

OPEN DE TOURS 2007- JUNIORS FRANCAIS

BILAN SPORTIF DU COACH

(Francis)

Vous avez montré beaucoup d'application et de sérieux sur et en dehors du terrain. Solidarité, intelligence et exemplarité doivent continuer à guider l'équipe des juniors français.

Au fil des matches, l'équipe est montée en puissance tout en restant très attentive. Le collectif et l'ensemble des joueurs continuent à progresser. Thomas et moi-même considérons que ce fut un premier WK de compétition bien négocié et plein d'enseignements.

Des consignes, des recommandations et des ajustements sont apparus nécessaires et mis en application. Ils constituent un capital d'expérience et d'expertise sur lequel l'équipe française va devoir s'appuyer pour poursuivre sa progression. En voici un rappel complet.

D'UNE FACON GENERALE

OBSERVEZ / ECOUTEZ / ANALYSEZ / CONTINUEZ A PROGRESSER

- Vous aller encore côtoyer des joueurs expérimentés durant ces championnats d'Europe. Ouvrez grand vos yeux et vos oreilles. Profitez de toute remarque qui vous sera donné.
- Entre vous, partagez votre expertise.
- N'hésitez pas à demander.

LA COMMUNICATION DES JOUEURS QUI SONT SUR ET EN DEHORS DU TERRAIN

- LE MENTAL DE L'EQUIPE JUNIORS DOIT GRANDIR ENCORE ET DEVENIR UNE RESSOURCE PREMIERE DANS LAQUELLE NOUS PUISERONT NOTRE CAPACITE A MAINTENIR NOTRE MEILLEUR NIVEAU DE JEU QUELLES QUE SOIENT LES CIRCONSTANCES.

- Une équipe ce n'est pas 7 joueurs qui sont sur le terrain, mais le collectif tout entier. Les joueurs sur le terrain doivent sentir et entendre qu'ils sont pleinement soutenus par leurs camarades sur la touche.
- C'est un moyen de rester mobilisé. L'équipe a besoin que tous les joueurs soient et restent à 100% concentrés durant toute la partie.

LA COMMUNICATION DES JOUEURS SUR LE TERRAIN

- Continuez à vous parler davantage sur le terrain pour vous encourager et vous guider dans le jeu.
- Vous devez parler fort pour être entendu et dans un vocabulaire directement accessible. « Recule » n'est pas assez précis. « Nico, recule 10m » l'est davantage.
- Vous avez compris que dans l'urgence, un ton directif est plus incisif et, d'un autre côté, ne doit jamais être compris comme un ton de reproche.

DONNEZ-VOUS DES AUTORISATIONS ...

... Pour élever votre niveau de jeu et réaliser ce que vous êtes potentiellement déjà capable de faire. Pas de prise de risque « suicidaire », c'est évident. Mais une prise de risque raisonnée, oui. Vous apprenez vite et vous devez faire profiter de votre expertise en évolution à l'ensemble de l'équipe.

PENSEZ MOYEN ET NON RESULTAT...

... Pour élever votre niveau de jeu.

PENSEZ POSITIVEMENT

- Au fil du tournoi, votre état d'esprit a changé.
- Au début du tournoi, quand l'équipe juniors a été dominée par la défense adverse (1^{er} match contre l'équipe de France Masters), elle s'est montrée capable de conserver le frisbee tout en donnant l'impression que le mental était « l'équipe va perdre le frisbee de toute façon ». Lors du second match contre les masters, au contraire, le mental était tout autre « on va finir par trouver l'ouverture et percer » – ce qui est souvent arrivé. C'était encore plus évident lors du dernier match.

GENEROSITE

- Un point extrêmement positif fut la volonté affichée et démontrée de se donner à 100% sur tous les points. Cela a permis à l'équipe de maintenir un niveau élevé de pression. L'équipe est capable de s'appuyer sur différentes organisations collectives plus ou moins coûteuse d'un point de vue physique et mental. Elle peut donc gérer.
- Ceci étant, c'est à vous de savoir quand il vous faut « couper le moteur » pour être de nouveau entièrement disponible. Tout comme il vous faut savoir sortir du terrain. La responsabilité se construit aussi dans la clairvoyance.

LUCIDITE

- Après un effort intense et prolongé (par ex. après une défense qui a duré et qui aboutit à la récupération du frisbee ou bien une longue course suivi d'un « catch » réussi, forcez-vous à une vraie « inspiration perceptive ». Vous pourrez reprendre des forces, maintenir un niveau technique important et jouer juste.
- Une équipe mature ne perd pas de disque juste après sa récupération

REGLEMENT

- Il y a eu peu de « calls » et tous ont été réglés rapidement sans élever la voix. C'est cet esprit qui doit continuer à habiter les juniors français.

TACTIQUE ET TECHNIQUE

La gestion des postes

- Sur l'engagement, en DEF, par convention, à droite du backback se trouvent les 1^{er} rideaux et à sa gauche les 2^{ème} rideaux .
- Sur l'engagement, en AT, handlers et middles doivent être identifiés.
- Chacun commence à bien connaître le(s) poste(s) dans le(s)quel(s) il se sent le plus opérationnel. Ce n'est pas forcément le même poste qu'il occupe en club ni même celui où il se sent le plus à l'aise. Ce n'est pas évident. Ceci étant, chacun a bien compris qu'il doit accepter tous les postes en fonction des besoins et des choix stratégiques décidés par le coach.

EN DEFFENSE

La défense de zone à plat

- Rôles des 1er rideaux ([télécharger le fichier](#))
- Rôles des 2^{ème} rideaux ([télécharger le fichier](#))
- Rôles du 3^{ème} rideaux backback : c'est lui qui dirige le deuxième rideaux. Il doit se faire entendre.

La défense individuelle

- Elle nous a permis de récupérer des disques parce que l'ensemble des joueurs étaient présents à 120% . Il faut avoir un mental d'acier et être persévérant dans son effort. Les joueurs sur la touche doivent être présents, davantage peut-être, dans ces moments là.

La défense sur le marqueur

- Soyez actif avec vos jambes et équilibré, gagnez du volume (ratissez avec les bras), montrez que vous ne lâchez rien et que votre espace potentiel de défense est important (PLUS DE STATUT).

La défense sur le futur réceptionneur

- Il y a eu des plongeurs qui nous ont permis de repousser les limites de l'espace d'interception.
- Vous impressionnez et en même temps vous placerez la barre plus haut pour le lanceur adverse qui pourrait hésiter à faire la passe une prochaine fois ou à prendre plus de risque.

EN ATTAQUE

Le lanceur

- La première intention après la réception doit être de chercher une solution devant (courte ou longue suivant votre expertise).
- Le lanceur compté huit et qui n'a pas de solution doit prendre la décision d'éloigner le plus possible le frisbee de sa zone d'en-but. C'est un choix tactique tout à fait acceptable.
- il faut continuer à « travailler » activement le marqueur et enrichir votre technique de passe (ex. : la passe au dessus de l'épaule) ou de fixation.

Les appels des AT

- Ouvrez toujours vos appels ce qui vous éloigne du DEF qui vous suit de près et donne plus de sécurité à la passe du lanceur.

Remplacement des middles après leur appel

- Replacez-vous dans la ligne systématiquement derrière un, voire deux, de ses camarades. Cela permet de dégager de l'espace exploitable pour d'autres appels, tout en permettant une récupération active.

Les passes

- Un joueur est une solution de passe, la passe est déclenchée. Poursuive encore et toujours dans cet esprit. Pas d'hésitation. Cela construit une dynamique de fluidité.
- Plus le niveau adverse s'élèvera, plus la pression défensive subite sera importante. Le lanceur doit s'attendre à devoir « lâcher » des disques sur des partenaires « serrés » de très près. C'est OK. La finale mixte entre l'équipe nationale belge et l'équipe nationale française est un bel exemple de là vers quoi les juniors doivent tendre.

Les réceptions

- les quelques interceptions adverses doivent rappeler à l'ensemble de l'équipe qu'il faut toujours aller ACTIVEMENT vers le frisbee pour le « catcher ».
- Marquer en une passe de plus c'est toujours mieux que de perdre le disque.

Attaque avec deux handlers face à une défense de zone à plat

- Les middles ont eu tendance à vouloir être près de leurs handlers ce qui a facilité la tâche de la DEF adverse.

- Pour remédier, un seul middle court doit traîner entre les deux rideaux défensifs. Les autres middles doivent s'éloigner du frisbee pour faire reculer le 2^{ème} rideaux défensifs.

Attaque avec trois handlers face à une défense de zone à plat

- Entre les 3 handlers, le frisbee circulait bien jusqu'au bout. Cependant...
- Il est arrivé très souvent que le handler latéral soit en avance sur son DEF directe. La progression le long de la ligne aurait pu se faire si les middles avaient davantage anticipé la réussite du swing des handlers et proposé des solutions sur les côtés.

Les longues

Le travail d'articulation entre l'AT profond et le lanceur doit se poursuivre.
Posséder le jeu long c'est créer de l'incertitude (choix entre jeu long et court).

EN ATTENDANT L'EURO 2007

- Dans la mesure du possible, faites le plus complètement le programme de préparation physique. Lancez le frisbee.
- Etudiez le règlement et n'hésitez pas à nous questionner.