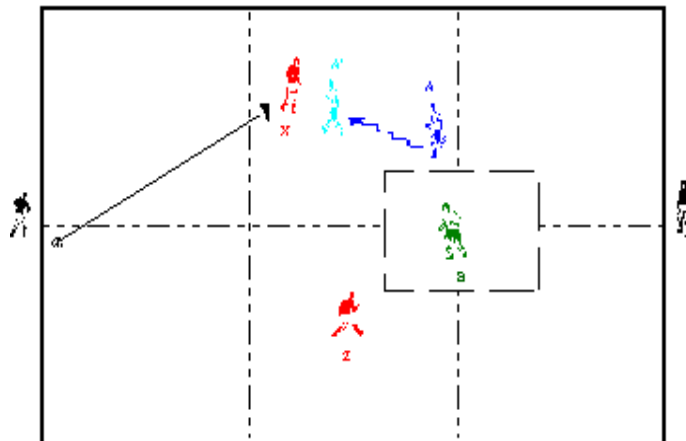


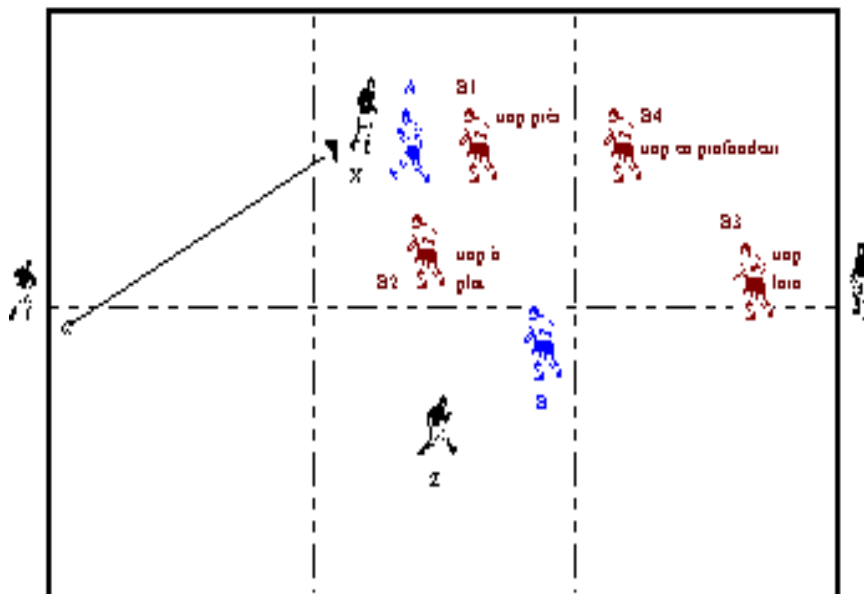
LA COUVERTURE DEFENSIVE EN ZONE (1/2)

Tiré du site français « *Entraîneur de foot* », le présent article a pour but, au travers d'une série d'exercices, de présenter une initiation à la couverture en zone en 2 x 2 , puis 3x3 pour finir en 4x4.

Situation 1: Dans une zone de 30m sur 20m, 3 équipes de 2 joueurs. A chaque bout de la zone, 1 passeur et 1 joueur cible. Dans les zones centrales respectivement 1 attaquant et 1 défenseur. Objectif : Le serveur passe à un des 2 attaquants qui doit essayer de transmettre au joueur cible. Puis inversion des rôles. Appliquer le hors jeu.



Différentes erreurs de placement peuvent se produire comme le démontre la figure 2



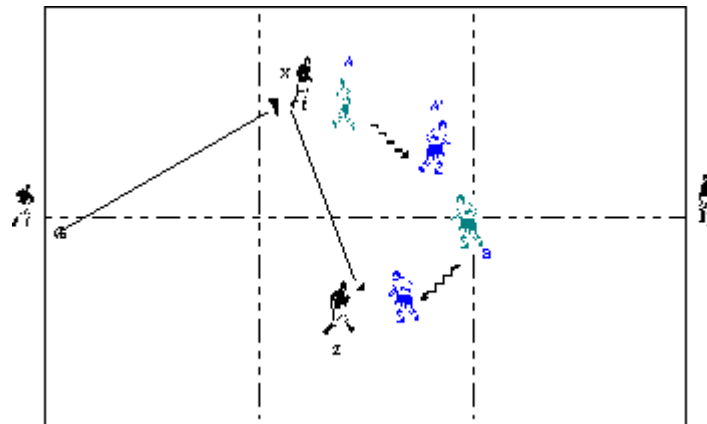
Position B1 : trop près de son partenaire, empêche le dribble adverse mais pas la passe latérale ou profonde.

B4 : idem

B2 : trop à plat. Gêne la passe oblique mais ne pourrait éviter le 1-2.

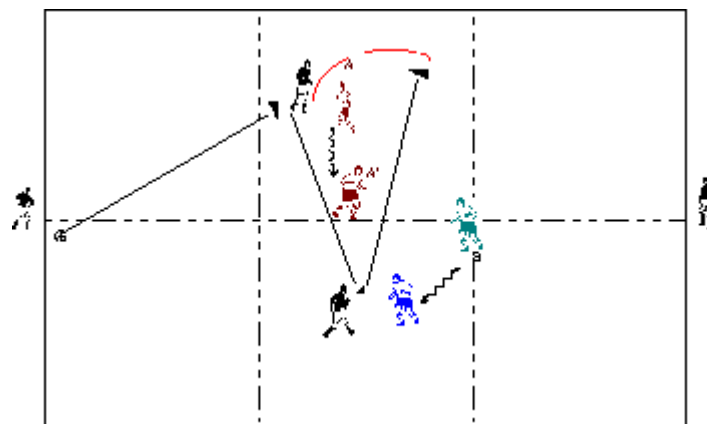
B3 trop loin pour intervenir. Risque de se retrouver à 2 contre 1 après élimination du partenaire.

Situation 2 : Attaquant X donne à attaquant Z. Défenseur A quitte son marquage pour venir en couverture de Défenseur B qui prend attaquant Z au marquage.



Les erreurs de placement à ne pas commettre

Le premier danger (a) c'est de voir le défenseur garder son marquage sur attaquant X. Mais le plus souvent, la tendance du défenseur est à suivre le ballon (a')



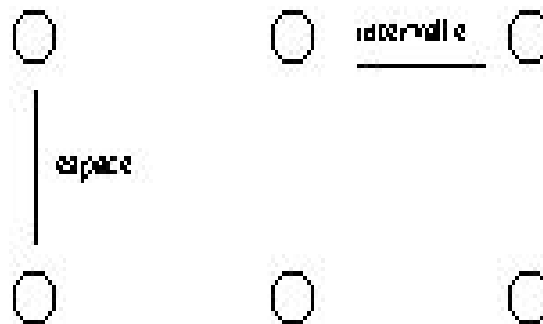
LA COUVERTURE DEFENSIVE EN ZONE (2/2)

Initiation à la défense de zone 3 contre 3 avec tentative de frappe au but

Situation de départ:

Le défenseur le plus près du receveur de balle (défenseur 2) effectue un marquage serré. Défenseur 5 a pour tâche à la fois de couvrir défenseur 2 et d'être prêt à intervenir sur attaquant Y.

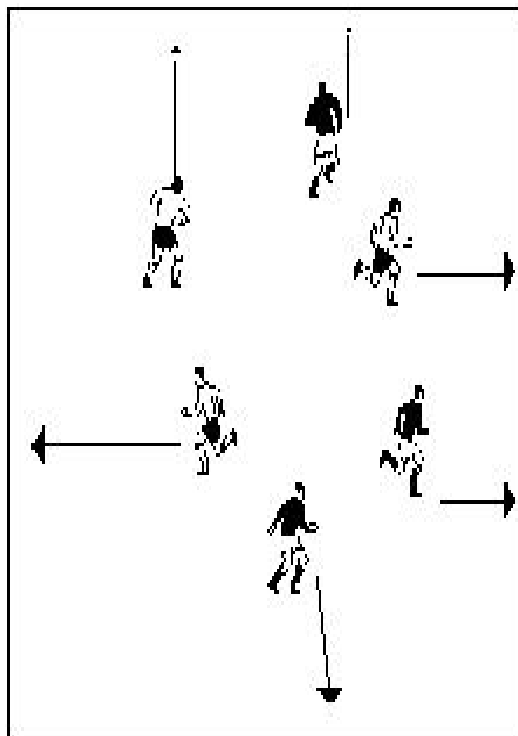
Défenseur 4 doit équilibrer sa défense en étant en position de pouvoir intervenir soit sur attaquant Y soit sur attaquant Z.



Situation 1 : passe de S à attaquant Z

Pendant le trajet de la balle, Défenseur 4 glisse au marquage serré de Attaquant Z. Défenseur 5 glisse en couverture de Défenseur 4 et prêt à intervenir sur Attaquant Y, occupant ainsi l'espace derrière attaquant Y.

Défenseur 3 assure l'équilibre de la défense tout en gardant un oeil sur attaquant X et occupant l'espace angulaire entre attaquant Y et Attaquant X

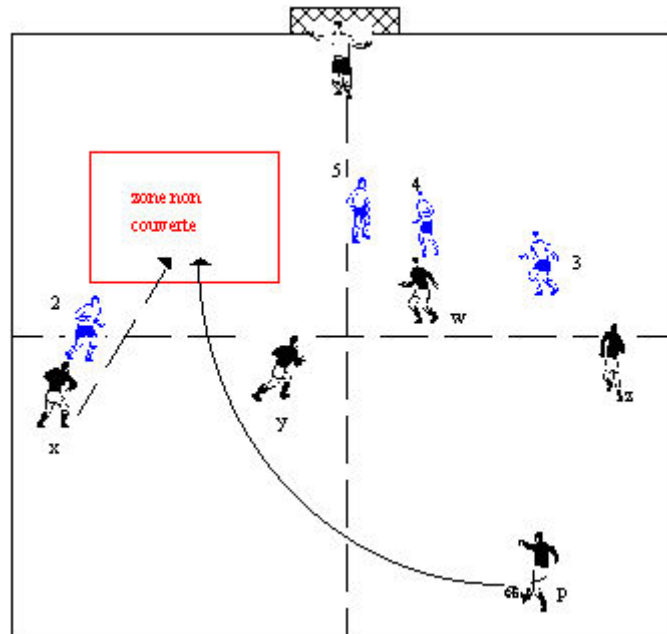


Situation à 4 contre 4

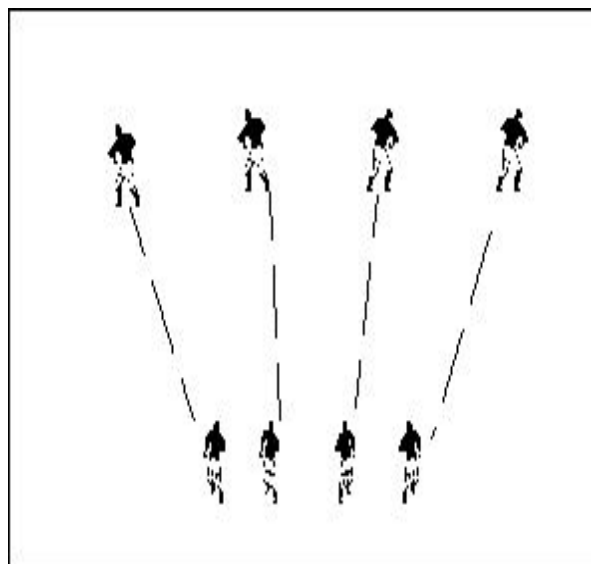
Erreur à ne pas commettre :

La position de Défenseur 5 en couverture directe de Défenseur 4 laisse une zone non couverte derrière l'attaquant Y tout en laissant celui-ci sans marquage.

Erreur à ne pas commettre : le marquage de défenseur 2 sur X loin de la balle ouvre une zone non couverte dans son dos.

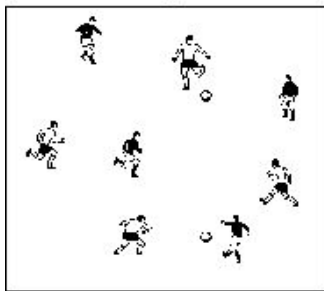


La figure suivante montre le placement correct des 2 joueurs

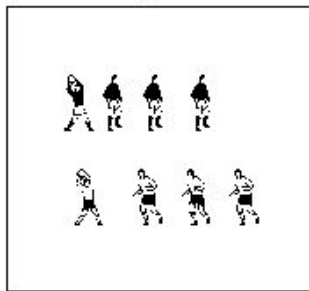


Situation B : Milieu P donne à attaquant X. Les défenseurs glissent vers le ballon.

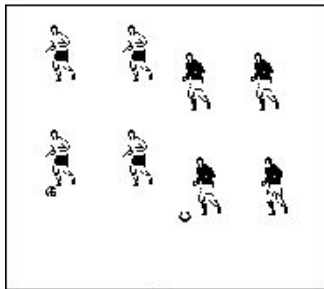
A



B



C



D

