

# Jouer au football de table

Beaucoup de joueurs de football de table se demandent ce qu'ils doivent encore faire pour progresser et accrocher des joueurs mieux classés qu'eux. Parfois, le bagage technique est tout simplement insuffisant. Dans d'autres cas, il s'agit simplement d'un manque d'expérience. Enfin, si ce n'est le ballon qui refuse de rouler dans le bon sens, le mental est peut-être trop faible pour imposer son jeu.

J'ai repris quelques idées de base pour l'entraînement et quelques conseils pour le jeu. Prenez-le comme vous le voulez. Comme simple lecture ou comme outil permettant de passer à un niveau supérieur. J'espère en tout cas qu'il vous permettra de faire l'analyse de vos forces et faiblesses avant des rencontres importantes.

## A. La base – à savoir avant de commencer

### **La glisse**

Savoir faire glisser ses figurines est essentiel pour commencer à jouer. Si vos figurines ne glissent pas, il vous sera difficile de contrôler correctement ou de bien tirer au but à distance. Un joueur averti en vaut deux.

### **Le matériel**

De bonnes figurines et surtout de bonnes bases permettent de progresser beaucoup plus vite qu'avec du matériel usé. Les marques Astrobase, ProfiBase et Biemme proposent une large gamme d'équipes idéales pour comment la pratique du football de table dans de bonnes conditions. Quelques bases sont plus plates. C'est le cas des « Raptor » produites par Stefan Corda en Angleterre. L'avantage de ces bases pour les débutants est qu'elles permettent de contrôler facilement et d'apprendre à doser la puissance des coups tout en offrant de superbes qualités pour le tir au but. Malheureusement, elles ne sont pas recommandées pour les joueurs d'un bon niveau car il est impossible de dribbler. Il est également conseillé de posséder un bon gardien de but, idéalement métallique et qui ne se dévisse pas de sa barre.

## B. La technique

### **Le contrôle de balle**

Pour évoluer, savoir **contrôler** le ballon est essentiel. Pour y parvenir, il est nécessaire de faire preuve de précision et d'un bon dosage de puissance. Quelques exercices permettent d'améliorer ces qualités.

Dans un premier temps, il faut apprendre à **toucher** le ballon, de près puis d'un peu plus loin. Pour commencer, vous pouvez placer votre figurine à 10 cm de la balle et essayer de toucher cette balle sans la faire avancer de plus de 2 cm. Cet exercice, difficile au début, doit normalement permettre d'apprendre à placer son doigt correctement. En effet un débutant a souvent tendance à placer son index de travers et donc à propulser la figurine à côté de la balle ou à la frapper trop fort.

Une fois cet exercice maîtrisé, les contrôles peuvent être essayés de 20, 30 puis 50 centimètres. Encore une fois, la figurine doit coller à la balle. Celle-ci ne doit si possible pas trop avancer.

Enfin, dans un troisième temps, le contrôle sera effectué en même temps qu'une **passe**. Pour y parvenir, il suffit d'aligner la première figurine, le ballon puis une deuxième figurine. Le ballon propulsé par la première figurine devra toucher l'autre bonhomme. Pour rendre l'exercice plus difficile, il suffit de désaxer la deuxième figurine pour apprendre à frapper la balle du bon côté ou à donner un léger effet dans la figurine attaquante en donnant le coup d'ongle sur le côté de la base.

### **Le dribble**

Contourner un obstacle pour toucher la balle est un atout indéniable pour imposer son jeu en attaque, surprendre l'adversaire ou, dans certains cas, le dégoûter. Cet exercice demande cependant un entraînement sérieux et des capacités d'adaptation en fonction du terrain (qui peut être fort glissant ou plus lent) et des figurines (difficile de dribbler avec des bases plates). Prenez le temps d'apprendre à faire tourner vos figurines. Il faut dans un premier temps savoir placer son doigt de façon correcte sous la base, découvrir les angles pour faire tourner la figurines dans le bon sens puis doser correctement le coup. Tout ça prend du temps mais tout vient à point à qui sait attendre.

### **Exercices**

#### **Essayer de marquer en trois coups à partir du rond central**

Placer un joueur et une balle dans le rond central. En trois coups, vous devez arriver à placer la balle en zone et à tirer.

#### **Essayer de marquer en trois coups à partir du point de corner**

Placer un joueur au point de corner et une balle au coin du grand rectangle proche de la ligne de zone. En trois coups, vous devez arriver à placer la balle en position de tir et à tirer. Vous pouvez ensuite varier en plaçant la balle sur l'arc de cercle à l'entrée du grand rectangle.

### **Le tir au but**

Savoir tirer permet de faire la différence dans un match. Là aussi, il faut savoir tirer dans toutes les positions, dans l'axe ou en étant désaxé par rapport au but. Une fois devant le goal, le gardien doit également être surpris ? Il faut toujours regarder où se trouve le plus grand trou. Souvent, tirer au deuxième piquet peut être une solution intéressante mais seulement si l'art du tir est maîtrisé.

Savoir tirer, ce n'est pas seulement savoir lever la balle. C'est surtout être efficace, parvenir à surprendre l'adversaire et savoir trouver le petit trou. Attention, en match, il arrive souvent d'avoir un joueur adverse en face de la balle. Il est donc bienvenu d'apprendre à tirer avec un obstacle situé entre la balle et le but.

### **Le coup de défense**

Une victoire ne se construit pas seulement en attaque. Pour bien défendre, il faut aussi parvenir à bloquer les attaques de son opposant. Réussir des coups de défense de qualité est essentiel pour y parvenir. Les débutants doivent dans un premier temps apprendre à placer leur défenseur entre la figurine attaquante et la balle. Ensuite, selon la situation et le bagage technique dont on dispose, il faut essayer de placer sa figurine le plus près possible du joueur adverse ou du ballon. Une grande confiance en soi est nécessaire pour y parvenir.

### **L'interception**

Une arme efficace pour récupérer la balle est l'interception. Pour cela, il faut impérativement, effectuer le coup de défense rapidement après que l'attaquant a touché la balle. Le défenseur devra être arrêté avant que la balle ne le touche.

Cette pratique est à la fois dangereuse car vous risquez de provoquer un coup franc et risquée car vous aurez besoin d'une grande confiance en soi et d'un bon bagage technique pour la réussir.

### **Accélérer**

L'attaquant peut, quand il a la balle, définir le rythme de la partie. Les grands champions ont l'art de jouer de façon posée et précise. Ce qui peut faire la différence, c'est surtout l'accélération finale qui peut ponctuer une action. En envoyant par exemple la balle dans la zone de tir adverse et en la reprenant de volée, votre adversaire sera souvent surpris. Une arme à n'utiliser qu'en pleine confiance et après un entraînement intensif qui doit vous permettre de maîtriser votre précision sur les reprises de volée.

## **C. La tactique**

### **L'expérience**

Un bon joueur de football de table n'arrive pas au sommet en quelques jours. La technique ne suffit pas pour gagner des matches. En effet, l'expérience joue un rôle prépondérant lors d'un match. Avec le temps, on apprend en effet à s'adapter au style de jeu des autres joueurs. L'idéal est donc de disputer beaucoup de matches et contre un nombre d'adversaires le plus grand possible.

### **La disposition tactique**

Lors de la mise en jeu, il est important de ne pas mettre trop de joueurs en attaque. Face à un adversaire plus fort, n'hésitez pas à commencer la rencontre avec huit ou neuf joueurs sur votre ligne de zone.

De même, en attaque, il est inutile de placer trop d'attaquants près de la ligne de zone adverse. Pour que la balle arrive près de ces attaquants, de longs ballons seraient nécessaires et pourraient permettre à votre adversaire d'intercepter la balle.

### **La défense**

Une des erreurs que commettent souvent les débutants est de jouer trop vite avec les défenseurs et de parsemer l'arrière-garde. Pour pouvoir intercepter les attaques adverses, il est nécessaire de pouvoir garder une défense complète en ligne le plus longtemps possible. Dans les situations difficiles, il est toujours possible d'envoyer la balle en coup de pied de but pour pouvoir disposer à nouveau son équipe.

### **Le Hors-jeu**

Si un adversaire tombe parfois dans le piège du hors-jeu, c'est parfois parce que le défenseur a réussi à surprendre son adversaire. Jouer le hors-jeu fait partie intégrante des moyens à utiliser pour stopper la progression de l'attaquant. Déplacez vos défenseurs au bon moment mais aussi en profitant de votre coup de défense pour réaligner votre ligne arrière et/ou pour bloquer des figurines attaquantes dangereuses.

### **Forcer**

Gagner une sortie, un corner, un coup de pied de but, voire un coup franc fait partie intégrante du jeu. Même si cette pratique n'est guère toujours élégante, elle permet souvent de se tirer d'affaires dans des situations confuses et surtout de profiter de la phase arrêtée pour construire une attaque ou replacer la défense. Dites-vous bien aussi qu'il vaut parfois mieux garder ses scrupules de côté que d'encaisser un but de façon ridicule.

### **La vitesse**

En football de table, surprendre l'adversaire n'est pas évident. En allant vite, on peut parfois obliger l'adversaire à négliger la qualité de ses coups de défense ou à provoquer des coups francs. Cependant, il faut pouvoir garder la tête froide, être sûr de soi et surtout éviter de gâcher des balles faciles. L'idéal est sans doute de modifier le tempo en fonction des situations, voire d'hypnotiser l'adversaire en jouant lentement puis en enchaînant quelques coups rapides.

### **Quelques conseils pour faire la différence**

Si le bagage technique et l'expérience permettent de gagner beaucoup de rencontre, le **mental** doit également suivre. Pour parvenir un adversaire du même niveau ou plus fort, quelques conseils doivent être suivis.

Le premier est évidemment d'avoir une grande **confiance en soi**. La foi peut soulever les montagnes. Il faut partir gagnant. Ne pas se laisser abattre avant la rencontre et surtout ne pas se laisser impressionner par la réputation de l'adversaire.

Ensuite, il est important de **connaître le règlement** du jeu sur le bout des ongles. En match, il ne faut pas se délaiser influencer par l'adversaire. Si un doute subsiste sur une règle du jeu, il est toujours préférable de demander à l'arbitre d'arrêter le chrono et de demander l'avis du juge-arbitre du tournoi.

La **concentration** peut aussi faire la différence. Trop de joueurs se laissent déconcentrer par ce qui se passe autour de la table. L'idéal est de pouvoir s'isoler, d'entamer un processus de préparation intérieure avant la partie, et ce à partir du moment où vous cirez vos joueurs. A partir de ce moment, il ne faut plus rien laisser vous faire sortir de votre match.

## **D. Arbitrer**

Tout joueur est amené à arbitrer lors d'une compétition. Les directives principales pour un arbitre sont avant tout de donner des indications claires et précises (« changement », « faute », « rentrée »,...) et de se faire respecter par les joueurs. Néanmoins, dans un sens plus large, de nombreux conseils peuvent aider les arbitres à bien diriger une rencontre. En lisant les conseils mentionnés ci-dessous, vous retrouverez une série de points du règlements parfois mal connus.

- \* Avant le coup d'envoi, bien vérifier que chaque joueur a bien dix joueurs, un gardien et un gardien volant. Vérifier que la taille du gardien est réglementaire. Vérifier que les couleurs des deux équipes ne portent pas à confusion.
- \* Pendant le match, arrêter le jeu pour remettre les figurines couchées. On n'arrête le jeu que quand le ballon s'est arrêté.
- \* Si deux ou plus de deux figurines sont accrochées l'une à l'autre, l'arbitre les séparera l'une de l'autre lorsque le ballon sera arrêté et les replacera l'une à côté de l'autre, séparées par 1 mm.
- \* Annoncer « **faute** » ou « **back** » lorsqu'une obstruction est constatée. C'est à l'arbitre d'annoncer les « back » chaque fois qu'il voit une irrégularité dans le jeu.
- \* Annoncer « **changement** » à chaque changement de possession.

\* Lors des phases arrêtées, vérifier que les figurines sont bien à distance (4 cm de la balle sur une rentrée en touche ou un coup franc, 9 cm sur un coup de coin). En cas de penalty, toutes les figurines de jeu à l'exception de celle effectuant le penalty et le gardien de but devront être placées à la main hors de la surface de réparation et de son demi-cercle. Lors d'un coup de pied de but, **faire respecter les 2 cm** entre chaque figurine de jeu. Aucune figurine de jeu autre que celle effectuant le coup de pied de but et éventuellement le gardien de but ne pourra se trouver dans la surface de réparation d'où le coup de pied de but est joué ou son demi-cercle.

\* De même, lors d'un coup de pied de but, le ballon doit se trouver **à l'intérieur** du petit rectangle (pas sur une ligne).

\* Veiller à ce que les joueurs n'ont qu'une main sur la table. En cas d'infraction, coup franc à l'endroit de la balle (au point de penalty si la balle est dans la surface de réparation).

\* Si une figurine tombe du terrain, laisser crier brièvement sans que le joueur en profite pour gagner du temps.

\* Lorsque le ballon est arrêté, toute figurine de jeu se trouvant à l'intérieur de la surface de but, dans le but ou touchant une des limites de la surface de but sera placée par l'arbitre 1 mm à l'extérieur de la surface de but, sur la perpendiculaire aux lignes de but passant par le point d'arrêt de la figurine de jeu, de telle manière que la figurine se trouve dans l'aire de jeu

\* Pour compenser du temps perdu durant la période ou s'il estime que les joueurs ou l'un d'entre eux tente de gagner du temps, l'arbitre ajoutera le temps perdu à la fin de la période considérée. Ceci est appelé **arrêts de jeu**. A la fin du temps réglementaire, l'arbitre annoncera combien dureront les arrêts de jeu. Cependant, il peut arriver que les arrêts de jeu soient à leur tour prolongés pour tenir compte de temps perdu durant ceux-ci. L'arbitre peut ajouter du temps à la fin de chaque période pour permettre le tir d'un penalty.

\* Après qu'un but a été marqué, le jeu reprendra par un nouveau coup d'envoi, exécuté par l'équipe ayant encaissé le but. Dans ce cas, les joueurs ne disposeront pas de plus de **10 secondes** pour replacer leurs figurines de jeu. En cas de violation par le joueur qui vient d'encaisser, le coup d'envoi peut être accordé à l'adversaire. Dans le sens adverse, un coup franc peut être accordé.

\* Si l'attaquant, pour jouer le ballon, doit se **placer derrière le but du défenseur** et empêche celui-ci d'utiliser son gardien correctement, l'arbitre interrompra le jeu et tout d'abord permettra à l'attaquant de jouer son coup d'attaque. Si la possession de ballon ne change pas,

\* Le défenseur ne peut jouer son coup de défense avant que l'attaquant ne touche le ballon. En cas d'infraction : coup franc à l'endroit où le joueur fautif a propulsé illégalement sa figurine (ou point de penalty)

\* Procédure d'exécution d'une rentrée en touche: avant que l'attaquant ne puisse continuer à jouer après une rentrée en touche, l'arbitre permettra au défenseur d'effectuer un coup de défense dans le cas où celui-ci n'aurait pas déjà été effectué. Même si le défenseur joue son coup de défense de façon incorrecte, l'attaquant doit attendre le signal de l'arbitre pour reprendre le jeu.

\* Lorsque l'attaquant envoie la balle en zone, l'arbitre doit immédiatement annoncer si le ballon se trouve dans la zone de tir en disant: "**zone**".

\* De même, l'arbitre annonce immédiatement un but marqué correctement en annonçant: "**but**".

\* Lorsque l'attaquant manifeste son intention de tirer, l'arbitre doit vérifier que le gardien de but ne sort pas du petit rectangle. Attention, **le gardien ne peut être placé au-dessus des lignes du petit rectangle**. L'arbitre demande au gardien de rentrer dans sa surface de but, il y a temps d'arrêt et l'attaquant doit attendre le signal de l'arbitre avant de pouvoir jouer.

\* En cas d'attitude jugée fautive par l'arbitre, de comportement inapproprié, de violation continuelle ou intentionnelle des règles, l'arbitre peut pénaliser le joueur fautif d'un **carton jaune**.

\* Si un joueur pénalisé par un carton jaune continue à violer intentionnellement les règles de jeu ou persiste à mal se conduire, l'arbitre le pénalisera par un **carton orange**, ce qui implique le retrait immédiat et définitif du terrain du gardien de dégagement du joueur fautif.

\* En cas d'attitude fautive et de comportement inapproprié grave, le joueur fautif pourra être pénalisé par un **carton rouge**. Il sera alors exclu du terrain, perdra alors son match par 0-3, sauf si le score du match était déjà plus élevé. Dans ce dernier cas, le score du match serait maintenu.

\* En propulsant une figurine de jeu, un joueur ne peut pas toucher une autre figurine de jeu avec n'importe quelle partie de son corps ou de ses vêtements. En cas d'infraction : coup franc ou penalty.

\* Un joueur ne peut pas toucher le ballon avec la main ou une partie quelconque de son corps ou de ses vêtements. En cas d'infraction : coup franc ou penalty. Attention : **Si l'attaquant propulse le ballon dans l'aire de jeu sur une partie du corps de son adversaire dans le seul but de forcer une faute, un coup franc sera en lieu et place accordé au défenseur.**

\* Un joueur ne peut pratiquer l'obstruction physique sur son adversaire, que ce soit sur la surface de jeu ou en dehors de celle-ci, en empêchant au moyen d'une quelconque partie de son corps son adversaire de jouer un coup d'attaque ou de défense. En cas d'infraction : coup franc.

\* Exemples de comportement inapproprié :

- Pendant les mi-temps, les arrêts de jeu, les prolongations ou les tirs au but, il est interdit aux joueurs de parler ou de faire des gestes exagérés. Il ne leur est pas permis de commenter un match, de critiquer ou de refuser les décisions de l'arbitre; ou d'influencer leur adversaire, l'arbitre ou les spectateurs.

- Le joueur n'est pas non plus autorisé de communiquer verbalement avec son coach ou ses supporters. Le coach est uniquement autorisé à conseiller ses joueurs sur un ton et à une fréquence modérés. Le joueur pourrait être sanctionné pour le comportement de son coach.

- Il n'est pas autorisé d'utiliser plus de temps pour jouer qu'il n'est décrit ou qu'il semble adéquat à l'arbitre dans des conditions ordinaires de jeu. En cas d'infraction : coup franc à l'endroit du ballon.

- Lors d'un tir au but, l'attaquant peut se préparer à tirer, mais ne peut pas attendre plus de **10 secondes** pour tirer.

- Quand un joueur s'installe en position de tir et place la main sur la surface de jeu derrière sa figurine prête à tirer, il ne doit y avoir de sa part aucune feinte de tir, dans le but de provoquer une réaction du gardien, de même que l'attaquant

ne peut ôter la main du terrain tant qu'il n'a pas tiré. En cas d'infraction : coup franc à l'endroit du ballon.

\* Un penalty ne peut être accordé que dans les cas suivants :

- Figurine de jeu attaquante touchant une autre figurine de jeu avant de toucher le ballon ;
- Gardien de but agité de manière répétée avant le tir ;
- Gardien de but touchant la ligne de la surface de but de manière répétée ;
- Faute de doigt ;
- Faute de main ;
- Tick incorrect (si la figurine jouée sur le tick touche le ballon dans la surface de réparation)

\* Les joueurs doivent n'avoir qu'une main au-dessus de la surface de jeu. Mais rien n'empêche l'attaquant d'enchaîner une action sans attendre l'adversaire si ces conditions sont bien respectées.

\* Beaucoup de joueurs profitent en posant leur main derrière une figurine d'empêcher l'adversaire de jouer... Jusque là, rien à redire. Par contre, une fois qu'ils bénéficient du « back », ils retirent leur main, font parfois le tour de la table, et se placent dans de meilleures conditions, voire jouent avec une autre figurine. Ces cas se remarquent à pratiquement chaque rencontre et le point souligné ci-dessus (coup-franc pour le défenseur) est absolument à mettre en évidence.

### **Quelques astuces**

\* Quand un arbitre a un doute pendant un match, il peut interrompre la partie et demander le conseil du juge-arbitre.

\* L'arbitre est le seul chronométrateur et doit tenir compte du temps écoulé sur son propre chronomètre.

### **S'informer sur Internet :**

Site de la Fédération Internationale : <http://www.fistf.com>

Site de la Fédération Belge : <http://www.fbfts.cjb.net/>

Site de la Fédération Française : <http://www.francefootballdetable.net>

Merci de donner un avis sur cet aide-mémoire à Vincent Coppenolle pour en éditer un autre plus complet prochainement si nécessaire.

Contact : Rue de Lannoy 3 b – 7520 Templeuve – Belgique  
0032-69-353167 (téléphone & fax) – [Vincent.cop@rsca.com](mailto:Vincent.cop@rsca.com)