

## **techniques de tirs a l'avant - partie 2**

### **1 - direction**

**a - tir long**

**b - tir court**

**c - tir droit**

### **2 - feintes**

**a - aile ou sur place**

**b - roulette avec appel**

**c - appel dans un jeu en mouvement**

**d - aller-retour et plus avec combinaisons  
impulsion/glissé/écrasé**

**e - moulinets et dérivés**

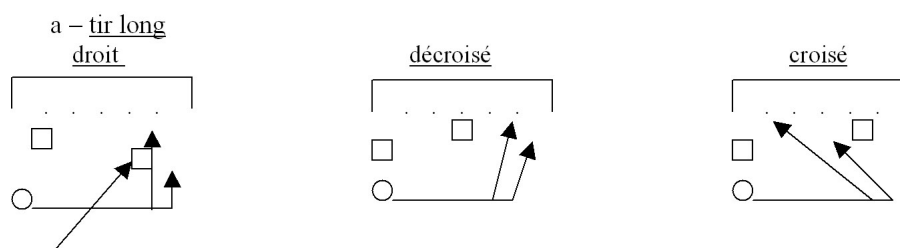
**f - deux temps**

**g - injections**

Préambule : Ce thème est particulier. Il propose dans un premier temps des entraînements à effectuer en terme de précision sur les directions des différents tirs. La deuxième partie présente les feintes les plus courantes auxquelles il peut également être intéressant de s'entraîner. En terme d'entraînements, on peut par exemple se fixer un quota de tirs à effectuer puis noter le ratio tirs réussis/tirs réalisés. En conservant ces ratios, on peut évaluer sa progression à chaque fois qu'on renouvelle l'entraînement.

### **1 - direction**

Par souci de simplification, on suppose dans tout ce qui suit que la balle est, avant le tir, arrêtée au 1<sup>er</sup> poteau en position tirée.



Joueur arrière à fond en garde normale ( le tir à fond est alors appelé “L” ou “équerre” ).

L'avantage de posséder ce tir est qu'on rend le défenseur en garde normale complètement inutile. On ne s'occupe plus que du gardien avant le tir.

L'inconvénient de ce tir est qu'on peut le goaler avec le défenseur à fond en garde normale. En revanche, à vitesse de bras égale, il est plus rapide que l'équerre puisque la balle est frappée plus tôt.

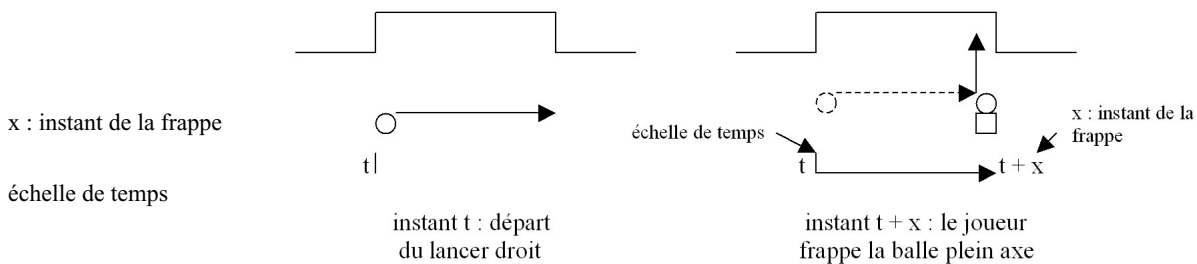
Le tir long croisé peut devenir primordial du moment que le défenseur en garde normale est fixé à cause d'un éventuel sur place. Dans ce cas, on ne se soucie plus que du gardien.

## Thème 9 - technique de tirs à l'avant - partie 2

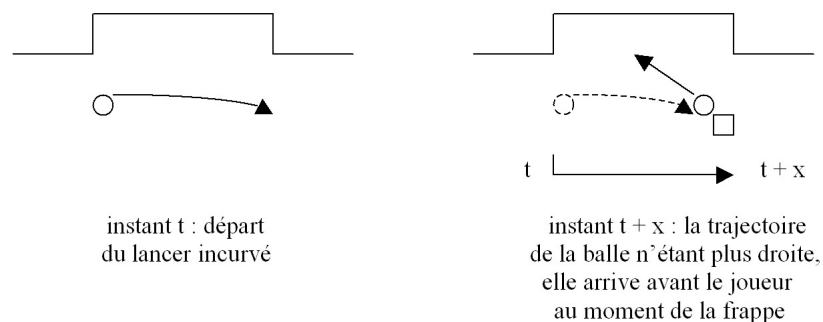
Pour ce dernier tir (croisé), il peut d'ailleurs être intéressant d'utiliser un lancer de balle différent du tir long droit. Comme il a été vu au N.B. de l'entraînement VIII – Techniques de tirs à l'avant 1<sup>ère</sup> partie – 2 – Caractéristiques du lancer, on peut effectuer un lancer droit ou légèrement incurvé :



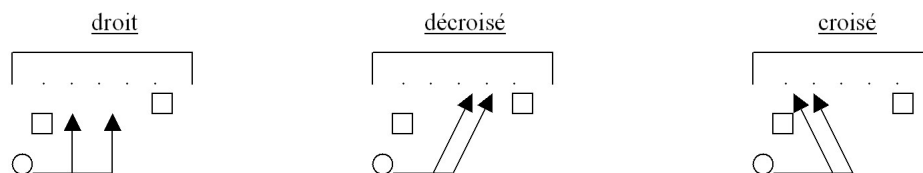
Imaginons, à un instant  $t$ , qu'on effectue un lancer droit pour faire un tir long et droit. Le moment de la frappe de balle va s'effectuer à un moment  $t + x$ . Si le tir est réussi, la balle est donc logiquement frappée plein axe à l'aide du joueur :



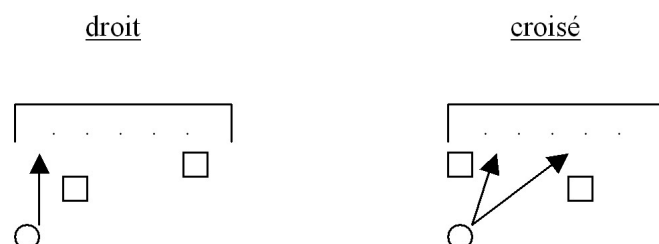
Si, maintenant, on effectue exactement le même geste avec la même vitesse de bras mais avec un lancer légèrement incurvé, alors à l'instant  $t + x$ , la balle ne sera pas exactement arrivée plein axe au moment de la frappe. Le tir va alors croiser :



### b – tir court



### c – tir droit en roulette, aile ou sur place



## Thème 9 - technique de tirs à l'avant - partie 2

Dans le cas d'un tir en roulette, il est important de l'effectuer comme il l'est expliqué à l'entraînement VIII – Techniques de tirs à l'avant 1<sup>ère</sup> partie 1- Positionnement de main et de corps.

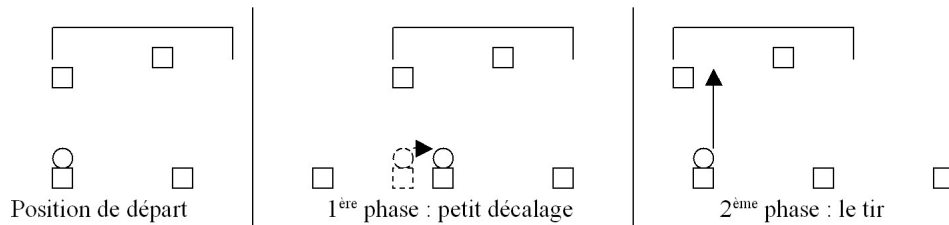
### 2 - feintes

#### a – aile ou sur place

On considère l'aile ou le sur place comme des feintes du moment qu'ils sont exécutés dans le but de faire partir le gardien et non pas lorsqu'ils sont employés comme des tirs droits quand il y a le trou (alors similaires à une roulette droite). Le départ de l'aile ou du sur place doit donc être semblable à celui de notre tir long.

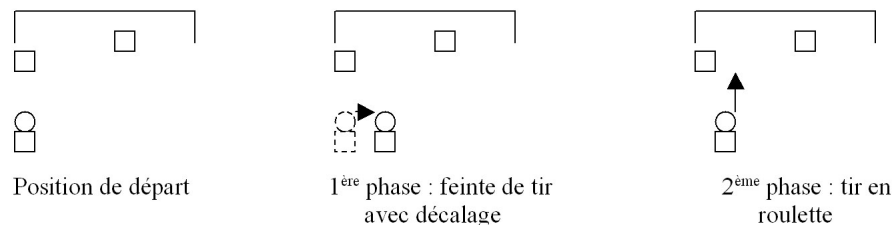
€avec appel : avant d'effectuer l'aile ou le sur place, on alerte le goal adverse par un signe qui peut être un écrasement de balle ou une petite impulsion. Notre tir long devrait alors être effectué avec le même appel.

€décalé : s'applique généralement à l'aile seule. On exerce un léger décalage de la balle juste avant la frappe :



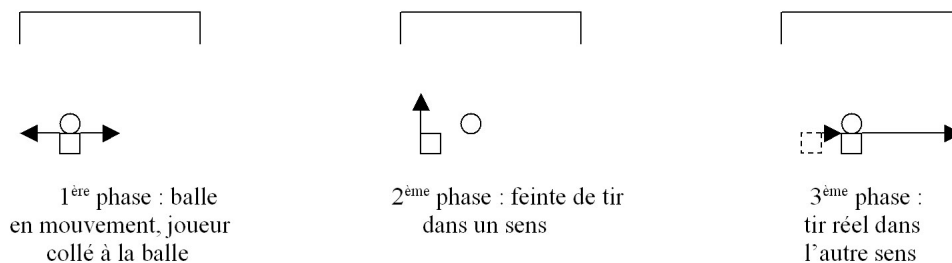
#### b – roulette avec appel

Avant d'effectuer la roulette, on feint un lancer tout en décalant légèrement la balle, faisant ainsi croire à un tir long ou court :



#### c – appels dans un jeu en mouvement

Tout bougeant la balle, on feint un premier lancer dans un sens en tapant dans le vide puis on enchaîne sur un tir réel dans l'autre sens :



#### d – aller-retour et plus avec combinaisons impulsion/glissé/écrasé

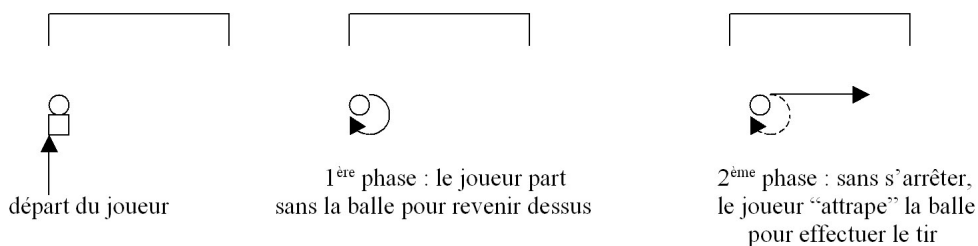
Un aller-retour se décompose en 2 lancers et une frappe au terme du 2<sup>ème</sup> lancer. Une triplette se décompose en 3 lancers et une frappe au terme du 3<sup>ème</sup> lancer ...etc. Chacun des lancers peut être effectué en impulsion, glissé ou écrasé. C'est pour cette raison qu'un aller-retour peut être glissé-impulsion, écrasé-glissé ou encore impulsion-impulsion, par exemple.

## Thème 9 - technique de tirs a l'avant - partie 2

Dans le cas d'un aller-retour, il est primordial que le 1<sup>er</sup> lancer ne soit pas trop différent du lancer de base pour les autres tirs, sinon il deviendrait trop voyant et donc prévisible. On peut cependant exécuter un 1<sup>er</sup> lancer pas trop masqué ni trop rapide, ce qui fait croire au gardien adverse qu'on tire normalement. On dit alors qu'on "montre" son tir. Dans le cas d'une triplète, le 1<sup>er</sup> lancer peut être encore plus voyant ou moins rapide et le 2<sup>ème</sup> lancer aura les mêmes caractéristiques que le 1<sup>er</sup> lancer de l'aller-retour. On dit alors qu'on "montre" l'aller-retour ...etc.

### e – moulinets et dérivés

Un moulinet est une feinte de sur place enchaînée avec un tir. En pratique, on tourne autour de la balle pour faire croire au sur place, puis, dans le mouvement de retour du joueur, on "attrape" la balle au passage :

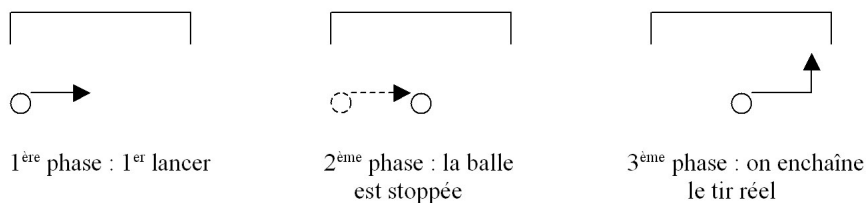


Si on tire habituellement en position de départ avec l'ailier contre le bois, on ne peut pas faire le tour de la balle. On utilise alors un dérivé du moulinet qui consiste à partir sans la balle dans la direction de notre tir puis à revenir très vite la chercher pour tirer réellement :



### f – deux temps

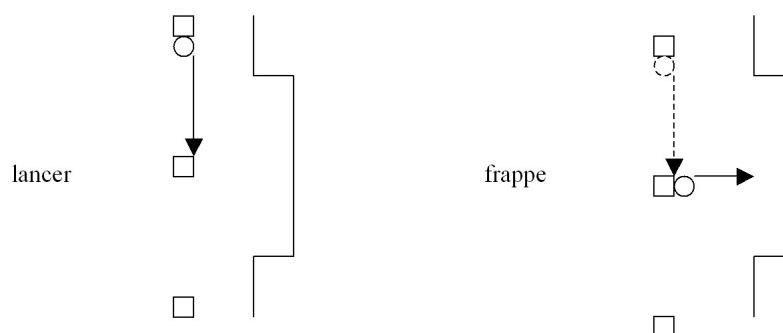
A partir d'une position de départ balle arrêtée ou semi-arrêtée (cf. entraînement VIII – 2 – Caractéristiques du lancer ), on effectue un 1<sup>er</sup> lancer puis on stoppe la balle et on enchaîne le tir :



## Thème 9 - technique de tirs a l'avant - partie 2

### g – injections

La balle est lancée avec la tranche du pied d'un joueur ( similaire au lancer en bretelle des demis, cf. IV Techniques de passage des demis 1- Le lancer ) puis frappée en reprise avec un 2<sup>ème</sup> joueur :



On peut évidemment imaginer bon nombre de combinaisons en injections. Et à moins de maîtriser parfaitement ces tirs en terme de réussite et de précision, les injections restent des tirs fantaisistes et donc peu utilisées par la majorité des joueurs.