**Défense Flexagon avancée partie II: Communication**

Une bonne communication au sein d’une équipe est essentielle pour un travail collectif efficace, combinée à de la **confiance** en les instructions données par vos camarades. Quand vous recevez une communication de la part d’un partenaire, vous devez immédiatement réagir et réévaluer la situation. Seulement très rarement la communication doit être évaluée puis suivie.

La communication doit être quasi-constante durant un point de Flex. Si un seul des principes n’est pas suivi alors il devrait y avoir beaucoup de bruit sur le terrain, si un joueur n’est pas défendu, tous les défenseurs doivent le savoir et travailler constamment ensemble pour remédier à la situation.

Les 3 façons de communiquer en Flex

* **Eye-contact** (contact visuel) – ouvre la possibilité de discussions entre deux défenseurs
* **Gesticulation** – dirige l’attention vers une zone précise ou une personne
* **Vocalisation** – donne des indications détaillées ou des instructions

Le **Eye-contact** entre défenseurs doit arriver dès qu’ils en ont la possibilité – en général quand leur marque n’est pas en mouvement et qu’ils réévaluent la situation. Un moment d’eye-contact a de nombreux bénéfices immédiats :

1. Une voie de communication est ouverte. S’il y a quoi que ce soit que vous ou votre coéquipier souhaitez communiquer à l’autre, vous avez l’attention réciproque pour faire de la sorte grâce à des expressions faciales, la gesticulation, ou vocalisation. Un regard neutre exprimant “tout est sous contrôle” est aussi utile.
2. Chaque défenseur gagne à connaître la position de ces partenaires ainsi que la position du joueur qu’il défend. Il doit aussi savoir que leur partenaire est au courant de **leur** situation ce qui laisse le champ libre aux switchs et sandwitchs.
3. Les défenseurs se mettent ”sur la même longueur d’onde”. Les chances de mauvaise communication sont réduite et la base d’un bon travail d’équipe établie.

La **Gesticulation** vectorise plus d’informations et peut être reconnue par plusieurs défenseurs simultanément. D’habitude l’emploi de gestes est explicite – comme dans les exemples ci-dessous:

1. Pointer un joueur en attaque – cela indique soit que vous le marquez, soit si vous avez déjà une marque (ou que le pointage est accompagné d’un ‘switch’) cela indique à votre coéquipier qu’il doit defender ce joueur.
2. Un geste paume de main ouverte peut indiquer un espace que vous êtes en train de couvrir en ‘sandwitchant’, et déplacer les défenseurs avoisinant peut améliorer votre couverture.

La **Vocalisation** est la plus flexible des formes de communication, et peut atteindre to les défenseurs à portée de voix. Toute information transmise oralement apporte aussi l’information d’où sur le terrain provient le son / le volume sonore indique le niveau d’urgence. Les interpellations doivent être accompagnées de pointage, pour donner des informations plus spécifiques à vos coéquipiers qui vous ont dans leur champ de vision ou qui se sont tournés vers vous après interpellation. Voici quelques commandes vocales qui ont été prouvées utiles en Flex:

* Push – utilisé pour déplacer les défenseurs avoisinants plus loin de vous. C’est utile quand vous réalisez que vous êtes deux à couvrir un même espace ou que vous voyez un attaquant libre de l’autre côté du coéquipier. Quand vous entendez ‘push’ vous devez vous déplacer loin de l’endroit duquel la commande provient, avant même de réévaluer la situation. [Animation exemple ici](http://www.ultisimulator.com/sim.php?key=e73af799).
* Pull – l’inverse de ‘Push’, utilisez ‘Pull’ quand vous voulez que des défenseurs viennent près de vous ou dans un espace proche. C’est utile quand vous vous retrouvez à défendre deux joueurs ou plus, ou quand vous voyez un joueur offensif seul. Quand vous entendez ‘pull’ vous devez vous déplacer vers l’endroit duquel le son provient avant de réévaluer la situation. [Animation exemple ici](http://www.ultisimulator.com/sim.php?key=0970e67a).
* Switch – aussi utilisé en défense individuelle, un ‘switch’ est appelé quand deux défenseurs souhaitent échanger leur marque. Les switchs sont préférentiellement appelé par le joueur dont **la nouvelle marque est l’option que le lanceur considère**, et (selon les principes), ne doivent seulement être appelé quand vous savez (a) qui votre nouvelle marque sera et (b) que votre ancienne marque sera couverte.
* Sandwich – à utiliser quand des attaquants se tiennent à proximité l’un de l’autre, et que les défenseurs souhaitent tirer avantage de cette inefficacité pour ‘encerclez’ l’opposition. Les sandwiches peuvent impliquer de nombres défenseurs mais doivent toujours impliquer **un nombre égal d’attaquant** – 2v2, 3v3, 4v4 etc. En mixte, les sandwiches doivent être genre--spécifiques, donc encadrer un stack vertical peut être vu comme un 2v2 & 3v3 plutôt qu’un 5v5.
* Gauche/Droite – peut être utilise quand vous voulez déplacer un partenaire et que vous êtes hors de leur champ de vision. Si vous voyez le dos d’un coéquipier alors votre gauche est sa gauche, donc les diriger avec indications gauche/droite est assez instinctif. Quand ils sont face à vous utiliser des gestes est plus efficace.
* “Je suis là” – sert pour avertir vos coéquipiers de votre présence, particulièrement utile si vous avez suivi votre marque tout du long du terrain sans switcher et que vous voulez offrir à vos nouveaux partenaires proches une possibilité de travailler en équipe.

**Sideline**

La sideline peut aider grandement les joueurs par différents moyens:

1. Dire Up à chaque passe. La durée et le ton du ‘up’ peut véhiculer quelle type de passe est fait. C’est particulièrement utile pour les joueurs qui ne sont pas en position de voir si la passe est faite, cela leur permet de savoir si l’angle d’attaque change, ou si le stall count reset (voir Défense Flexagon avancée partie IV: Le compte à 3 changeur de donne), et que le disque est momentanément en l’air donc qu’un lancer n’est pas possible dans l’immédiat.
2. Si un défenseur est mal positionné- identifier et alerter les joueurs de n’importe quelle situation où un défenseur ne marque personne, marque deux joueurs, or s’il y a un attaquant de libre sur le terrain.
3. Ce que le lanceur regarde – faire savoir au défenseur le plus proche de ce que le lanceur regarde, qu’il est dans la zone cible du lanceur, donc il doit redoubler de vigilance.
4. Comptes élevés– beaucoup de bruit & “ça vient” depuis la sideline pour faire savoir aux défenseurs qu’une passe est à attendre dans l’instant, pour qu’ils puissant resserrer leur marque et être prêts à tout.