

Nom de la fiche	Ardecche	
Type de fiche	COLLECTIVE	ATTAQUE
Zone de jeu	Sur la longueur : <ul style="list-style-type: none"> • Verte • Jaune 	Sur la largeur : <ul style="list-style-type: none"> • Ailier + lien + centre
Techniques requises	<ul style="list-style-type: none"> • Prise de Touch offensive une main • Rollball • Prends pour moi 	
Niveau	<ul style="list-style-type: none"> • Débutant 	
Description courte		
Rédacteur(s)	<ul style="list-style-type: none"> • Sébastien Chassande-Barrioz, chassande@gmail.com 	
Version	1.0	
Statut de la fiche	BROUILLON	
Date de dernière modification	Le 14/03/2012	

I DESCRIPTION DE LA TECHNIQUE

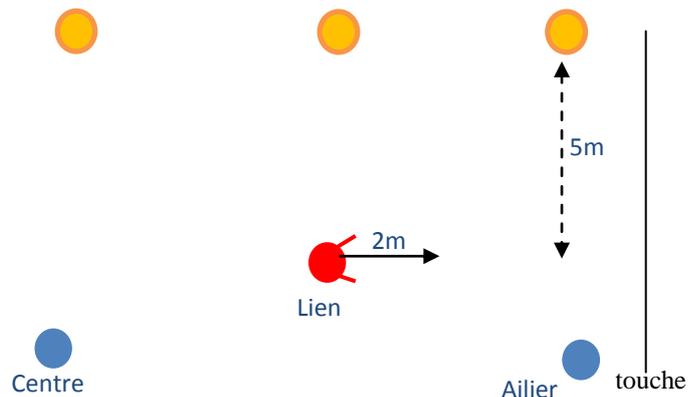
I.1 Objectifs

- Combinaison d'attaque basée sur l'apport d'un sur nombre venant de l'aile

I.2 Description

Étape 1 :

Le lien est en possession du ballon. Il effectue une course en travers vers l'ailier sur une distance de 2m. Tout le corps (hanches et épaules) est orienté vers l'ailier. Puis il effectue une feinte de passe à l'ailier.

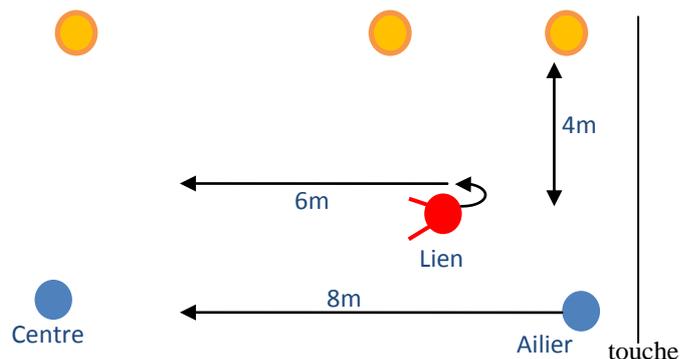


Point clé : L'étape 1 sert à déplacer le défenseur lien vers l'extérieur. Si le lien attaquant ne fait qu'une simple feinte de passe à l'ailier sans se déplacer alors le lien adverse ne se met pas en mouvement et ne sera fixé qu'un trop court instant.

Étape 2 :

Après la feinte de passe du lien :

- Le lien fait demi-tour (vers l'avant pour toujours regarder la défense). Il court en travers en direction du centre.
- L'ailier court en travers pour aller redoubler le centre plus tard.

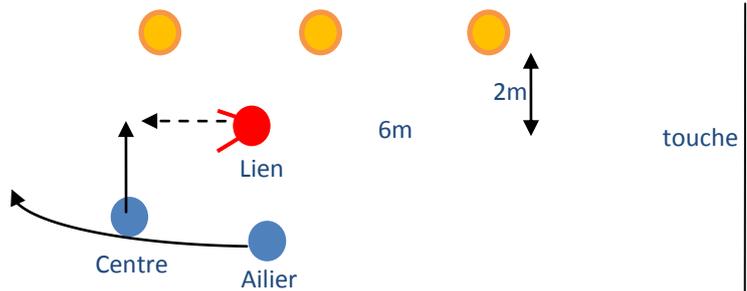


Points clés :

- Dans l'étape 2 le lien doit porter le ballon au plus près du défenseur centre. L'objectif est de faire croire que c'est le lien qui va prendre le Touch alors qu'en vérité il va faire la passer puis être ½.
- La feinte de passe est l'élément déclencheur de la course de l'ailier. C'est ce qui indique la combinaison. Il est fortement conseillé que la combinaison soit annoncée par le lien au préalable.

Étape 3 :

1. Le centre se place légèrement décalé à gauche par rapport à son vis-à-vis. Il court droit.
2. Le lien fait la passe au centre.
3. Le centre va prendre le Touch main droite sur son vis-à-vis.



Point clé : Le positionnement de l'attaquant centre sert après le rollball pour protéger le jeu par la suite. L'usage de la droite pour le Touch (et donc le posée de la gauche) permet de :

- Protéger le ballon par rapport au défenseur.
- Maintenir le défenseur du côté opposé où le jeu va se dérouler.

Étape 4 :

Après le rollball le centre avance droit pour protéger du retour du défenseur. Deux solutions possibles :

- Le lien fait $\frac{1}{2}$ et passe le ballon à l'ailier qui attaque l'intervalle entre les deux défenseurs centraux. Sa course doit être droite (pas en travers) afin de garder de la place à gauche pour ses partenaires.
- Le lien scoop ($\frac{1}{2}$ dynamique main droite) dans l'intervalle entre les deux défenseurs centraux. L'ailier se décale dans l'intervalle suivant entre le lien et le centre. Le trio de gauche se décale aussi.



Point clé : Le point crucial est le placement/déplacement de l'attaquant centre par rapport au défenseur centre. L'attaquant doit avancer en ajustant sa vitesse de course sur celle du défenseur. La meilleure solution est de coller le défenseur pour sentir son rythme de déplacement et ainsi mieux adapter son propre déplacement. L'objectif est d'empêcher le retour du défenseur dans la zone de jeu (la gauche) sans commettre de faute. Ainsi l'attaquant n'est pas autorisé à :

- Changer de direction pour se mettre dans la course du défenseur
- Pousser le défenseur
- Bloquer le défenseur

En revanche il peut continuer de courir selon un même axe (pas de changement de direction) selon la vitesse désirée (pas forcément constante).

Ainsi par son placement/déplacement le centre protège ses partenaires. S'il ne l'effectue pas correctement en se replaçant sur la droite ou en délaissant le défenseur la défense va naturellement glisser vers le grand côté et réduire les chances de surnombre.

OU UTILISER CETTE TECHNIQUE ?

Cette technique se pratique en principe avec les 3 joueurs d'un même côté (ailier, lien et centre) car le « redoubleur » doit être très rapide (en règle général les ailiers). Cette technique s'applique en zone verte et parfois en zone jaune. C'est donc une combinaison ou un lancement de jeu à 5m. La technique

s'applique sur le trio de droite ou le trio de gauche. Si la technique est effectuée par le trio de droite, à la fin du mouvement, les passes seront effectués vers la gauche qui est, en règle générale, le coté le plus facile pour les droitiers (majorité des joueurs).

Important : Le Touch doit être pris le plus possible dans la partie droite du terrain afin maximiser l'espace disponible pour jouer à gauche. L'espace perdu sur le coté de l'ardèche manquera de l'autre coté pour conclure l'attaque. La prise de Touch doit être effectuée à environ 12m de la ligne de Touch (et à 7m de la ligne d'essai si zone verte). L'ailier est collé à sa ligne de Touch au départ de l'action.

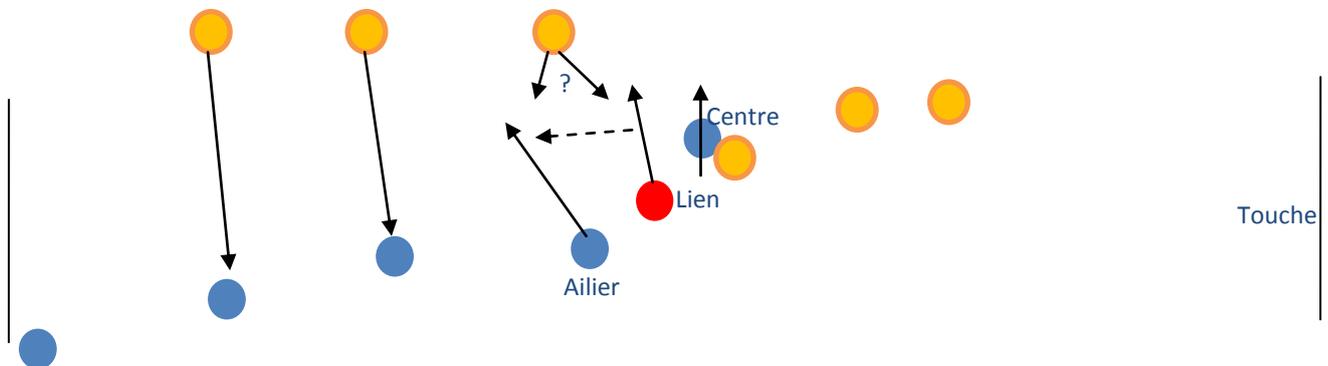
Afin de maximiser les chances de réussites les attaquants se séparent nettement en deux trios (trio de gauche et trio de droite) afin de créer volontairement un espace au centre. Plus l'espace sera important plus tôt le défenseur centre droit devra faire le choix de venir aider son centre gauche ou de garder son vis-à-vis. L'espace crée au centre sera occupée par l'ailier à la fin du mouvement.

Lors de l'application de cette technique, certains joueurs ont tendance à revenir jouer du coté initial du mouvement. Le problème vient d'un manque de place disponible pour finir l'attaque ou d'une anticipation forte de la part de la défense.

QUE SE PASSE T IL SUR LES 5M ?

Sur leur zone rouge la défense devrait défendre petit coté et fermer (shutdown). Si elle applique ce principe, le défenseur centre va se replier sur le petit coté (sa gauche). Le trio de gauche effectue un shutdown sur le ½ (lien droit), sur le centre gauche et sur le lien gauche attaquants. L'apport d'un joueur supplémentaire (l'ailier droit) vient troubler le shutdown. Après avoir fixé le le 1^{er} joueur du shutdown, le ½ a deux solutions intéressantes :

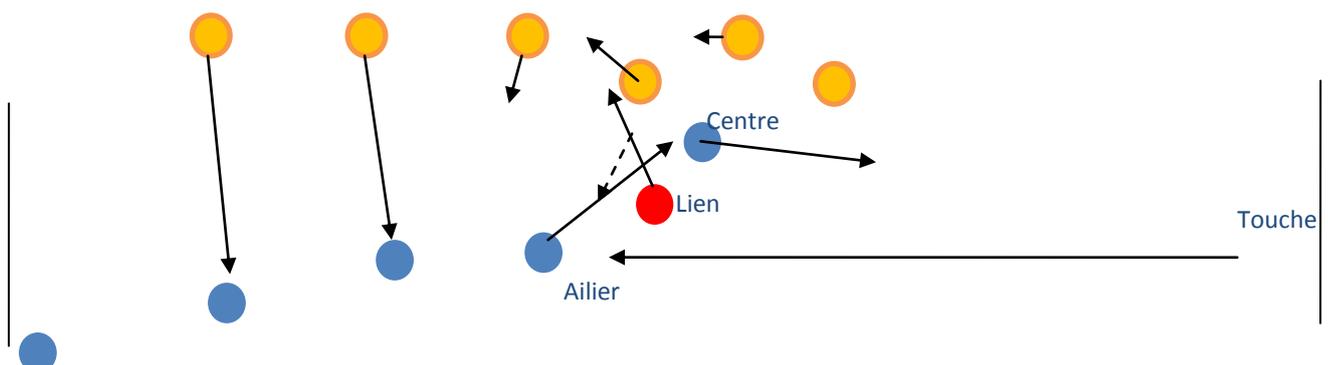
- La passe à l'ailier « redoubleur » venant de la droite
- La longue passe à l'ailier gauche normalement laissé libre par le shutdown.



QUE SE PASSE T IL SI LA DÉFENSE ANTICIPE LE DÉPLACEMENT DE L'AILIER?

Si les défenseurs reconnaissent la technique alors :

- Les défenseurs centre gauche et lien gauche peuvent décider de se placer et se replacer grand coté pour anticiper le mouvement. Dans ce cas là il convient d'exploiter le petit coté par exemple par une passe croisée entre le lien et l'ailier (nouveau centre).



II ENSEIGNER

L'objectif de ce chapitre est d'expliquer comment enseigner la technique à des joueurs de Touch lors d'un entraînement

II.1 Les étapes

L'apprentissage de l'ardèche nécessite les prés requis suivants :

- Prise de Touch offensive à une main
- Effectuer un rollball

L'apprentissage se fait en cinq étapes :

- Étape 1 : L'apprentissage de la technique a l'aide des cônes définissant les déplacements. Au fur et à mesure de l'étape, l'entraîneur enlève les cônes.
- Étape 2 : L'ajout d'un seul défenseur pour travailler la prise de touch et la protection post-rollball.
- Étape 3 : Le travail à égalité numérique avec des défenseurs naïfs
- Étape 4 : Adaptation de l'attaque à une anticipation du mouvement par la défense
- Étape 5 : Mise en situation réelle

Ces étapes sont réalisées chacune au moins 2 fois (2 séances).

II.2 Étape 1 : La base

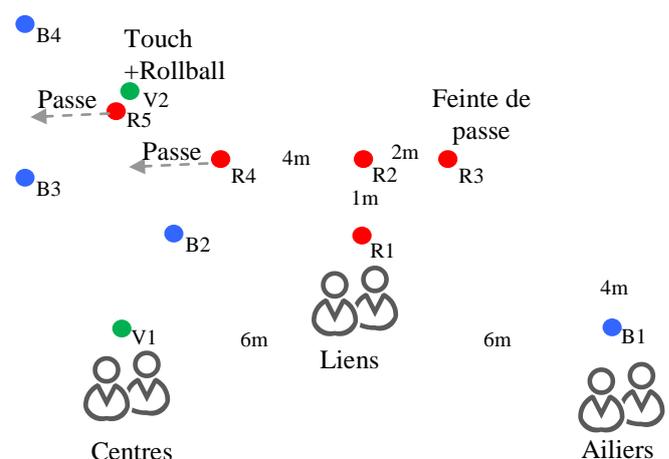
Matériel nécessaire	4 cônes rouges, 4 cônes bleus, 2 cônes verts 1 ballon pour 3 joueurs	Min/Max participant	3 / 24
Surface de pratique	15m x 15m	Durée	15min

II.2.1 Objectifs de l'étape

L'objectif de l'étape est d'apprendre la base du mouvement et le timing de l'ailier.

II.2.2 Plan de la zone

Le plan ci-contre décrit l'atelier. Il y a trois files d'attente : vert, rouge et bleu. Les joueurs de la colonne du milieu (rouge) sont les porteurs de balle au départ de l'action. Les verts et les bleus sont placés en profondeur par rapport au porteur de balle.



II.2.3 Description de l'exercice

L'exercice s'effectue en trinôme (vert, rouge, bleu) et se déroule ainsi:

- Le lien (joueur en R1), en possession du ballon avance jusqu'au cône R2
- De R2, le lien part à droite jusqu'au cône R3.
- Arrivé à R3 le lien effectue une feinte de passe en direction de son ailier
- Puis le lien fait demi-tour en direction du cône R4.
- Après le demi-tour du lien, l'ailier court en direction du cône B2.
- Arrivée au cône R4, le lien effectue une passe sèche à hauteur pour le joueur centre.

- Le centre va prendre un Touch sur le cône V2 et effectue un rollball. Le lien, en tant que $\frac{1}{2}$ peut au choix faire la passe à l'ailier lorsqu'il va du cône B3 à B4 ou partir en $\frac{1}{2}$ dynamique (scoop).

Avant le démarrage de l'atelier, l'entraîneur doit faire la démonstration du mouvement en tant que lien. Il utilisera 2 joueurs en tant (ailier + centre). La démonstration doit être répétée 2 fois afin de préciser le déplacement, les positions et le timing des actions (utiliser les cônes).

Il est conseillé à l'entraîneur de se placer sur le cône V2 afin de simuler le défenseur. Le centre prend le Touch sur l'entraîneur au niveau de la hanche et avec la bonne main (la main droite sur le schéma ci-dessus). L'entraîneur peut ainsi contrôler la prise de Touch et délivrer facilement des conseils sur l'exécution du mouvement général.

Point d'attention : Les liens (rouge) ne doivent pas prendre pas un départ plus en retrait que le cône R1. Les joueurs ont tendances à vouloir prendre plus d'élan et donc se reculer pour partir de plus loin. En faisant cela, ils prennent l'habitude d'avancer pour faire le mouvement alors qu'au contraire le déplacement est très latéral. Cette mauvaise habitude se traduira sur le terrain par une proximité trop forte de la défense empêchant le déroulement du mouvement jusqu'à son terme ou la provocation d'un Touch N Pass.

Cet atelier doit être exécuté dans l'autre sens (symétrie vertical par rapport à la colonne des liens).

II.2.4 Évaluation de la maîtrise du geste

Les points à observer sont :

- La fluidité du mouvement
- Le lien ne doit pas se contenter d'une feinte de passe. Il doit se déplacer vers l'ailier puis faire une feinte de passe, puis faire demi-tour. L'objectif de la première course latéral est d'emmener le défenseur vers l'aile.
- La course du lien est très en travers et n'avance peu ou pas dans le terrain. Dans le cas contraire, il n'aura pas le temps d'effectuer le retour vers le centre.
- L'ailier ne doit pas partir trop tôt (anticipation du mouvement). L'ailier part après le demi-tour du lien.
- Le lien doit s'approcher près du centre pour faire la passe au dernier moment. Avant la passe au joueur centre, la défense ne devrait savoir qui, du lien ou du centre, va prendre le Touch.
- La prise de Touch du centre est effectuée du côté du défenseur permettant de l'écarter à l'opposé d'où l'attaque va jouer.

II.2.5 Deuxième séance

Lors de la deuxième séance, les cônes guidant les trajectoires doivent être enlevés après un ou deux tours (chaque trinôme est passé 1 ou 2 fois). On ne garde que les cônes de départ (V1, R1, B1).

Sans les cônes, le lien va avoir tendance à avancer plus dans le terrain et donc à se rapprocher de la défense. Le retour du cône R4 peut être nécessaire temporairement.

II.3 Étape 2 : Avec un défenseur sur le Touch

Matériel nécessaire	3 cônes rouges, 2 cônes bleus, 2 cônes verts 1 ballon pour 3 joueurs	Min/Max participant	3 / 24
Surface de pratique	15m x 15m	Durée	15min

II.3.1 Objectifs de l'étape

L'objectif de l'étape est d'apprendre la prise du Touch et la protection du jeu par le toucheur.

II.3.2 Plan de la zone

Le plan ci-contre décrit l'atelier. Il est quasiment identique à celui de l'étape 1. Seuls les cônes essentiels ont été gardés. Une quatrième file d'attente est introduite : La file des défenseurs sur le Touch qui se place sur le cône V2/R5/J1.

Une ligne de hors-jeu est introduite. Elle est placée 6m derrière le cône V2/R5.

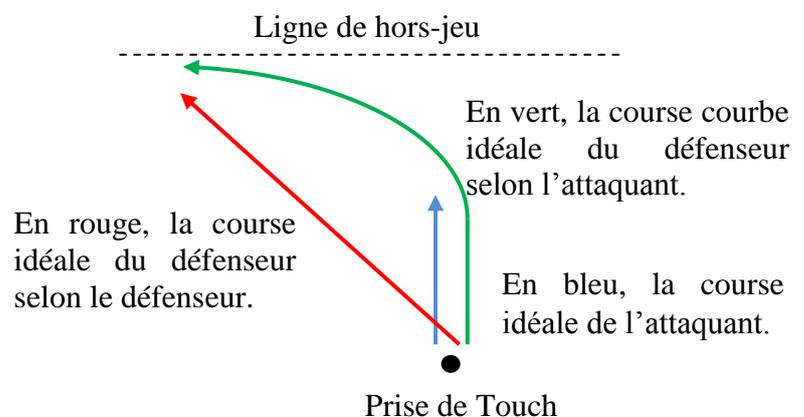
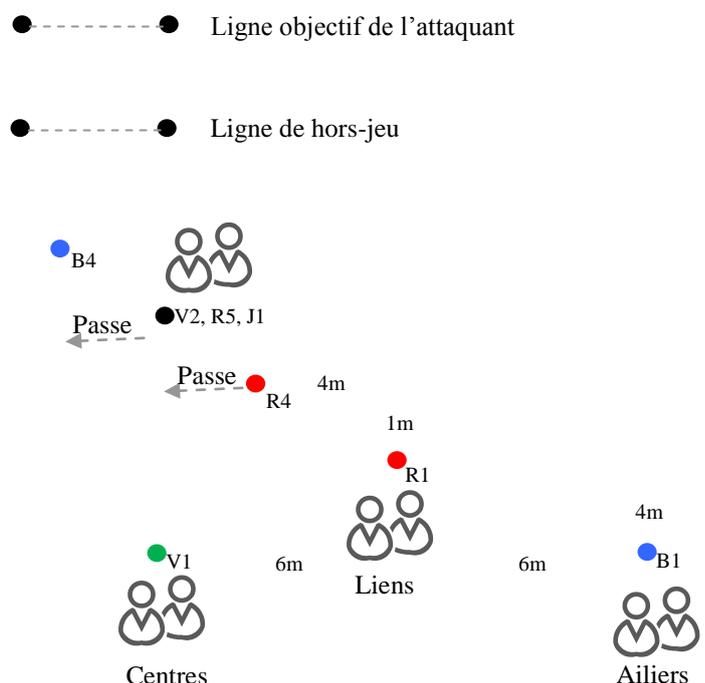
II.3.3 Description de l'exercice

L'exercice s'effectue de la même manière que l'étape 1. Une personne doit occuper tous les rôles successivement : Ailier puis Lien puis Centre et enfin Défenseur.

Pendant les 3 premières minutes le défenseur est « naïf ». Il ne cherche pas à partir vers sa droite après le Touch. Cette période tient plus du rappel de la technique pour tout le monde.

Ensuite, le défenseur doit chercher à prendre un axe de recul diagonal vers sa droite. Son objectif est d'aller toucher le porteur une fois remis en jeu. L'objectif de l'attaquant est de ralentir de façon légale le défenseur en lui faisant parcourir un plus long chemin. Ainsi l'attaquant doit prendre le Touch sur le coté et continuer sa course tout droit. Par son placement et l'ajustement de la vitesse de sa course sur celle du défenseur, APRES le Touch, l'attaquant doit empêcher le défenseur de revenir en jeu via une course diagonale directe. Le Toucheur doit obliger le défenseur à le contourner.

Pour bien protéger, il faut coller le défenseur. Cependant il est interdit de passer derrière le défenseur pour lui bloquer le recul.



Dans l'exécution de l'exercice, le défenseur NE doit PAS anticiper le Touch et reculer avant le Touch. Afin de ne pas rendre l'exercice impossible pour l'attaquant, le défenseur ne doit pas chercher à prendre le Touch de face ou décalé sur l'autre coté. En effet le défenseur sait ce qu'il va se passer et pourrait facilement annihiler l'attaque grand coté.

II.3.4 Évaluation de la maitrise du geste

En plus des points des points identifiés dans l'étape 1, les points à observer sont :

- Le toucheur offre une protection efficace permettant au nouveau centre d'atteindre la ligne de hors-jeu très en avance par rapport au défenseur.
- Le toucheur ne change pas de ligne de course
- Le toucheur reste à la même hauteur que le défenseur
- Le défenseur est obligé de contourner l'attaquant en faisant un plus long chemin

II.4 Étape 3 : Avec 3 défenseurs

Matériel nécessaire	7 cônes noirs, 1 cône rouge 1 cône bleu, 1 cône vert 1 ballon pour 6 joueurs	Min/Max participant	6 / 24
Surface de pratique	24m x 15m	Durée	15min

II.4.1 Objectifs de l'étape

L'objectif de cette étape de pratiquer la technique en condition quasi réelle. Ainsi 3 défenseurs sont mis en opposition aux 3 attaquants. Cependant les défenseurs ne cherchent pas à anticiper la technique d'attaque. Cette étape permet aux attaquants de visualiser et d'appliquer la technique dans une situation similaire à une situation de jeu.

II.4.2 Description de l'exercice

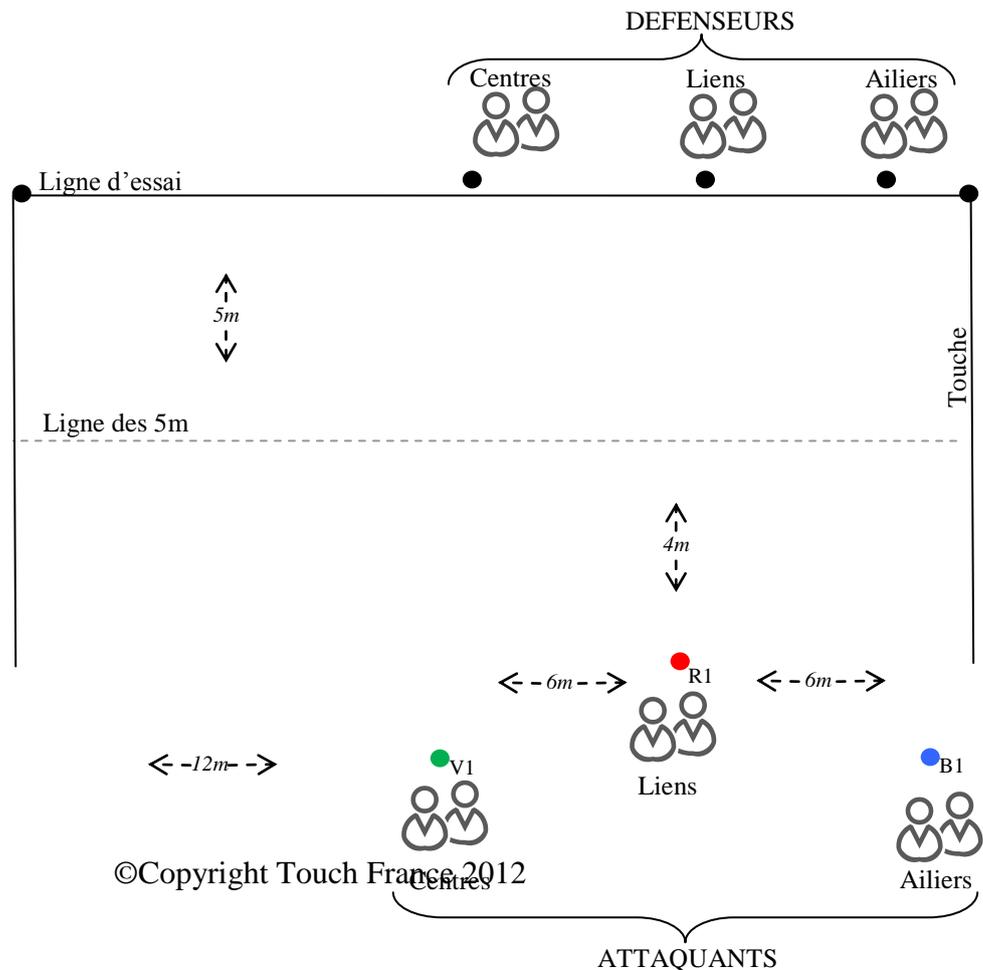
Les joueurs se répartissent en trinôme.

Alternativement les trinômes effectueront une attaque puis une défense.

Un trinôme attaquant effectue la technique pour marquer un essai tandis que le trinôme en défense tente de parer la technique sans l'anticiper.

La zone de jeu est située sur la zone des 5m d'une ligne d'essai et sur le bord de touche.

Dans cette étape, il n'y a plus de cônes pour représenter le parcours des joueurs. Seuls les cônes de départs des attaquants et



des défenseurs sont mis en place.

La technique doit être travaillée dans les deux sens : vers la gauche et vers la droite (ailier gauche, lien gauche, centre gauche).

Consignes pour la défense :

- Ne pas empêcher l'attaquant de prendre le touche de manière décalée (avec la main droite).
- Ne pas reculer avant le Touch

II.4.3 Évaluation de la maîtrise du geste

En plus des points des points identifiés dans les étapes précédentes, les points à observer sont :

- L'ailier arrive t il à marquer dans l'espace central ?

II.5 Étape 4 : Avec 3 défenseurs qui anticipent

Matériel nécessaire	4 cônes noirs, 2 cônes rouges 3 cônes bleus, 1 cône vert 1 ballon pour 4 joueurs	Min/Max participant	4 / 24
Surface de pratique	10m x 10m	Durée	15min

II.5.1 Objectifs de l'étape

L'objectif de cette étape de pratiquer partiellement la technique avec une opposition de 3 défenseurs reconnaissant la technique et anticipant le surnombre grand coté. L'attaque va apprendre à reconnaître et à s'adapter à cette anticipation.

Dans une défense un peu expérimentée le centre et le lien s'aperçoivent de la course de l'ailier venant apporter le surnombre. Ils peuvent cesser de protéger le petit coté et se placer/replacer vers le grand coté.

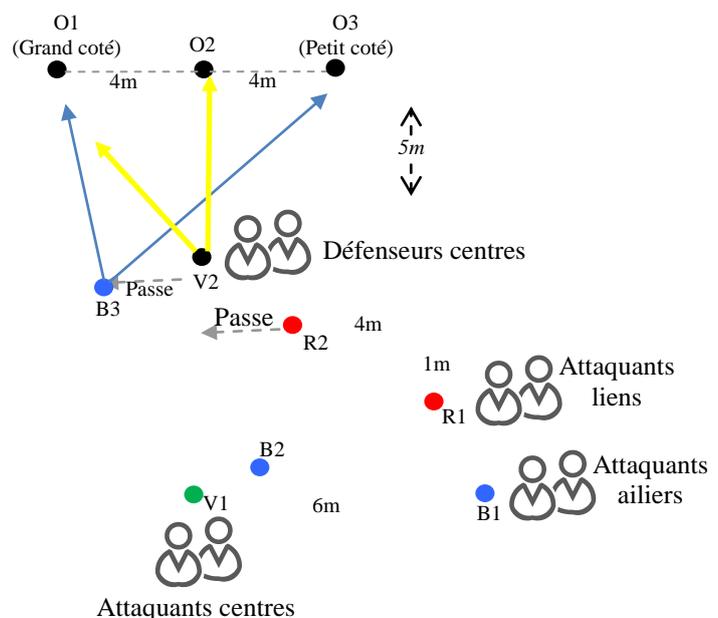
II.5.2 Description de l'exercice

Dans cet exercice, l'ailier, qui est venu au centre, va apprendre à faire un choix de course en fonction du remplacement du remplacement du défenseur centre gauche.

Afin de travailler spécifiquement la fin du mouvement, l'exercice occulte volontairement la phase initiale contenant la feinte de passe.

Déroulement :

- R1, B1, V1 sont respectivement les points de départ des attaquants liens, ailiers et centres.
- Le lien est en possession du ballon initialement.
- Le lien va au cône R2 effectuer une basse au centre qui se sera lancé en même temps que lui.
- Le centre va prendre le Touch en V2 sur le défenseur centre et tente de protéger le grand coté.
- Le défenseur centre anticipe la technique et choisit de se replacer sur le cône O1 (=Objectif 1). Lors de la prise de Touch il se met délibérément du grand coté pour éviter de se faire bloquer par l'attaquant qui va effectuer le Touch.



- Le centre effectue le rollball et le lien, en tant que $\frac{1}{2}$, passe le ballon à l'ailier venu apporter le surnombre.
- Le défenseur choisit (choix imposé pour l'instant) de se replacer sur le cône O1. L'ailier attaquant (nouveau centre) doit alors aller marquer sur le cône O2 ou le cône O3.

L'objectif de l'attaquant est d'aplatir sur le cône sans se faire toucher. Tant qu'il est hors jeu, le défenseur NE peut PAS changer d'axe de course pour aller toucher l'attaquant (Règle du Touch).

Après plusieurs passages, l'entraîneur donne maintenant la liberté au défenseur de choisir son cône de remplacement : O1 ou O2. L'ailier en possession du ballon doit s'adapter au choix du défenseur :

- Si le défenseur se replie en O1 alors l'attaquant va marquer en O2 ou O3
- Si le défenseur se replie en O2 alors l'attaquant va marquer en O1.

Sur le schéma ci-dessus, les flèches en jaunes représentent les deux choix de replie du défenseur tandis que les flèches en bleu représentent les deux possibilités pour l'attaquant.

Points importants :

- L'attaquant centre doit se replacer sur le petit côté pour offrir une solution et « occuper » les défenseurs liens et ailiers.
- Pour marquer l'attaquant peut être amené à plonger (façon Touch).

Variantes possibles :

1. Afin de tromper le défenseur, l'attaquant ailier venu apporter le surnombre peut commencer à courir vers le cône O1 puis changer brusquement de direction vers le cône O2.
2. Afin de tromper le défenseur, le lien qui fait $\frac{1}{2}$ peut partir vers le cône O1 puis effectuer une passe croisée avec le nouveau centre.

II.5.3 Évaluation de la maîtrise du geste

L'évaluation de la maîtrise se fait sur les points suivants

- L'attaquant a-t-il choisi la cible opposée à celle du défenseur ?
- L'attaquant a-t-il marqué avant de se faire toucher ?
- L'attaquant a-t-il pris sa décision suffisamment tôt pour avoir assez de temps pour marquer ?

II.6 Étape 5 : Situation réelle

Matériel nécessaire	5 cônes noirs, 1 cône rouge 1 cône bleu, 1 cône vert 1 ballon pour 6 joueurs	Min/Max participant	4 / 24
Surface de pratique	24m x 12m	Durée	15min

II.6.1 Objectifs de l'étape

L'objectif est de dérouler le mouvement dans son intégralité face à une défense réelle (n'ayant pas de consigne).

II.6.2 Mise en situation réelle

Dans cette ultime étape, la défense n'a d'autre consigne que de respecter les règles du Touch. L'attaque doit tenter de marquer sur la ligne d'essai en appliquant la technique et en s'adaptant aux réactions de la défense.

