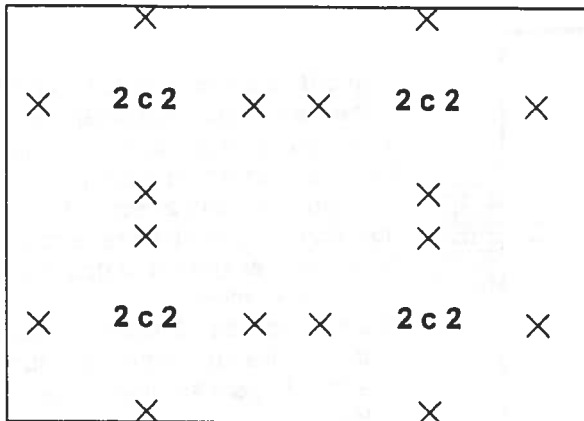
Organisation : 3 contre 3 sur 1/3 de terrain. 1 arbitre par terrain. Montante / Descendante.

Variantes (en fonction du niveau des élèves) :

- Stop-ball (arrêter le ballon sur la ligne adverse)
- 2 buts à attaquer et à défendre (augmenter ou réduire la taille des buts en fonction des scores)

❑ **Situation 14 : 4 ballons**

Thème : Jeu de conservation.

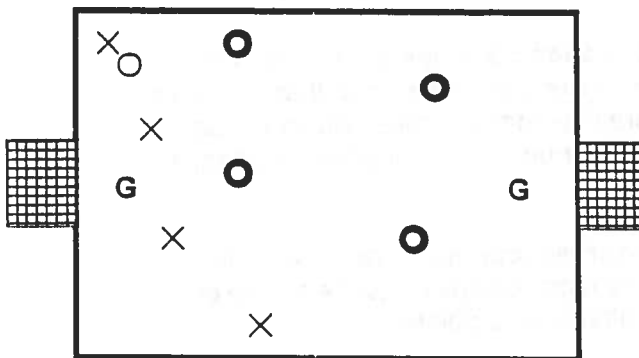


Organisation : 2 contre 2 sur $\frac{1}{4}$ de terrain avec 4 appuis sur les côtés. Les appuis ont 2 touches de balle. Au centre, jeu libre.

But pour les joueurs : Réaliser 10 passes.

❑ **Situation 15 : 4 ballons**

Jeu (supériorité numérique)

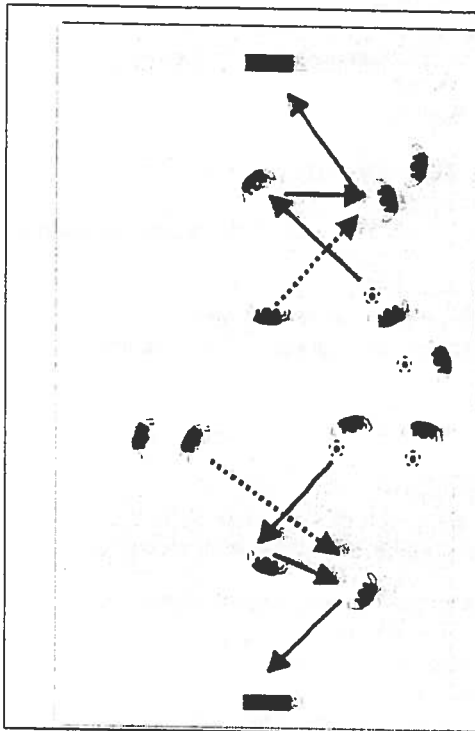


Organisation : En position défensive, 2 défenseurs dans chaque moitié de terrain. Les 2 joueurs qui défendent dans la zone adverse ne peuvent plus défendre une fois que les attaquants ont passés le milieu de terrain.

L'équipe attaque à 4 contre 2 (2 x de suite).

Variantes : Permettre aux joueurs qui sont en zone offensive de défendre sur tout le terrain, mettre un seul défenseur en zone offensive (4 contre 1 puis 4 contre 2)

EXERCICES VITESSE



OBJECTIF :

Donner rapidement et suivre

MATERIEL - ORGANISATION

1/2 Terrain

2 groupes par demi terrain

DEROULEMENT :

Les joueurs sont placés en triangle.

Le joueur du centre donne le ballon au joueur en appui qui remet sur le joueur externe et va au duel pour l'empêcher de tirer

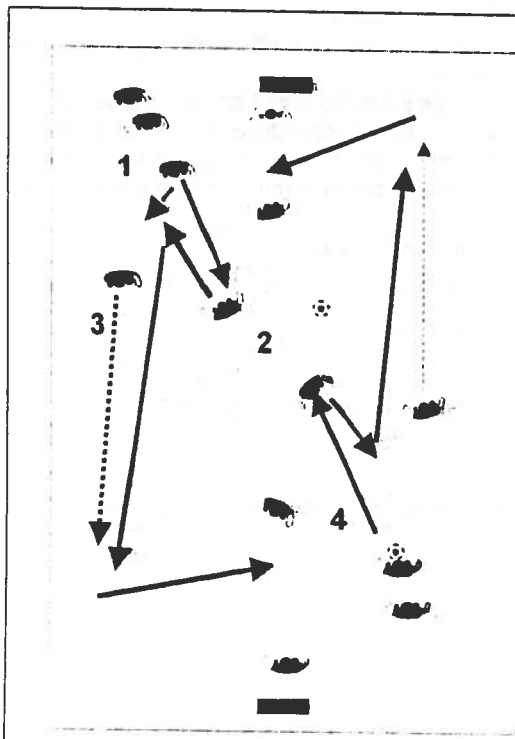
COACHING

Insister sur la rapidité d'exécution (vitesse de jeu) et la fluidité des habiletés (passe, frappe, enchaînement)

Avant la frappe insister sur le relâchement musculaire lors de l'armé de la frappe et la contraction de la cheville juste au moment de la frappe

CRITERE DE REUSSITE

Le tir doit être cadré



OBJECTIF

Amélioration al prise de balle en mouvement

MATERIEL

1/2 Terrain 2 buts

15 ballons

2 groupes

DEROULEMENT

Le joueur 1 passe au joueur 2 qui fait un appel contre appel et remet au joueur 1 qui effectue une passe longue dans l'espace pour le joueur 3 qui après une courte conduite centre sur le joueur 4

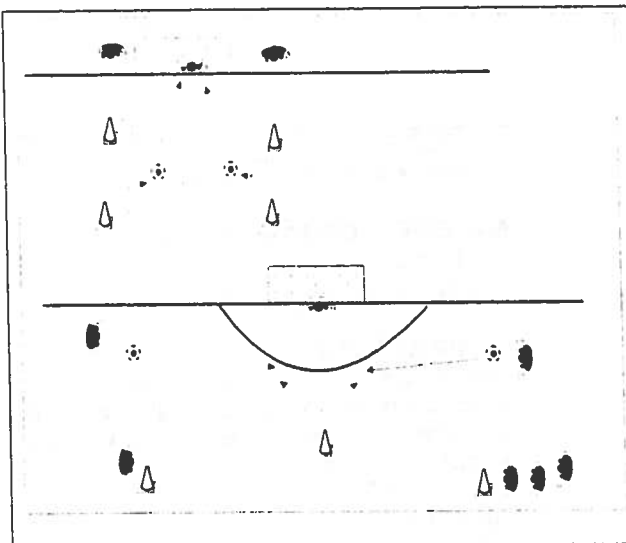
Le joueur prend la place de 2 , 2 celle de 3, 3 celle de 4
Qui prend la place de 5 qui va se mettre dans l'autre file

COACHING

Limiter le nombre de touche balle

Placer son corps et ses appuis de façon à ce que la trajectoire du ballon soit la plus efficace possible.

Chaque touche de balle doit remettre la ballon sur sa meilleure trajectoire.



OBJECTIF

Amélioration de la vitesse de réaction et de l'agilité

MATERIEL

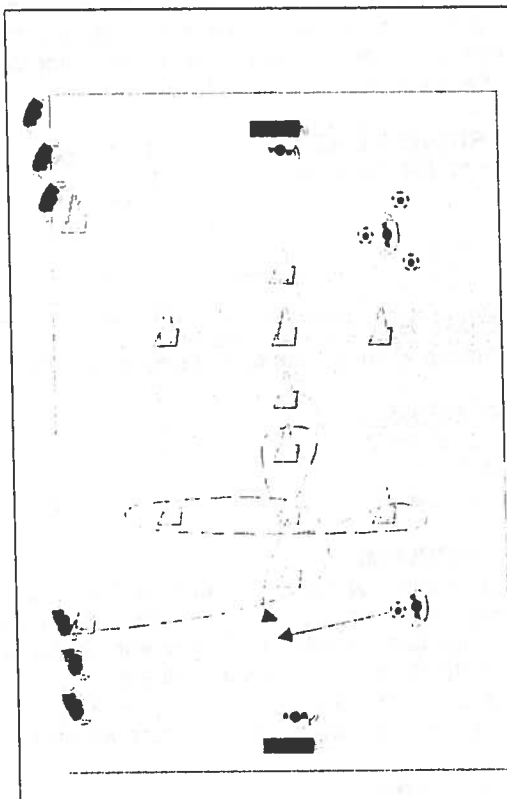
1/2 Terrain 2 ateliers
16 à 18 chasubles de 2 couleurs
13 cônes
10 Ballons

DEROULEMENT

Compétition
2 équipes s'opposent dans chaque exercice

COACHING

Utiliser les pointes de pieds
Rechercher la précision dans la frappe



OBJECTIF

Amélioration de la vitesse et de l'équilibre
Musculature des muscles transverse

MATERIELS - ORGANISATION

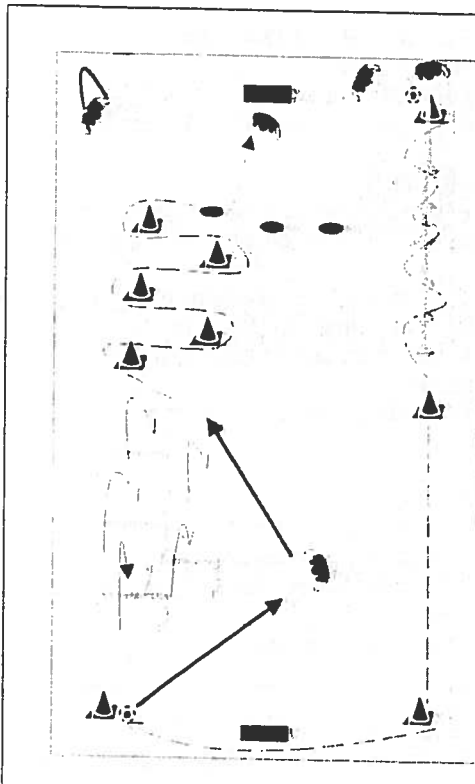
Terrain: 40 m x 20 mètres
ballons, chasubles.
5 cônes
2 joueurs travaillent simultanément

DEROULEMENT

Chaque joueur doit effectuer un parcours en course rapide
Course jusqu'au plot 1 contourner le plot central puis le plot 2 revenir contourner le plot central course au plot 3 et ainsi de suite revenir au plot 1 et frapper dans la course le ballon remis par l'entraîneur ou un joueur

Changer d'atelier

EXERCICES MOTRICITE



OBJECTIF

Amélioration de la motricité (appuis, force explosive, vitesse)

MATERIELS - ORGANISATION

ballons, chasubles.

Terrain 40 x 20 mètres

5 plots, 6 piquets, 5 coupelles, 5 cerceaux

DEROULEMENT

Chaque joueur exécute le parcours durant 6 minutes à VMAX 60% puis 6 minutes à VMAX 90%.

Slalom court entre les piquets avec les 2 pieds

- course arrière et conduite de ballon avec la semelle
- course rapide jusqu'au plot
- passe au pivot
- sauts cloche pied avec reprise d'appui
- Slalom long et frappe
- 10 Sauts à la corde sur place

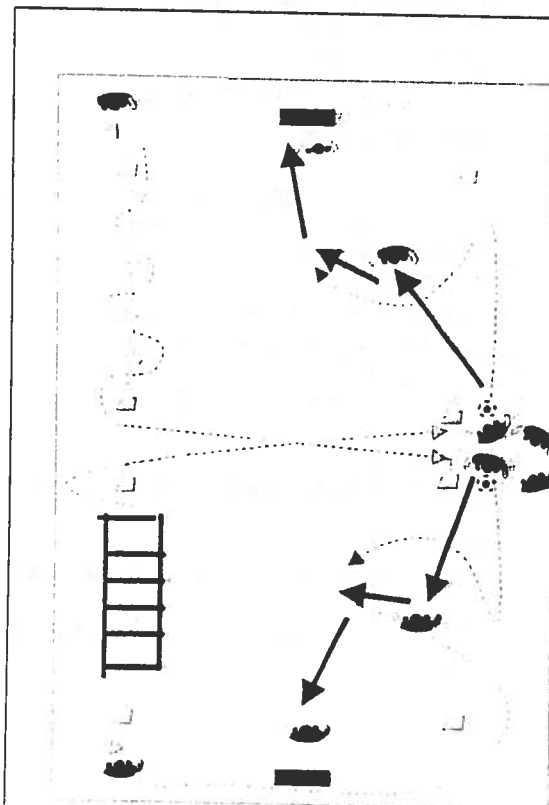
COACHING

Pas de course sur les talons

Réception sur les pointes de pied

Utiliser la bonne surface de contact dans les conduites

Pas de prise de balle arrêté



OBJECTIF

Amélioration de la motricité (appuis, force explosive, vitesse)

MATERIELS - ORGANISATION

ballons, chasubles.

Terrain 40 x 20 mètres

5 plots, 6 piquets, 5 coupelles, 5 cerceaux

DEROULEMENT

Chaque joueur exécute le parcours durant 6 minutes à VMAX 60% puis 6 minutes à VMAX 90%.

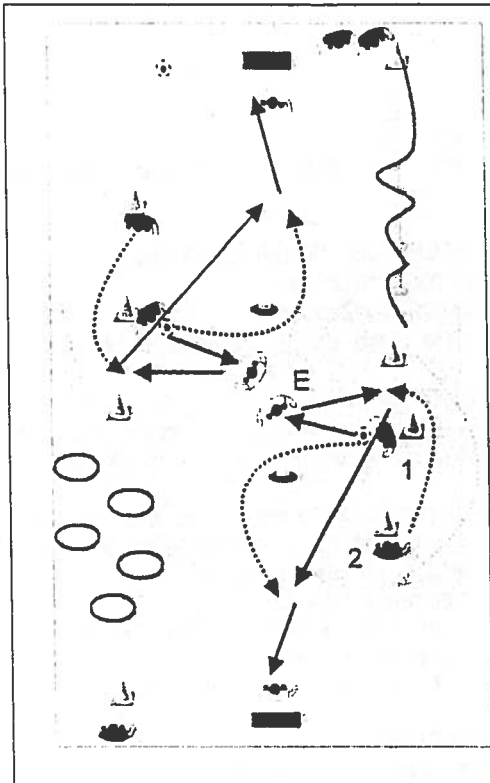
COACHING

Pas de course sur les talons

Réception sur les pointes de pied

Utiliser la bonne surface de contact dans les conduites

Pas de prise de balle arrêté



OBJECTIF

Amélioration de la motricité (appuis, force explosive, vitesse)

MATERIELS - ORGANISATION

ballons, chasubles.

Terrain 40 x 20 mètres

8 plots, 6 piquets, 2 coupelles, 5 cerceaux

DEROULEMENT

Chaque joueur exécute le parcours durant 6 minutes à VMAX 60% puis 6 minutes à VMAX 90%.

Le joueur 1 donne à E qui remet sur 2 qui change de position qui remet sur 1 qui frappe

Le joueur 3 fait un slalom court très rapide et vient se placer en 2

Foulées bondissantes croisées dans les cerceaux.

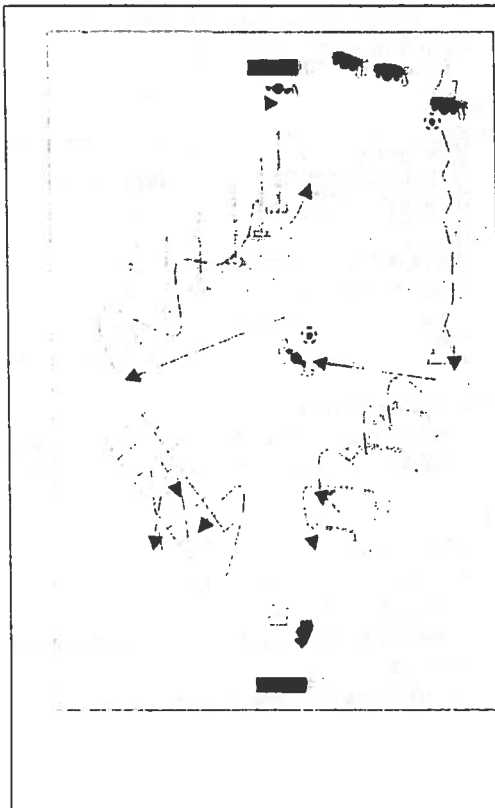
COACHING

Pas de course sur les talons

Réception sur les pointes de pied

Utiliser la bonne surface de contact dans les conduites

Pas de prise de balle arrêté



OBJECTIF

Amélioration de la vitesse et de l'équilibre

MATERIELS - ORGANISATION

Terrain: 40 m x 20 mètres

ballons, chasubles.

cônes, piquets haies, échelle,

DEROULEMENT

Durée

6 minutes à VMA 60% puis 6 minutes à VMA 90%

Chaque joueur effectue un parcours

Conduite de balle rapide

Passé au pivot

Saut pieds joints face puis latéraux

Saut 1 appui entre chaque latte intérieur puis extérieur

Prise de balle

Slalom court puis frappe au but

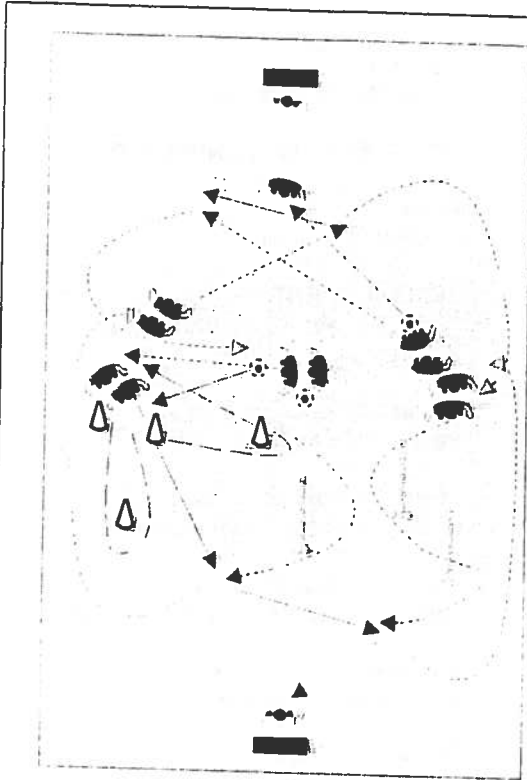
VARIANTE :

Décaler les haies pour travailler les prises d'appui

COACHING

Insister sur la qualité du travail des appuis et de la position du corps

Insister pour que la frappe soit immédiate à la sortie du slalom



OBJECTIF

Amélioration de la vitesse

MATERIELS - ORGANISATION

Terrain: 40 m x 20 mètres

ballons, chasubles.

cônes , piquets haies, échelle,

DEROULEMENT

Durée

6 minutes à VMA 60% puis 6 minutes à VMA 90%

Chaque joueur effectue un parcours

2 sources de ballon

2 joueurs partent en même temps

Joueur 1 :

- passe à l'entraîneur qui remet sur le joueur 2 qui remet au 1 pour le tir et va se placer dans la file 1
- le joueur 1 va se placer en file 2

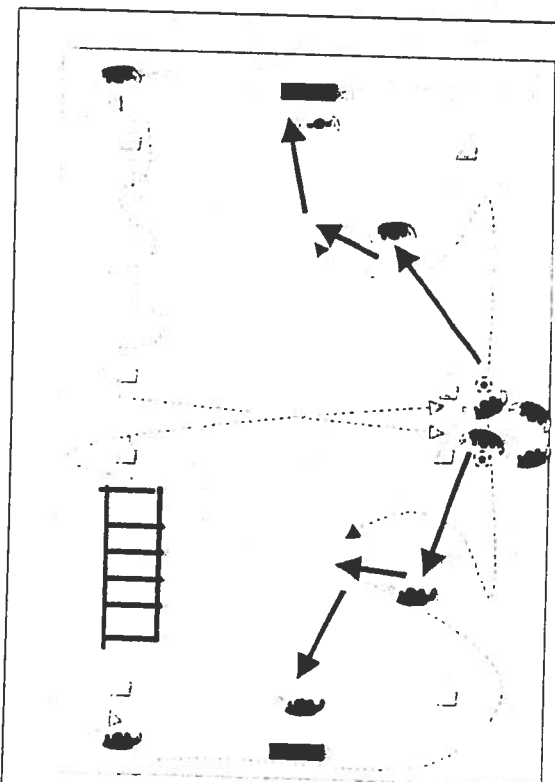
joueur 2

- passe au joueur 3 qui effectue une course rapide
- qui conduit la balle et la remet à 2 qui a pris la place de 3
- 3 fait une course rapide et reçoit la passe de 2
- 3 passe à 4 qui frappe
- 3 va en B
- 4 va en A

COACHING

Insister sur la qualité du travail des appuis et de la position du corps

Et de la synchronisation des actions



OBJECTIF

Amélioration de la motricité (appuis, force explosive, vitesse)

MATERIELS - ORGANISATION

ballons, chasubles.

Terrain 40 x 20 mètres

5 plots, 6 piquets, 5 coupelles, 5 cerceaux

DEROULEMENT

Chaque joueur exécute le parcours durant 6 minutes à VMAX 60% puis 6 minutes à VMAX 90%.

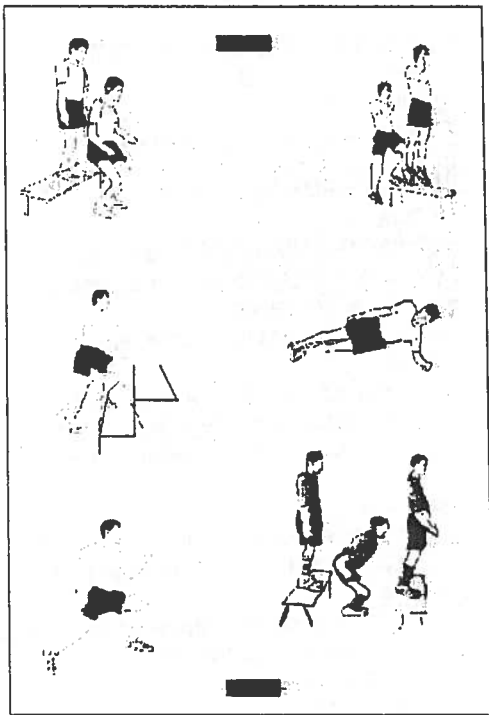
COACHING

Pas de course sur les talons

Réception sur les pointes de pied

Utiliser la bonne surface de contact dans les conduites

Pas de prise de balle arrêté

**OBJECTIF**

Renforcement musculaire (force - Pliométrie)

MATERIELS - ORGANISATION

Terrain 40 x 20 mètres

4 bancs

2 joueurs par atelier

DEROULEMENT

Durée de travail 2 minutes par atelier avec récupération 2 minutes

Atelier 1 force concentrique
Saut sur la pointe des pieds

Atelier 2 force excentrique
Saut sur le banc 1 jambe puis 2 jambes

Atelier 3 gainage
gainage latéral et facial 3 exercices de chaque

Atelier 4 : Montée des escaliers
5 séries de 5 montées

Atelier 5 Force explosive
Foulées bondissantes

Atelier 6 Pliométrie

COACHING

Pas de course sur les talons

Réception sur les pointes de pied

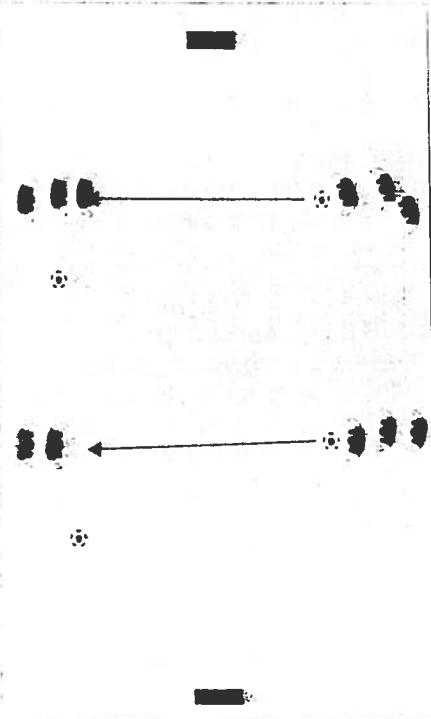

PARTIE PRINCIPALE	
	<p>OBJECTIF Animation en zone 1-2-1</p> <p>MATERIEL ORGANISATION Terrain , chasubles, ballons groupes de 5 sous forme de jeu 5 c 5</p> <p>DEROULEMENT 1. exo baby-foot (cf schéma) 2. jeu dirigé 5 c 5 : pour corriger le marquage du pivot</p> <p>CRITERES DE REALISATION 1. fermeture des angles de passes 2. marquer le pivot par l'avant quand il est dans la surface remarque : le gardien téléguidé le défenseur</p>


PARTIE PRINCIPALE	
	<p>OBJECTIF travail du cadrage travail du repli</p> <p>MATERIEL ORGANISATION Terrain , chasubles, ballons sous forme de jeu 5 c 5</p> <p>DEROULEMENT thème : sans gardien (cf schéma) thème : on ne peut récupérer que dans son propre camp idem mais un joueur peut rester pour temporiser</p> <p>CRITERES DE REALISATION insister sur la transition rapide insister sur le collectif (tout le monde défend)</p>


RETOUR AU CALME	Etirements passifs
------------------------	--------------------

SEANCES FUTSAL

Séance 1 : Thème : travail technique

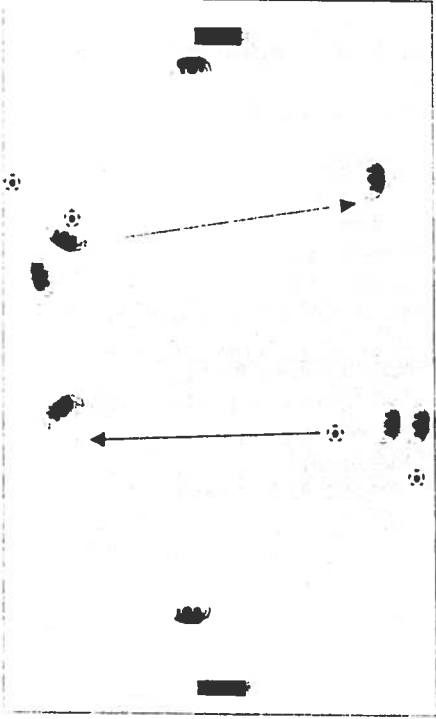
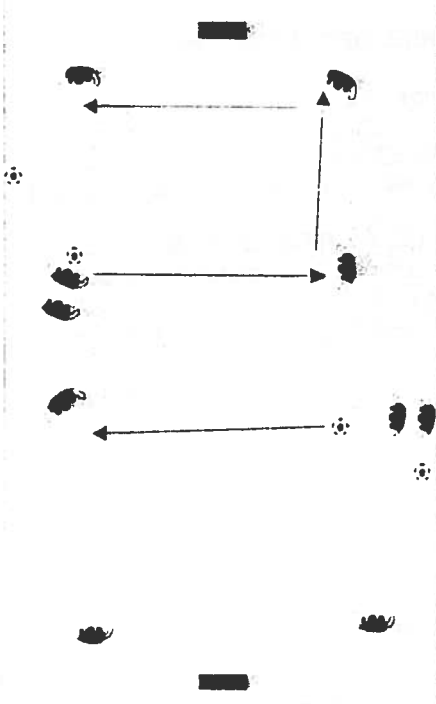
ECHAUFFEMENT	
	<p>OBJECTIF sentir la spécificité mettre à l'aise amélioration contrôle amélioration conduite amélioration passes</p> <p>MATERIEL ORGANISATION Terrain 2. groupes de 3, 4 ou 5</p> <p>DEROULEMENT 1. Sans ballon: chassé avant, arr. 2. en travers du terrain conduite et suit passe et suit (à terre, louche etc...)</p> <p>CRITERES DE REALISATION Appuis spécifiques, CG bas position des bras etc utilisation de la semelle utilisation des 2 pieds passe forte</p>
PARTIE PRINCIPALE	
	<p>OBJECTIF travail du duel</p> <p>MATERIEL ORGANISATION Terrain 2 groupes de 3, 4 ou 5</p> <p>DEROULEMENT travail 1 c1 l'attaquant essaie de se retourner le défenseur passe attaquant etc...</p> <p>CRITERES DE REALISATION appel et contr'appel pour l'attaquant corrections défensives classiques idem foot à 11</p>

<p>PARTIE PRINCIPALE</p> 	<p>OBJECTIF Tir au but</p> <p>MATERIEL ORGANISATION Terrain 2 groupes de 3, 4 ou 5</p> <p>DEROULEMENT le pivot se retourne le pivot remise enchaînements à 2 enchaînements à 3 débordement centre tir au 2^e poteau</p> <p>CRITERES DE REALISATION possibilité de tirer de la pointe contact visuel bloquer puis donner celui qui suit casse sa course</p>
---	--

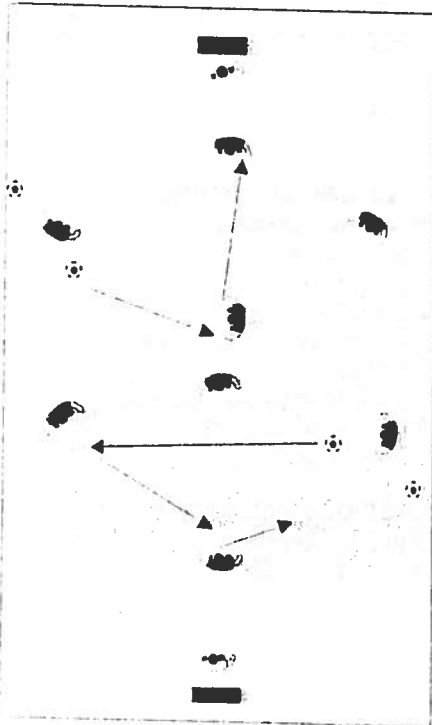
<p>PARTIE PRINCIPALE</p> 	<p>OBJECTIF compréhension des lois du jeu</p> <p>MATERIEL ORGANISATION Terrain 2 groupes de 3, 4 ou 5</p> <p>DEROULEMENT match avec application stricte du règlement</p> <p>CRITERES DE REALISATION insister sur les changements (zone de remplacement) attention à la passe en retrait au gardien</p>
---	--

<p>RETOUR AU CALME</p>	<p>étirements passifs au sol</p>
-------------------------------	----------------------------------

Séance 2 - Thème : Animation Offensive

<p>ECHAUFFEMENT</p> 	<p>OBJECTIF amélioration contrôle amélioration conduite amélioration passes</p> <p>MATERIEL ORGANISATION Terrain , chasubles, ballons groupes de 4</p> <p>DEROULEMENT travail en triangle conduite et suit passe et suit (à terre, louche etc...) changer de sens etc...</p> <p>CRITERES DE REALISATION position des bras etc utilisation de la semelle utilisation des 2 pieds passe forte</p>
<p>PARTIE PRINCIPALE</p> 	<p>OBJECTIF animation offensive en 2-2</p> <p>MATERIEL ORGANISATION Terrain , chasubles, ballons groupes de 4</p> <p>DEROULEMENT 1. démarquage des attaquants 2. Surnombre des défenseurs 3. Déséquilibre collectif (cf schéma) permutation sur les cotés</p> <p>CRITERES DE REALISATION Appel , contre appel Synchronisation des courses</p>

PARTIE PRINCIPALE



OBJECTIF

animation offensive en 3-1

MATERIEL ORGANISATION

Terrain , chasubles, ballons
groupes de 4

DEROULEMENT

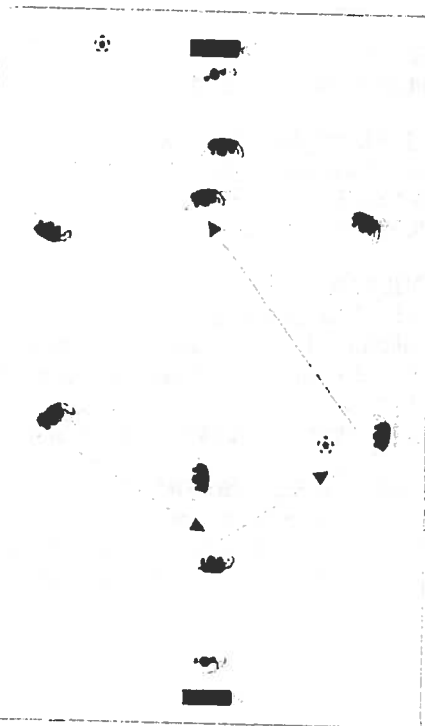
1. le pivot se retourne
2. le pivot remise sinon :
3. surnombre : donner croiser, donner bloquer, donner pivoter donner partir en diagonale
4. Avec pivot sur le coté

(possibilité de travail à la main ou en ou en marchant pour une meilleure compréhension)

CRITERES DE REALISATION

Appel , contre appel
Synchronisation des courses

PARTIE PRINCIPALE



OBJECTIF

application dans le jeu des principes de jeu

1. Vite vers l'avant
2. Sinon monter, écarter combiner

MATERIEL ORGANISATION

Terrain , chasubles, ballons
groupes de 4

DEROULEMENT

match
1er mi-temps en 2-2
2è mi-temps en 3-1

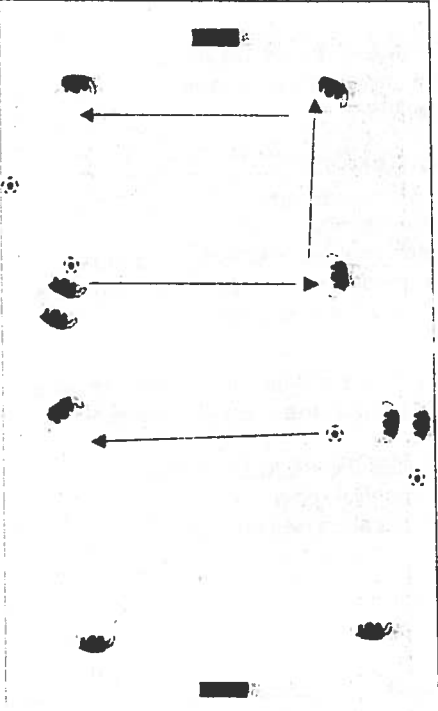
CRITERES DE REALISATION

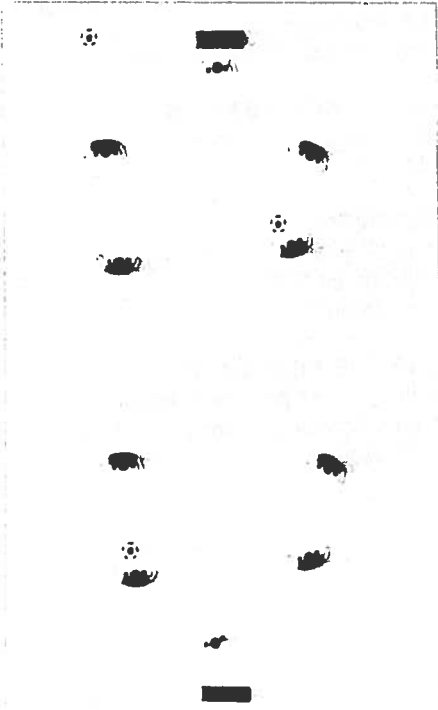
corrections sur les principes de jeu
arrêt pour valoriser ou corriger transition rapide
défense-attaque

RETOUR AU CALME

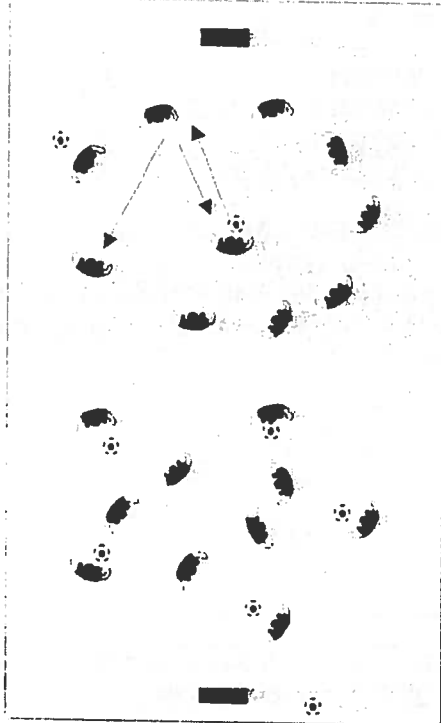
Etirements passifs

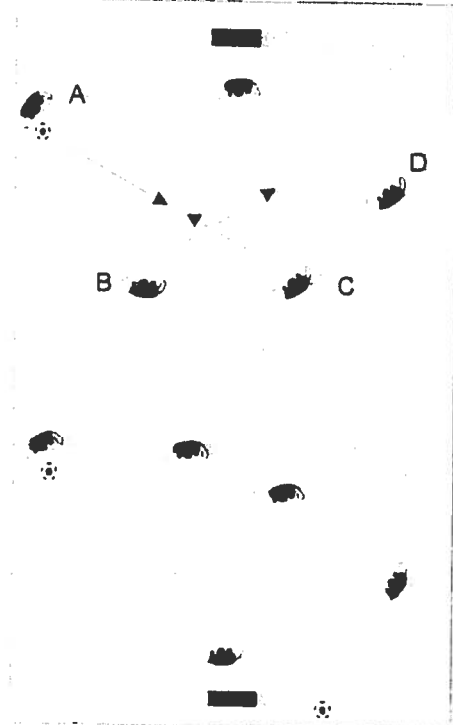
Séance 3 - Thème : Animation Défensive

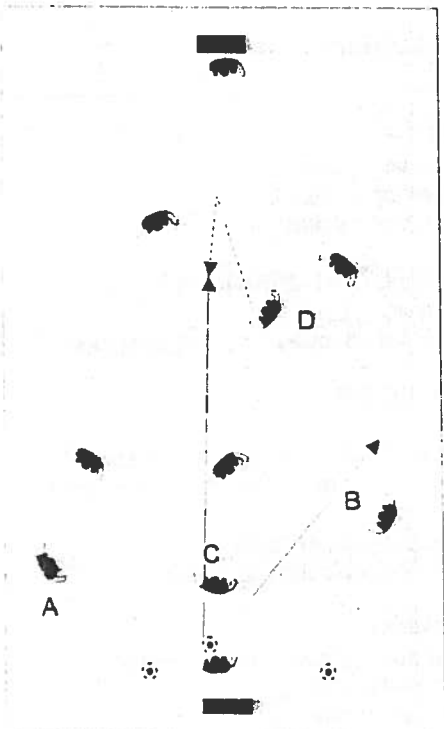
ECHAUFFEMENT	
	<p>OBJECTIF amélioration contrôle amélioration conduite amélioration passes</p> <p>MATERIEL ORGANISATION Terrain , chasubles, ballons groupes de 4 puis 5</p> <p>DEROULEMENT travail en carré (variantes classiques) conduite et suit passe et suit (à terre, louche etc...) changer de sens etc diverses permutations</p> <p>CRITERES DE REALISATION utilisation de la semelle utilisation des 2 pieds</p>

PARTIE PRINCIPALE	
	<p>OBJECTIF Animation individuelle en 2 2</p> <p>MATERIEL ORGANISATION Terrain , chasubles, ballons groupes de 5 sous forme de jeu 5 c 5</p> <p>DEROULEMENT 2 c 2 dans chaque camp 1. le ballon peut franchir la ligne médiane 2. Idem le porteur peut passer balle au pied pour le surnombre 3. Le défenseur peut passer la balle et suivre</p> <p>CRITERES DE REALISATION corrections sur le marquage corrections sur de l'entraide (mixte) défendre en infériorité (créer des 1c1) rôle du gardien</p>

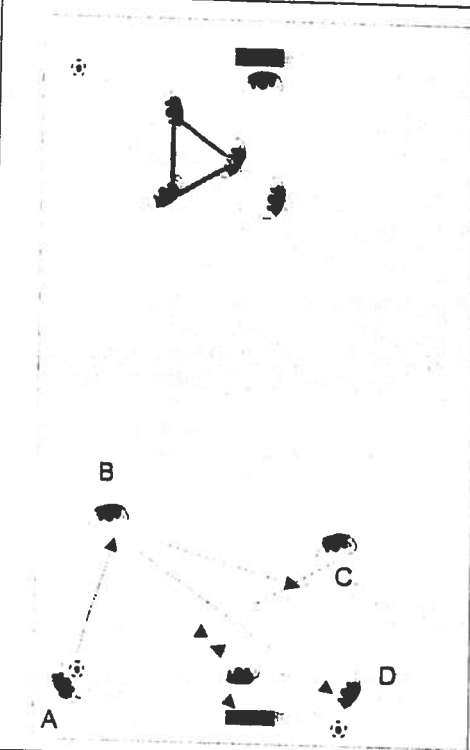
Séance 4 Thème : Situations particulières et standard

ECHAUFFEMENT	
	<p>OBJECTIF : amélioration contrôle amélioration conduite amélioration passes</p> <p>MATERIEL ORGANISATION 1/2 Terrain 1. par 6,7 ou 8 joueurs (1 ou 2 groupes)</p> <p>DEROULEMENT : 1. travail en cercle passe au pivot qui se retourne et suit passe au pivot remise et suit (cf schéma1)</p> <p>2. puis ronde américaine variantes classiques (schéma2)</p> <p>COACHING Insister sur l'utilisation de la semelle utilisation des 2 pieds pas sur les talons etc...</p>

PARTIE PRINCIPALE	
	<p>OBJECTIF : combinaisons sur touches</p> <p>MATERIEL ORGANISATION 1/2 Terrain 1. par 6,7 ou 8 joueurs (1 ou 2 groupes)</p> <p>DEROULEMENT : 1. B et C croisent A passe à C (B peut bloquer) 2. idem mais A passe au 2^e poteau sur B 3. B et C emmènent leurs adv et A donne à D dans l'axe pour un tir (choisir un gaucher)</p> <p>CRITERE DE REALISATION donner des numéros à chaque combinaison beaucoup de concentration et d'application beaucoup de répétitions</p> <p>COACHING importance du timing</p>

PARTIE PRINCIPALE	
	<p>OBJECTIF : Relance du gardien</p> <p>MATERIEL ORGANISATION 1 Terrain 2 groupes de 5</p> <p>DEROULEMENT : 1. dans les coins à A ou B 2. dans la course de C 3. dans les pieds de D</p> <p>CRITERE DE REALISATION importance du gardien D peut donner des indications avec les mains s'il reste du temps : exemple de solutions avec un gardien volant</p> <p>COACHING Insister sur la concentration</p>
<p>RETOUR AU CALME</p>	<p>Courses en groupe, travail en rythmicité (type brésilien) puis étirements libres</p>

PARTIE PRINCIPALE



OBJECTIF :
combinaisons sur corner

MATERIEL ORGANISATION

1 Terrain
2 groupes de 5

DEROULEMENT :

1. placement défensif de base en zone (schéma 1)
2. Variantes offensives (schéma 2) en retrait pour B qui frappe ou donne au 2^e poteau à D. ou B et C croisent et balle à C ou encore B et C croisent, louche pour reprise de volée de B

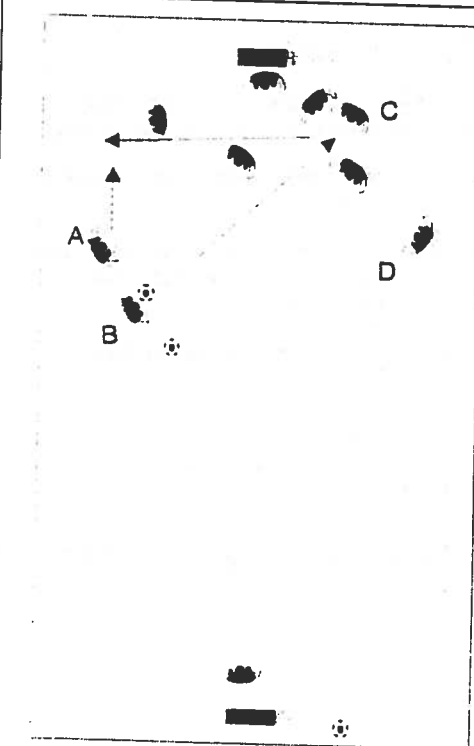
CRITERE DE REALISATION

donner des numéros à chaque combinaison
beaucoup de concentration et d'application
beaucoup de répétitions

COACHING

importance du timing

PARTIE PRINCIPALE



OBJECTIF :
combinaisons sur coup franc

MATERIEL ORGANISATION

1 Terrain
2 groupes de 5

DEROULEMENT :

1. placement défensif de base en zone
2. Variantes offensives
B donne à C et B prend la place à C
Puis solutions : A tire, A donne à B, ou A donne à C ou A donne à D

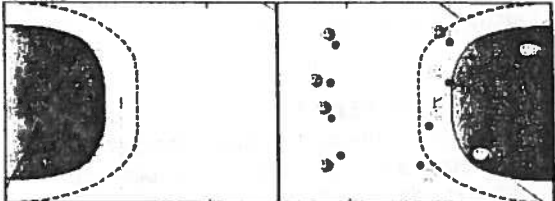

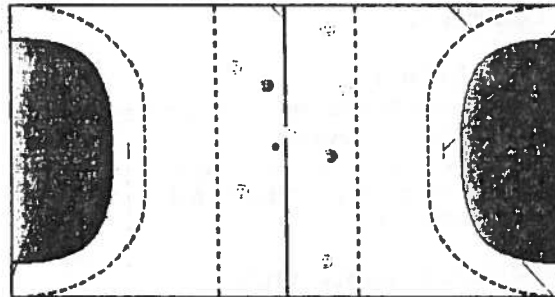
CRITERE DE REALISATION

donner des numéros à chaque combinaison
beaucoup de concentration et d'application
beaucoup de répétitions

COACHING

importance du timing

Le futsal en Espagne

Unité didactique	JEU COLLECTIF EN ATTAQUE		
Thème	CHANGEMENT DE RYTHME DANS LE JEU INDIVIDUEL ET COLLECTIF	Séance n° 1	
Objectifs	1. Améliorer la capacité de l'équipe, en attaque, à changer de rythme dans le jeu 2. Améliorer les conditions physiques et techniques spécifiques en relation avec cet aspect du jeu.		
PHASE INITIALE (15')			
Course continue (5') et exercices spécifiques avec ballon en conduite, passe, dribble et tir			
EXERCICE 1 (10')			
superficie	Nb de joueurs	matériel	On donne un numéro à tous les joueurs de 1 à 10. L'entraîneur dit un nombre et le joueur ayant ce numéro doit aller toucher les autres joueurs durant 6 secondes par exemple. Chaque joueur touché dans ces 6 secondes va à son tour toucher les autres joueurs jusqu'à ce que le temps se soit écoulé. Principe du jeu du loup.
20X20	10	ballons	
			
EXERCICE 2 (10')			
superficie	Nb de joueurs	matériel	On donne un numéro à tous les joueurs de 1 à 10. L'entraîneur annonce 2 numéros correspondant à 2 joueurs qui devront presser et toucher les autres joueurs pendant 6 secondes par exemple. Chaque joueur touché dans ces 6 secondes va à son tour toucher les autres joueurs jusqu'à ce que le temps se soit écoulé.
20X20	10	ballons	
			
EXERCICE 3 (25')			
superficie	Nb de joueurs	matériel	8 joueurs dans une zone centrale avec 6 attaquants et 2 défenseurs en conservation de balle (10 – 15 m de large). Si un défenseur touche le ballon alors il passe attaquant et le perdant passe défenseur. Quand l'entraîneur siffle, le joueur en possession du ballon attaque avec les joueurs de son équipe le but n'étant pas dans son ½ terrain au moment du coup de sifflet. Le temps maximale pour finir l'action sera de 8 secondes.
40X20	10	ballons	
			
PHASE FINALE (15')			

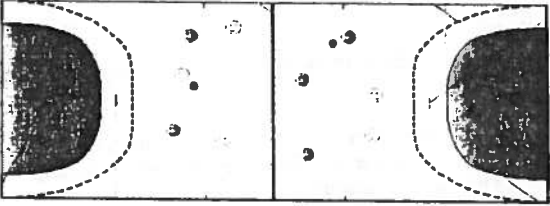
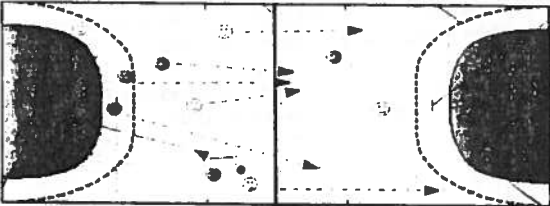

LUIS FONSECA, entraîneur du REALE CARTAGENA

Le futsal en Espagne

Unité didactique	JEU COLLECTIF EN ATTAQUE		
Thème	CHANGEMENT DE RYTHME DANS LE JEU INDIVIDUEL ET COLLECTIF		Séance n° 3
Objectifs	1. Améliorer la capacité de l'équipe. en attaque. à changer de rythme dans le jeu 2. Améliorer les conditions physiques et techniques spécifiques en relation avec cet aspect du jeu.		
PHASE INITIALE (15')			
Course continue (5') et exercices spécifiques avec ballon en conduite, passe, tir et dribbles			
EXERCICE 1 (15')			
superficie 40X20	Nb de joueurs 10	matériel ballons	Tous les joueurs conduisent leur ballon librement sur tout le terrain. L'entraîneur désignera un joueur qui commencera à presser et toucher tous les autres. Chaque joueur touché se joindra aux autres joueurs déjà touchés et continuera à presser et toucher les joueurs libres jusqu'à ce qu'il n'en reste plus qu'un.
EXERCICE 2 (15')			
superficie 20X20	Nb de joueurs 8	matériel ballons	Sur un 1/2 terrain se joue un 3x3. On considère un but triple lorsqu'il est marqué dans les 5 premières secondes de la possession de balle. On considère un but double lorsqu'il est marqué dans les 10 premières secondes de la possession de balle.
EXERCICE 3 (15')			
superficie 28X16	Nb de joueurs 8	matériel ballons	Répétition de l'exercice précédent mais sur la surface d'un terrain de basket.
EXERCICE 4 (15')			
superficie 28X16	Nb de joueurs 8	matériel ballons	Répétition de l'exercice précédent sur la surface d'un terrain de basket. Jeu est libre quand le joueur est dans son 1/2 terrain défensif et obligation de jouer en 2 touches dans la partie offensive.
PHASE FINALE (15')			

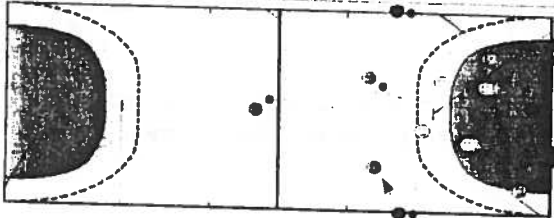
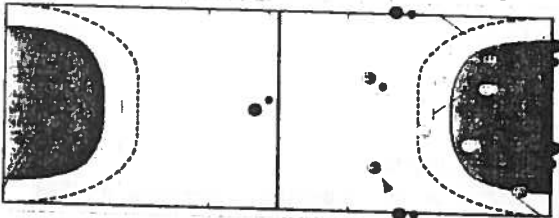
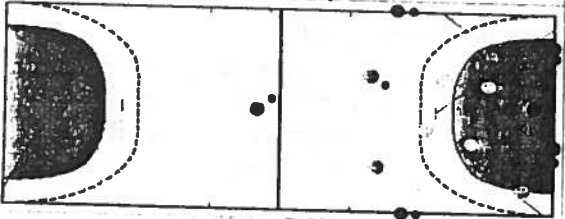
LUIS FONSECA, entraîneur du REALE CARTAGENA

Le futsal en Espagne

Unité didactique	JEU COLLECTIF EN ATTAQUE		
Thème	CHANGEMENT DE RYTHME DANS LE JEU INDIVIDUEL ET COLLECTIF		Séance n° 4
Objectifs	1. Améliorer la capacité de l'équipe, en attaque, à changer de rythme dans le jeu 2. Améliorer les conditions physiques et techniques spécifiques en relation avec cet aspect du jeu.		
PHASE INITIALE (15')			
Course continue (5') et exercices spécifiques avec ballon en conduite, passe, tir et dribbles			
EXERCICE 1 (10')			
superficie	Nb de joueurs	matériel	2 équipes de 5 joueurs et 2 gardiens. Joue avec 2 ballons sur tout le terrain.
40X20	10	ballons	
			Les règles sont modifiées: 1- quand le ballon sort en touche, c'est le joueur le plus rapide qui prend le ballon et qui a la possession sur la remise en touche, même si c'est lui qui l'a sort. 2- si le gardien sur sa remise en jeu tarde plus de 4 secondes, alors c'est l'entraîneur lui même qui mettra le ballon en jeu à l'équipe adverse sur n'importe quelle zone du terrain.
EXERCICE 2 (15')			
superficie	Nb de joueurs	matériel	Sur tout le terrain avec 2 équipes de 5 joueurs et 2 gardiens. Sur un 1/2 terrain se joue une attaque placée avec pour objectif de finir sur le but. Quand le ballon sort, le gardien qui défendait envoie le ballon directement avec la main ou le pieds sur les joueurs dans le camp adverse qui défendaient sur la situation précédente. L'entraîneur nomme 2 joueurs qui sortent du jeu dans cette transition, 1 par équipe. Le reste se repli en défense ou s'incorpore à l'attaque (situation de 4x4).
40X20	10	ballons	
			
EXERCICE 3 (20')			
superficie	Nb de joueurs	matériel	Le même exercice que le précédent. Le gardien peut lancer aléatoirement le ballon sans respecter l'équipe qui a attaqué ou défendu. Essaie d'améliorer la perception du reste de son équipe et de son rôle dans une situation d'attaque-défense. Va être perçu comme un changement de rythme de plus dans le jeu.
40x20	10	ballons	
			
PHASE FINALE (15')			

LUIS FONSECA, entraîneur du REALE CARTAGENA

Le futsal en Espagne

Unité didactique	JEU COLLECTIF EN ATTAQUE		
Thème	CHANGEMENT DE RYTHME DANS LE JEU INDIVIDUEL ET COLLECTIF		Séance n° 5
Objectifs	1. Améliorer la capacité de l'équipe, en attaque, à changer de rythme dans le jeu 2. Améliorer les conditions physiques et techniques spécifiques en relation avec cet aspect du jeu.		
PHASE INITIALE (15')			
Course continue (5') et exercices spécifiques avec ballon en conduite, passe, tir et dribbles			
EXERCICE 1 (15')			
superficie 20X20	Nb de joueurs 12	matériel ballons	<p>Joue un 4x4 sur un ½ terrain avec 1 gardien.</p> <p>Quand le ballon sort, l'entraîneur indique quel appuis introduit le ballon dans le jeu et à quelle équipe la passer.</p> <p>A partir de cette situation, l'équipe qui défend doit réagir et s'ajuster.</p> <p>Les appuis ne participent au déroulement du jeu que sur la remise en jeu du ballon.</p>
			
EXERCICE 2 (15')			
superficie 20X20	Nb de joueurs 12	matériel ballons	<p>Sur la même dynamique et le même exercice.</p> <p>On oblige les joueurs à réaliser un certains nombres de passes, (3 par exemple), pour augmenter la difficulté en attaque et permettre à la défense de mieux s'organiser.</p>
			
EXERCICE 3 (15')			
superficie 20X20	Nb de joueurs 12	matériel ballons	<p>Même exercice.</p> <p>Augmentation de la difficulté: faire un certains nombres de passes pour les attaquants sur un temps donné avant de pouvoir finir sur le but.</p> <p>On va se retrouver sur beaucoup de changement de rythme.</p>
			
PHASE FINALE (15')			

LUIS FONSECA, entraîneur du REALE CARTAGENA

Documentuel futsal

Présentation

Le futsal est un véritable sport à effectif réduit avec des règles et un ballon spécifique. Il se pratique aussi bien en salle qu'en plein air sur un terrain de handball avec des buts de handball.

Le futsal favorise le jeu sans contact physique (les tacles et les charges sont interdits) et la priorité est donnée à la technique en mouvement. Les joueurs touchent fréquemment le ballon et les tirs au but sont nombreux.

En futsal, tout le monde attaque, tout le monde défend.
Le futsal apprend à voir vite, réfléchir vite et agir vite.

Historique

- 1930 : naissance du Futebol de SALAO en Uruguay et au Brésil
- 1965 : organisation de la première compétition internationale : la coupe d'Amérique du Sud que remporte le Paraguay
- 1985 : la FIFA incorpore le football en salle comme nouvelle discipline
- 1989 : la FIFA organise aux Pays-Bas le premier championnat du Monde de Football en salle (vainqueur : Brésil)
- 1995 : la FFF organise la première coupe nationale de football en salle
- 1997 : la FIFA fixe officiellement le nom de ce sport : futsal (il universalise ainsi ce sport qui porte de multiples noms : football en salle, foot en salle, mini football, football indoor...)
- 1999 : l'UEFA organise le premier championnat d'Europe en Espagne (vainqueur : Russie)
- 2009 : premier championnat de France de Futsal (deux groupes de 12 équipes)





























Les règles du jeu du Futebol de Salão (futsal) ont été étudiées, perfectionnées et créées par M. Juan Carlos Ceriani. Directeur du Centre de Formation des YMCA sud-américaines situé à Montevideo dans la capitale de l'Uruguay. Le jeu du futsal est né de la volonté de cet homme, de créer un nouveau sport collectif avec des règles du jeu adaptées à la mission de la YMCA (Young Men Christian's Associations). Il emprunta pour cela aux règles de nombreux sports collectifs déjà codifiés (handball, basket-ball, water-polo et football).

L'idée originelle n'était pas simplement de jouer au football sur un petit terrain, mais bel et bien de créer un nouveau sport avec ses propres règles beaucoup plus strictes, dans l'esprit d'éduquer les jeunes adultes, de les responsabiliser et de les rendre solidaires

Palmarès internationaux

Championnat du Monde de Futsal de la FIFA

Palmarès FIFA

Championnat du Monde FIFA						
Année	Lieu	Champion	Score	Vice-Champion	Troisième	Quatrième
2008	Brasilia/Rio de Janeiro  Brésil	 Brésil	2-2 (pen.)	 Espagne	 Italie	 Russie
2004	Taipei  Taïwan	 Espagne	2-1	 Italie	 Brésil	 Argentine
2000	Guatemala Guatemala	 Espagne	4-3	 Brésil	 Portugal	 Russie
1996	Madrid  Espagne	 Brésil	6-4	 Espagne	 Russie	 Ukraine
1992	Hong Kong  Hong Kong	 Brésil	4-1	 États-Unis	 Espagne	 Iran
1989	Amsterdam  Pays-Bas	 Brésil	2-1	 Pays-Bas	 États-Unis	 Belgique

Coupe d'Europe UEFA (Union des associations européennes de football)

La Coupe UEFA de futsal (UEFA Futsal Cup) est une compétition internationale qui réunit, chaque année, les meilleurs clubs européens de football en salle. La première session a eu lieu lors de la saison sportive 2001/2002, jusqu'à la saison 2005/2006, les finales se disputaient en match aller/retour. Pour la saison 2006/2007 et les saisons qui suivent, la finale se déroulera en match simple.

Les meilleurs clubs européens sont espagnols (Murcia), russes (Moscou) et portugais (Benfica).

Les fondamentaux du futsal

Le futsal est un sport complet qui exige un ensemble de qualités :

- les qualités physiques : le système nerveux, l'appareil locomoteur (tendineux et musculaire), le système cardio-pulmonaire
- le répertoire technique-tactique de la discipline
- le comportement psychologique : la prise d'information, le jugement, la réflexion, la concentration, l'adaptation
- les qualités morales : le fair-play, le respect de l'adversaire, des partenaires et de soi-même, l'autoanalyse, l'acceptation des critiques de l'entraîneur
- le comportement social : le savoir-vivre en groupe, la compréhension de l'autre, la confiance en soi
- l'esprit de compétition : le dépassement de soi, l'agressivité (dans le bon sens du terme), la combativité

QUALITES PHYSIQUES :

Tout au long du jeu, il faut courir (parfois très vite), sauter, pivoter, être souple et puissant à la fois...mais aussi avoir un parfait contrôle de soi tant pour utiliser le mieux possible le ballon que pour apprécier les trajectoires en se déplaçant ou pour éviter les contacts avec les autres joueurs. Le futsal exige une condition de base très riche :

- l'endurance générale
- la résistance à l'effort (détente, sprint...)
- la faculté de se mouvoir à l'aise (souplesse, équilibre)
- la rapidité d'exécution (voire qualités morphologiques)

Concernant les qualités morphologiques, les plus petits gabarits devraient s'adapter plus vite que les grands pour les raisons suivantes :

- leur centre de gravité étant plus bas, ils peuvent plus facilement changer de direction brusquement
- ayant des jambes plus courtes, donc un bras de levier moins long, il leur faut moins de temps pour déclencher le shoot et tirer au but
- le jeu au ras du sol est favorisé au détriment du jeu aérien

QUALITES TECHNIQUES :

La technique du futsal est une technique en mouvement où maîtrise du ballon et de son corps est essentielle :

- le mode de contact, précision, souplesse, variétés des touches...
- le mode d'exécution des gestes, équilibre, vitesse...

Le joueur de futsal doit être constamment en mouvement :

- la foulée courte et rapide
- le démarrage sec
- les changements de rythme
- les changements de direction
- le contrôle de l'équilibre du corps
- les feintes

LES GESTES TECHNIQUES :

LES CONTROLES :

Contrôler le ballon c'est s'en rendre maître. En futsal il doit être rapide et efficace car l'adversaire est toujours proche, chaque joueur est directement et étroitement marqué. La possession du ballon est pour un très court instant. Les contrôles les plus fréquents se font sur ballons roulant au sol. Les ballons aériens sont plus rares, car ils demandent plus de temps pour être amortis (espace réduit, marquage serré).

Ici interviennent les éléments physiques fondamentaux tels l'équilibre et le sens des appuis au sol. Pour pouvoir arrêter ou freiner le ballon qui arrive à plus ou moins grande vitesse, il faut se placer dans les meilleures conditions.

Étudiions maintenant les différentes façons de contrôler ce ballon :

le blocage : immobiliser le ballon sous la semelle, il s'effectue lorsque le joueur veut assurer son contrôle et surtout lorsqu'il a le temps

le semi-blocage : n'immobilise pas le ballon mais le contrôle en mouvement (contact sur la partie supérieure du ballon pour s'en assurer la maîtrise tout en enchaînant l'action suivante). Le ballon est ralenti avant son utilisation.

le contrôle orienté : utilise directement le ballon pour modifier sa direction et/ou l'accélérer. Ce geste est primordial car l'essentiel n'est pas d'immobiliser le ballon, mais de pouvoir le jouer sans tarder et dans les meilleures conditions d'utilisation. Le contrôle orienté n'est pas une fin, mais un moyen ; il constitue l'élément technique par excellence qui, ayant permis de capter le ballon, donne la possibilité de rechercher directement l'enchaînement le plus favorable à la progression vers le but adverse.

Il est difficile à exécuter car il demande une grande délicatesse dans le touché du ballon et une grande précision dans l'orientation à lui donner. Le contrôle orienté doit être utilisé chaque fois que cela est possible car il apporte un rythme soutenu au jeu, il constitue un effet de surprise car il oblige l'enchaînement sans temps mort.

De plus, si le contrôle du ballon est précédé d'une feinte de frappe ou de corps, l'adversaire risque d'être encore plus surpris et désorienté, laissant ainsi un court moment de liberté à l'exécutant. Il peut alors mieux analyser la situation.

Le contrôle est donc une action motrice de mouvement : quelque soit le mode de réception, le joueur doit essayer de le faire en course, à partir d'une attitude d'équilibre dynamique. Il débutera par une orientation et une avancée vers le ballon (ne pas attendre passivement, mais au contraire aller au devant). Pour les ballons aériens, on parlera d'amortis.

LA CONDUITE DE BALLE :

La souplesse articulaire (hanches, genoux, chevilles), la maîtrise des appuis au sol (ruptures et rétablissements d'équilibre), la qualité et le rythme des touches, la diversité dans l'utilisation des surfaces de contact sont autant de facteurs conditionnant la qualité de la conduite du ballon.

A l'approche de l'adversaire le corps doit être le plus possible au dessus du ballon. Le fait de mettre le corps entre le ballon et l'adversaire (corps obstacle) pour couvrir le ballon est essentiel.

En fait, en situation réelle de jeu (match), il n'est pas possible de conduire tranquillement le ballon d'un endroit à un autre du terrain, les obstacles adverses surgissent à chaque instant.

La conduite du ballon (ou sa conservation) ne doit pas être abusive. Elle ne doit pas se faire au détriment du jeu collectif (démarquages des partenaires) ce qui favoriserait le regroupement et l'organisation de la défense adverse.

LE DRIBBLE :

Dribbler c'est éliminer un adversaire par la manipulation du ballon. Les éléments indispensables à la réalisation d'un dribble sont :

- le changement de vitesse (accélération), l'explosivité
- le changement de direction (orienter le ballon à un angle de 45 degré)
- la feinte préalable
- le déclenchement du geste à bonne distance par rapport à l'adversaire (ni trop près ni trop loin)

En résumé :

Il faut éviter trop de dribbles car cela peut ralentir le jeu. Le dribble est nécessaire quand la passe ou le tir sont impossibles. Il doit être court et sans risque.

LES TIRS :

- coup de pied : tir puissant essentiellement loin du but, le joueur est face au ballon
- brossé intérieur et extérieur : le joueur est décalé par rapport au but, le joueur touche le ballon sur le coté
- de la pointe : demande peu de préparation (quasi pas d'armé avant la frappe), ce tir surprend le gardien par sa spontanéité, il s'effectue aussi en bout de course
- de l'intérieur du pied et du talon : tirs proches du but, l'intérieur offre de la sécurité alors que le tir du talon surprend le gardien
- tir piqué : le joueur pique le ballon au dessus du gardien qui se trouve juste devant lui et est au sol
- volée et demi volée du coup de pied ou de l'intérieur du pied : volée lorsque le ballon est en phase descendante, phase montante pour la demi volée

De manière générale, tous les tirs se font avec la cheville verrouillée. Les bras servent à s'équilibrer. Le pied d'appui est légèrement fléchi et placé un peu en avant du ballon. Le déclenchement du tir doit être rapide.

LE GARDIEN DE BUT

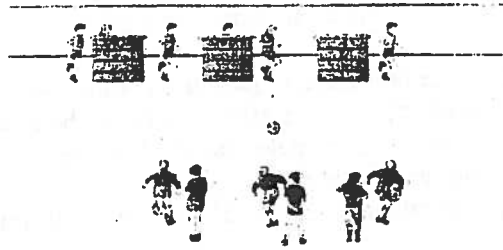
Les qualités essentielles qui caractérisent les actions du gardien de but :

- 1) la vitesse de réaction, la vivacité, la détente, la souplesse et l'équilibre
- 2) pour empêcher le ballon de pénétrer dans le but, le gardien a deux possibilités :
 - capter le ballon
 - plus fréquemment, dévier le ballon par réflexes
- 3) technique au pied et à la main pour être capable de relancer

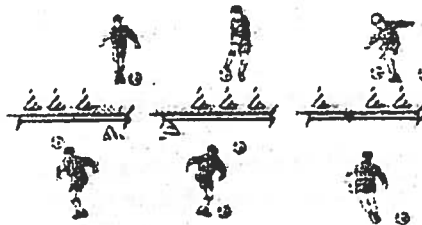
Au futsal, le gardien doit donner le ballon dans les meilleures conditions de réutilisation immédiate. La précision de la relance est primordiale (le rouler du ballon au sol). La relance du ballon à la main est de loin la plus précise des passes. Elle permet un service aux partenaires avec un maximum de sécurité.

Le gardien cherchera à améliorer la force du lancer donnée par l'épaule, la direction donnée par le bras, la précision donnée par le coup de poignet.

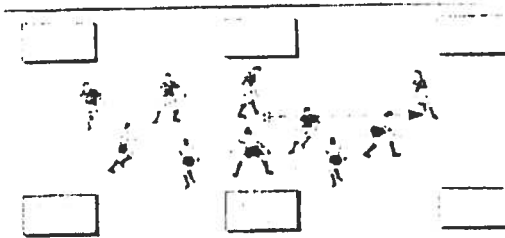
Toucher les lièvres



Abattre les quilles



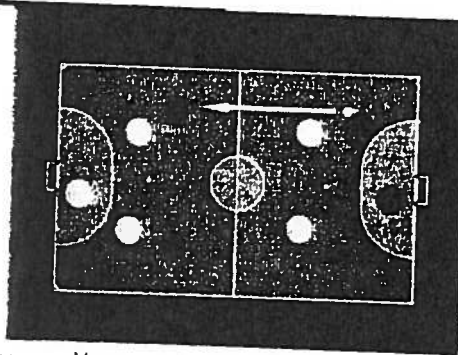
Les buts-tapis



Tous les jeux préconisés dans le cadre des séances d'éveil en plein air . Ex : jeu « attrape »

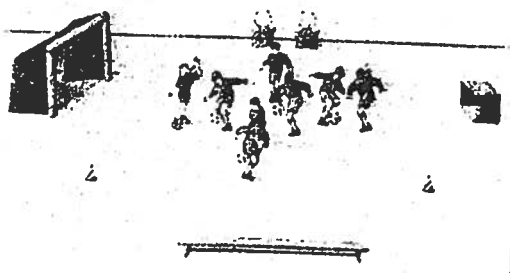


Pour les plus grands



Objectif : marquage-démarquage . 2 joueurs de chaque équipe dans chaque moitié, seul le ballon peut franchir la ligne médiane

Pour les jeunes
exemple : marquer le plus de buts





Faint, illegible text or markings located in the lower middle section of the page.



Faint, illegible text or markings located at the bottom of the page.