

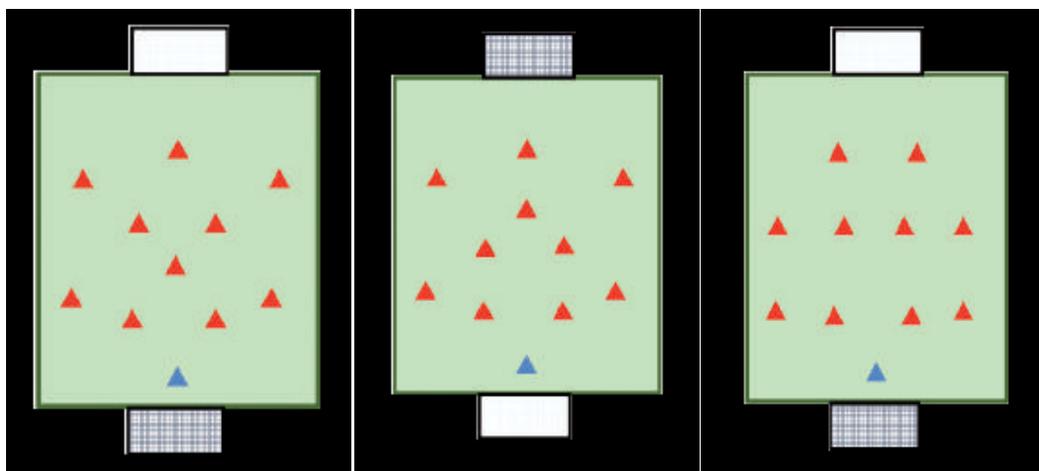


Dispositifs principaux dans le jeu à 11 :

Le 1-4-3-3 permet une répartition équitable des espaces à exploiter ou à défendre avec un maximum de jeu en triangle et des reconversions rapides de la perte de balle vers la possession de balle et inversement.

- Une défense de 4 arrières
 - Permet de couvrir plus facilement la largeur du terrain ;
 - Offre une supériorité numérique (4 c 3) ;
 - Favorise la montée d'un arrière et la construction du gardien vers les défenseurs.
- Milieu de terrain de 3 joueurs qui forment un triangle offensif
 - Offre une meilleure circulation de balle dans la construction ;
 - Permet plus de joueurs devant le but ;
 - Permet l'infiltrations des défenseurs centraux.
- Une attaque de 3 joueurs
 - Offre plus de possibilités de passes dans les pieds ;
 - Stimule l'audace des dribbles et la créativité ;
 - Forme le 9 comme la cible (appui, remiseur), comme attaquant plongeant en profondeur (dans le dos des défenseurs) et comme finisseur devant le but.

Pour ces différentes raisons, il est conseillé lors du passage dans le jeu à 11 (U14-u15). Par la suite, d'autres dispositifs sont envisagés pour développer la FLEXIBILITÉ TACTIQUE du joueur à la condition d'appliquer certains PRINCIPES DE JEU en possession et en perte de balle.

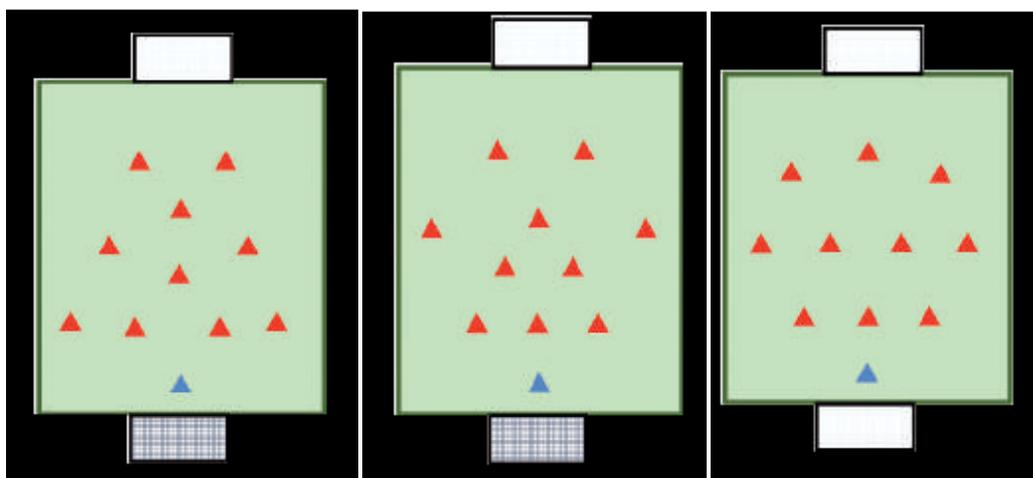


1-4-3-3 (off)

1-4-3-3 (déf)

1-4-4-2 (plat)

1-4-2-3-1



1-4-4-2 (Losange)

1-3-2-3-2

1-3-4-2-1

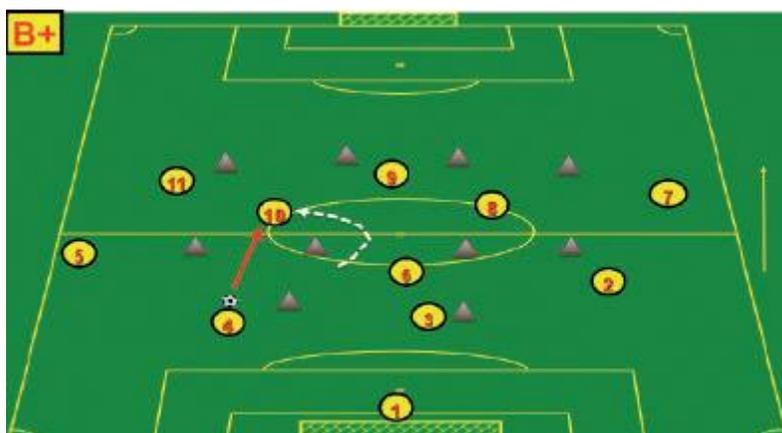
Les principes de jeu qui peuvent être développés quel que soit le dispositif tactique.

1- EN POSSESSION DE BALLE

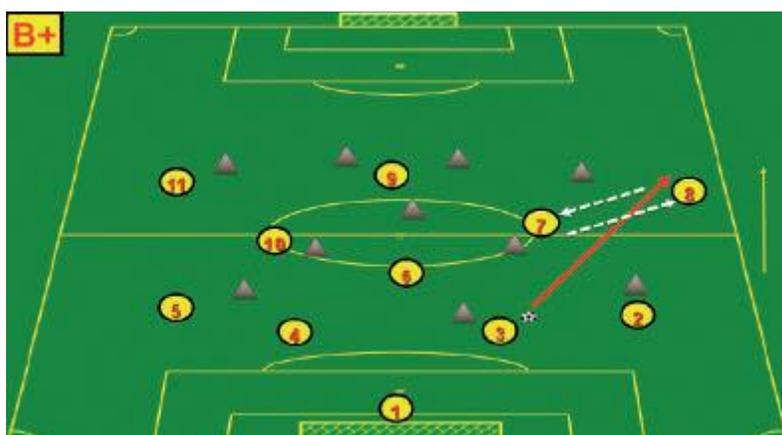
DISPONIBILITÉ: SE DÉMARQUER ET ÊTRE JOUABLE

- **Se libérer du marquage: s'écarter, décrocher (hors du champ de vision de l'adversaire)**
- **Ne pas venir vers le ballon mais être jouable dans le dos de l'adversaire, entre les lignes de l'équipe adverse**

- **Créer beaucoup de mouvements sans ballons, permuter les positions, réaliser des courses opposées entre joueurs (ex: intérieur/extérieur, montée/descente)**
- **Coordonner les courses et les déplacements (utilisation rationnelle de l'espace)**



DISPONIBLE DANS LE DOS DE L'ADVERSAIRE



COURSES OPPOSÉES : LIBÉRER ET EXPLOITER L'ESPACE

Construction avec le gardien de but et les défenseurs comme point de départ

- Créer de l'espace en largeur et en profondeur: mouvements coordonnés (disponibilité)
- Progresser par une circulation de balle rapide jusqu'à la création d'une occasion de but
- Prise de risque calculée: passing diagonal ou vertical
- Position du corps adaptée lors de la réception du ballon pour continuer à

jouer vers l'avant; ouverte et orientée

- Pas de construction stéréotypée: flexibilité (K + 2,3 ou plus de joueurs)
- Surmonter un joueur ou une ligne



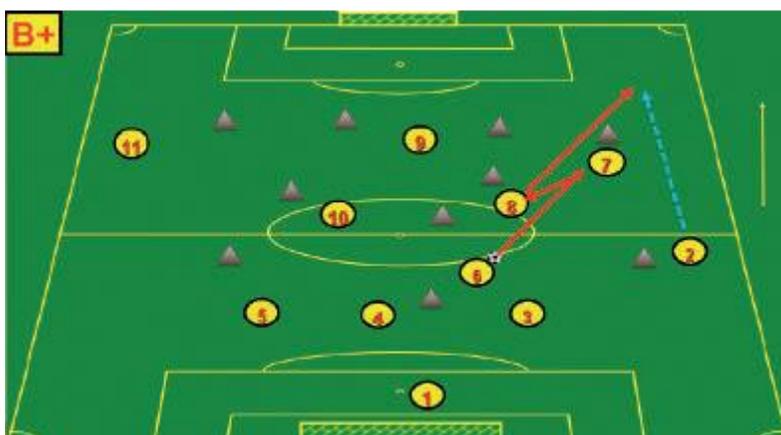
RELANCE COURTE, MI-LONGUE VOIRE LONGUE

Circulation de balle progressive (Vers l'avant) Rapide et soignée

- Passes rapides vers la zone faible de l'adversaire (centre ou flanc ou profondeur)
- Rechercher le jeu en triangle: utiliser le troisième homme
- Créer le décalage en variant dans la largeur
- Éviter les pertes de balle inutiles
- Éliminer l'adversaire ou une ligne par une passe diagonale & verticale ou par un one-deux
- Varier la vitesse du ballon (temporiser)



FORMER DES TRIANGLES



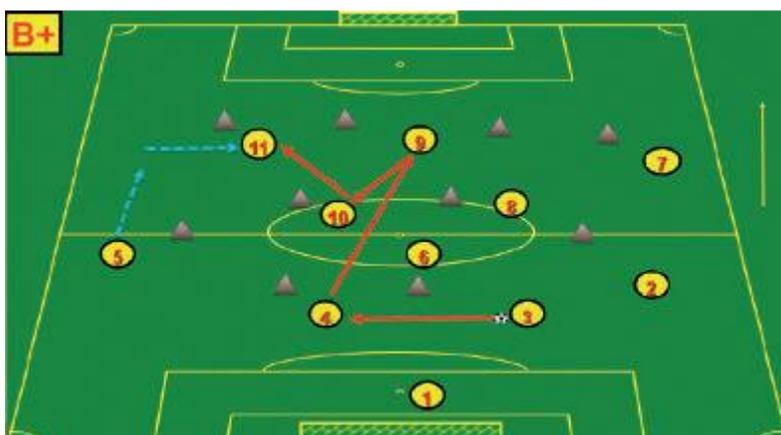
CRÉER LE DÉCALAGE: EXT-INT-EXT

Variation dans la longueur (Profondeur)

- Verticaliser/diagonaliser vers le joueur le plus haut + joueur en soutien (appui-soutien)
- Surmonter une ligne
- Alternner entre jeu dans les pieds et jeu en profondeur
- Ne pas jouer systématiquement en première intention: chercher le second ou troisième déplacement



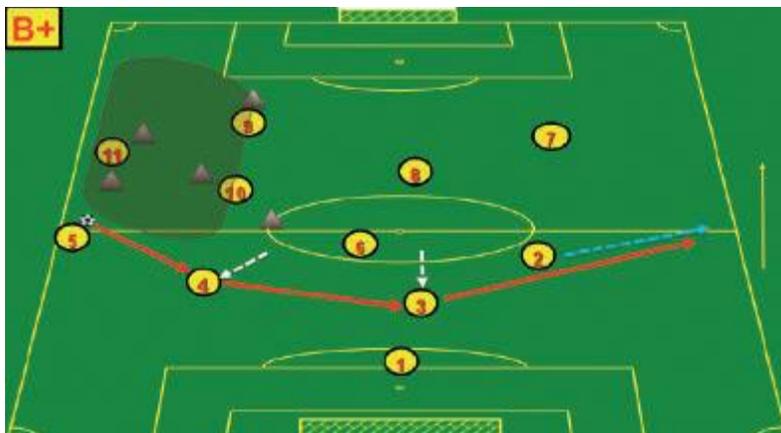
COURT - COURT - LONG



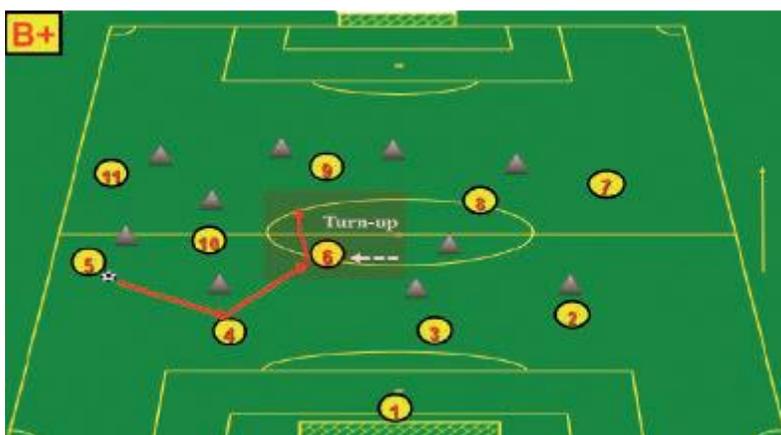
VISER LE JOUEUR LE PLUS HAUT + SOUTENIR

Changement de côté (tourner le jeu) et gain de terrain

- Lorsque l'adversaire ferme les espaces sur un flanc, jouer en soutien vers un partenaire disponible pour contourner le bloc en renversant le jeu
- Passes rapides vers la zone faible de l'adversaire
- Créer de l'espace pour soi-même et l'exploiter
- Gagner du terrain dès que possible: si pas de marquage lors de la prise de balle (prise d'information) se retourner rapidement (turn-up) + accélérer balle au pied



CONTOURNER LE BLOC ADVERSE



ACCÉLÉRER LE JEU GRÂCE À LA PRISE D'INFORMATION

Infiltration avec et sans ballon

- Infiltrer dans le bon espace et au bon moment (timing et prise d'information)
- Gagner du terrain balle au pied, fixer et faire sortir l'adversaire de sa position
- Prise de risque calculée
- Pouvoir surmonter une ligne pour rejoindre les joueurs lancés



INFILTRATION DU DÉFENSEUR CENTRAL SI ESPACE LIBRE



INFILTRATION DU DÉF. LATÉRAL : DÉDOUBL EMENT INTÉRIEUR / EXTÉRIEUR

Création d'occasions de but par une passe dans le dos de la défense

- Créer des espaces dans le dos des défenseurs
- Plonger dans le dos de la ligne défensive (Hors du champ de vision des défenseurs) suivi par une passe subtile en profondeur
- Prendre la profondeur tout en évitant le hors-jeu
- Jouer dans l'intervalle pour éliminer les adversaires
- Courir avec et sans ballon
- Passes rapides et précis



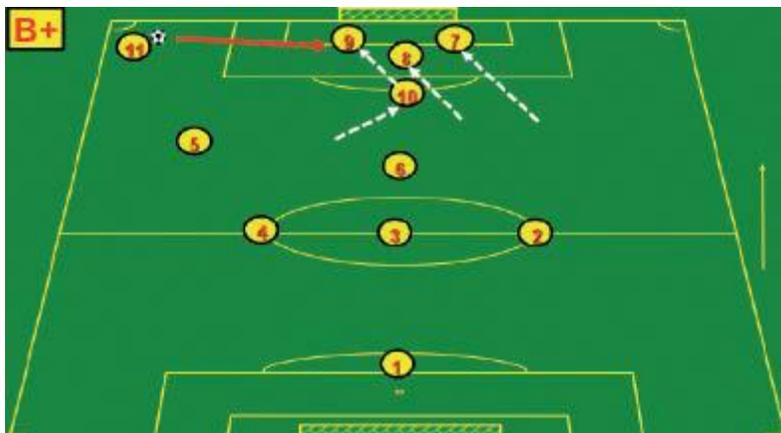
COURSE EXTÉRIURE / INTÉRIURE



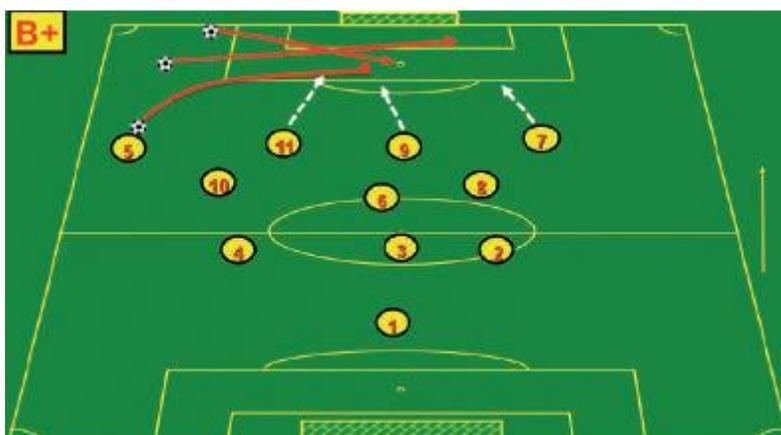
DONNER ET PARTIR (GIVE&GO)

Création et conclusion d'occasions de but sur centre

- Qualité et timing du centre (position adversaires + partenaires)
- Mouvements rapides et occupation efficace dans les 16 m (1er, 2ie, 11 met 16 m) par au moins 4 joueurs
- Course diagonale pour échapper à l'adversaire (hors du champ de vision) : timing
- Varier les centres: de loin (fuyant derrière la défense), de près (au sol/lob) et en retrait (45 degré)
- Anticiper et réagir sur le rebond



POSITION ET MOUVEMENT DANS LES 16m



CENTRE DE LOIN, DE PRÈS EN RETRAIT

Prévention de la contre-attaque adverse

- Pas de perte de balle inutile: éviter les passes latérales
- Anticipation défensive par la formation du T-défensif (2 + 1, 3 + 1 tenant compte de la disposition adverse)
- Marquage offensif sur les attaquants adverses
- Position haute du gardien de but (K)
- Communication



FORMER UN T-DÉFENSIF + POSITION HAUTE DU K



MARQUER LES ATTAQUANTS ADVERSES

Lancement de la contre-attaque dangereuse

- Anticipation offensive
- Dès la récupération de balle: penser et jouer en profondeur (avec et sans ballon)
- Joindre le joueur le plus haut (celui-ci décroche) et continuer à jouer en profondeur
- Plusieurs joueurs accompagnant la contre-attaque: sprint



DÈS LA RÉCUPÉRATION, VISER LA PROFONDEUR

2- EN PERTE DE BALLE

Formation d'un bloc compact (en largeur et en longueur)

- Réduire l'espace de jeu de l'adversaire et l'espace entre les lignes
- Respecter les distances entre les lignes (10-15m) et les distances entre joueurs d'une même ligne (7-10m)
- Coulisser et basculer vers le ballon
- Pas de courses croisées entre les joueurs
- Définir la hauteur du bloc (bas – médian – haut)
- Communication fondamentale entre joueurs et lignes de joueurs
- Le défenseur central le plus près de la balle détermine la ligne de hors-jeu
- Le gardien de but couvre le bloc



LES JOUEURS DE COULOIRS GLISSENT VERS L'AXE

Pression agressive sur le porteur du ballon

- Pression individuelle du joueur (pressing positif) qui se trouve le plus proche du ballon, les autres couvrent
- Empêcher les passes en profondeur
- Si pas de pression sur le ballon anticiper (la passe en profondeur) et reculer
- Actionner un pressing collectif



PRESSING POSITIF SUR LE PORTEUR DU BALLON

Récupération du ballon

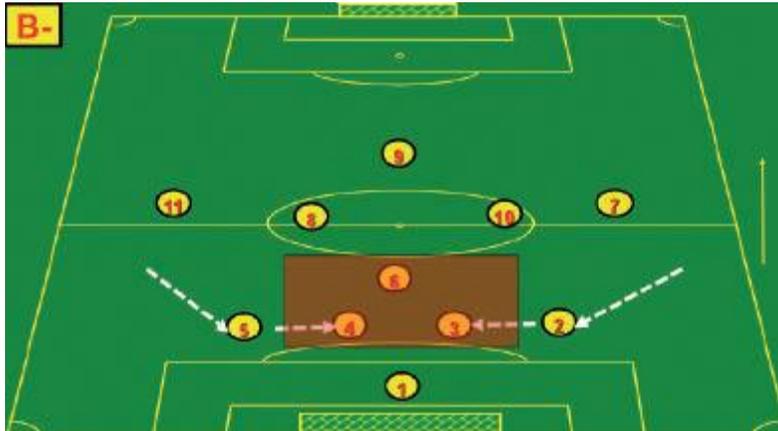
- Jouer et gagner le duel (position du corps)
- Anticiper et intercepter : couper les lignes/angles de passe
- Pressing négatif (= sprint) : travail défensif des joueurs du bloc offensif



PRESSING NÉGATIF SUR LE PORTEUR DU BALLON

Fermeture de l'axe

- Formation du T-défensif orienté axe ballon-but (assez de joueurs dans l'axe)
- Empêcher l'adversaire de trouver la profondeur
- Réduire l'espace dans le dos de la défense
- Fermer les angles de passe



RESSERRER ET FERMER L'AXE

Défense efficace de la zone de vérité

- Marquage plus strict dans la zone de vérité (agressivité positive)
- Ne pas se laisser surprendre par les adversaires lancés dans les 16 m (split-vision)
- Ne pas se faire éliminer en 1c1, gagner le duel, ne pas laisser tirer
- Bloquer les tirs au but et les centres (attention aux mains)
- Occupation efficace devant le but sur les centres : formation du T (couvrir 1er, 2ème et 11m) + position du corps (de trois-quarts*)
- Premier sur le ballon dans sa zone (agressivité)
- Suivre et réagir sur le rebond (2ème et 3ème ballon)
- Communication du gardien de but et des défenseurs près du but

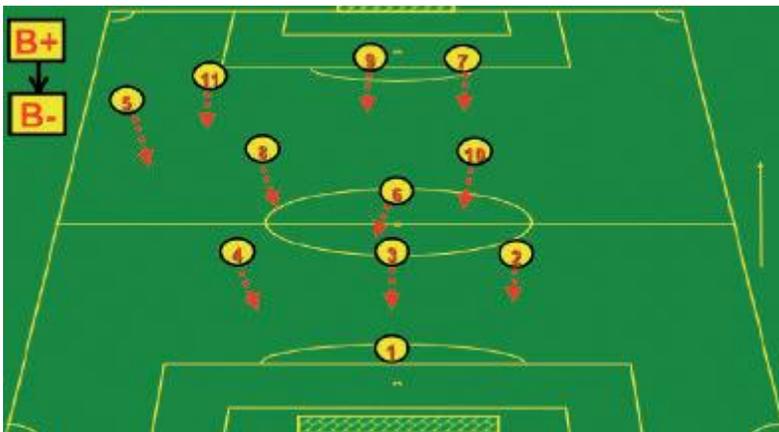
*de profil, pour pouvoir emmener ton adversaire là où tu as décidé de l'emmener, et pas l'inverse. C'est ça, la clé pour défendre efficacement.



FORMATION EN T DEVANT NOTRE BUT SUR CENTRE

Déjouer la contre-attaque

- Dès la perte de balle, pression immédiate sur le porteur du ballon (contre-pressing)
- Anticiper la passe en profondeur : si pas de pression sur le ballon reculer
- Recul-frein pour les joueurs du T-défensif
- Retour rapide dans le bloc des joueurs hors du T-défensif



RECULER + RETOUR DANS LE BLOC