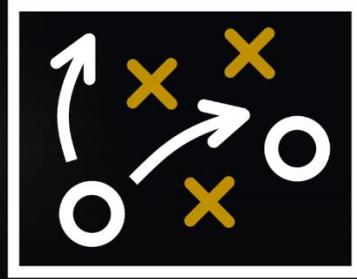


BONTAZ ACADEMY COACHING

ROMAIN MUFFAT



# LE FOOTBALL À 8

## LES SYSTÈMES DE JEU



3-3-1 2-4-1 2-3-2 3-2-2

FORCES ET FAIBLESSES – RAPPORTS DE FORCE



# SOMMAIRE

<b>1</b>	Qui sommes-nous ? ..... 3 Nos médias ..... 4
<b>2</b>	Préambule ..... 6 Choisir son système ..... 7
<b>3</b>	<b>Le 3-3-1</b> Les bases ..... 11 Les caractéristiques au poste ..... 12 Animation offensive ..... 13 Animation défensive ..... 18
<b>4</b>	<b>Le 2-4-1</b> Les bases ..... 25 Les caractéristiques au poste ..... 26 Animation offensive ..... 27 Animation défensive ..... 33
<b>5</b>	<b>Le 2-3-2</b> Les bases ..... 40 Les caractéristiques au poste ..... 41 Animation offensive ..... 42 Animation défensive ..... 49
<b>6</b>	<b>Le 3-2-2</b> Les bases ..... 55 Les caractéristiques au poste ..... 56 Animation offensive ..... 57 Animation défensive ..... 64
<b>7</b>	<b>Le rapport de force</b> Le 3-3-1 ..... 71 Le 2-4-1 ..... 76 Le 2-3-2 ..... 80 Le 3-2-2 ..... 84

# QUI SOMMES-NOUS ?

---



# BONTAZ

Centre de formation piloté par le **FC Annecy**, la Bontaz ACADEMY est une section sportive FFF située en Haute-Savoie qui compte plus de **360** joueurs et joueuses collège et lycée répartis sur cinq pôles, encadrés par **25** entraîneurs professionnels.

Elle a pour objectif d'emmener ses joueurs et joueuses **au plus haut niveau** à travers un triple projet sportif, scolaire et éducatif.



Lancée en 2022, l'antenne « Coaching » de la Bontaz Academy permet à travers différents supports de transmettre notre passion et d'accompagner de nombreux éducateurs, joueurs et passionnés !

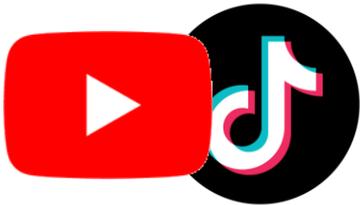
<https://www.bontzacademy-coaching.com>



# NOS MÉDIAS

---

La **BONTAZ ACADEMY** sur les réseaux c'est :



Une chaine YOUTUBE et TIKTOK  
Vidéos d'entraînements et analyses  
**+ de 200 000 abonnés !**



Une page FACEBOOK et INSTAGRAM  
Actualités de l'Academy



Retrouvez toutes nos vidéos et tous  
nos outils sur notre site Internet :  
<https://www.bontazacademy-coaching.com>



**LE FOOTBALL**  
**U11 U13**

# PRÉAMBULE

---



Après le football des U7 et U9, les catégories U11 et U13 marquent le début du football à 8 (7 joueurs de champ + un gardien).

4-4-2, 4-2-3-1, 3-5-2, 3-4-3 ...

**Les systèmes de jeu du football à 11 sont connus et maîtrisés.**

Les ressources sont cependant beaucoup moins nombreuses pour le football à 8, **pourant essentiel dans la progression de nos jeunes joueurs !**

C'est pourquoi j'ai voulu humblement écrire ce livre.

A destination des éducateurs, joueurs et passionnés, il a pour but de présenter **les quatre grands systèmes utilisés à cet âge-là !**

Bien sûr, selon l'animation et la volonté de l'éducateur, d'autres organisations auraient pu être présentées. Il m'a paru pertinent de se centrer sur l'essentiel et les systèmes utilisés les plus fréquemment.

Choix du système, caractéristiques au poste, forces et faiblesses, rapport de force, j'ai tenté d'être le plus complet possible afin de fournir un guide intéressant à celles et ceux qui forment les futures générations !

## BONNE LECTURE !

# CHOISIR SON SYSTÈME

Le choix d'un système de jeu **dépend de plusieurs facteurs**, tels que les forces et les faiblesses de votre équipe, le style de jeu que vous souhaitez adopter, les caractéristiques de vos joueurs mais aussi de l'adversaire. Voici les éléments à prendre en compte lors du choix d'un système :



**Évaluez vos joueurs** : Identifiez les compétences, les qualités techniques, tactiques, physiques et les positions préférées de vos joueurs. Choisissez un système qui met en valeur leurs forces et leurs capacités.



**Adaptez-vous à votre effectif** : Il est important de choisir un système de jeu qui correspond aux caractéristiques de vos joueurs.



**Définissez votre style de jeu** : Êtes-vous adepte d'un jeu de possession? De la contre-attaque ? Pressing haut ? Bloc médian ? Votre choix de système de jeu doit être en accord avec votre style de jeu désiré.



**Analysez l'adversaire** : Choisissez un système qui contrera efficacement le rapport de force tout en exploitant leurs faiblesses.



**Expérimentez et adaptez-vous** : Le choix du système de jeu n'est pas figé et peut être ajusté en fonction des performances de l'équipe. Soyez ouvert à l'expérimentation et à l'adaptation en fonction des résultats obtenus.



En fin de compte, le choix d'un système de jeu est une décision stratégique qui doit être prise **en tenant compte des spécificités de votre équipe, de vos joueurs et de votre vision du football.**

# S'ADAPTER AU PUBLIC

---

Il faudra toutefois remettre tout cela dans le contexte.

En effet, dans la pratique, l'éducateur du football à 8 disposera de pratiquants d'une énorme hétérogénéité :

- Joueurs/joueuses pratiquant depuis leur plus jeune âge
- Joueurs/joueuses débutant la pratique du foot
- Joueurs/joueuses « mordus » de foot avec une volonté de compétition
- Joueurs/joueuses dans une pratique orientée loisir

**Il sera ainsi utopique et destructeur** de vouloir appliquer les concepts du football à 11 sur certains groupes.



**La compétence de l'éducateur** à cet âge-là sera justement de s'adapter au mieux à son groupe et à ses spécificités !

Il devra ainsi être capable d'ajuster ses exigences et ses volontés pour faire progresser ses joueurs/joueuses à leur rythme !

# C'EST PARTI !

Alors 3-3-1, 2-4-1, 2-3-2 ou 3-2-2 ?!



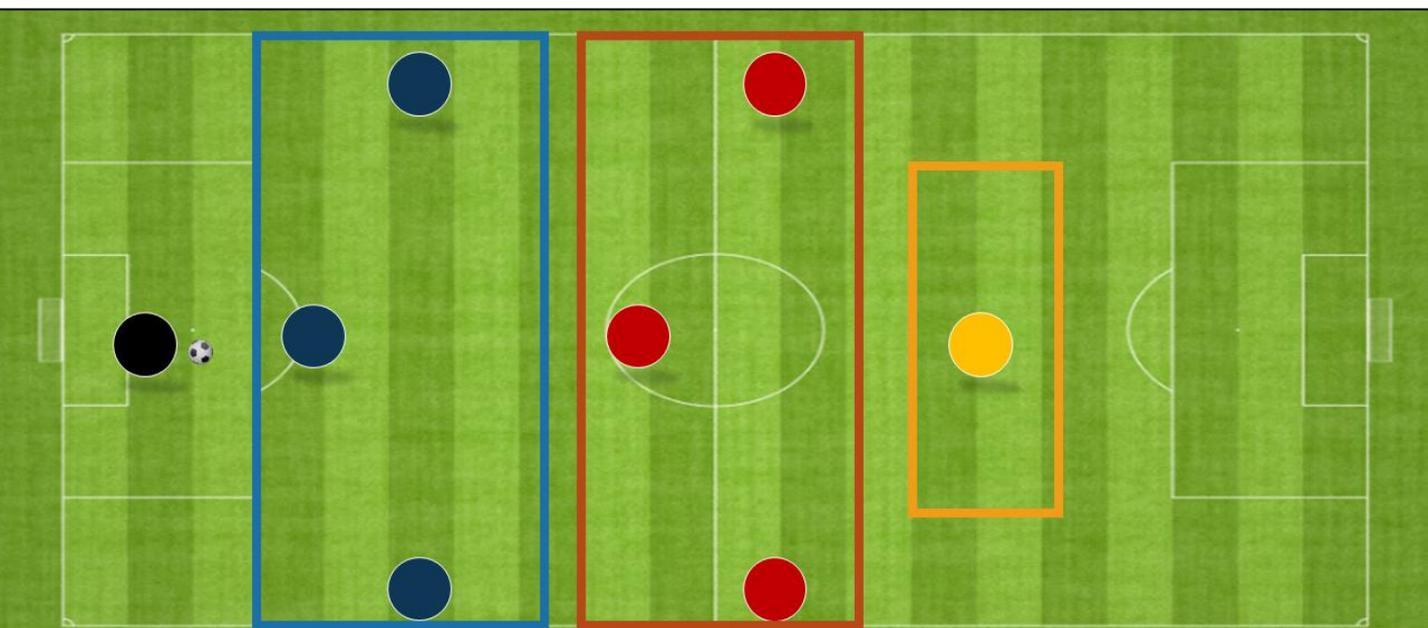
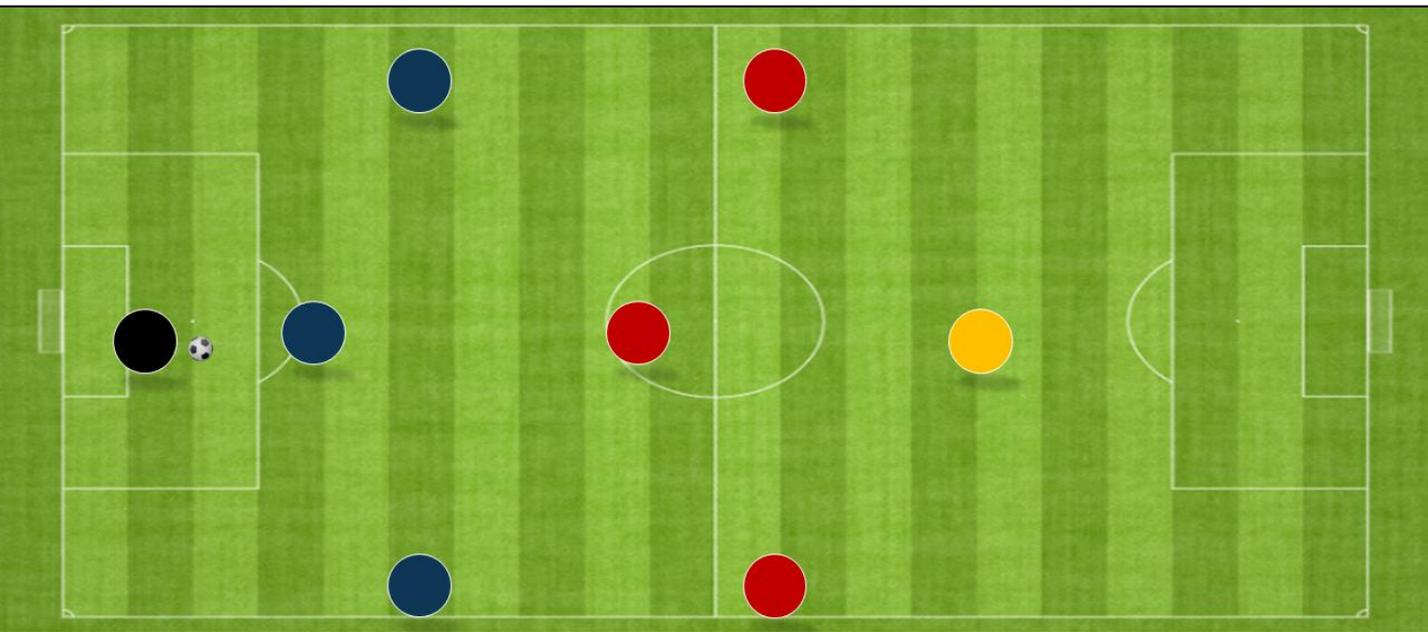
Commençons par définir les forces et les faiblesses de chaque système, et les caractéristiques majeures au poste !



**LE**  
**3-3-1**

# Le 3 3 1 – LES BASES

Le 3-3-1 comprend une ligne de 3 défenseurs, une ligne de 3 milieux et un attaquant.



C'est un système intéressant, **notamment pour débiter le foot à 8**. En effet, les rôles sont clairement définis et permettent aux jeunes joueurs et joueuses de s'appropriier la largeur du terrain.

# LES CARACTÉRISTIQUES AU POSTE

Il nécessite des caractéristiques importantes selon les postes :

<b>Gardien</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Communication dans la gestion du bloc défensif</li><li>• Gestion de la profondeur</li><li>• Capacité de relance sur les sorties de balle</li></ul>
<b>Latéral</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Gestion des 1v1 sur les côtés</li><li>• Capacité à couvrir le central quand le ballon est à l'opposé</li></ul>
<b>Défenseur central</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Capacité à couvrir les latéraux</li><li>• Qualité dans la relance</li></ul>
<b>Milieu axial</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Enorme volume de jeu</li><li>• Grosse capacité de récupération des ballons</li><li>• Culture tactique pour assurer l'équilibre</li><li>• Qualité technique pour être un relais dans la relance</li></ul>
<b>Excentré</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Qualité d'élimination dans le 1v1</li><li>• Qualité de centre</li><li>• Coordination avec l'attaquant</li><li>• Capacité athlétique pour attaquer et se replacer défensivement</li></ul>
<b>Attaquant</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Intelligence de déplacement car seul devant</li><li>• Qualité de finition</li><li>• Capacité athlétique car grosse répétition d'efforts</li></ul>



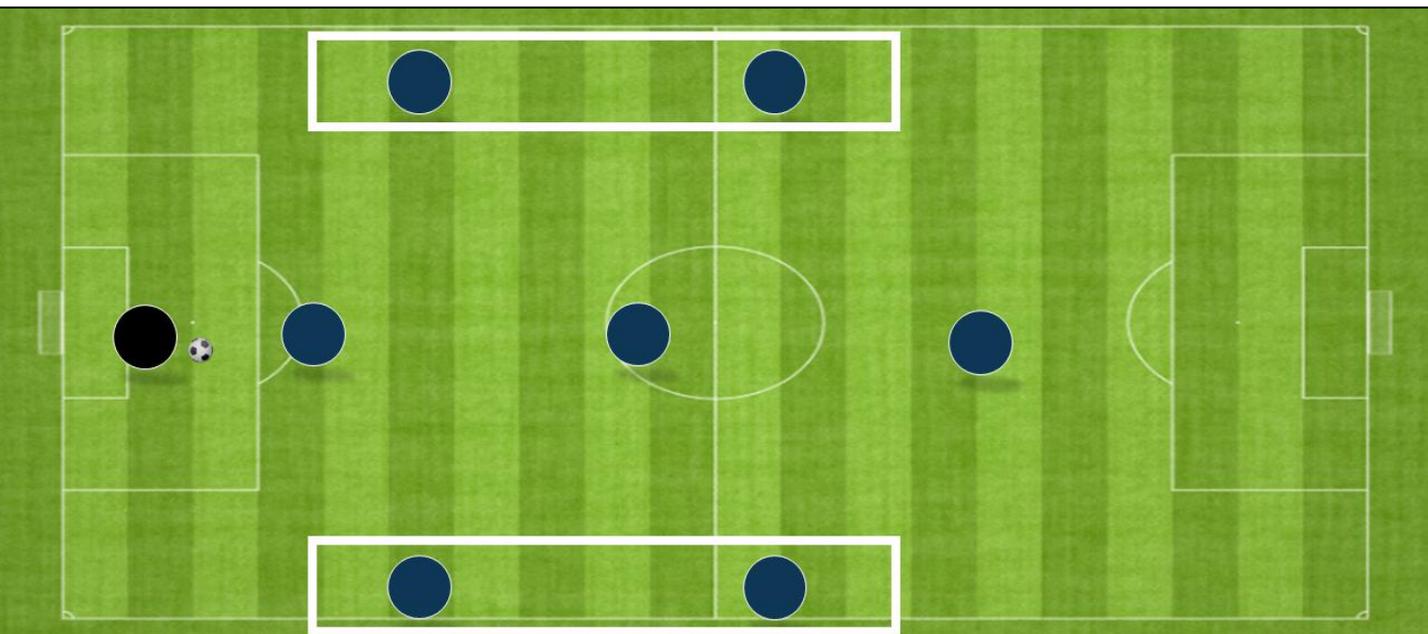
Comme tout système dans le football, l'animation s'articulera selon les caractéristiques des joueurs. Un 3-3-1 pourra par exemple très bien fonctionner avec un attaquant à l'aise dos au jeu, ou au contraire avec un attaquant fort dans la profondeur.  
**Ce sont ici des caractéristiques généralistes.**



# ANIMATION OFFENSIVE

# UNE SUPERIORITE CÔTÉ

Outre l'occupation de la largeur, il offre de véritables **avantages** offensivement :

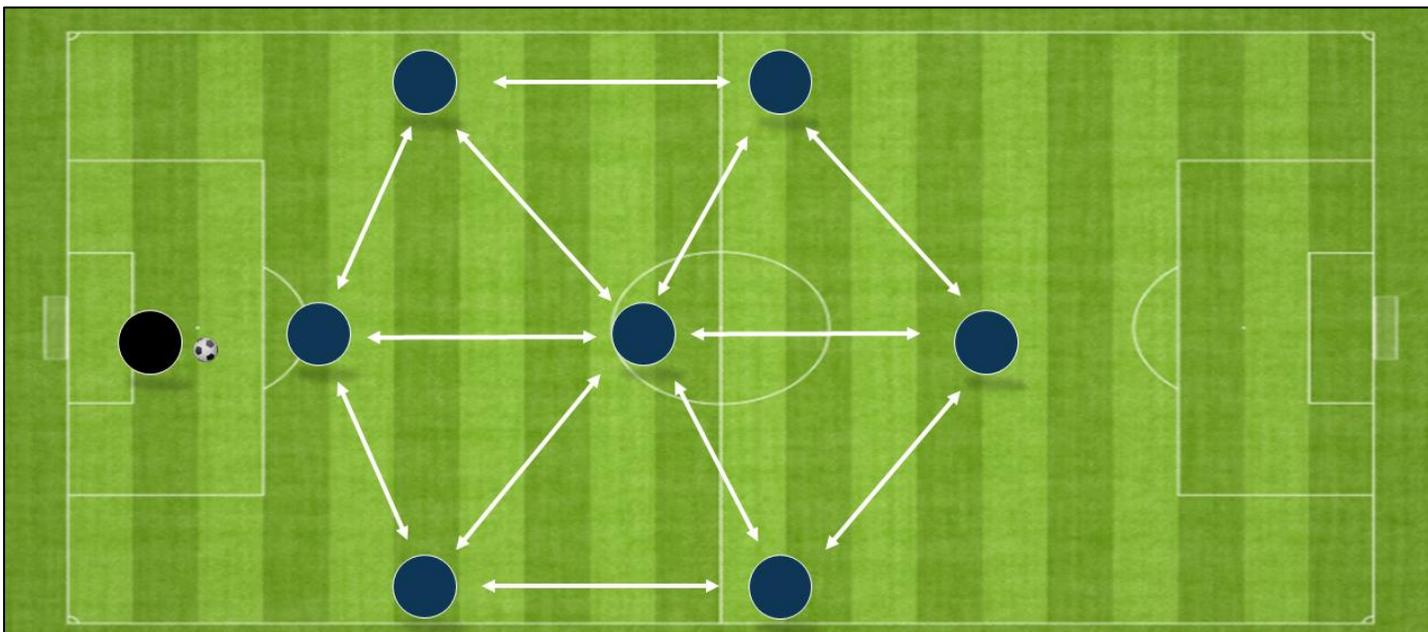


Il positionne deux joueurs sur chaque côté, ce qui introduit **la relation entre latéral et excentré**.

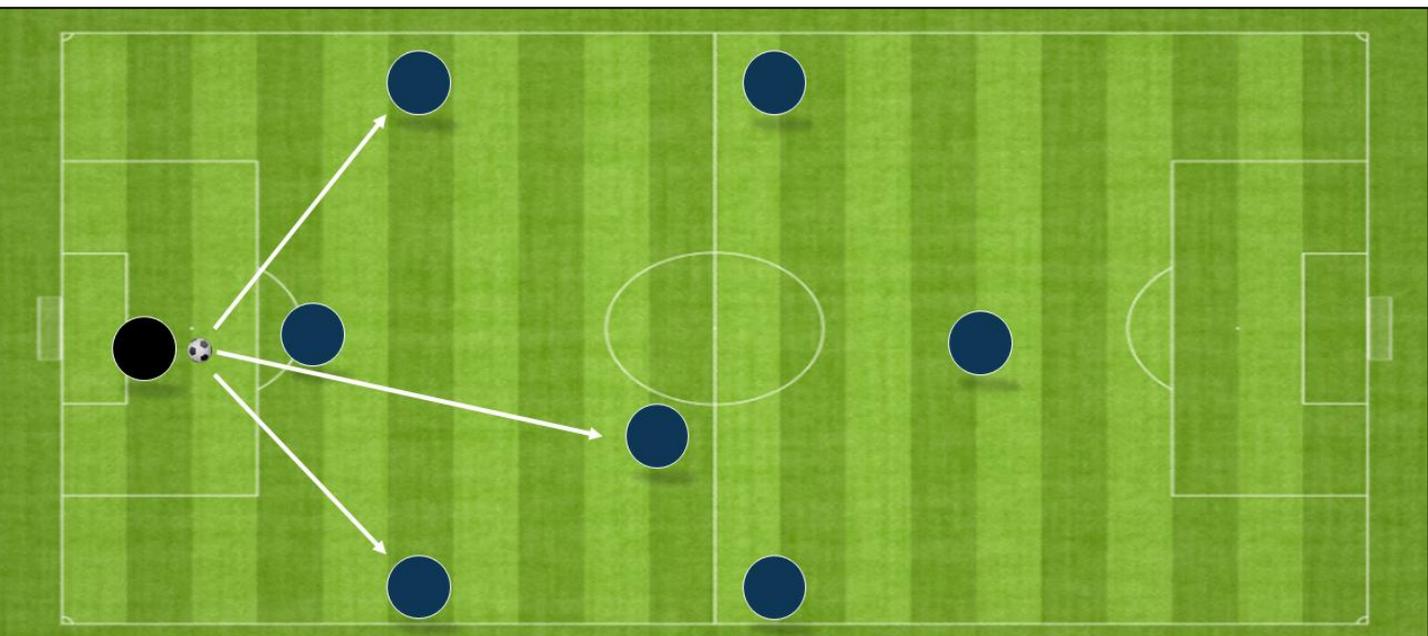


Il posera ainsi des problèmes à des systèmes comme le 2-4-1 ou 2-3-2 qui n'ont qu'un joueur de côté.

# DES TRIANGLES INTÉRESSANTS



Il permet sur chaque zone du terrain de trouver des appuis et des soutiens **grâce à la présence de multiples triangles.**



Enfin, sur les sorties de balle, la base de trois joueurs + le gardien offre de nombreuses solutions.

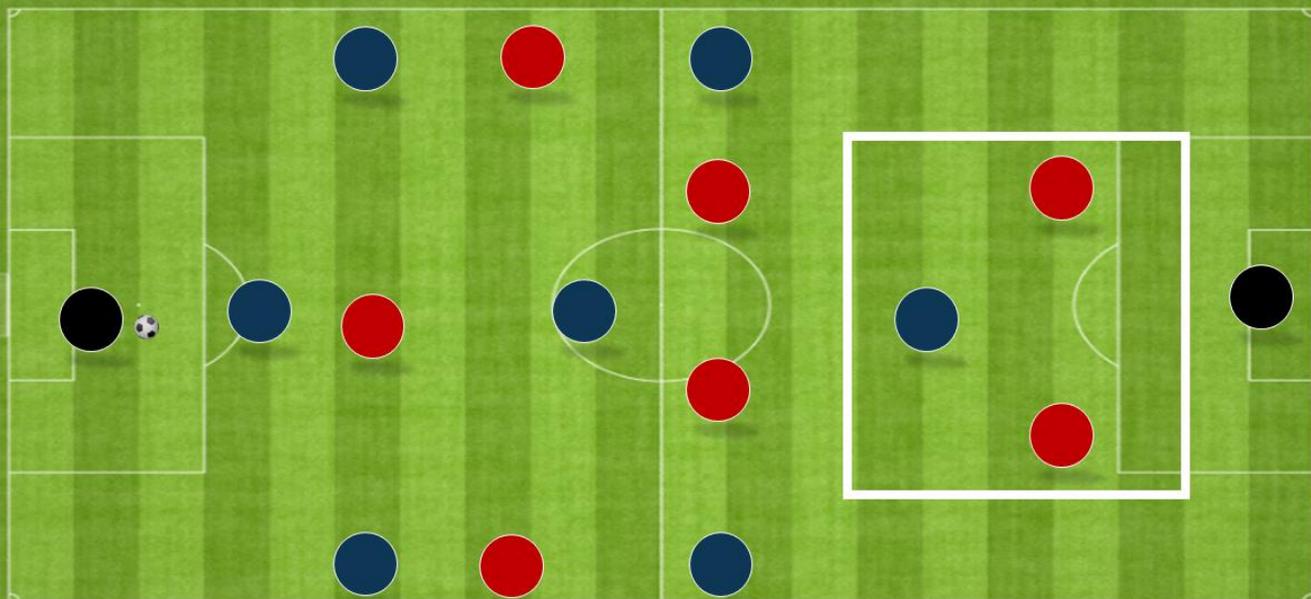
# L'INFÉRIORITÉ AXIALE

Il comporte toutefois **quelques limites** :

Le milieu axial est seul, ce qui limite les possibilités de jeu combiné dans l'axe. Si le joueur axial est bien contenu, les possibilités de trouver du jeu à l'intérieur seront ainsi réduites au minimum.

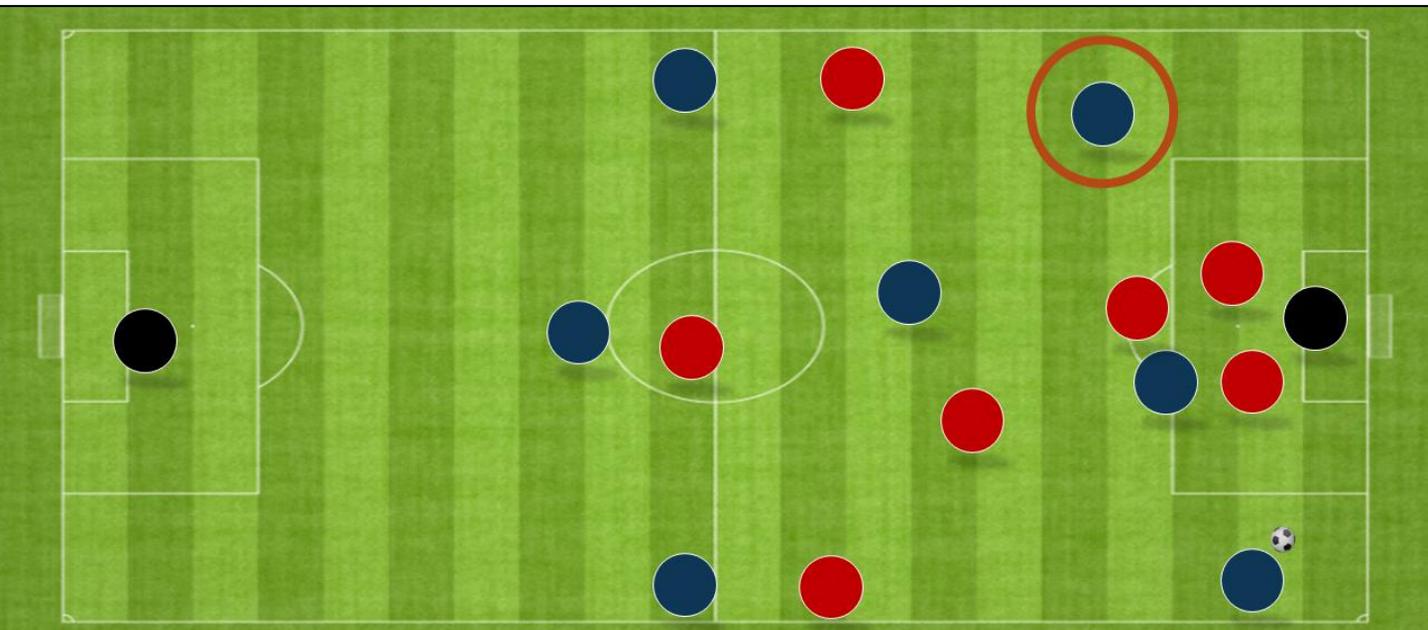


De plus, ce joueur déjà très concerné défensivement aura du mal à se projeter en zone haute, **ce qui peut amener une animation offensive stéréotypée.**

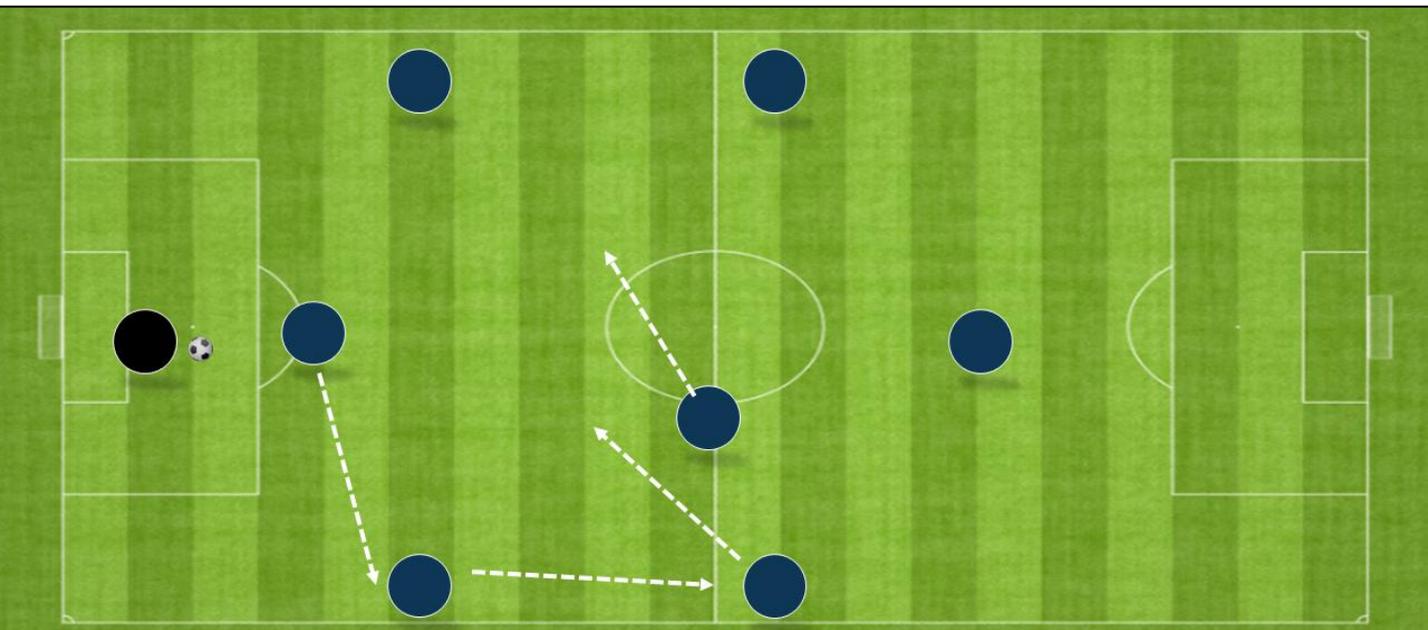


L'attaquant est également seul en zone haute **et pourra vite se retrouver isolé** si les deux excentrés n'amènent pas de mouvement et notamment de la profondeur.

# LES ADAPTATIONS



Également, devant le but, si les excentrés ne se mobilisent pas, **la présence sera insuffisante**. C'est un des freins du 3-3-1.



Enfin, sur les sorties de balle, la présence du défenseur central devant le gardien enlève en quelque sorte un joueur numériquement et réduit le rôle du gardien au pied.

**Cela peut être modulé avec un passage en 2-4-1.**

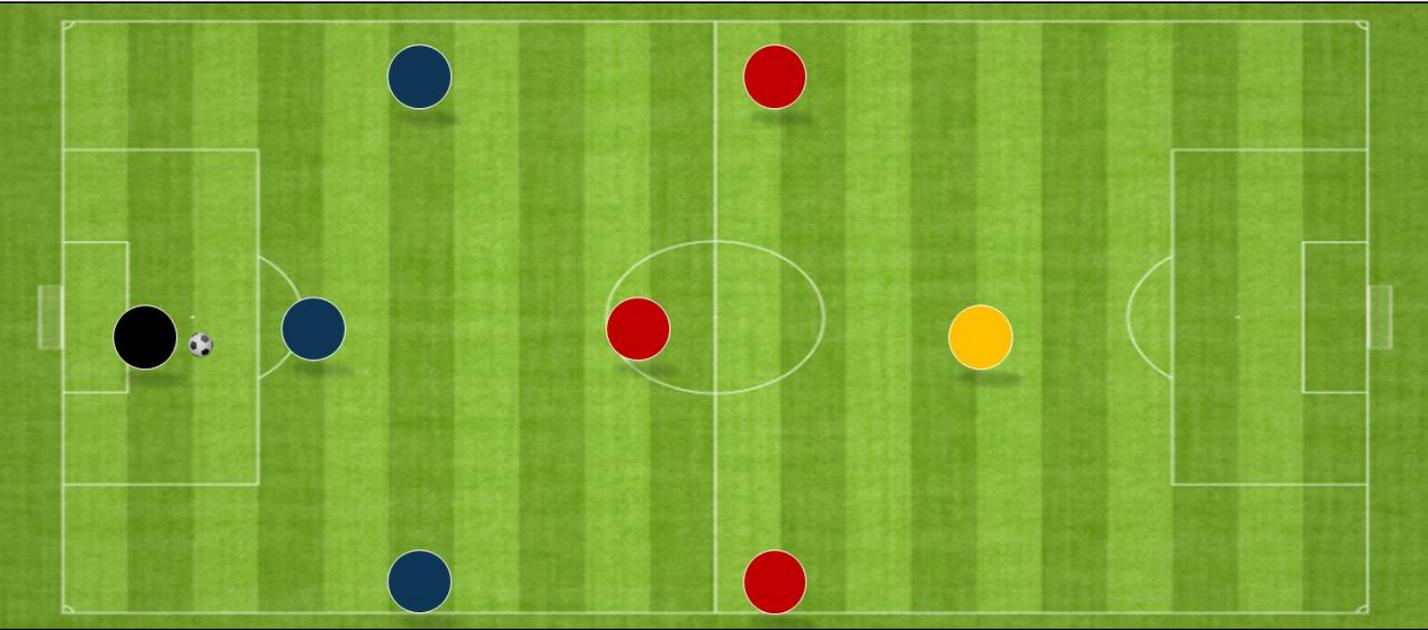


#3.2

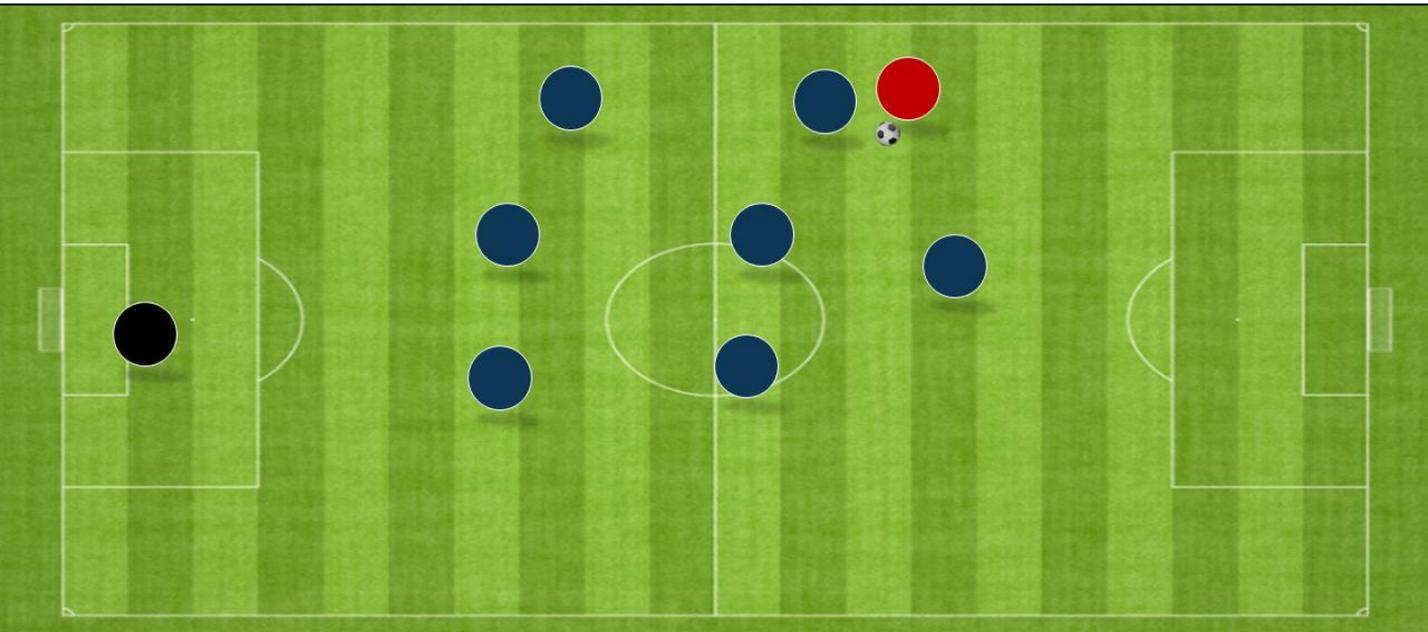
# ANIMATION DÉFENSIVE

# UN SYSTÈME ÉQUILIBRÉ

Défensivement, il apporte des certitudes et est facile à comprendre pour des jeunes joueurs.

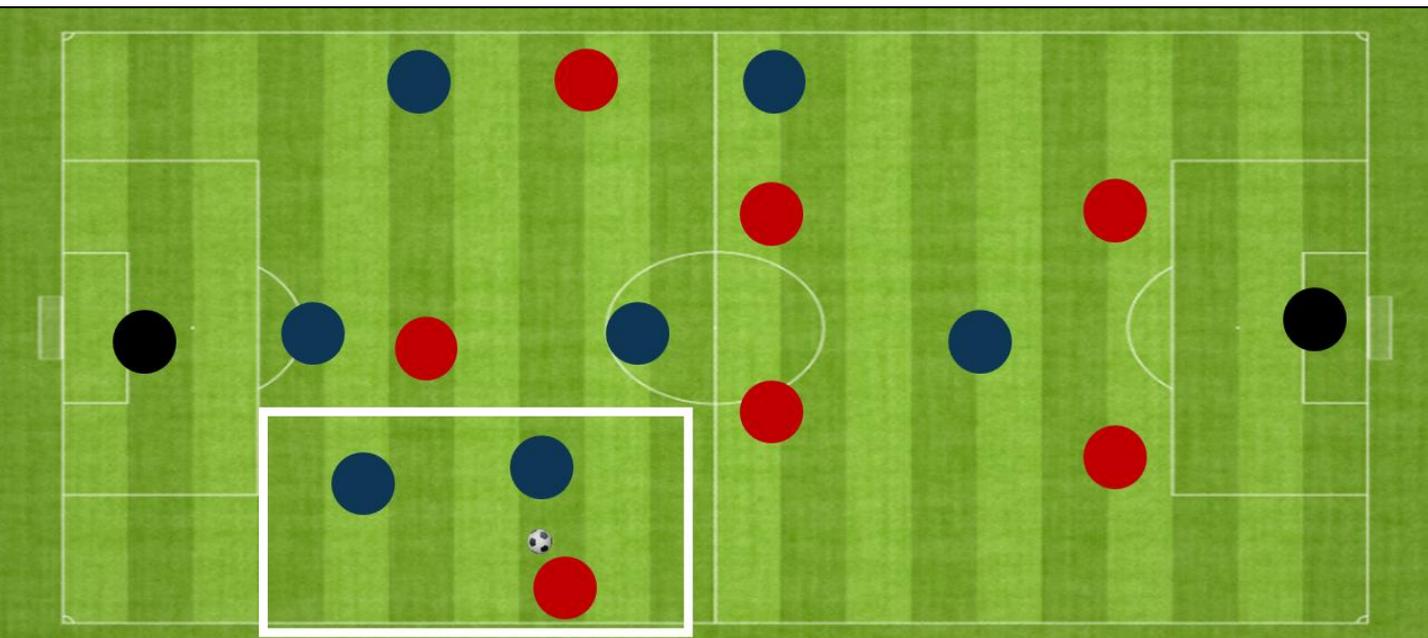


Le système est **équilibré** et la largeur est bien gérée.

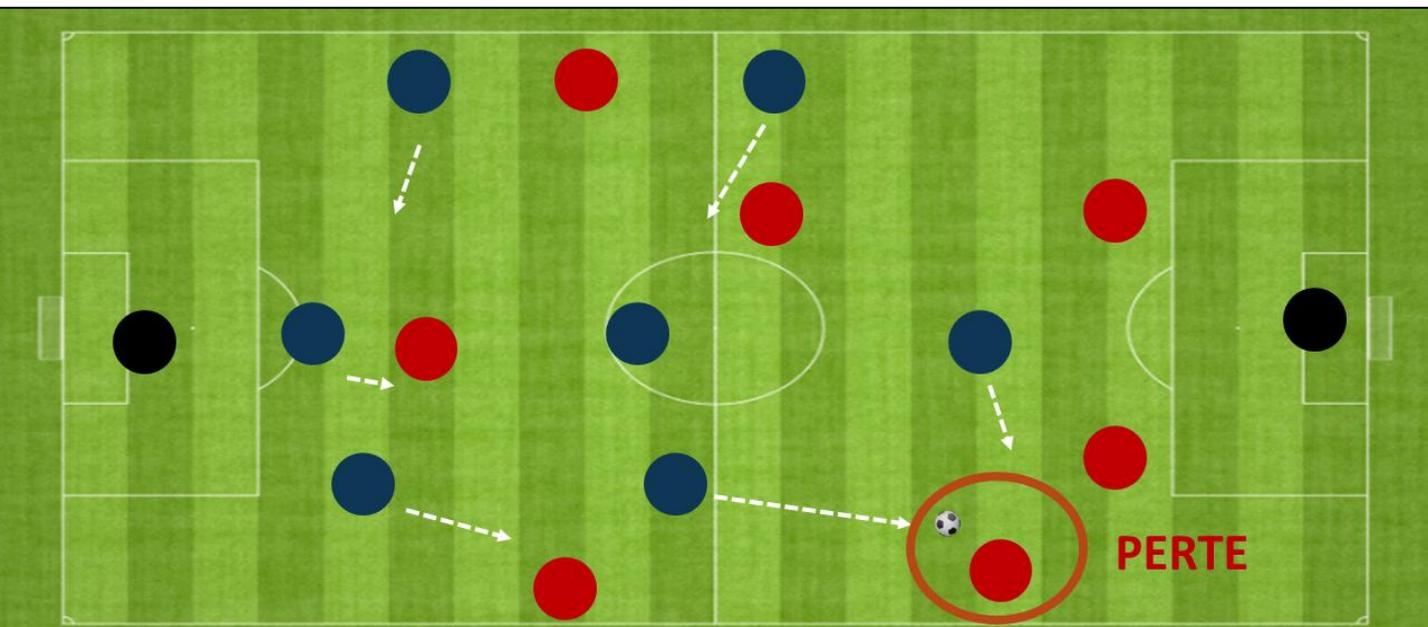


Il permet une utilisation **rationnelle** de la largeur lorsque le ballon est sur le côté.

# DES COULOIRS RICHES

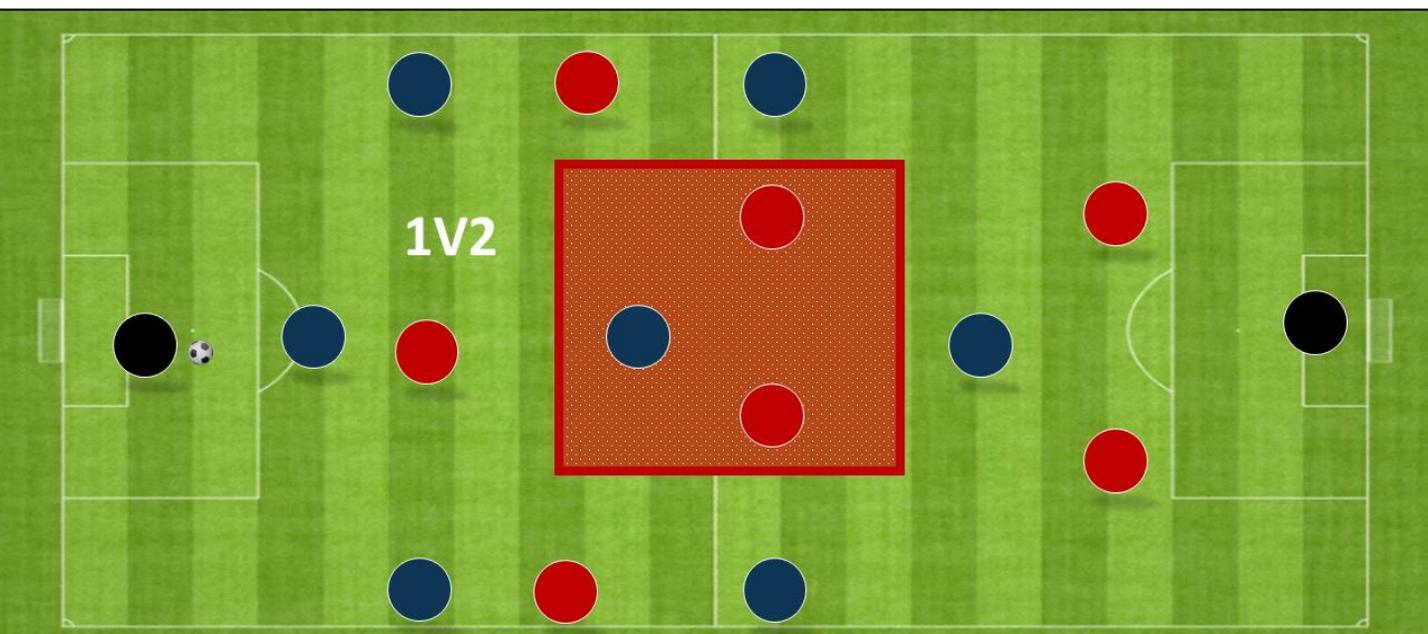


La présence de deux joueurs sur les côtés permet également d'aborder les prises à 2. **C'est une des vertus fortes pour la prévision au passage à 11.**

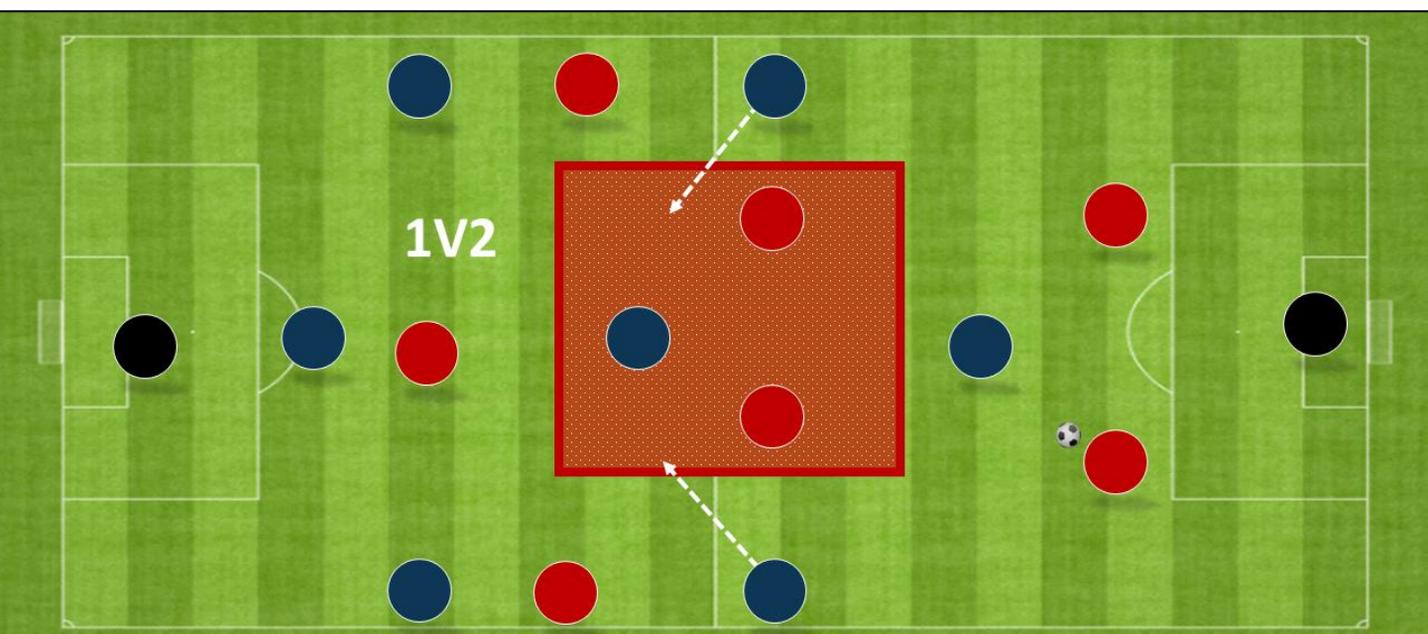


Le terrain étant bien quadrillé, c'est un système également intéressant à la perte du ballon, car un pressing sera très souvent possible à proximité de la perte.

# UN MILIEU DÉFENSIF SEUL

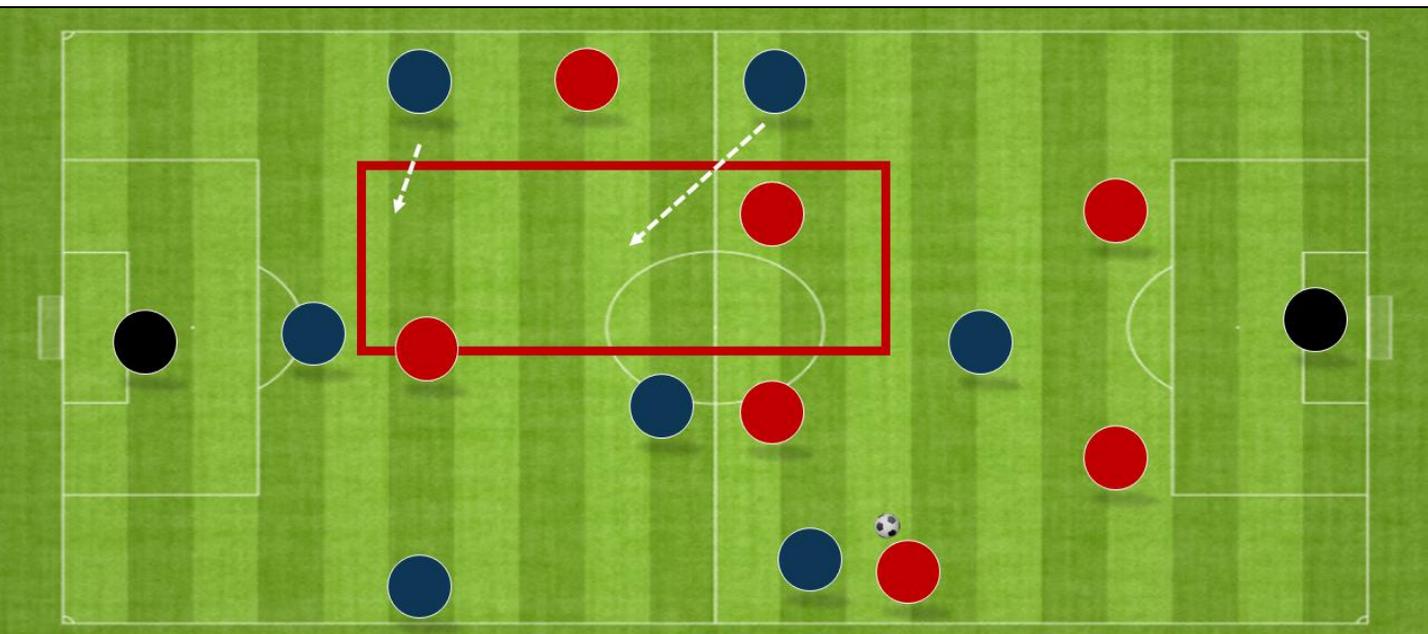


Son principal défaut reste le manque de densité axiale, notamment face à un milieu à deux. Le milieu défensif devra avoir **un volume très important** pour combler les espaces dans l'axe.

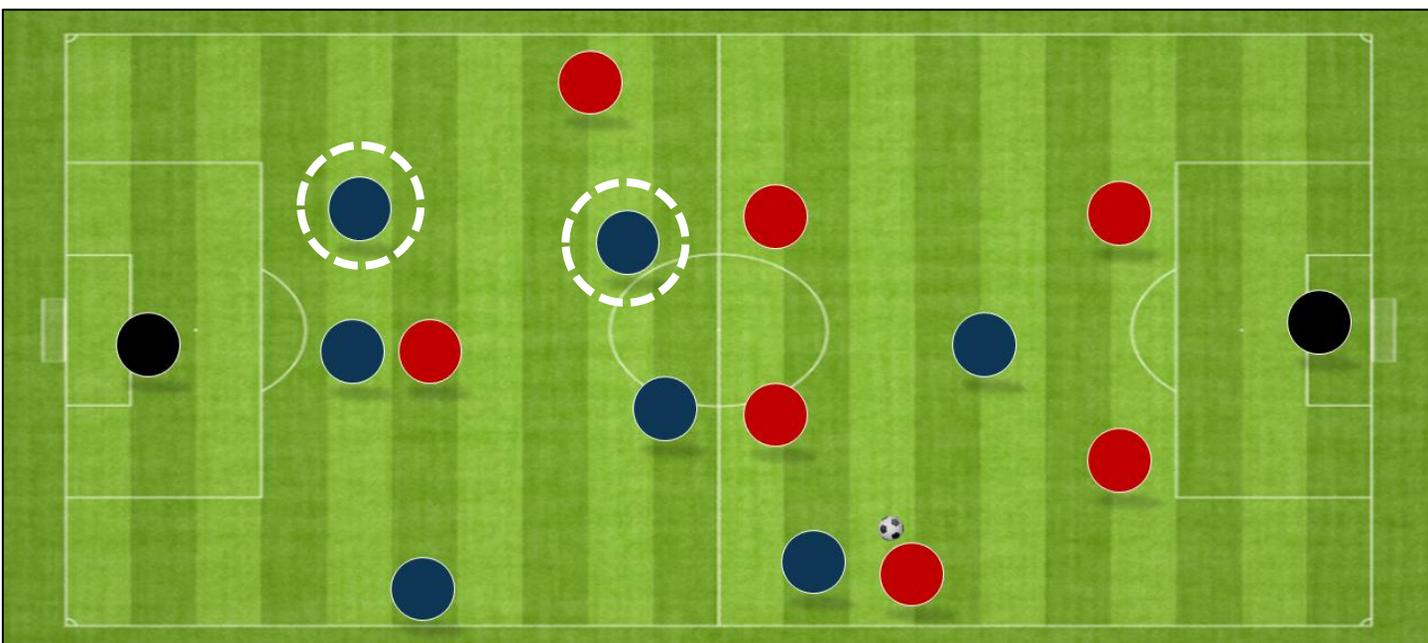


Sur un ballon axial, les excentrés devront ainsi venir resserrer dans l'axe pour densifier ce couloir de jeu majeur. **Sans cela, la fragilité axiale du 3-3-1 sera trop importante.**

# LE RÔLE DES EXCENTRÉS



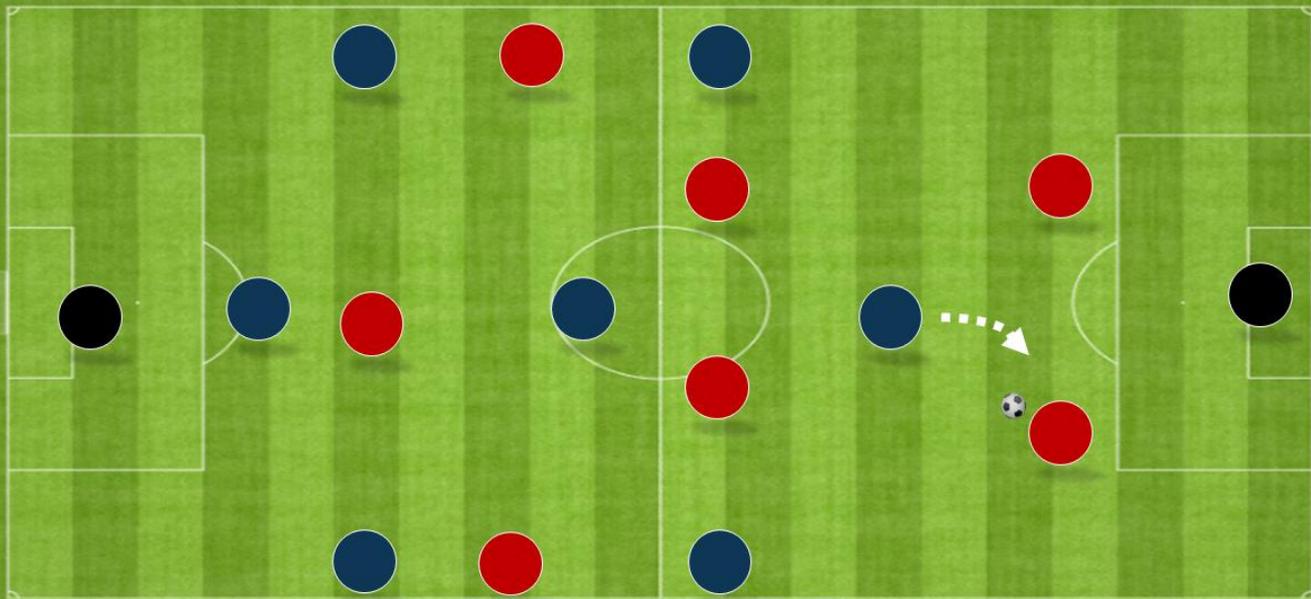
Idem sur le côté. Les latéraux et excentrés à l'opposé devront venir dans l'axe pour former un bloc cohérent sur la largeur, sous peine de laisser un couloir trop important à l'adversaire (rectangle rouge).



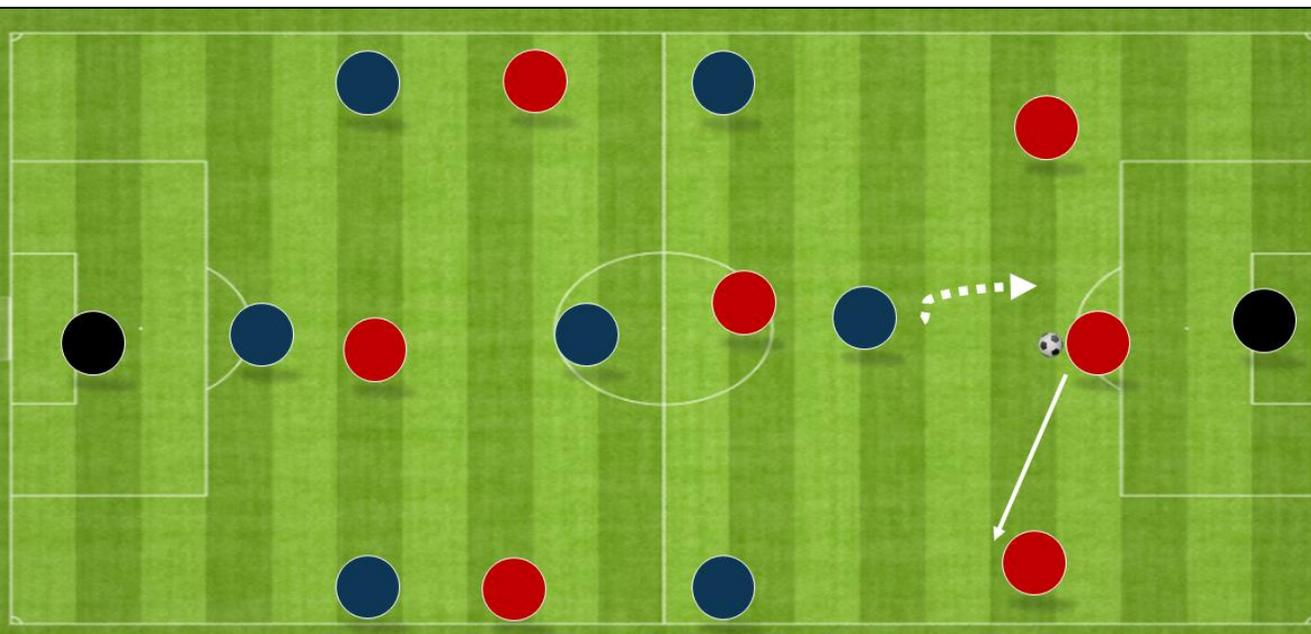
C'est le point **le plus difficile** à faire comprendre aux jeunes joueurs excentrés. L'éducateur devra les sensibiliser à cet aspect majeur de l'animation défensive.

# UN ATTAQUANT AU POINT...

L'attaquant devra également **être accompagné dans son apprentissage du pressing**, sous peine de courir inutilement et de laisser libre l'équipe adverse dans la relance.



Face à deux défenseurs, **il devra fermer la relation axiale** pour éviter de multiplier les courses « essuie-glace ».



Face à trois défenseurs, on lui demandera **d'identifier le latéral le plus faible dans la relance** pour orienter la passe du central. Ici, l'attaquant va à la droite du défenseur central pour forcer la passe au latéral gauche.



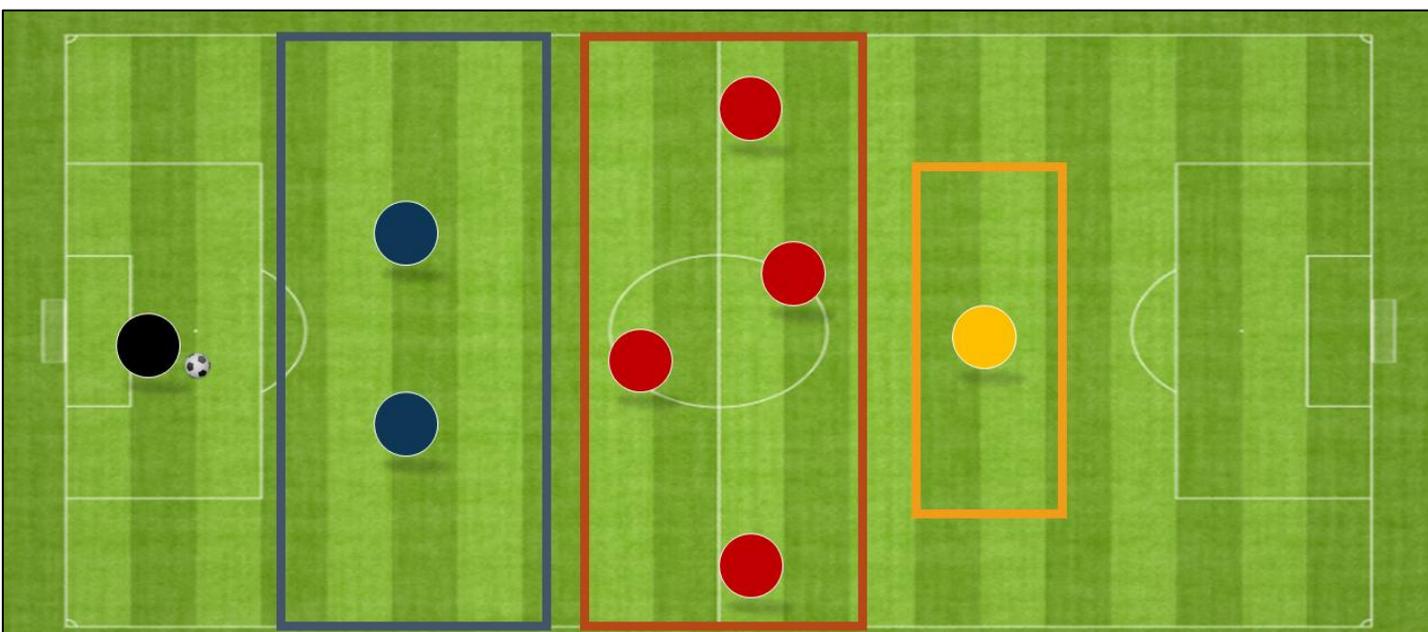
**LE**  
**2-4-1**

# Le 2 4 1 – LES BASES

Le 2-4-1 comprend une ligne de 2 défenseurs, une ligne de 4 milieux et un attaquant. Il a une variante avec les deux milieux défensifs à plat.



Mais également avec un vrai milieu défensif et un milieu offensif.



**C'est un système intéressant** pour développer le jeu à l'intérieur et apporter une belle densité axiale !

# LES CARACTÉRISTIQUES AU POSTE

Il nécessite des caractéristiques importantes selon les postes :

<b>Gardien</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Communication dans la gestion du bloc défensif</li><li>• Gestion de la profondeur</li><li>• Capacité de relance sur les sorties de balle</li></ul>
<b>Défenseurs centraux</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Capacité à se couvrir avec l'autre central</li><li>• Force dans les duels</li><li>• Qualité dans la relance</li></ul>
<b>Milieux axiaux</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Coordination dans les déplacements</li><li>• Complémentarité dans les profils (récupération et relance)</li><li>• Capacité à se projeter pour amener le surnombre</li></ul>
<b>Excentré (piston)</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Enorme capacité à répéter les efforts</li><li>• Qualité d'élimination dans le 1v1</li><li>• Qualité de centre</li><li>• Compréhension tactique sur l'aspect def pour resserrer</li></ul>
<b>Attaquant</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Intelligence de déplacement car seul devant</li><li>• Qualité de finition</li><li>• Capacité athlétique car grosse répétition d'efforts</li></ul>



Le 2-4-1 est un système très riche. Il brillera par la complémentarité de ses binômes, notamment derrière et au milieu. **Le profil des excentrés sera également majeur.** Ils devront être capables de répéter les efforts offensifs et défensifs sur la durée.

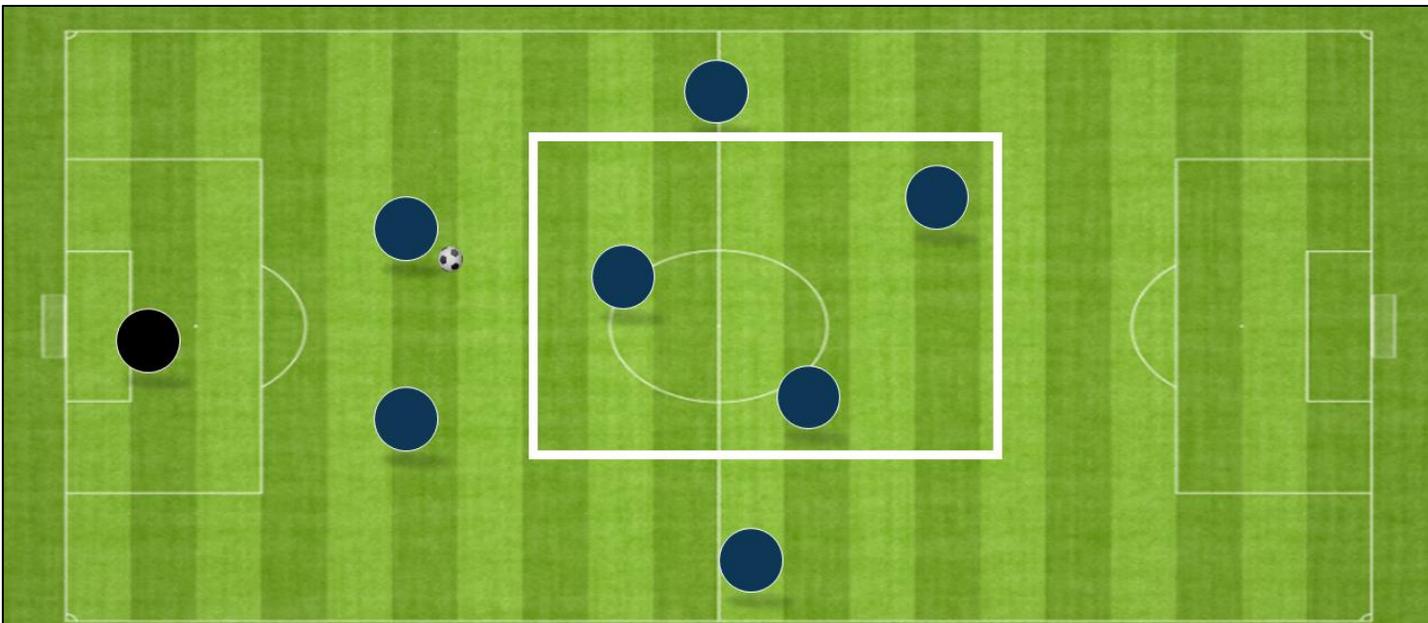


#4.1

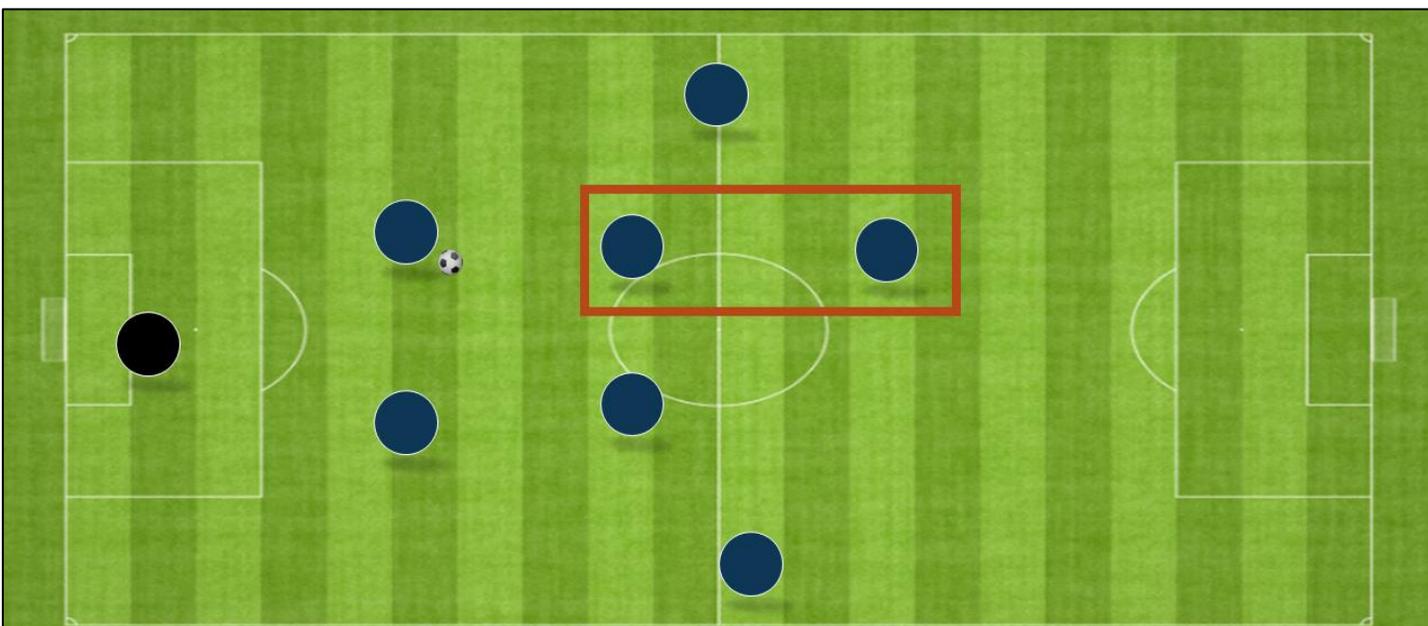
# ANIMATION OFFENSIVE

# UN JEU QUI PENCHE DANS L'AXE

Naturellement, le jeu va pencher dans l'axe. Le **triangle** composé des deux milieux axiaux et l'attaquant est fondamental.



On demandera à ces trois joueurs **de s' étager** : ne jamais être sur la même ligne horizontale ni verticale, sous peine de priver le porteur de solutions comme c'est le cas ci-dessous avec l'attaquant.

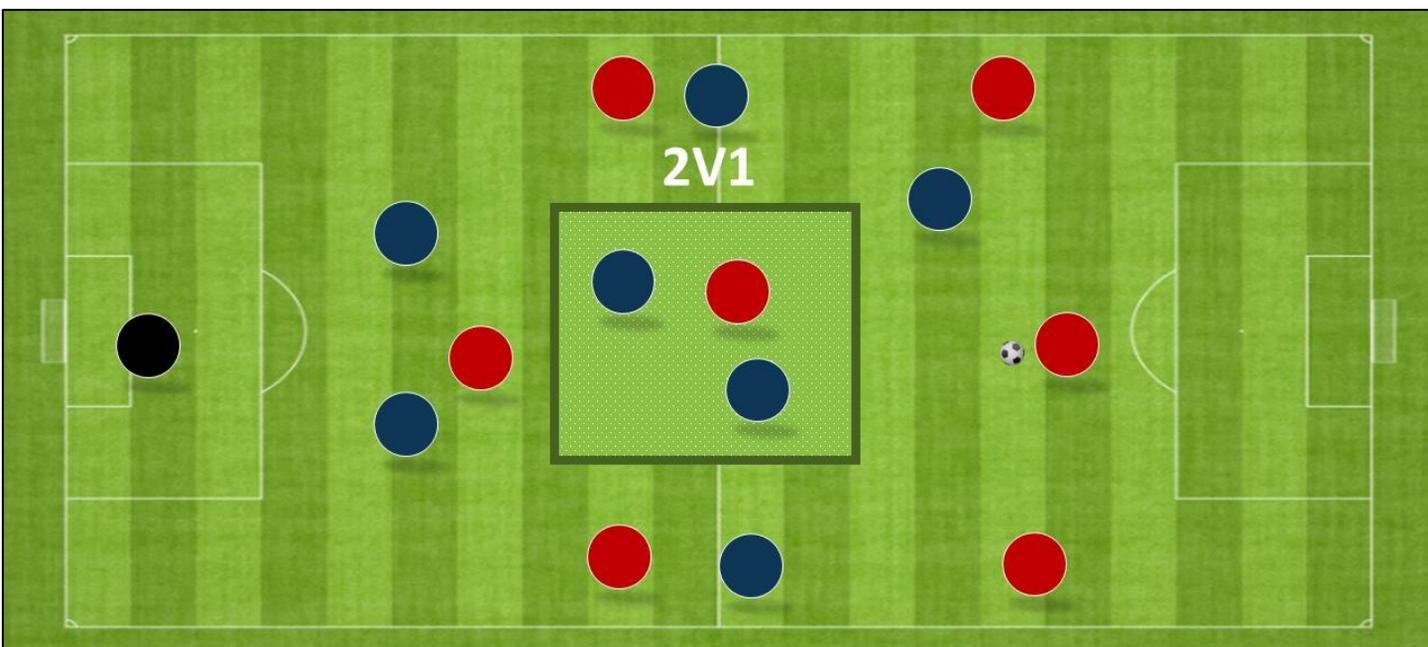


Le 2-4-1 introduira pour ses joueurs à l'intérieur de **nombreux concepts du jeu de position** : être étagé, la recherche de l'homme libre, le troisième homme, l'attraction...

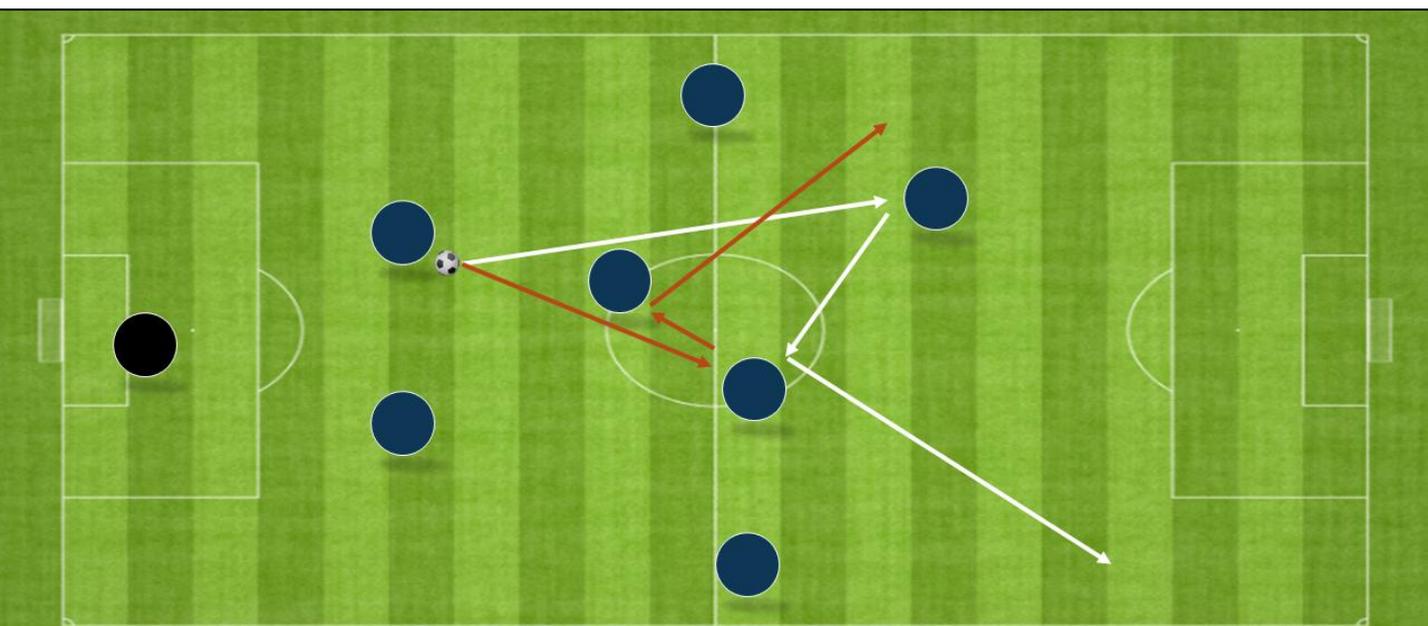
Le répertoire de l'éducateur et des joueurs devra être riche !

# UNE SUPÉRIORITÉ FACE AU 3-3-1

Le 2-4-1 sera ainsi très intéressant à l'intérieur du jeu contre le 3-3-1 par exemple grâce à sa supériorité axiale.



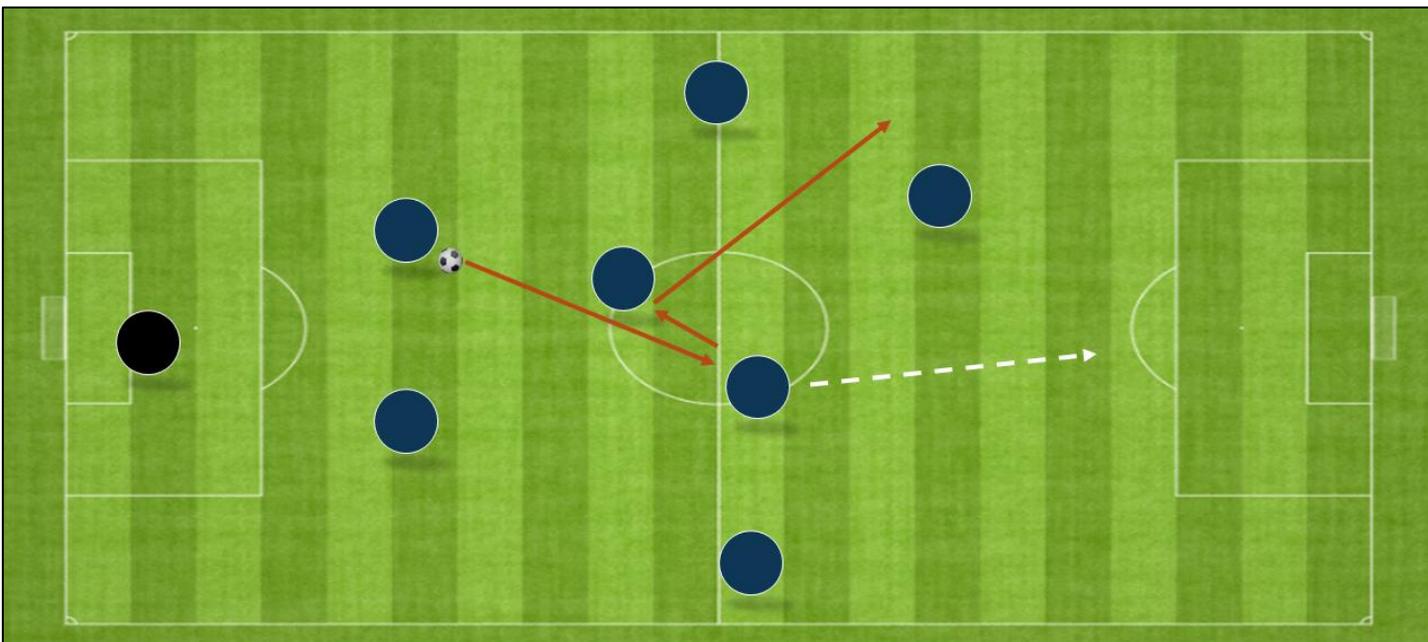
Les relations appui-soutien entre les trois joueurs axiaux doivent permettre **une fixation centrale** pour chercher la profondeur avec les excentrés.



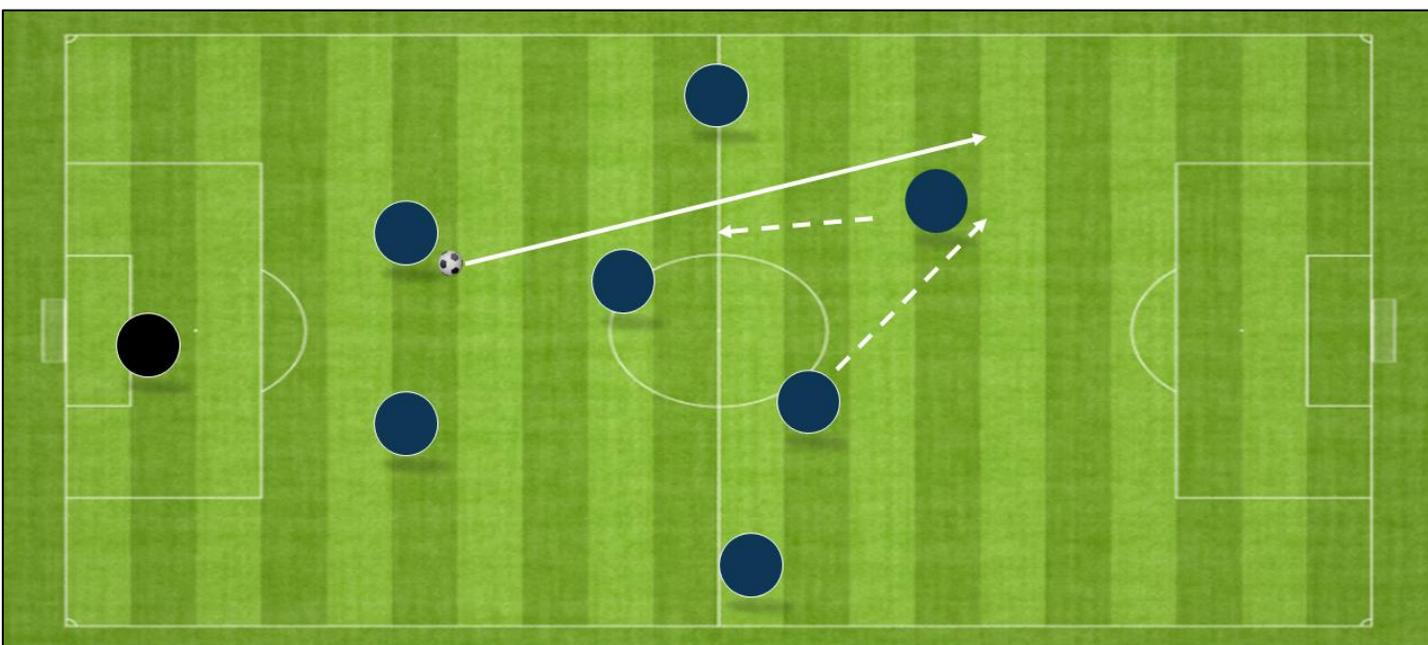
On voit ici deux schémas qui s'appuient sur la relation axiale pour trouver un joueur lancé sur le côté.

# LA PROJECTION DU MILIEU À DEUX

Le 2-4-1 trouvera une de ses richesses offensives **dans l'apport du milieu à deux**. Si l'un devra assurer la sécurité de l'équilibre défensif, l'autre milieu devra absolument se projeter pour apporter le surnombre.



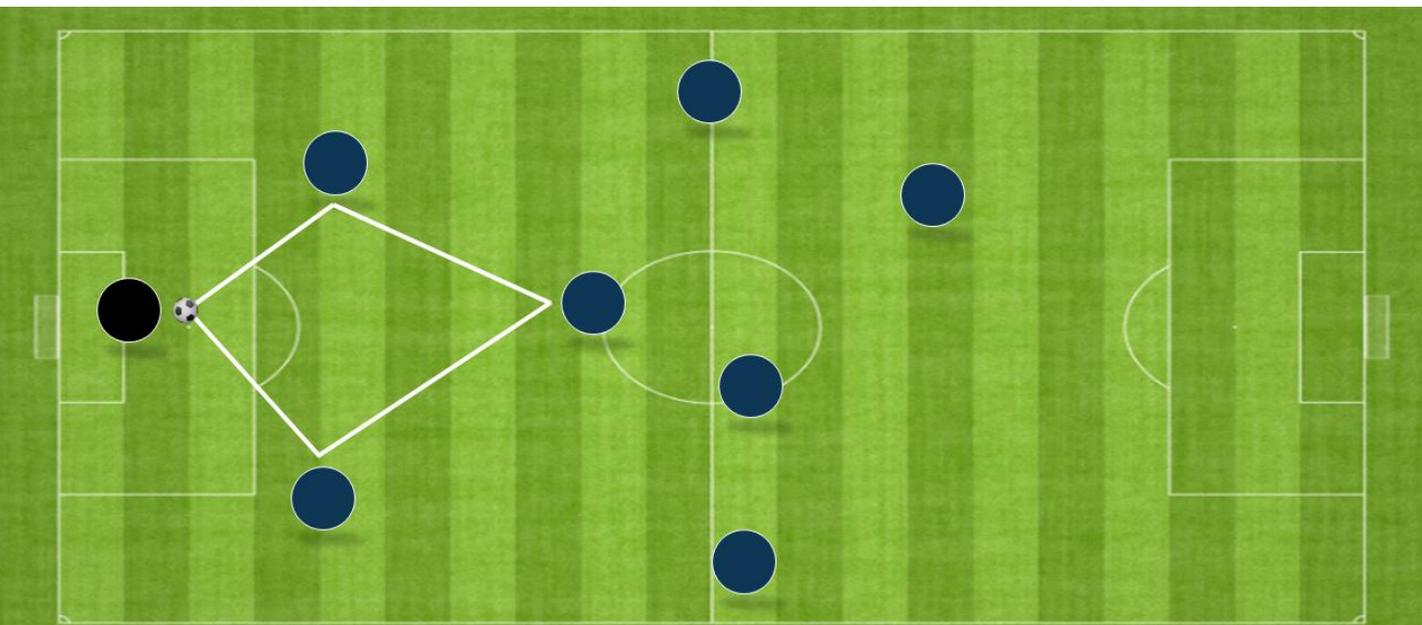
Ici, le milieu offensif est au départ de l'action en appui puis se projette. C'est indispensable **pour amener de la variété et de l'incertitude** chez l'adversaire.



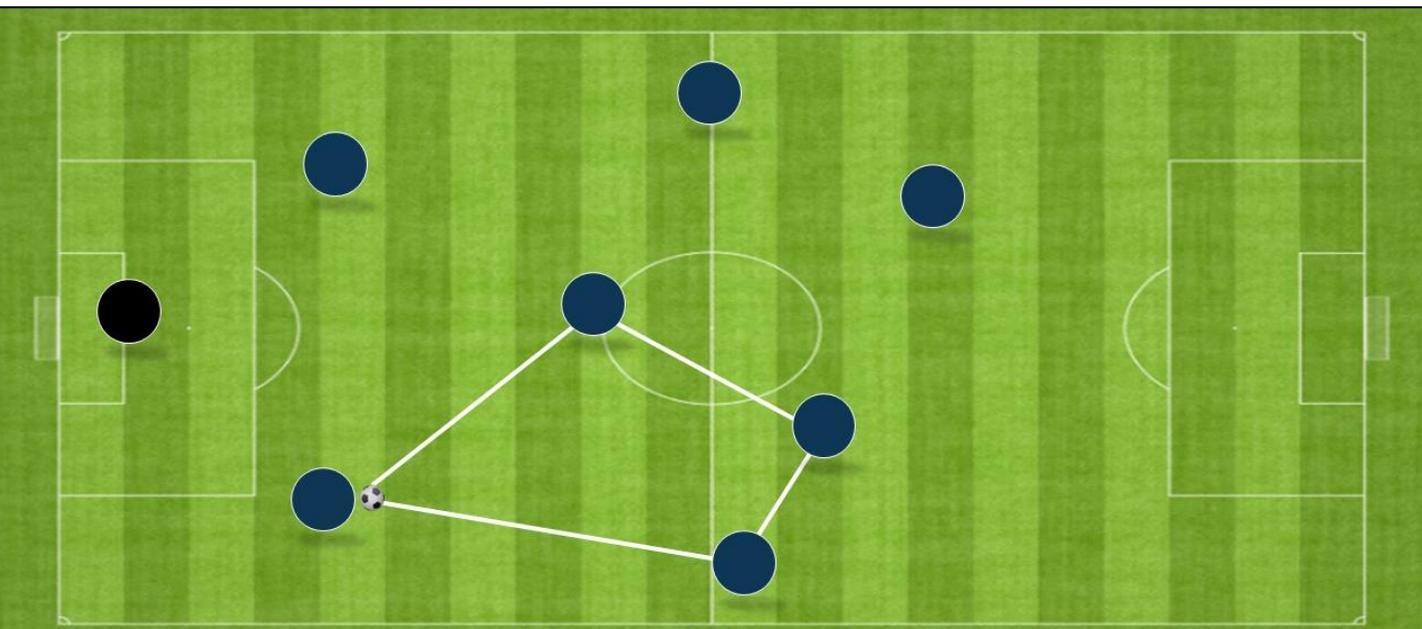
Selon l'animation voulue par l'éducateur, **le milieu offensif pourra même jouer comme un attaquant** et former un binôme complémentaire. Ici, l'attaquant demande en appui, le milieu attaque la profondeur, c'est idéal.

# LES SORTIES DE BALLEES

Enfin, sur les sorties de balle, la construction du losange est intéressante pour développer le jeu combiné depuis l'arrière.



Losange sur la sortie de balle depuis le gardien.



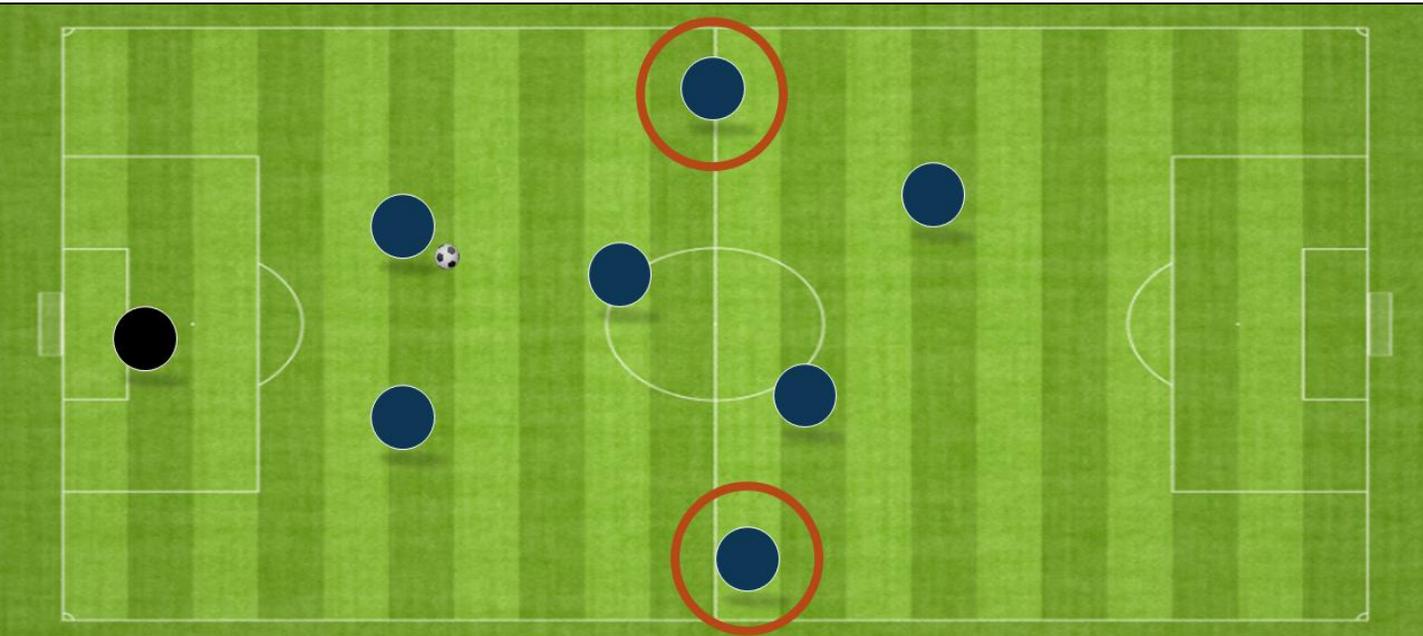
Losange sur la sortie de balle depuis le défenseur central droit.



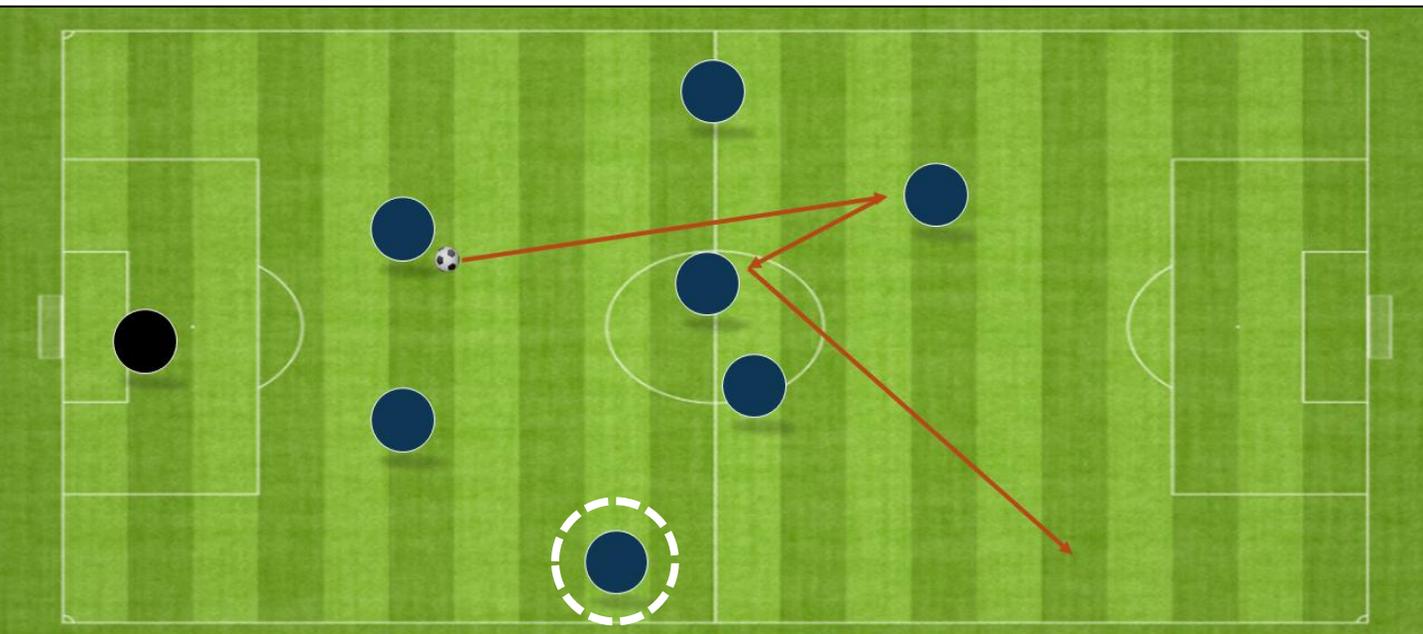
En terme de jeu combiné à l'intérieur, le 2-4-1 est sur le papier le système le plus riche du football à 8.

# UN SYSTÈME TRES EXIGEANT

Ce système est **toutefois très sollicitant pour les joueurs de côté**, offensivement et défensivement. Ils doivent couvrir un volume de terrain énorme. Ils évoluent comme de **véritables pistons** en foot à 11.



Si ces joueurs-là ne disposent pas de la fraîcheur physique adéquate, l'absence de courses en profondeur et de projection **rendra l'animation très stéréotypée**.



Ici, le jeu combiné est intéressant **mais l'excentré droit est en retard**, l'action offensive n'aboutit pas.

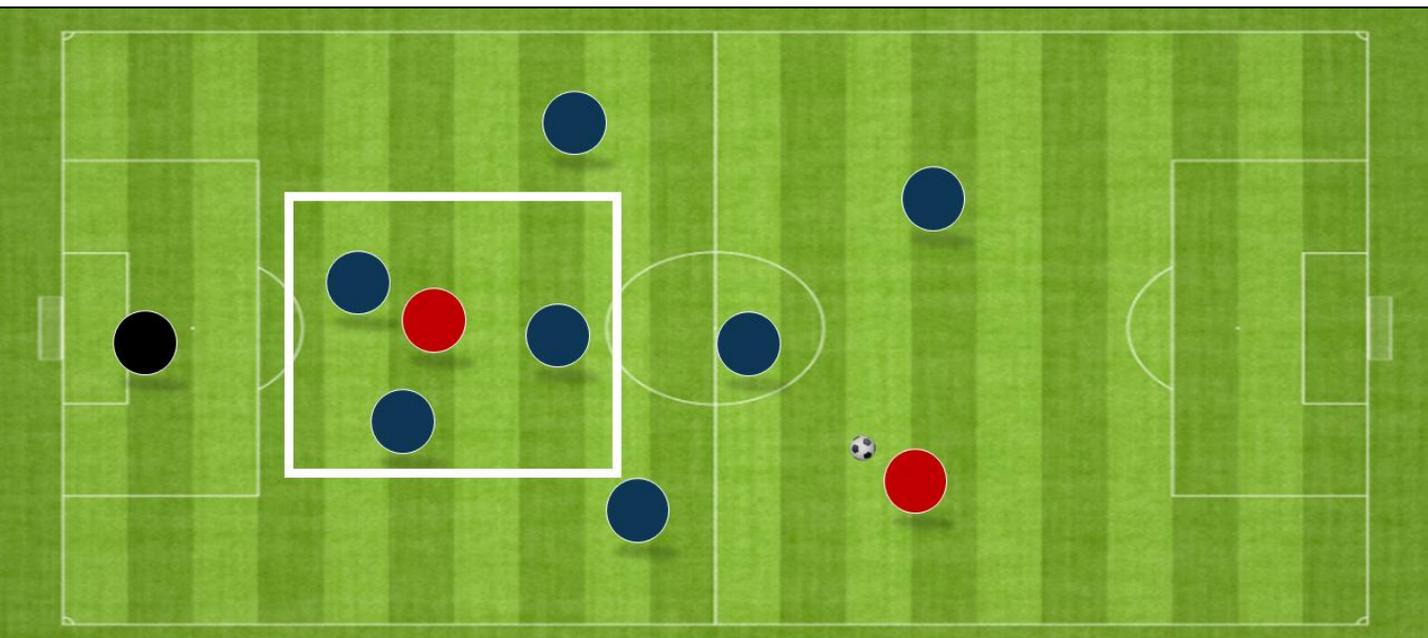


#4.2

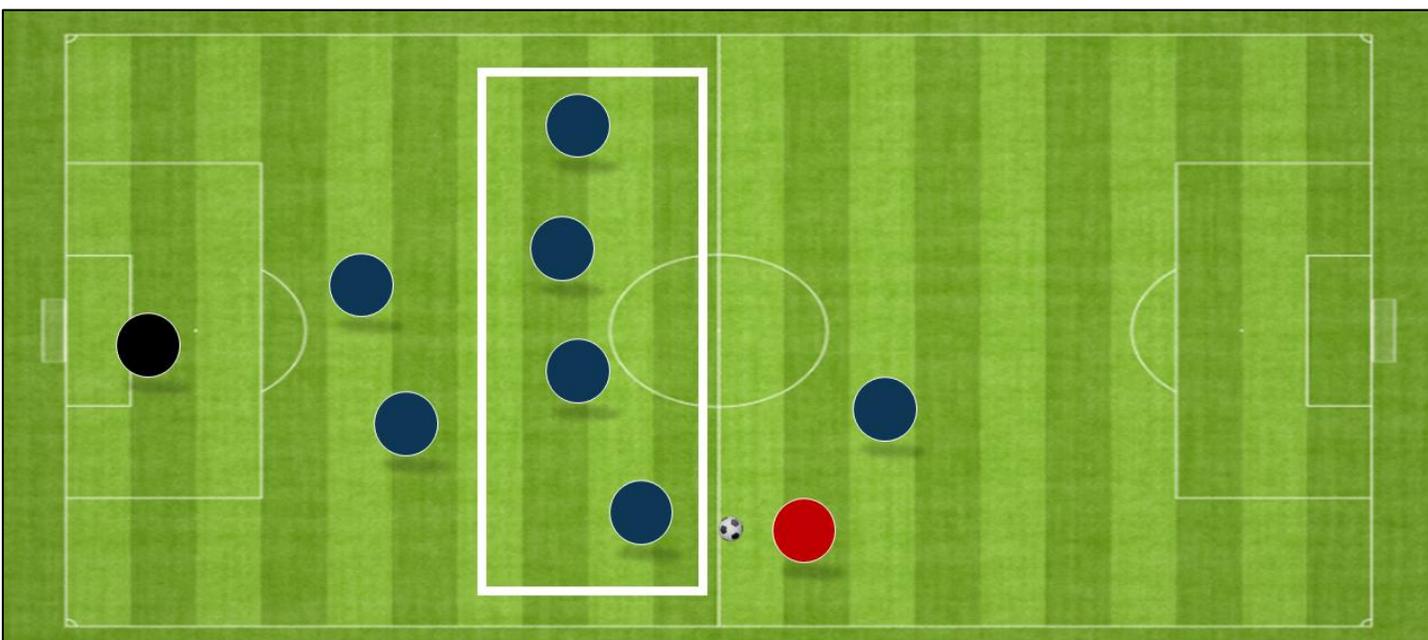
# ANIMATION DÉFENSIVE

# UN SYSTÈME SOLIDE DANS L'AXE

Défensivement, il permet la découverte de la défense en zone pour les deux centraux, et assure une présence de 2 + 1 quasiment à chaque instant. **C'est un système sécurisant dans l'axe.**

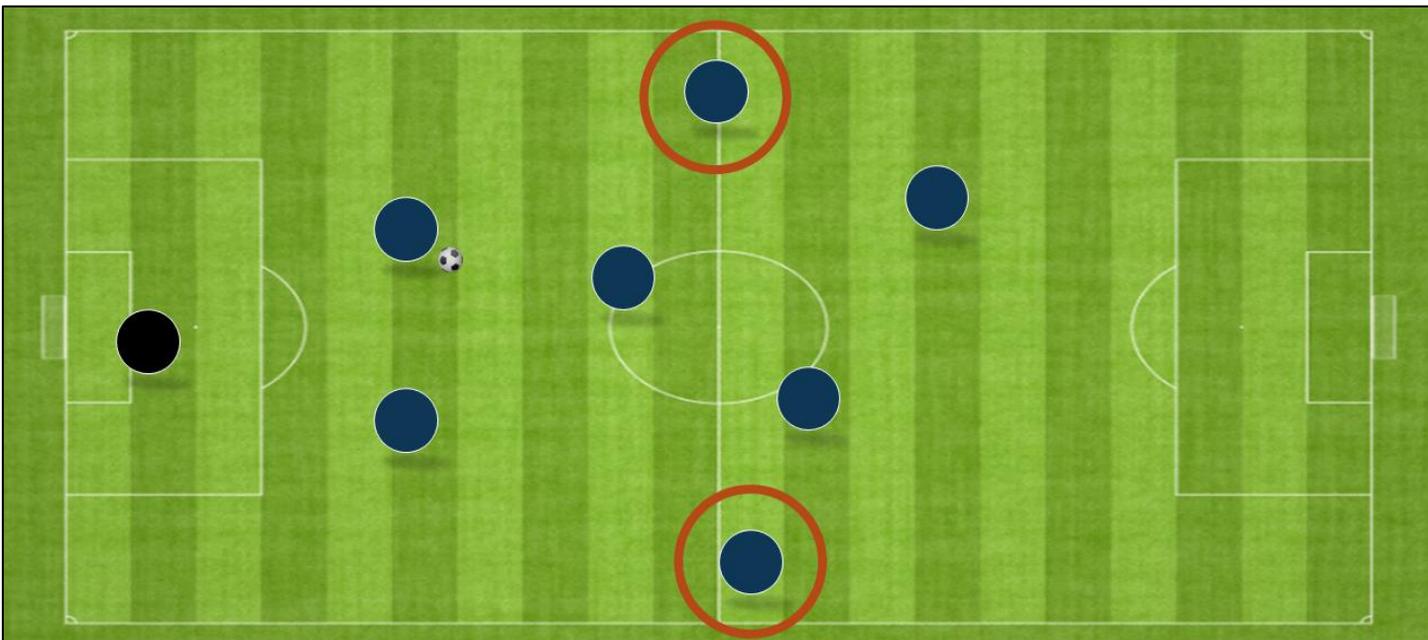


Il permet également l'apprentissage **d'une ligne de quatre** au milieu si l'éducateur l'anime comme cela.

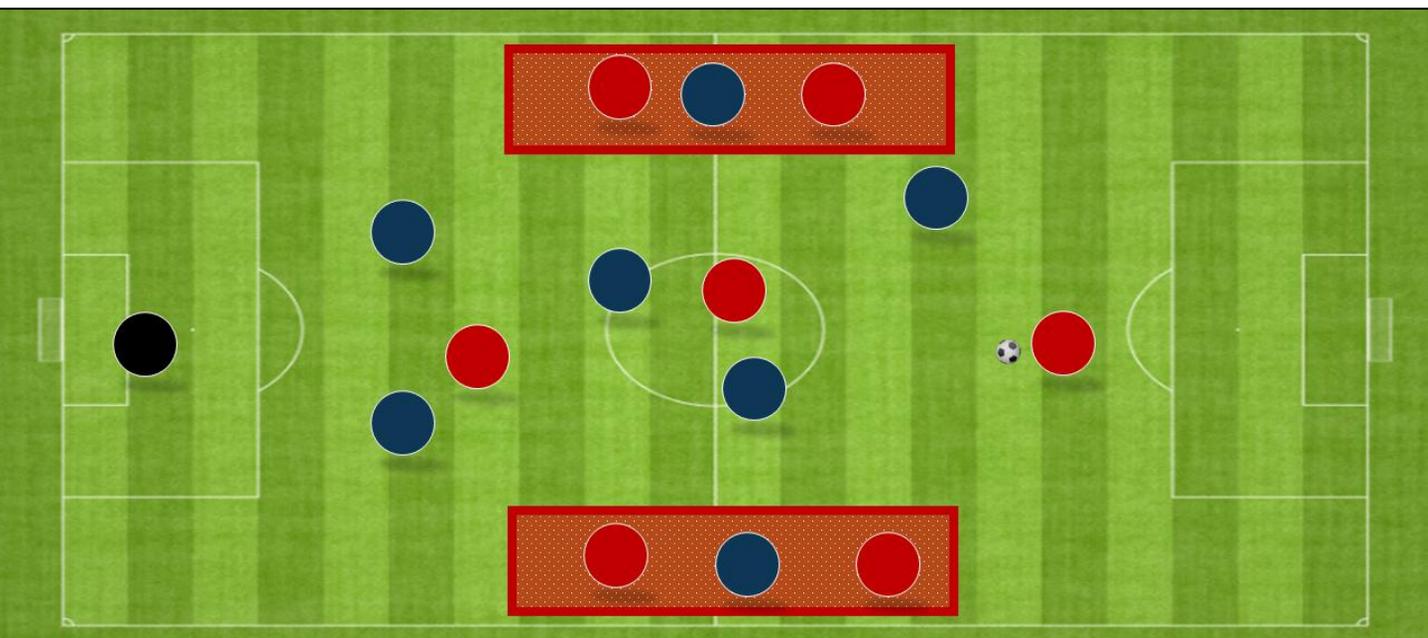


# MAIS TRÈS FRAGILE SUR LES CÔTÉS

Son inconvénient se situe bien sûr sur les côtés. Seuls, les excentrés auront énormément de volume à couvrir. Ils tiendront difficilement la longueur d'un match..

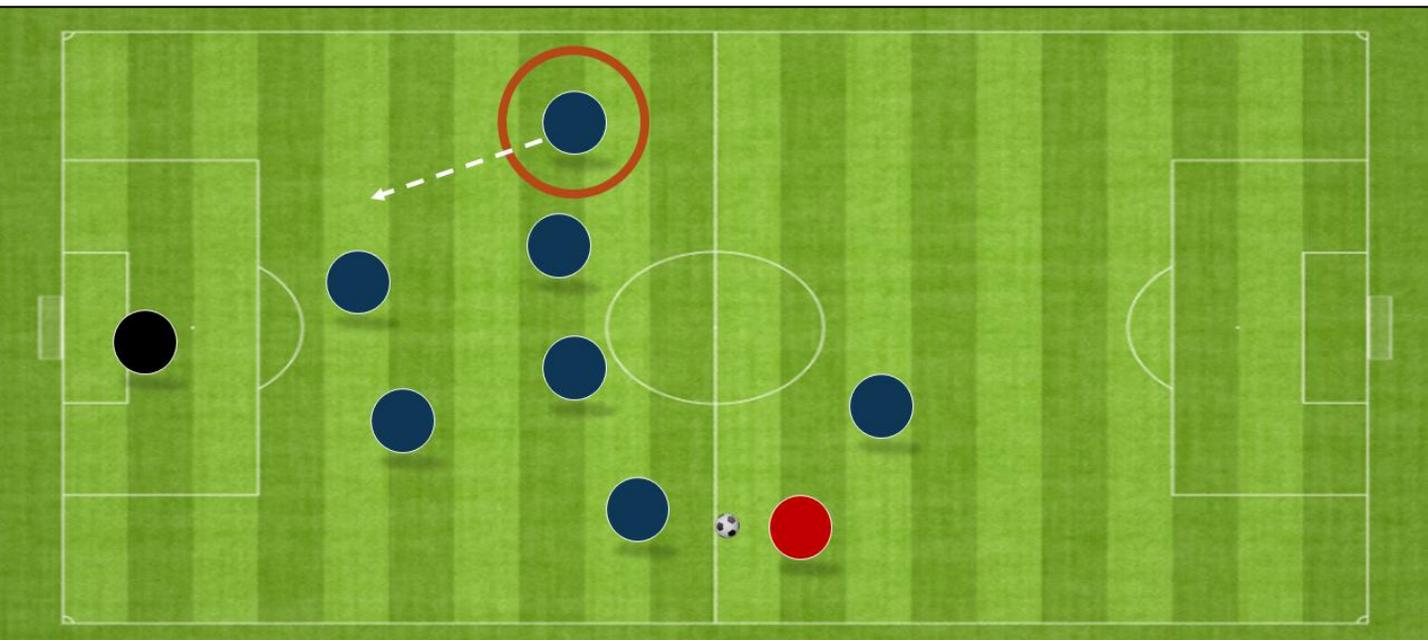


De plus, face à 3-3-1, l'excentré sera en infériorité numérique.

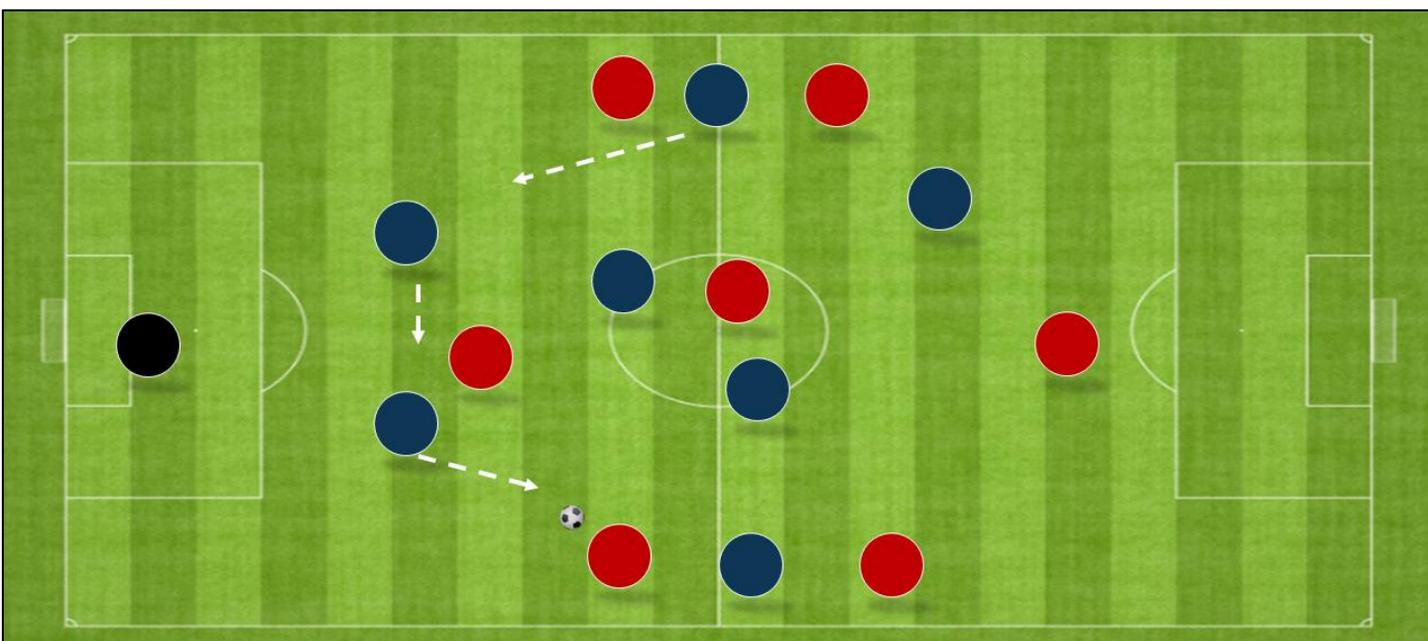


# UN POSTE TRÈS EXIGEANT

L'excentré devra ainsi **coulisser** quand le ballon est à l'opposé, et même couvrir son central le plus proche si l'excentré à l'opposé est éliminé.

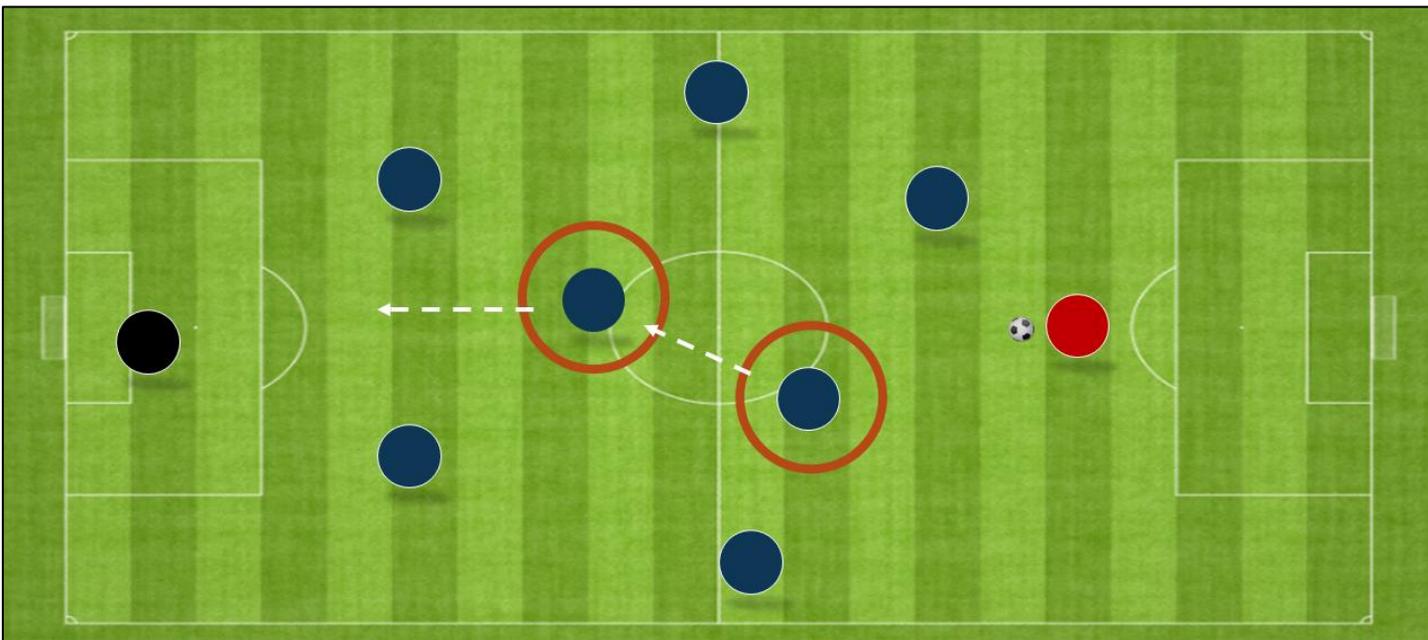


Le 2-4-1 rencontrera sa plus grande difficulté **lorsqu'un excentré est éliminé**, faisant dézoner toute la défense puis l'excentré opposé.



# UNE OPTION ... MAIS SOLLICITANTE

Pour contrer cela, **certains éducateurs passent en 3-3-1 à la perte de balle** et font tomber leur milieu défensif dans la zone des défenseurs. Cela économise des efforts aux excentrés, mais nécessite une grosse culture tactique de la part des deux milieux axiaux.



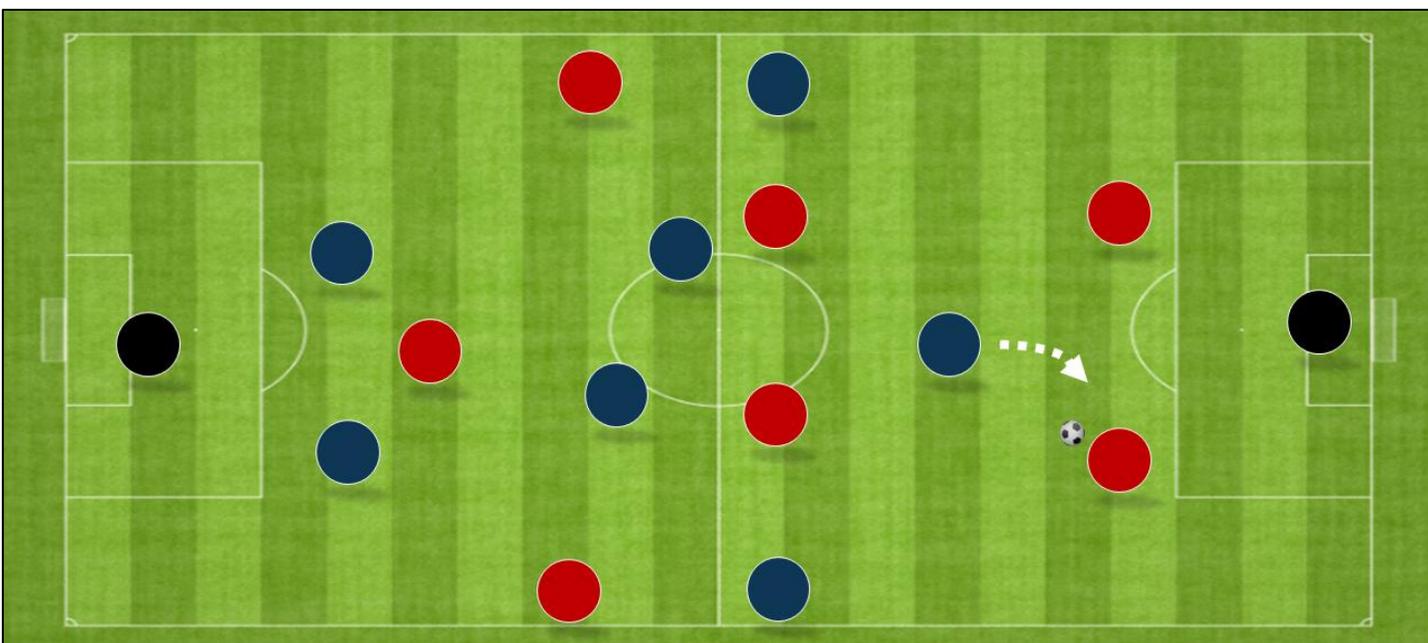
On voit à travers cet exemple toute la richesse du football et de ses animations. Avec le 2-4-1, l'éducateur pourra ainsi sur son animation défensive :

- Rester sur son schéma initial
- Passer en 3-3-1 en faisant descendre son excentré
- Passer en 3-3-1 en faisant descendre un milieu axial

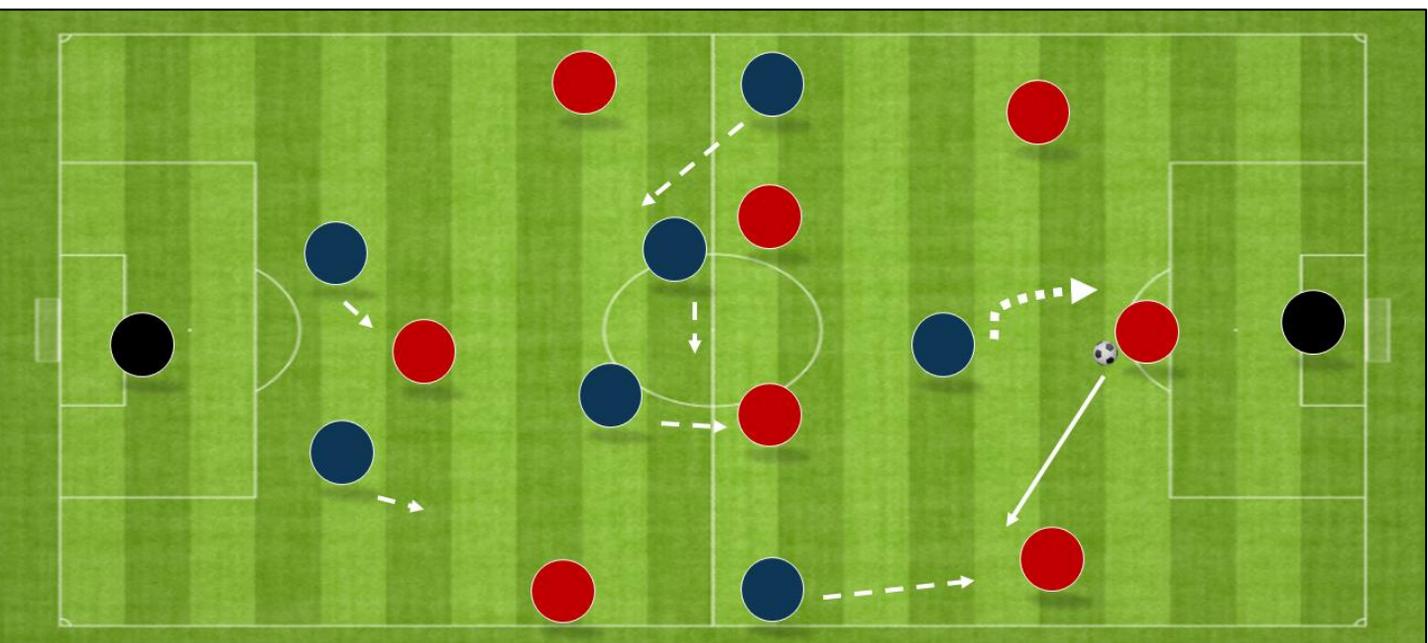
Comme souvent dans le foot, il n'y aura pas de bonnes ou de mauvaises solutions. **Tout dépend des joueurs à disposition et des convictions de l'entraîneur !**

# COMPRENDRE LE PRESSING

Enfin, à l'instar du 3-3-1, l'attaquant devra être sensibilisé sur son rôle dans le cadrage pour être efficace.



Face à deux défenseurs, il devra fermer la relation axiale.



Face à trois défenseurs, il choisira le latéral le plus faible dans la relance, **ce qui donnera l'indication de coulisser sur la largeur à l'ensemble du bloc !**

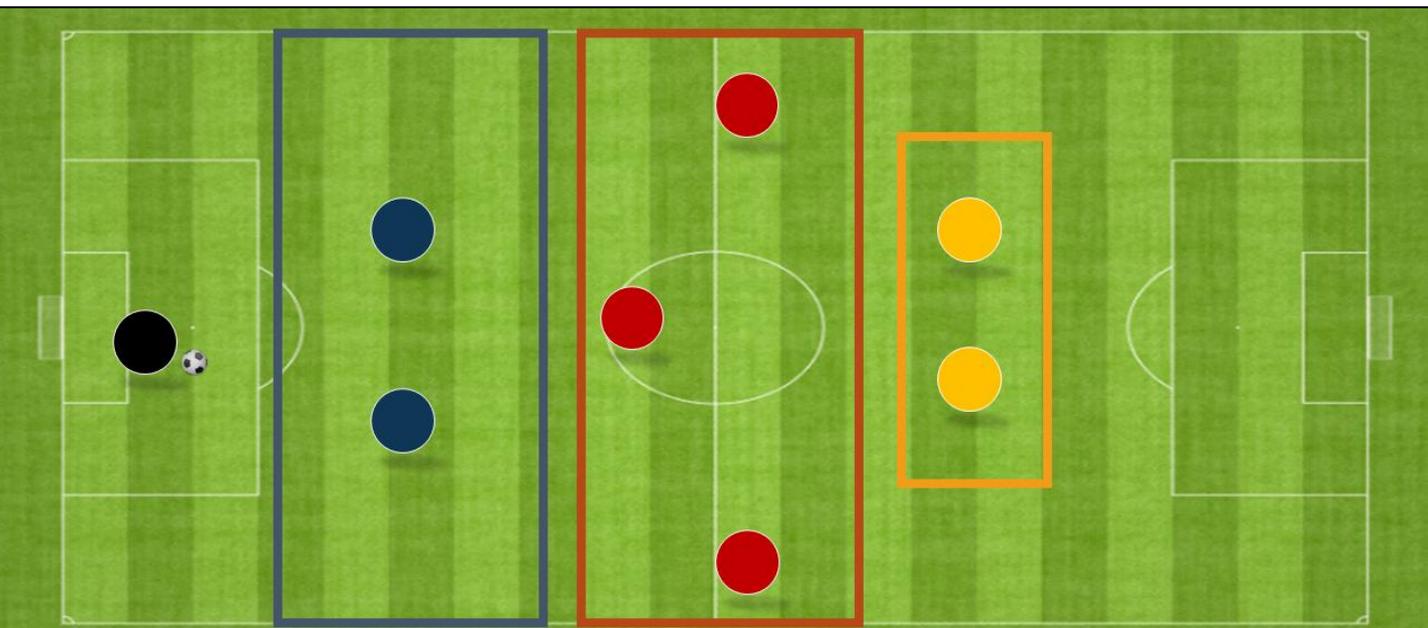


**LE**  
**2-3-2**

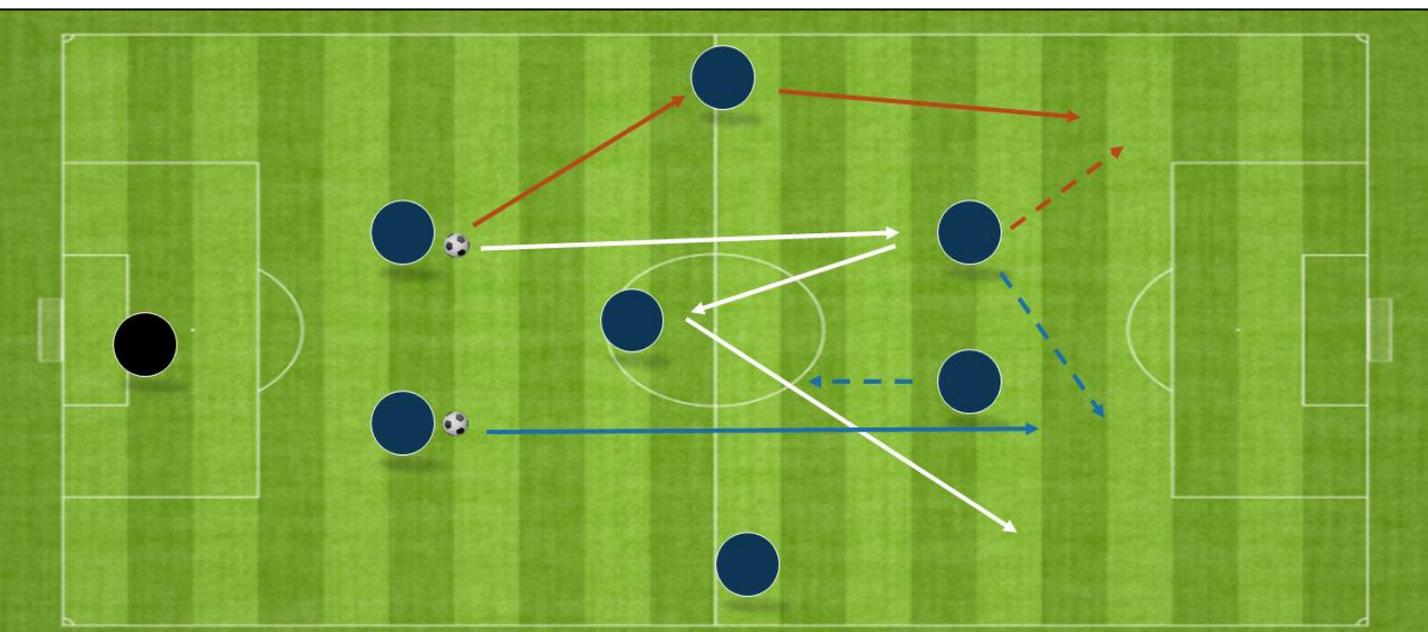
# Le 2 3 2 – LES BASES

Passons sur les **systèmes à deux attaquants**.

La grande vertu du 2 3 2 est en effet le fait de pouvoir aligner deux pointes.



Cela va permettre une variété d'attaques intéressante si la relation entre les deux est performante. Alternance entre appui et profondeur, **la paire d'attaquants doit poser de nombreux problèmes à la défense adverse**.



Quelques schémas préférentiels

# LES CARACTÉRISTIQUES AU POSTE

Il nécessite des caractéristiques importantes selon les postes :

<b>Gardien</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Communication dans la gestion du bloc défensif</li><li>• Gestion de la profondeur</li><li>• Capacité de relance sur les sorties de balle</li></ul>
<b>Défenseurs centraux</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Capacité à se couvrir avec l'autre central</li><li>• Force dans les duels</li><li>• Qualité dans la relance</li></ul>
<b>Milieu axial</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Enorme volume de jeu</li><li>• Grosse capacité de récupération des ballons</li><li>• Culture tactique pour assurer l'équilibre</li><li>• Qualité technique pour être un relais dans la relance</li></ul>
<b>Excentré (piston)</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Enorme capacité à répéter les efforts</li><li>• Qualité d'élimination dans le 1v1</li><li>• Qualité de centre</li><li>• Compréhension tactique sur l'aspect DEF pour resserrer</li></ul>
<b>Attaquants</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Coordination dans les déplacements</li><li>• Capacité à combiner</li><li>• Qualité de finition</li><li>• Capacité athlétique pour le pressing haut</li></ul>



Moins utilisé que le 3-3-1 et 2-4-1, le 2-3-2 **comporte toutefois de nombreux avantages.**

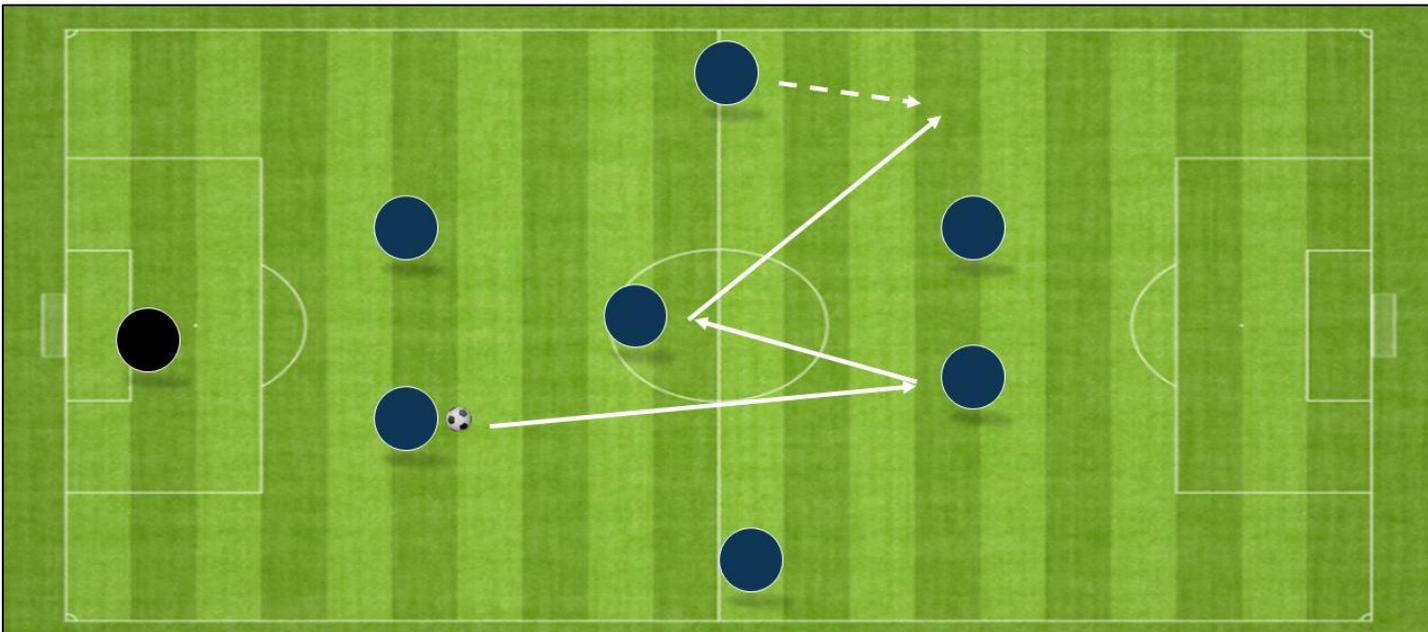
Son binôme d'attaquants doit lui permettre de presser haut et d'étouffer l'adversaire, tout en lui assurant des relais nombreux offensivement.



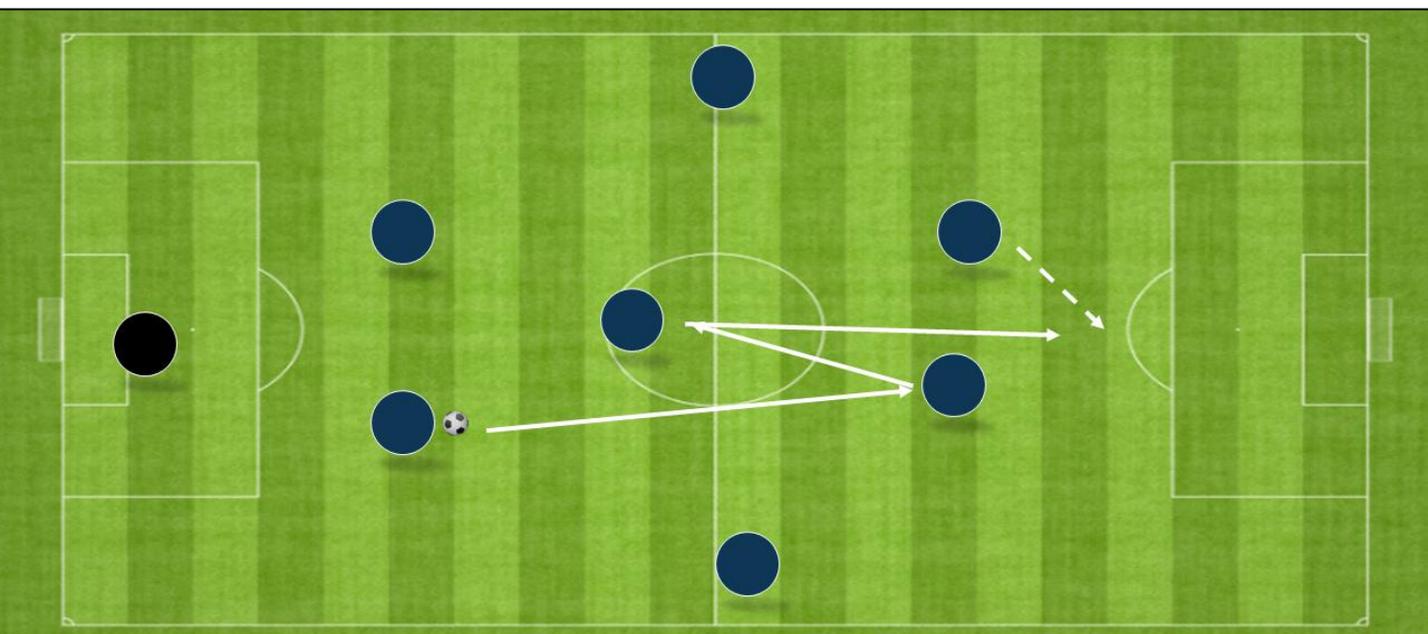
# ANIMATION OFFENSIVE

# LES FIXATIONS AXIALES

Le 2-3-2 offrira des réseaux de passes intéressants et multiples, **et permettra des fixations axiales** pour trouver les excentrés ou le deuxième attaquant en profondeur.



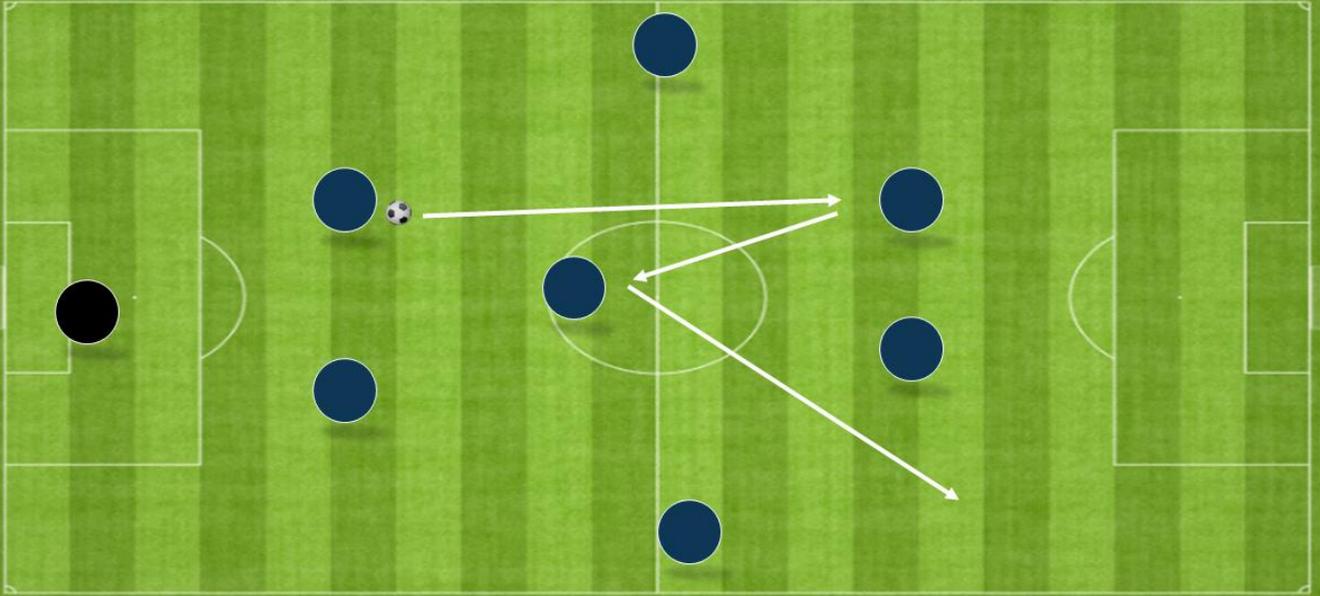
Recherche de l'excentré après une fixation axiale



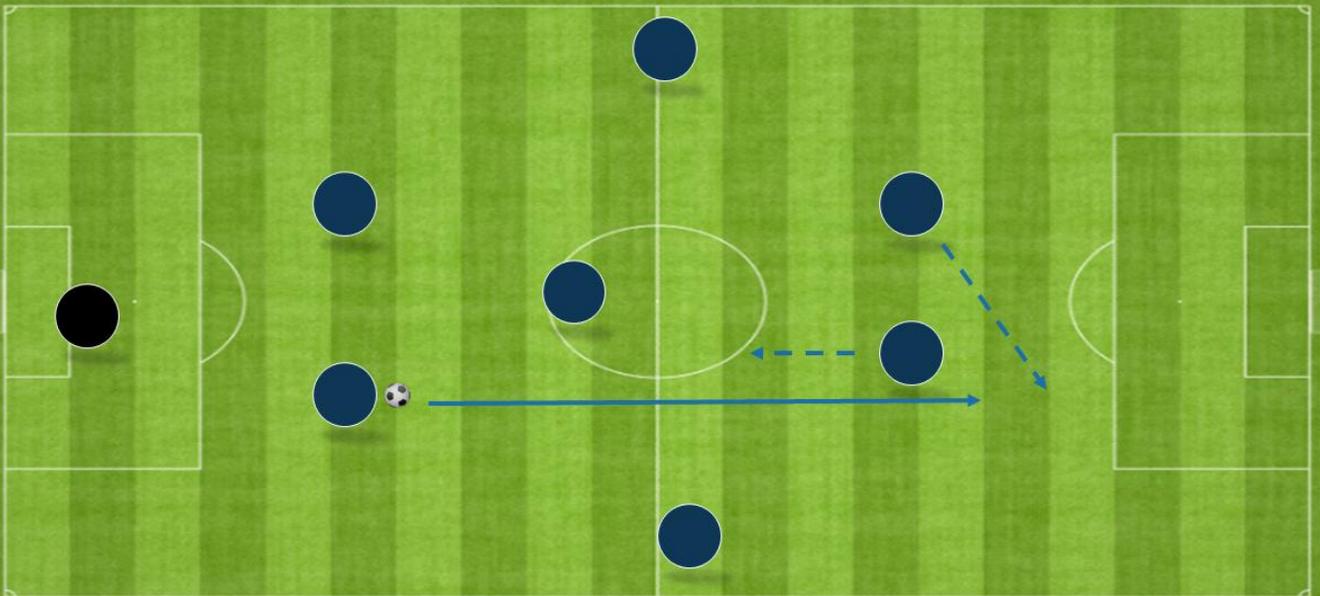
Recherche du deuxième attaquant dans l'espace libre après la même fixation axiale avec le premier attaquant.

# TAILLÉ POUR LA TRANSITION

Le fait de disposer deux attaquants **sera facilitateur à la récupération du ballon**, pour trouver un joueur en appui ou directement dans la profondeur pour déséquilibrer.



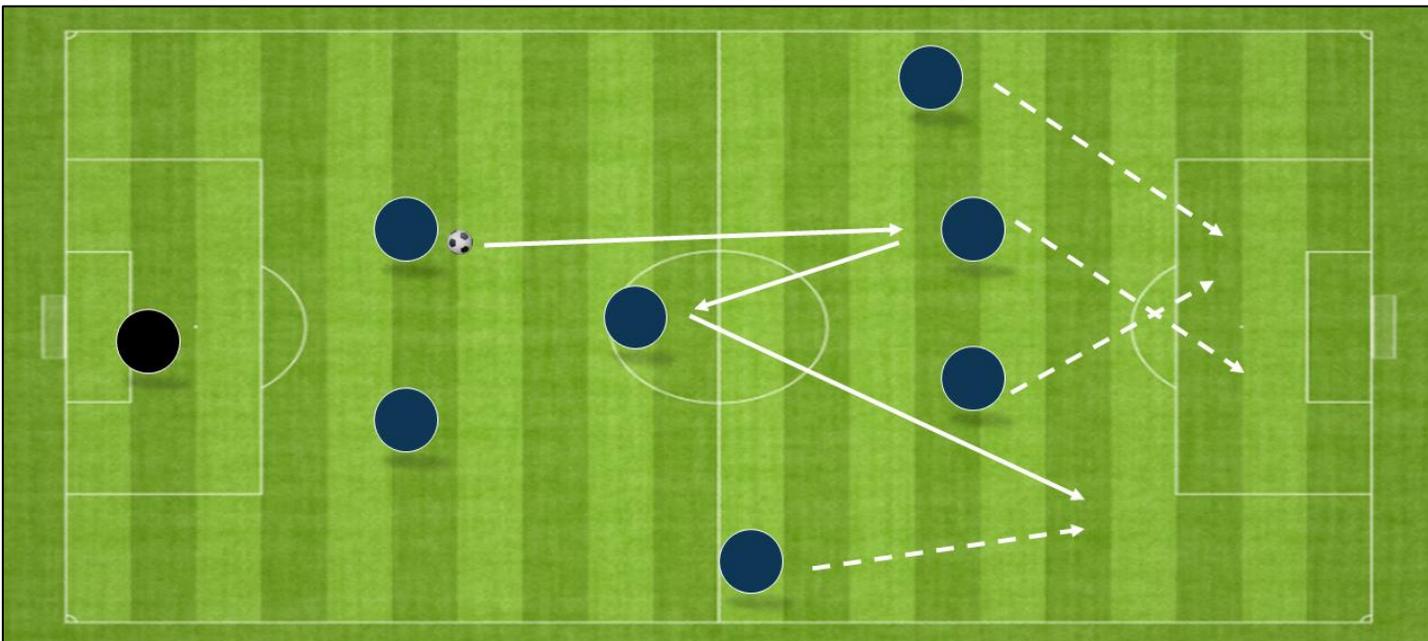
Recherche de l'appui à la transition pour trouver le joueur lancé côté



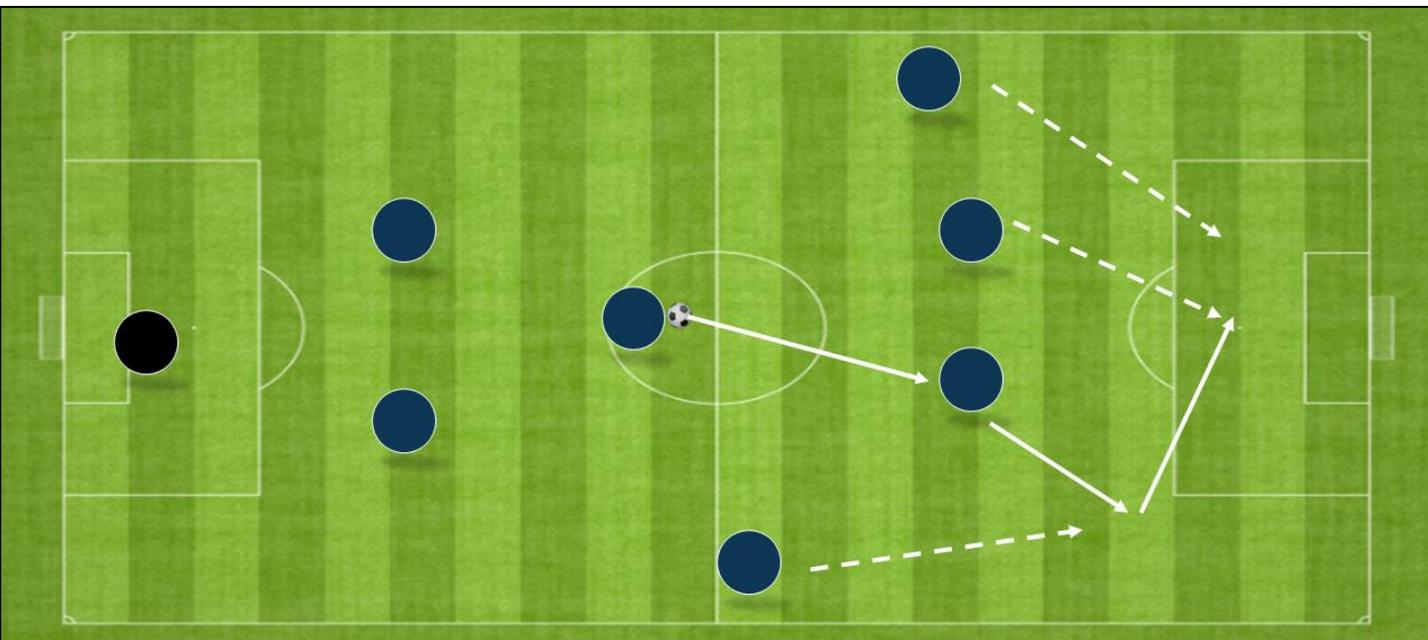
Profondeur directe grâce à la coordination entre les deux attaquants.  
**L'un demande en appui, l'autre attaque la profondeur.**

# NOMBREUX DEVANT LE BUT

La présence devant le but sera également facilitée.



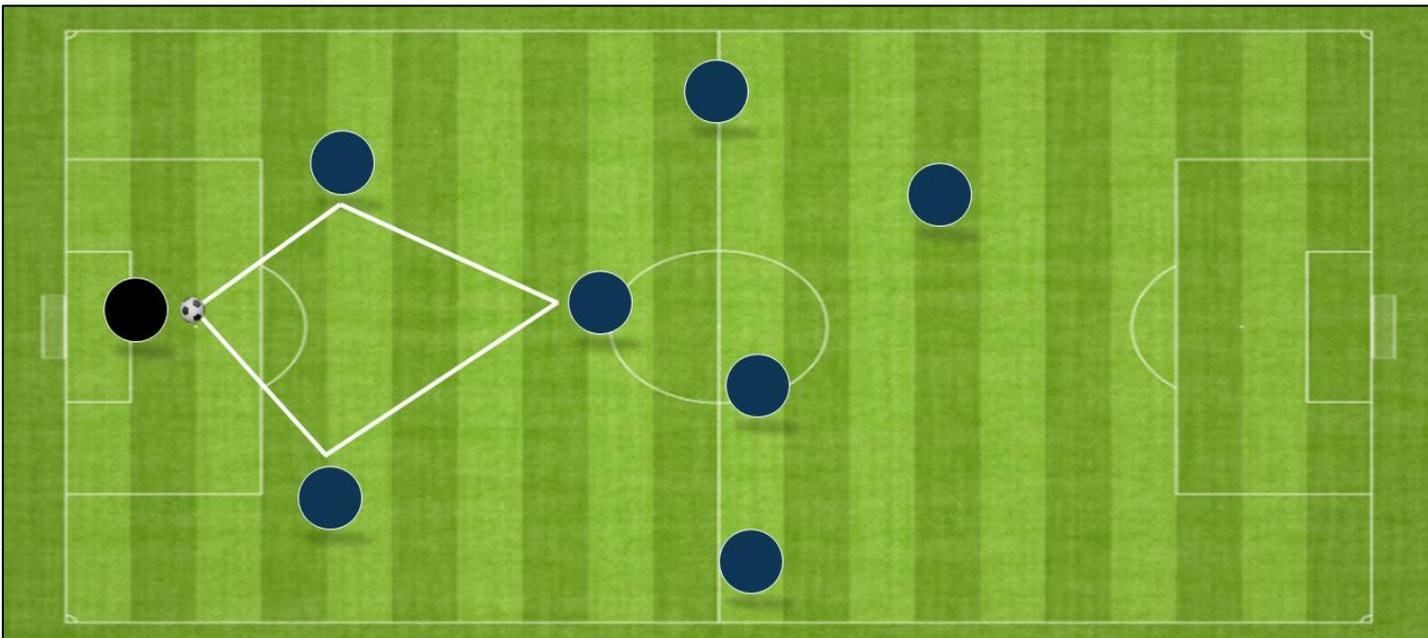
Sur un déséquilibre côté et un centre, il pourra y avoir **deux attaquants** devant le but **ainsi que l'excentré**.



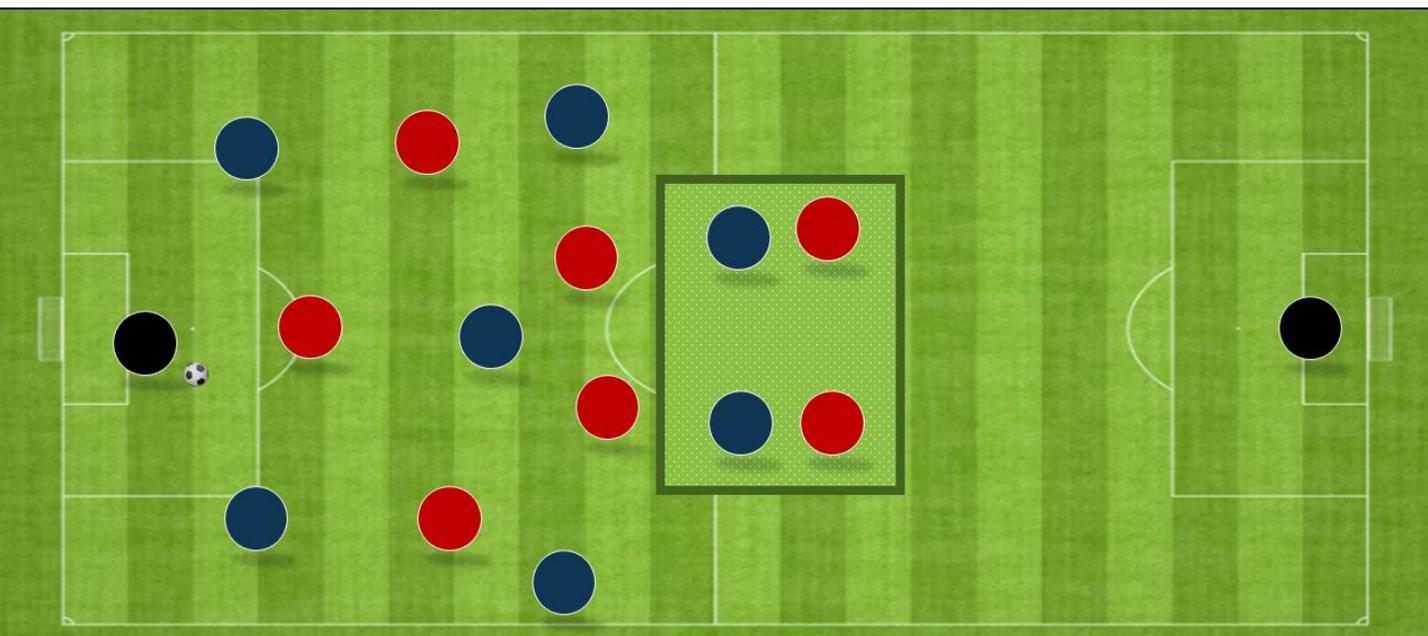
L'un des attaquants pourra également être à la construction et l'autre à la finition, ce qui est très compliqué sur un système à un attaquant.

# LES SORTIES DE BALLE

Sur les sorties de balle, **le losange entre le gardien et le milieu axial** doit permettre de relancer court ou au contraire de fixer l'équipe adverse pour jouer plus long.



Le gardien pourra s'appuyer sur le triangle devant lui pour relancer court.



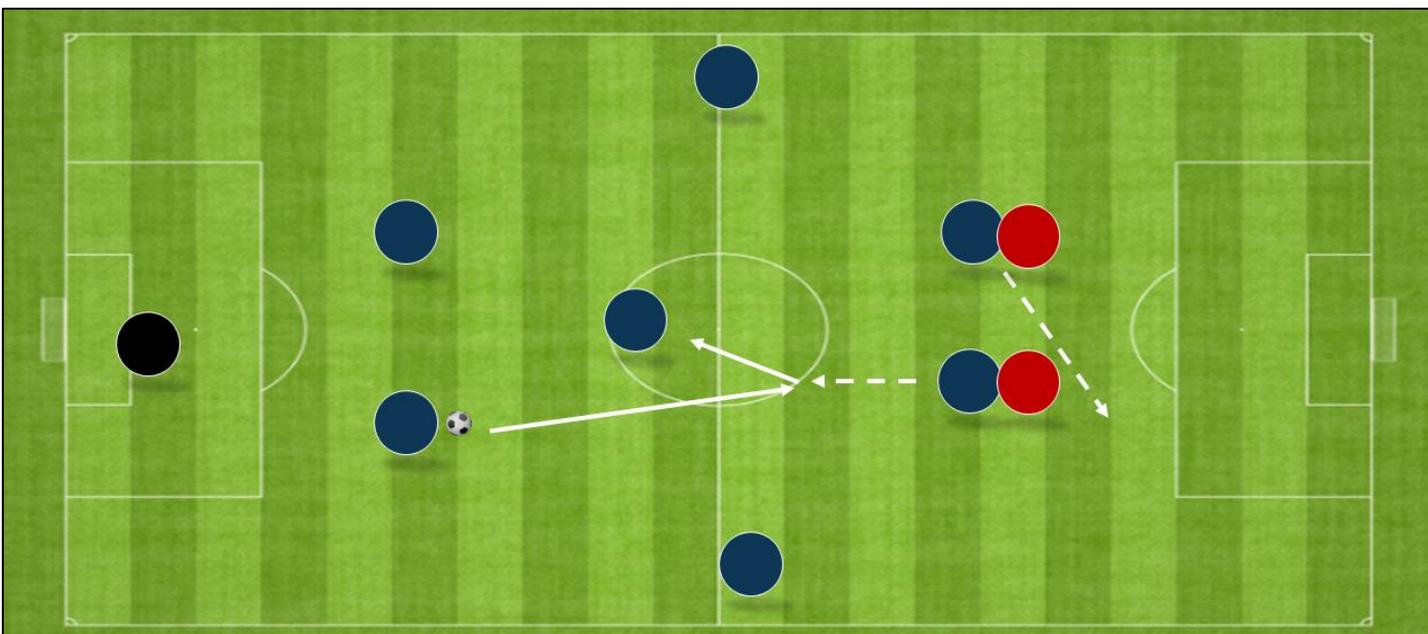
A l'inverse, **en cas de pressing haut de l'adversaire**, la doublette d'attaquants sera une sortie intéressante si le gardien dispose d'un jeu long de qualité.

# TRÈS AXIAL, TROP ?

A l'image du 2-4-1, l'inconvénient **est une forte tendance à concentrer le jeu dans l'axe**, et des solutions latérales plus difficiles à trouver surtout face à un 3 3 1.



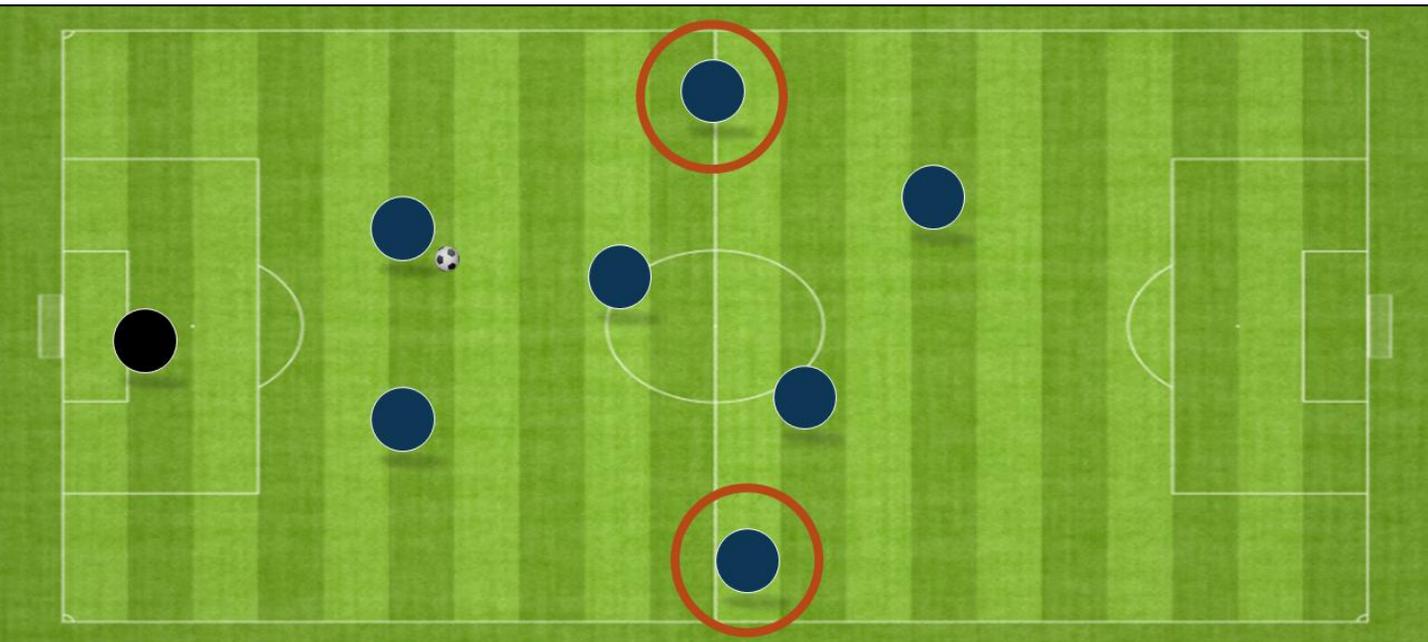
**La complémentarité entre les deux attaquants sera majeure**, sous peine d'être très lisible pour l'équipe adverse. Comme dans le football à 11, un profil à l'aise dos au jeu et un attaquant rapide pour attaquer les espaces est l'idéal.



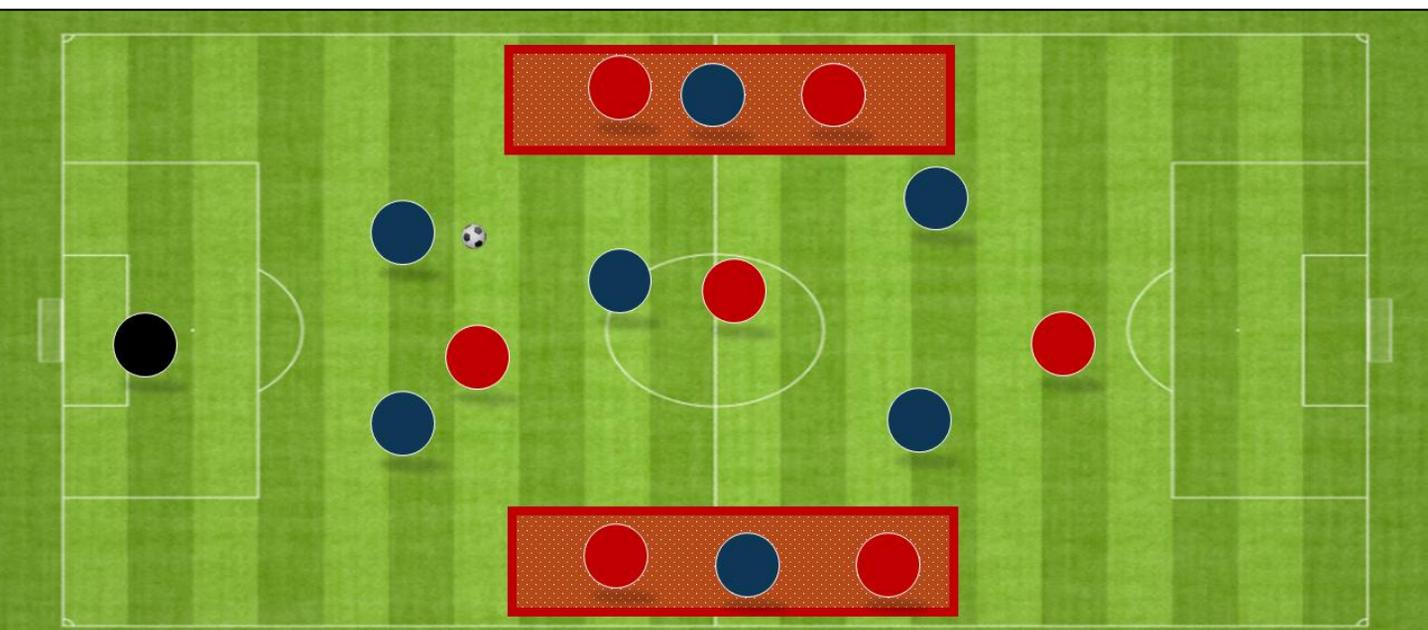
Le premier attaquant demande ici le ballon en appui, le second attaque la profondeur dans l'espace libéré, **cette complémentarité de déplacements sera recherchée par l'éducateur pour créer des espaces.**

# LE RÔLE DE L'EXCENTRÉ

Comme dans le 2-4-1, le jeu sur les côtés est également réduit au **minimum**, même si un attaquant pourra de temps en temps s'y projeter ou dédoubler sur l'excentré. Les excentrés devront avoir une forte capacité à répéter les efforts.



Une nouvelle fois, face au 3-3-1, l'infériorité côté ne permettra pas aux excentrés d'être en situation favorable régulièrement.



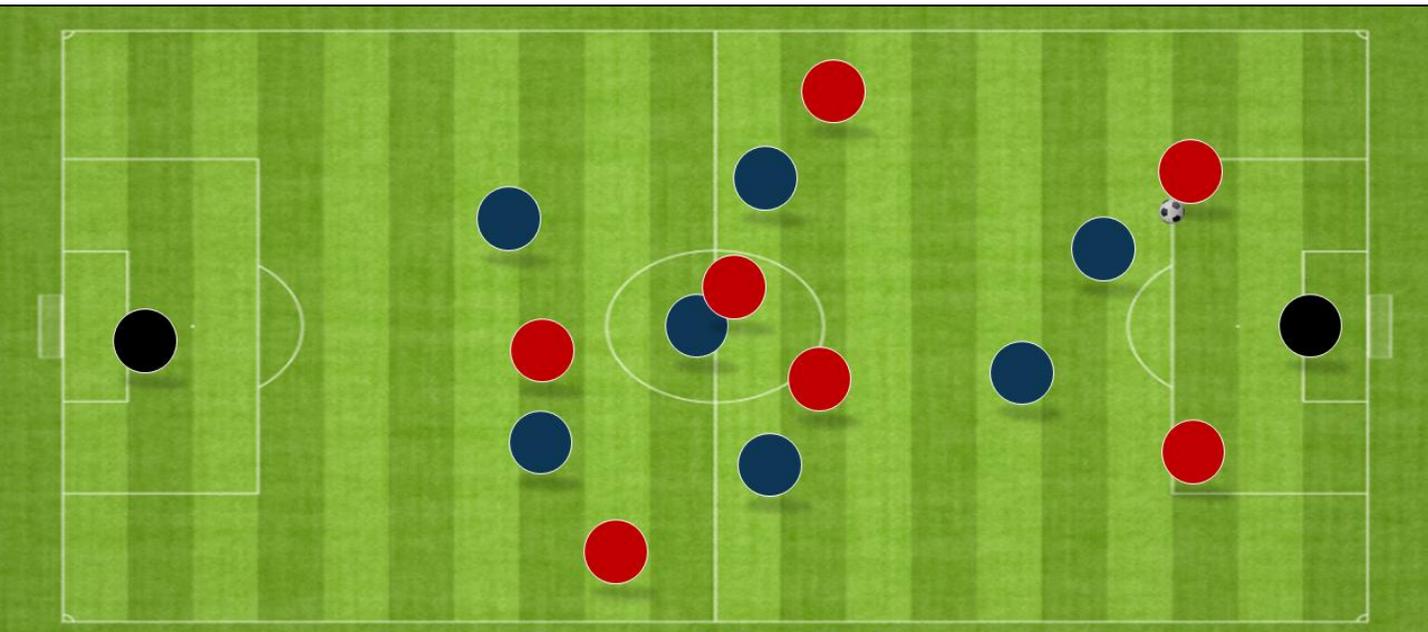


#5.2

# ANIMATION DÉFENSIVE

# UNE MACHINE À PRESSER

Défensivement, le bloc est dense dans l'axe et permet un travail efficace des deux attaquants. **Ce système est très intéressant pour aller chercher haut l'équipe adverse !**



Si les deux attaquants sont bien mobilisés dans le pressing, **le système peut être étouffant pour l'adversaire.**



On demandera aux deux attaquants de :

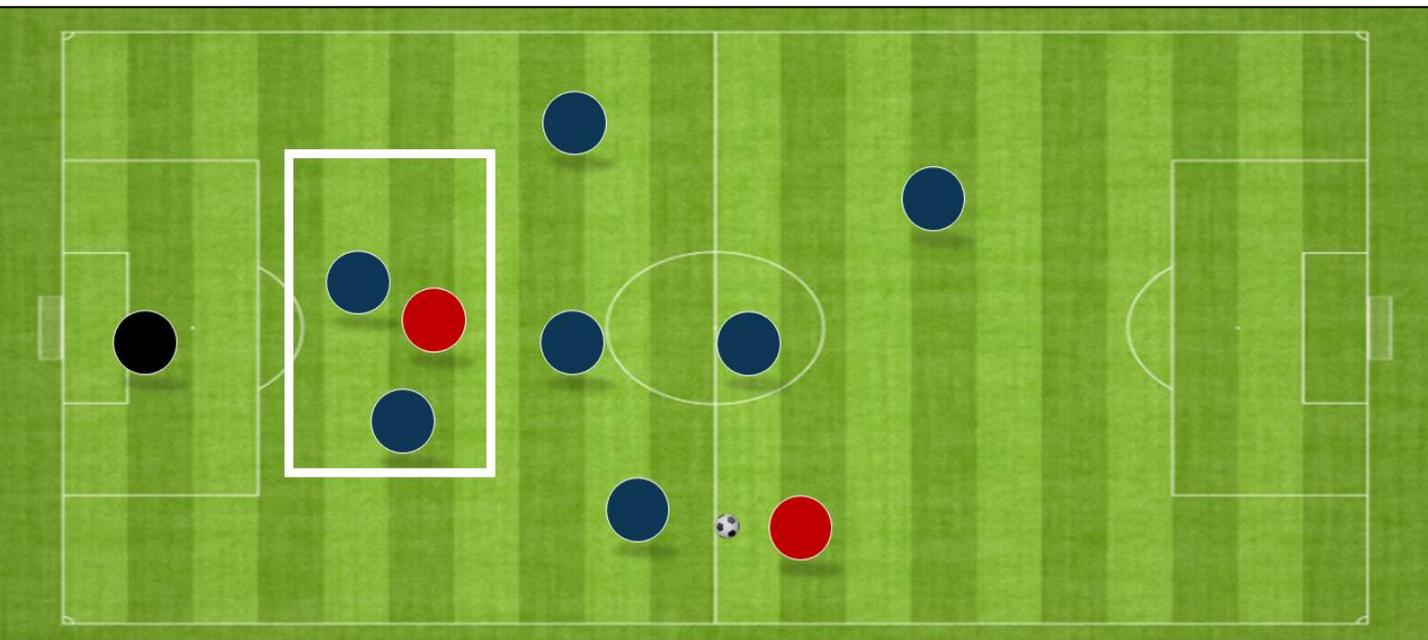
- Fermer l'intervalle entre eux
- Orienter le pressing sur un côté
- Toujours être en couverture l'un de l'autre



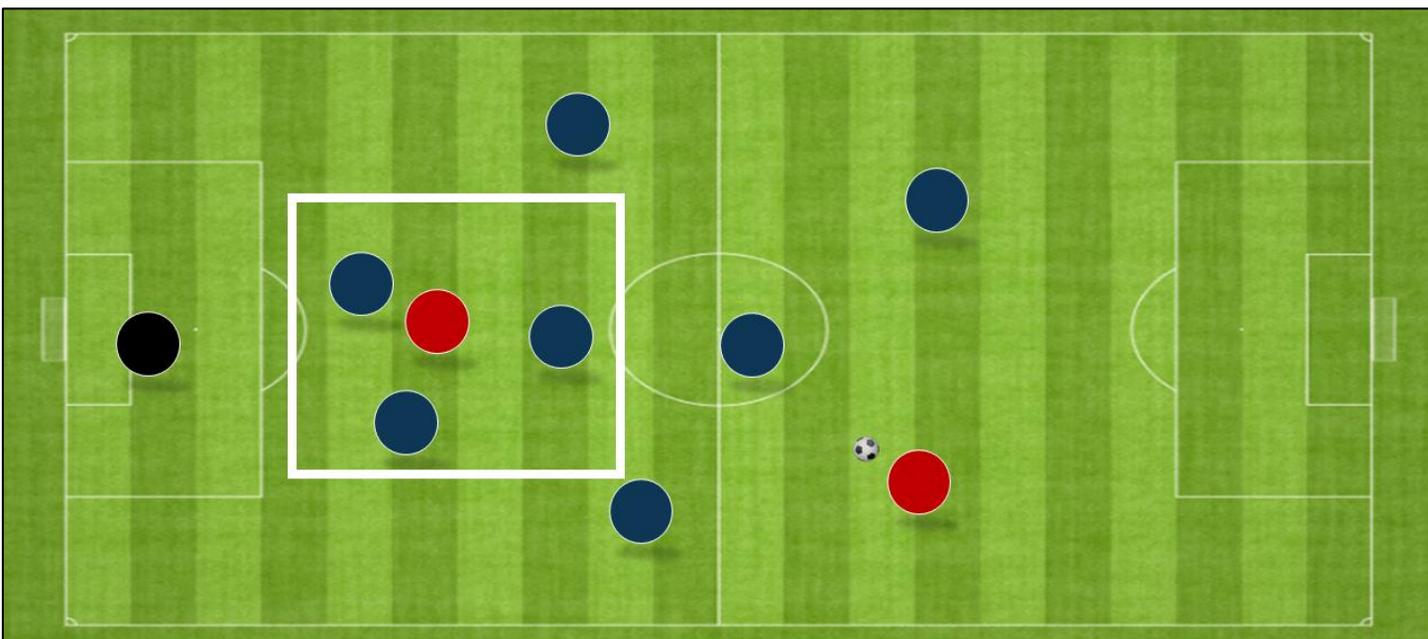
Vous pouvez retrouver une de nos vidéos sur le pressing à deux attaquants sur le lien suivant :  
<https://www.youtube.com/watch?v=UfoF-6tL74c>

# UN SYSTÈME SOLIDE DANS L'AXE

Comme le 2-4-1, il permet la découverte de la défense en zone pour les deux centraux. Une vraie plus-value pour le futur passage à 11.



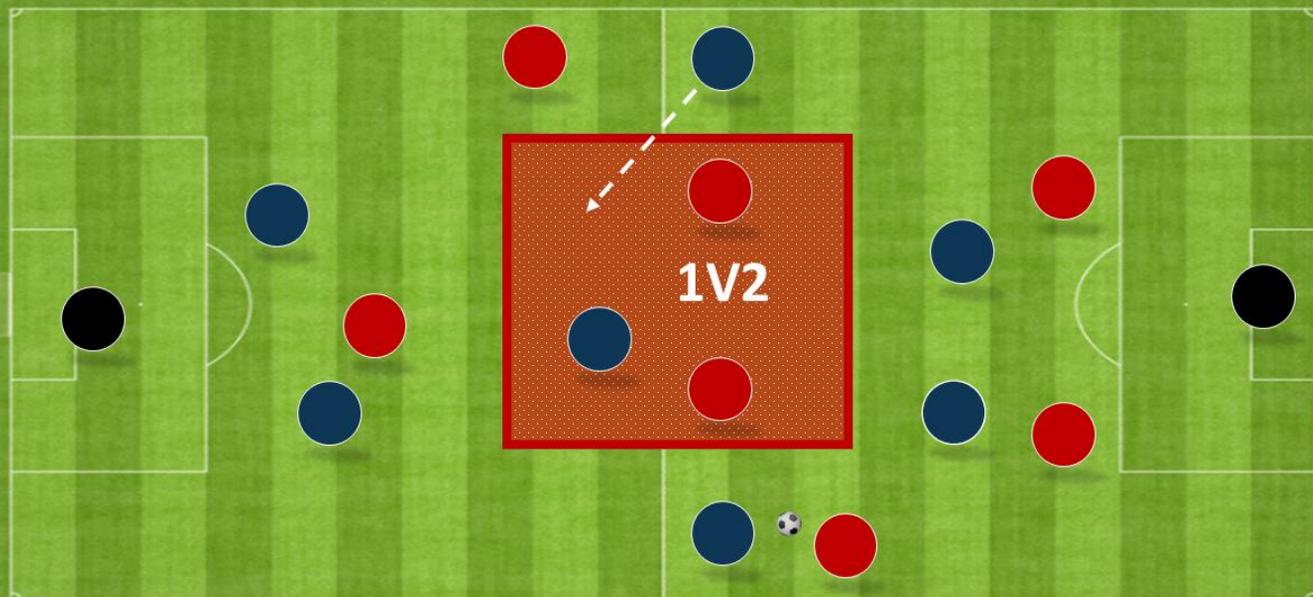
Le système assurant un nombre intéressant de joueurs offensifs, le milieu axe **aura un vrai rôle d'équilibre et de couverture**. Il permettra d'être trois dans l'axe en zone basse.



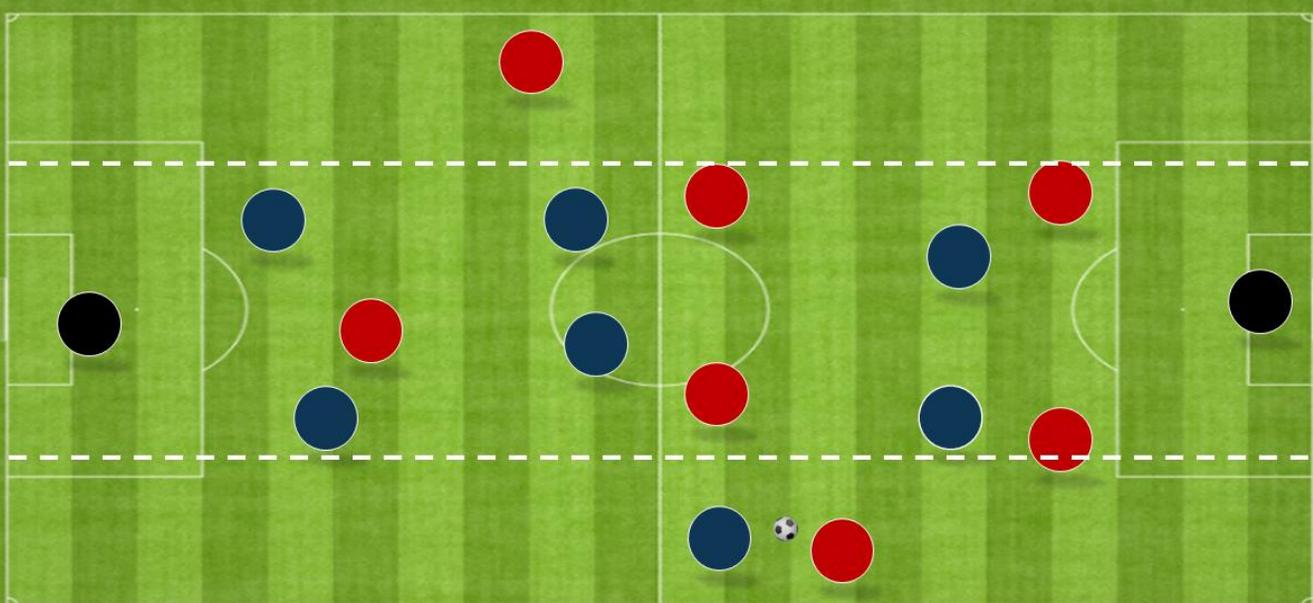
# LA FAIBLESSE DES CÔTÉS

Sa faiblesse se situe sur les côtés et dans l'axe.

En infériorité numérique dans les couloirs, les excentrés devront avoir un volume important, et bien coulisser quand le ballon est à l'opposé.



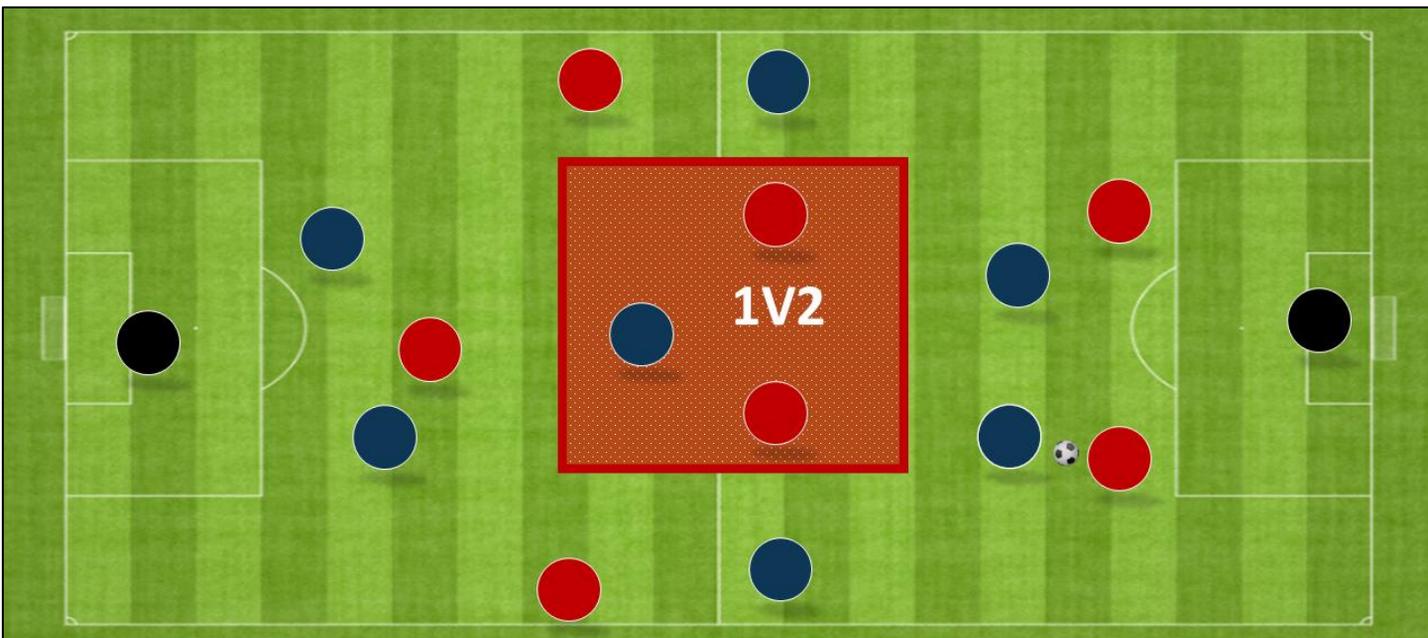
Ballon côté droit, l'excentré gauche doit venir resserrer avec le milieu axe pour densifier le couloir central.



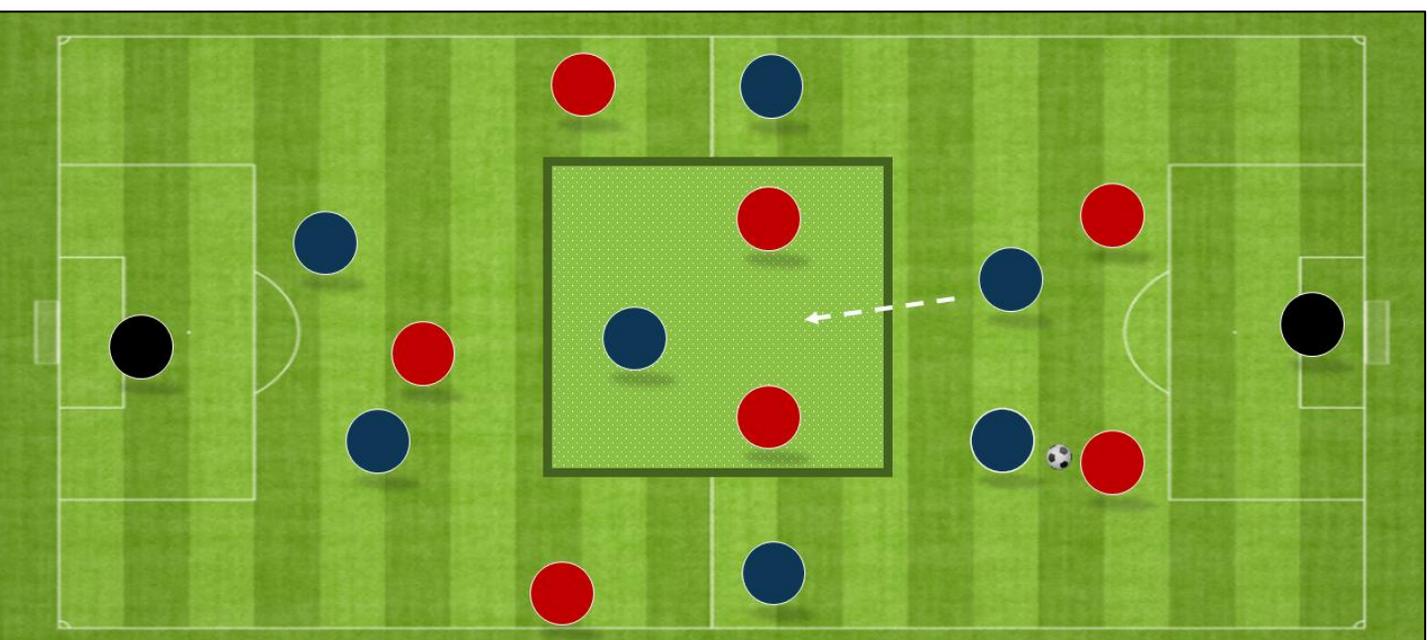
Schématiquement, l'éducateur pourra dire à ses excentrés de laisser le troisième couloir libre quand le ballon est à l'opposé. **C'est un des principes de la défense en zone.**

# FRAGILE ÉGALEMENT DANS L'AXE

Comme dans le 3 3 1, le milieu axial aura également un rôle majeur du fait du manque de densité axiale, notamment face à un milieu à deux.



Certains éducateurs **comblent ce problème en défendant en 2-4-1**, faisant descendre un attaquant pour épauler le milieu axial.

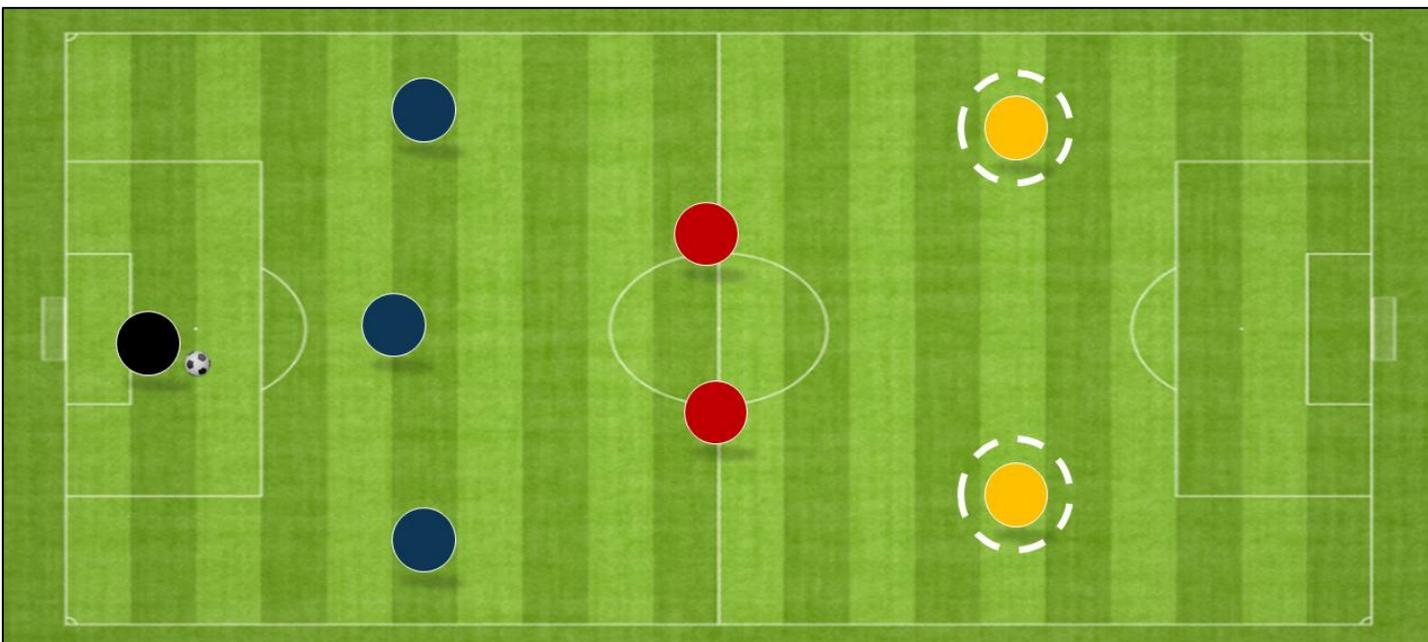
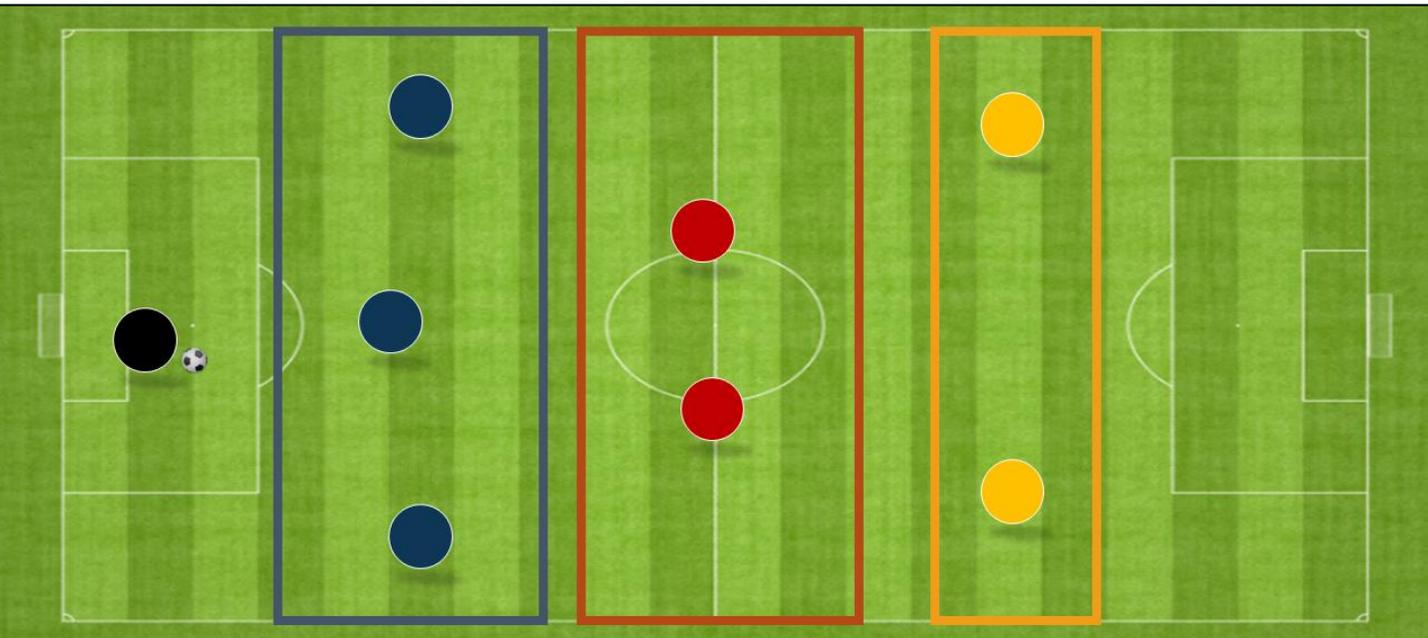




**LE**  
**3-2-2**

# Le 3 2 2 – LES BASES

Terminons avec **un système moins utilisé** mais rencontré régulièrement, le 3-2-2. Il aligne trois défenseurs, deux milieux axiaux et deux attaquants relativement excentrés.



En comparaison au 2-3-2, **le 3-2-2 aligne des attaquants plus excentrés**. Nous allons expliquer dans la partie sur l'animation offensive pourquoi cela est intéressant.

# LES CARACTÉRISTIQUES AU POSTE

Il nécessite des caractéristiques importantes selon les postes :

<b>Gardien</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Communication dans la gestion du bloc défensif</li><li>• Gestion de la profondeur</li><li>• Capacité de relance sur les sorties de balle</li></ul>
<b>Défenseur central</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Capacité à couvrir les latéraux</li><li>• Qualité dans la relance</li></ul>
<b>Latéraux</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Compréhension des couvertures</li><li>• Compréhension des temps de cadrage</li><li>• Qualité dans la relance</li></ul>
<b>Milieux axiaux</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Coordination dans les déplacements</li><li>• Complémentarité dans les profils (récupération et relance)</li><li>• Culture tactique pour assurer l'équilibre</li><li>• Capacité à se projeter pour amener le surnombre</li></ul>
<b>Attaquants</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Coordination dans les déplacements</li><li>• Capacité à combiner</li><li>• Qualité de finition</li><li>• Capacité athlétique pour le pressing haut</li></ul>



Le 3-2-2 est un système qui selon moi **nécessite des qualités tactiques de bon niveau**. En effet, il exige une compréhension des espaces et des déplacements avancée. Il n'est pas à la portée de tous les groupes.



#6.1

# ANIMATION OFFENSIVE

# LE DÉBUT DES HALF SPACES



Diagram of a football pitch illustrating the five tactical zones. The zones are labeled from top to bottom: COULOIR DROIT (Right Channel), HALF SPACE (Half Space), AXE (Axis), HALF SPACE (Half Space), and COULOIR GAUCHE (Left Channel). The pitch is divided into these zones by the center line, the two half-way lines, and the two touchlines.

Jeu de position : schématisation des **cinq** couloirs de jeu

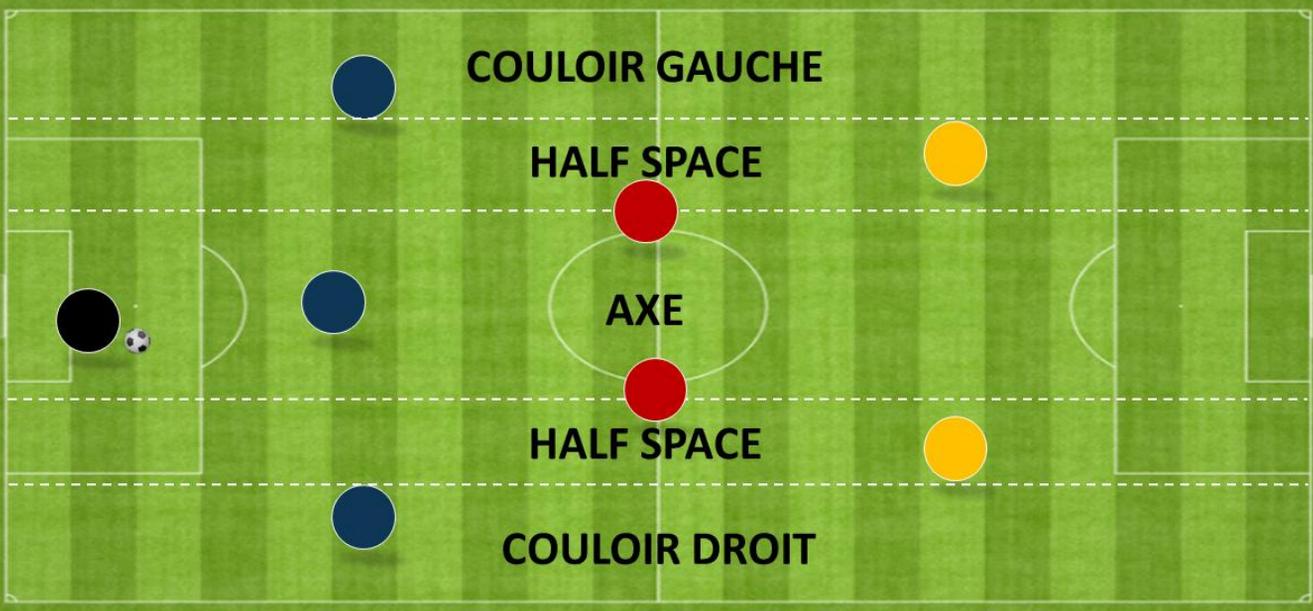


Diagram of a football pitch illustrating player positions. The pitch is divided into five tactical zones: COULOIR GAUCHE (Left Channel), HALF SPACE (Half Space), AXE (Axis), HALF SPACE (Half Space), and COULOIR DROIT (Right Channel). Player positions are indicated by colored circles: a black circle with a soccer ball icon in the left channel, two blue circles in the left channel, two red circles on the axis, and two yellow circles in the right channel.

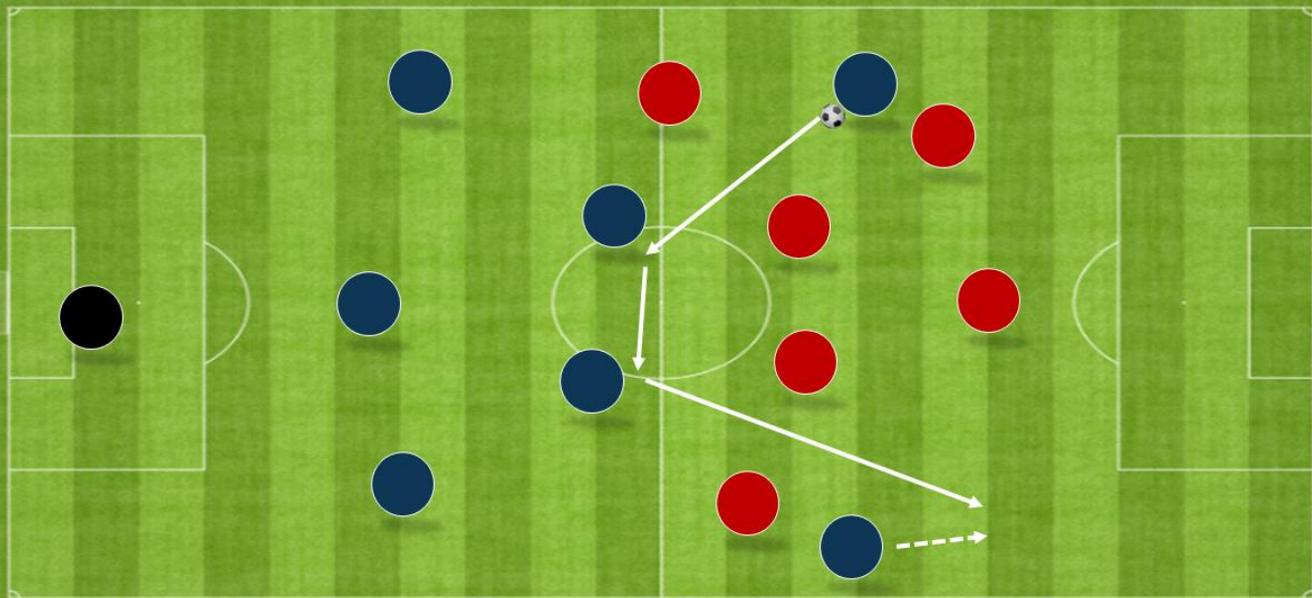
Avec un groupe déjà sensibilisé sur l'aspect tactique, **ce système est riche pour aborder les half space**, devenus déterminants dans le football actuel ! Retrouvez notre vidéo explicative sur le sujet :

<https://www.youtube.com/watch?v=bwn414vCmyU>

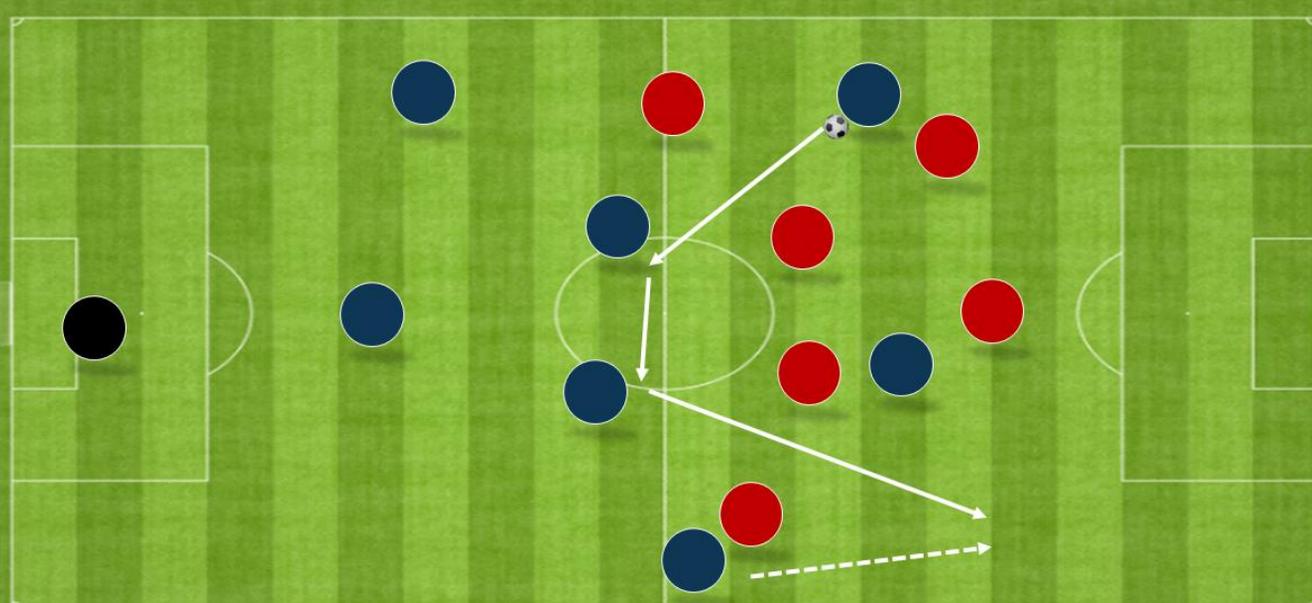
# FIXER D'UN CÔTÉ...

Il permettra également la mise en place d'un principe fondamental pour le jeu à 11, **la fixation pour jouer à l'opposé**.

On pourra ainsi utiliser les deux milieux à l'intérieur pour pouvoir jouer de l'autre côté.



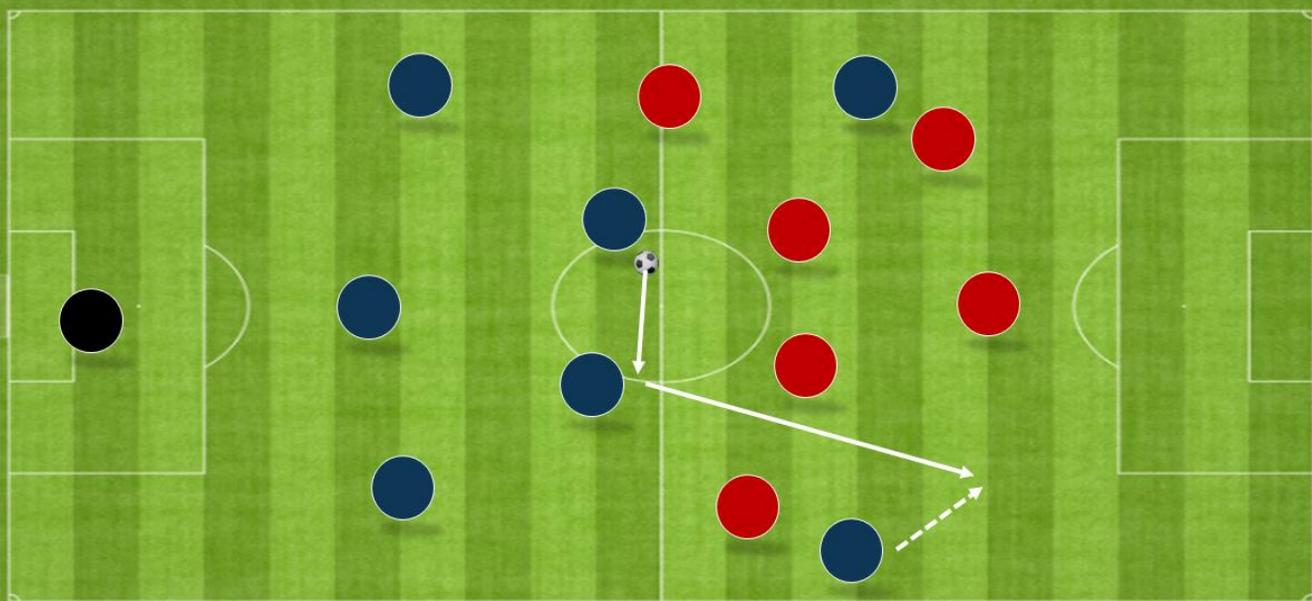
Soit en trouvant l'attaquant à l'opposé.



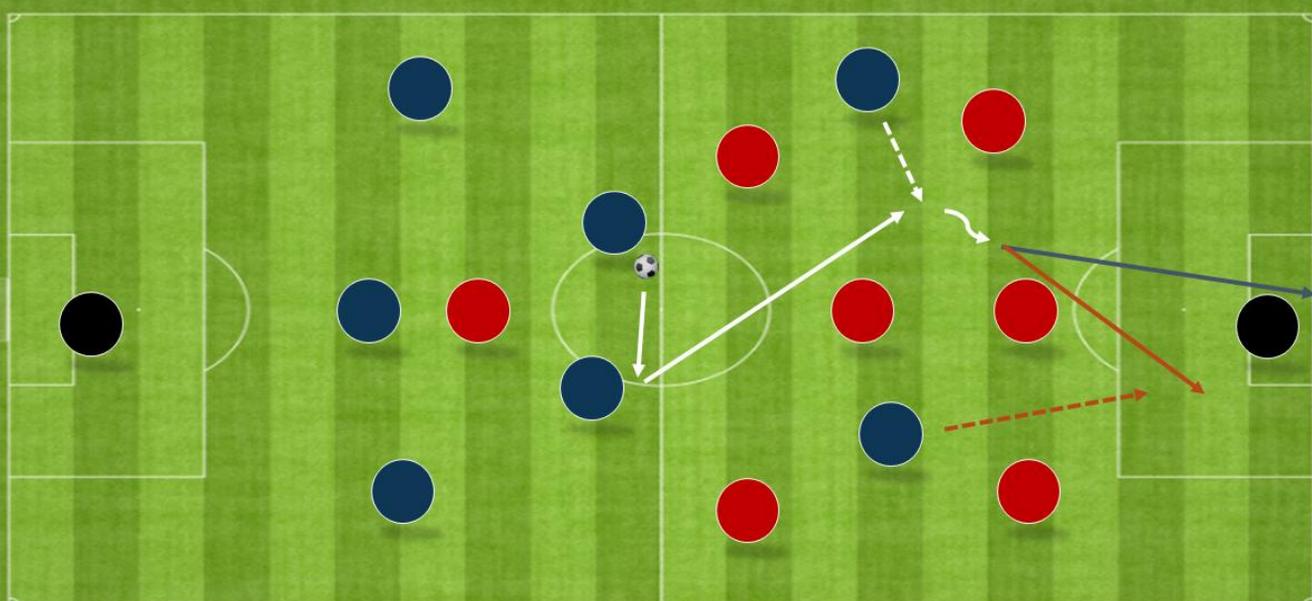
Soit en faisant rentrer l'attaquant à l'intérieur pour libérer le couloir au latéral.

# DES COURSES VERS LE BUT

Pour les attaquants, c'est un système très intéressant pour attaquer l'espace. En effet, d'une position excentrée au départ, **les appels sont rentrants et en direction du but**.



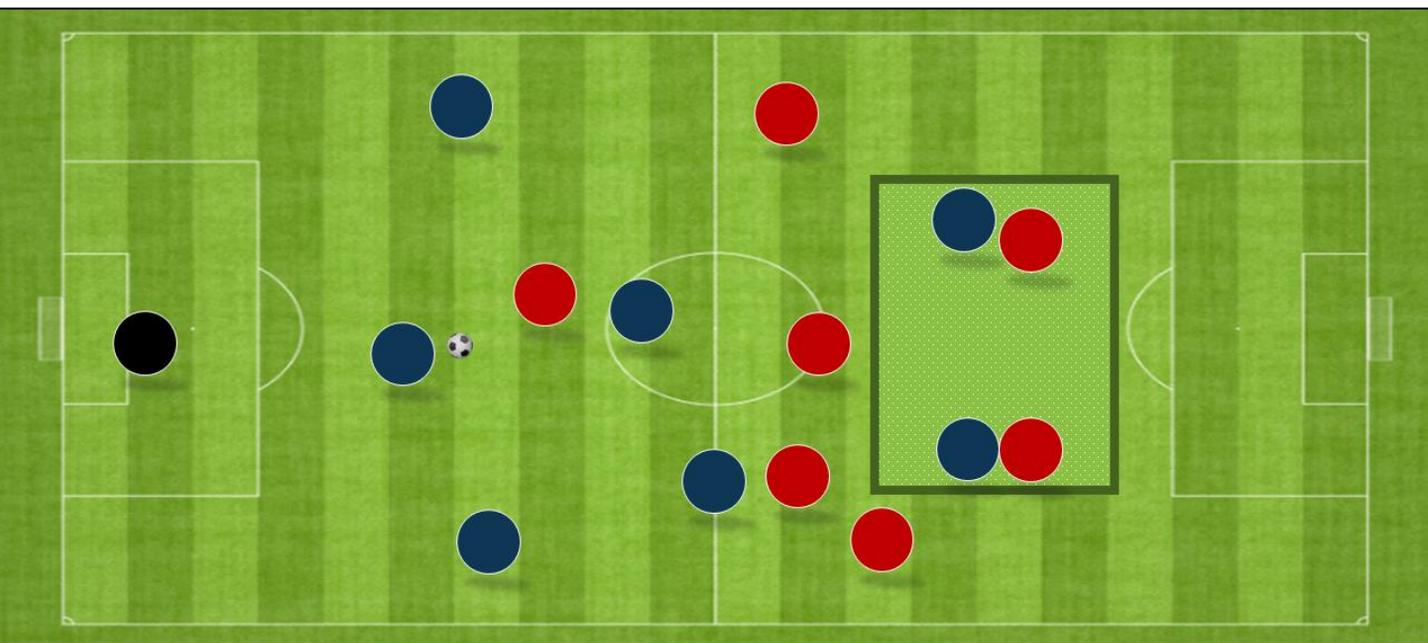
L'attaquant s'excentre ici ce qui lui permet de faire un appel rentrant



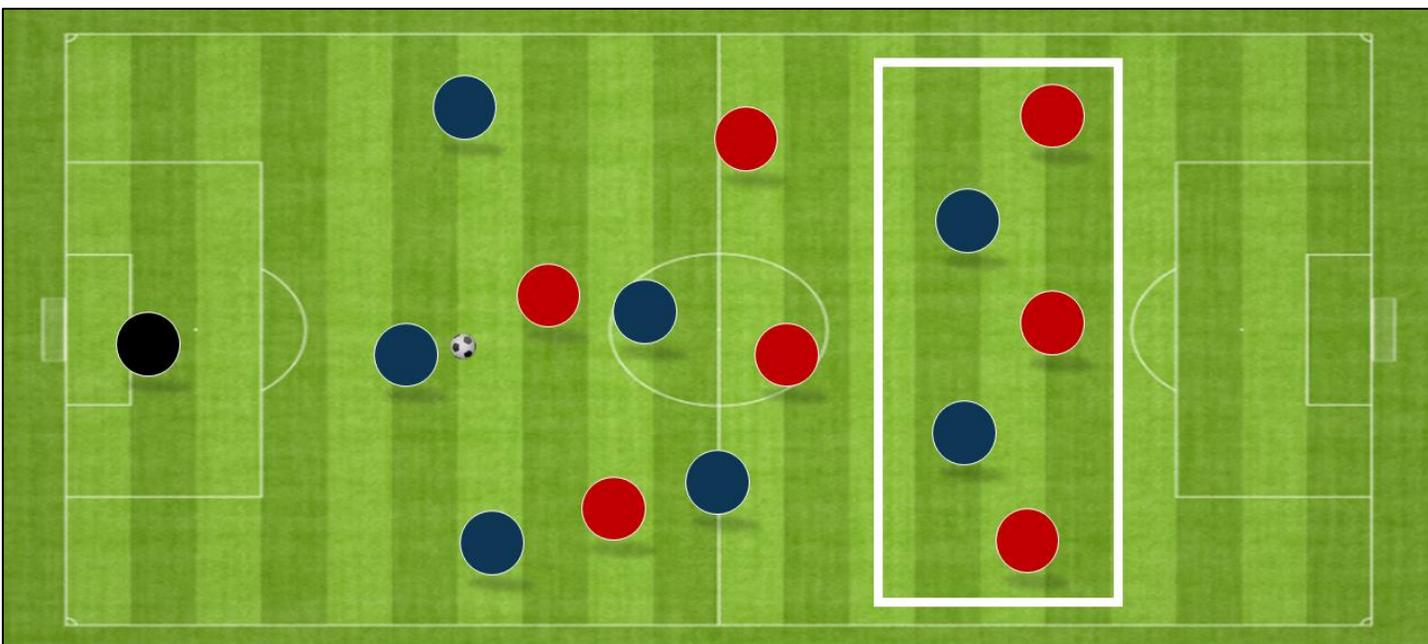
L'utilisation de l'half space permet au joueur d'aller vers l'avant et d'avoir du choix : soit conduire et frapper, soit conduire et trouver son partenaire en profondeur.

# DES SOLUTIONS À LA TRANSITION

Enfin, à la récupération, la position des deux attaquants est intéressante.



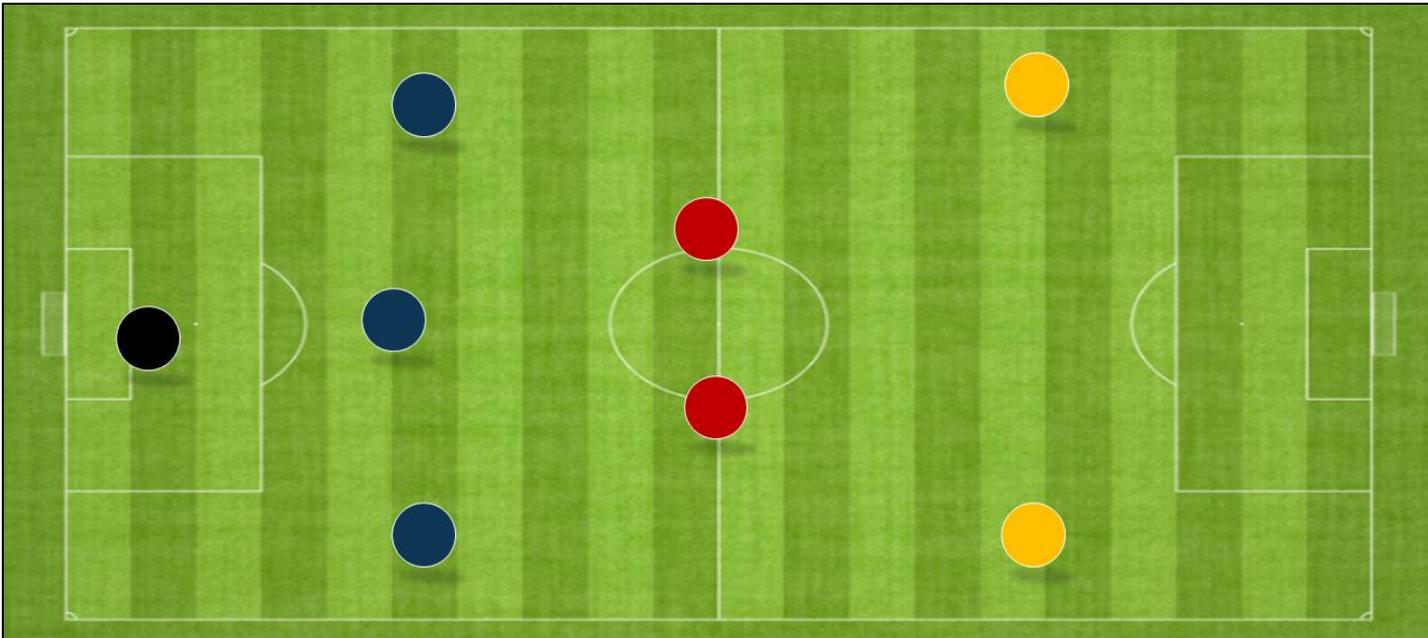
Contre un 2-4-1 ou 2-3-2, l'équipe dispose de deux solutions longues en 1 contre 1, **ce qui peut amener le danger directement.**



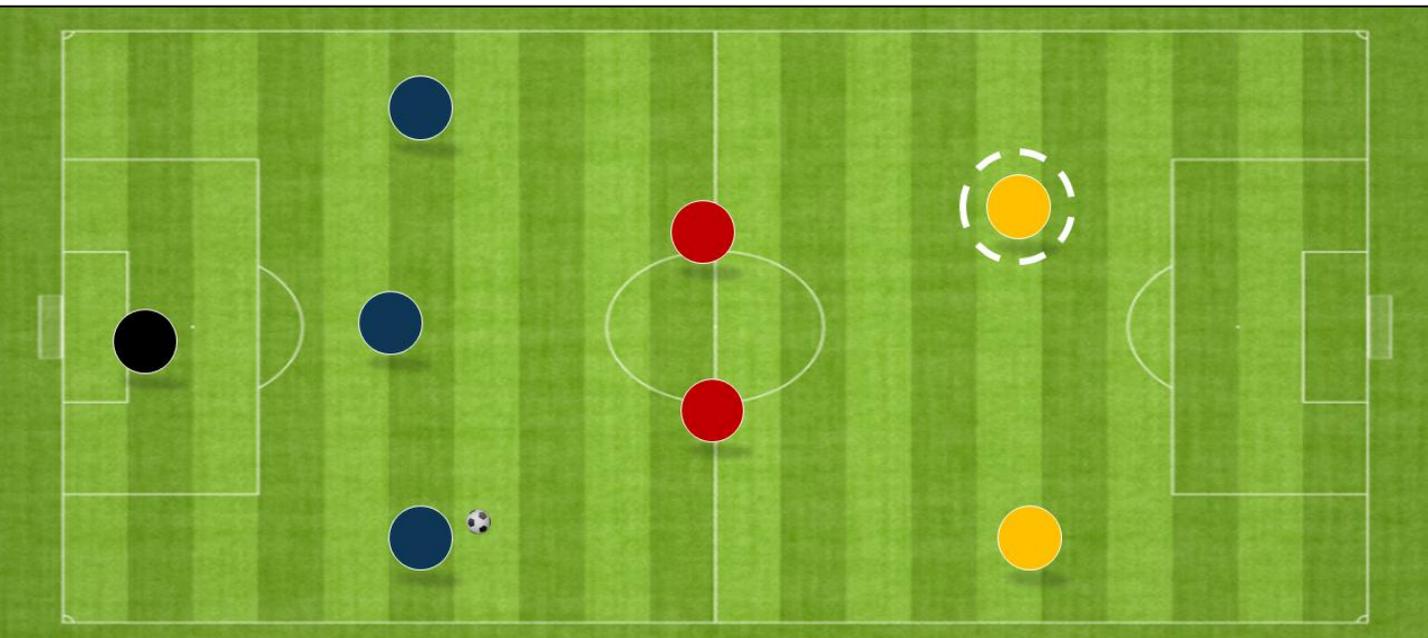
Contre un 3-3-1, on demandera aux deux attaquants de se positionner entre les défenseurs, **de manière à monopoliser l'attention de la ligne entière.**

# DIFFICILE COORDINATION

Comme tous les systèmes à deux, le 3-2-2 exigera par contre **une coordination exemplaire des deux attaquants.**



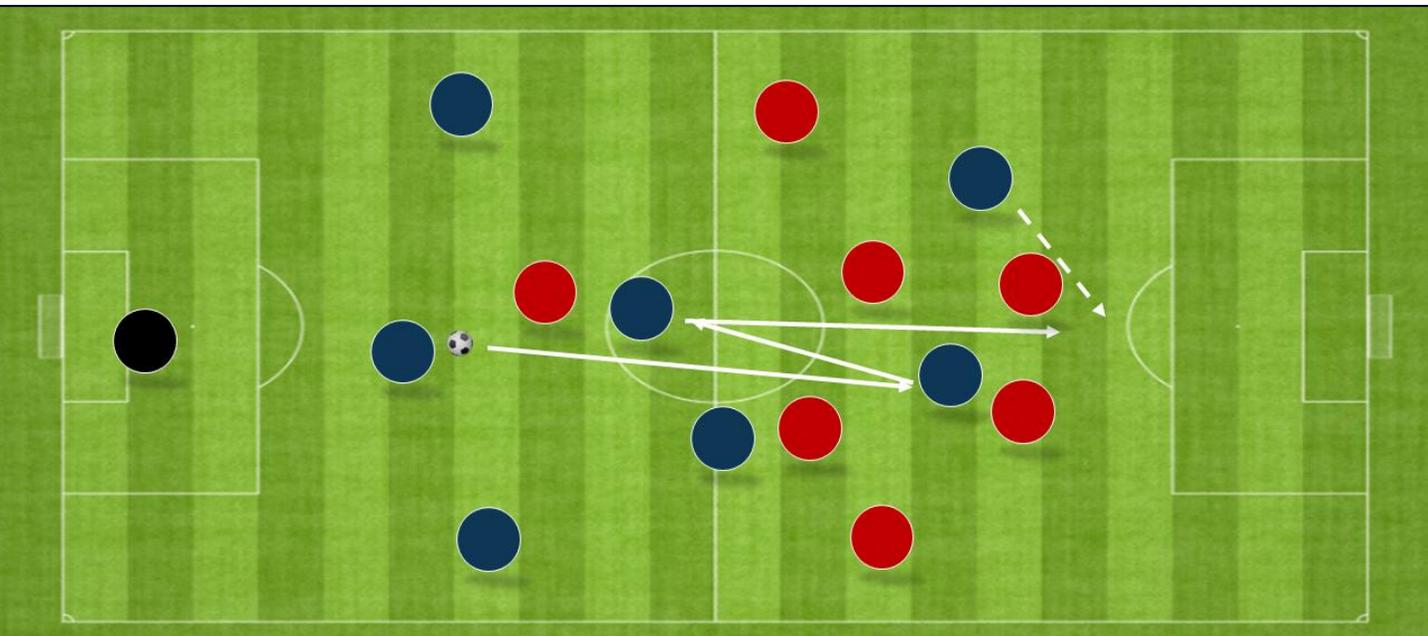
**En terme d'espace tout d'abord.** Si les deux attaquants collent la ligne, il manquera de relais à l'intérieur pour fixer la défense.



On demandera ainsi à l'attaquant à l'opposé d'occuper l'half space ou l'axe pour être une solution en appui.

# DIFFICILE COORDINATION

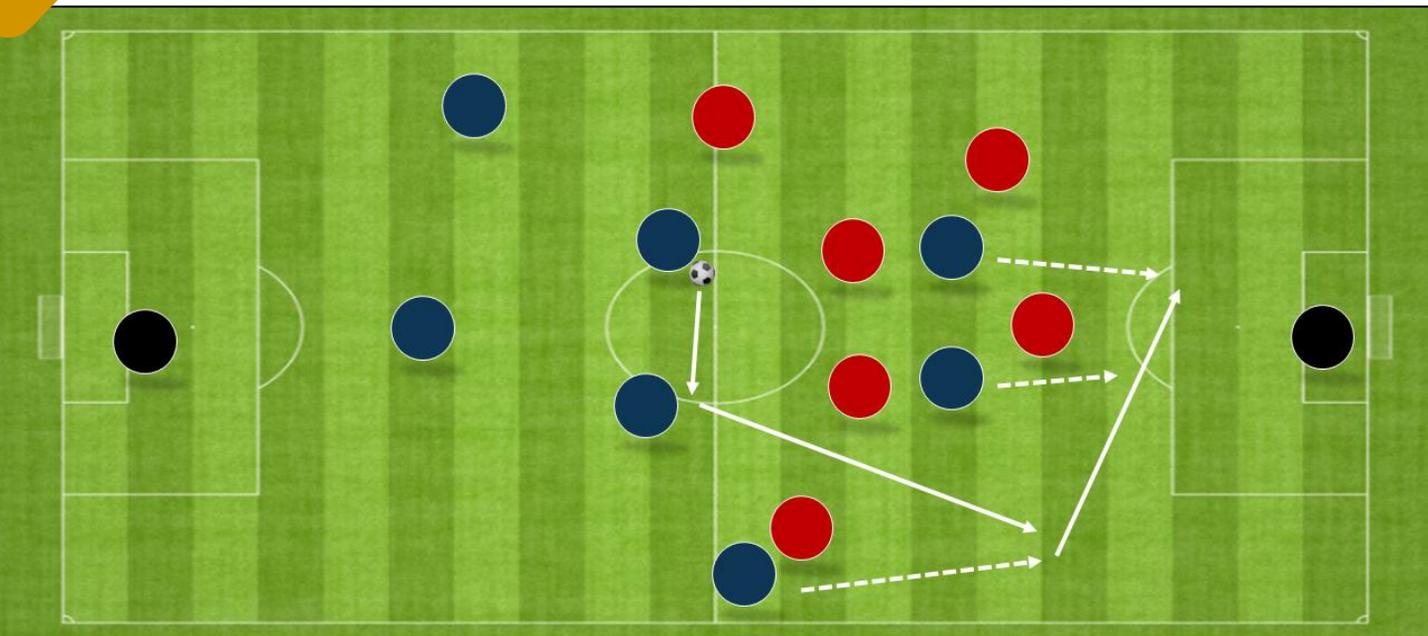
Mais également en terme de courses, sous peine d'écraser le bloc avec un manque de profondeur.



Un attaquant en appui, l'autre en profondeur.



Il est possible aussi d'imaginer un 3-2-2 avec deux profils d'attaquants très axiaux. Il faudra pour cela que les latéraux soient très offensifs pour occuper les côtés et amener des centres.



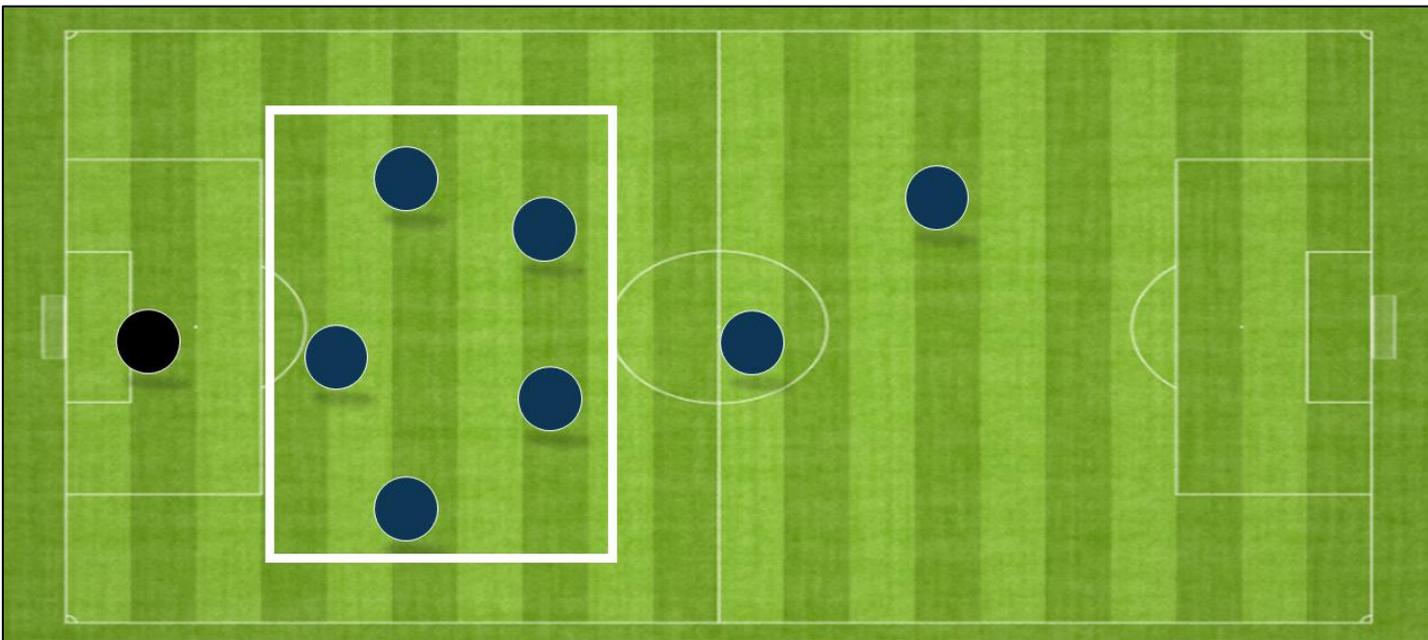


#6.2

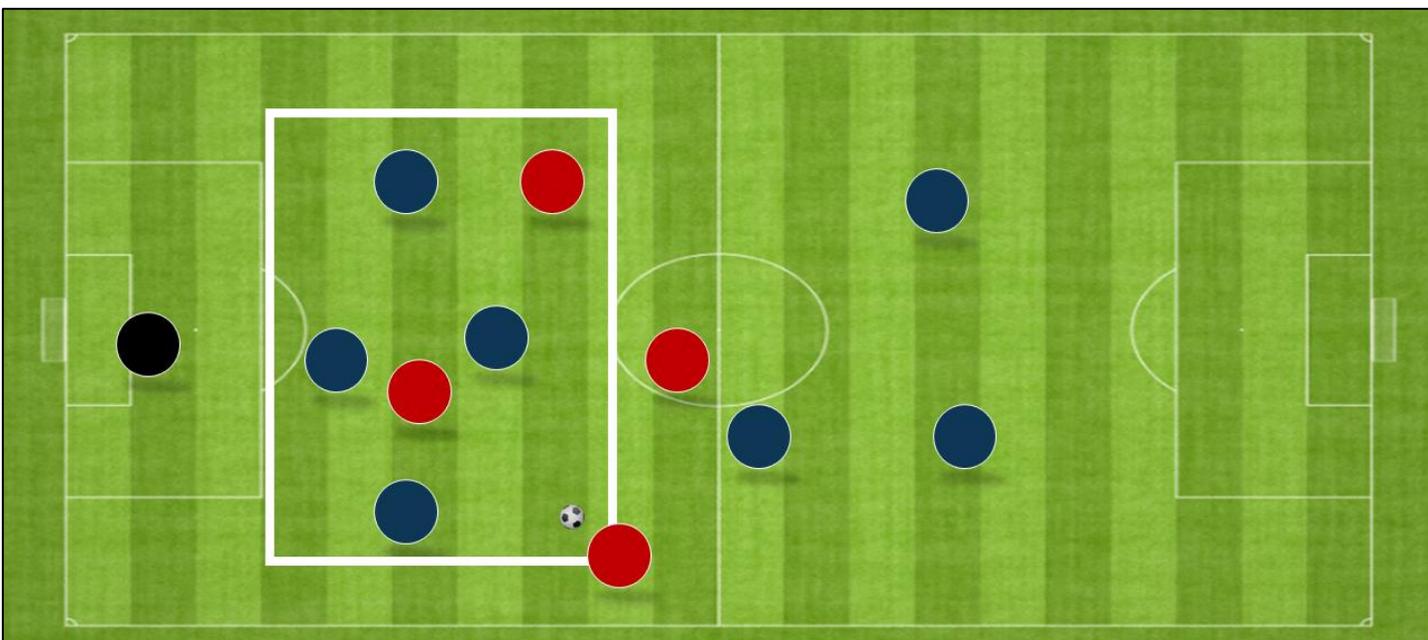
# ANIMATION DÉFENSIVE

# UN SYSTÈME DENSE DANS L'AXE

Le 3-2-2 offre une base très solide dans l'axe. Avec ses trois défenseurs et deux milieux axiaux, il est très sécuritaire.



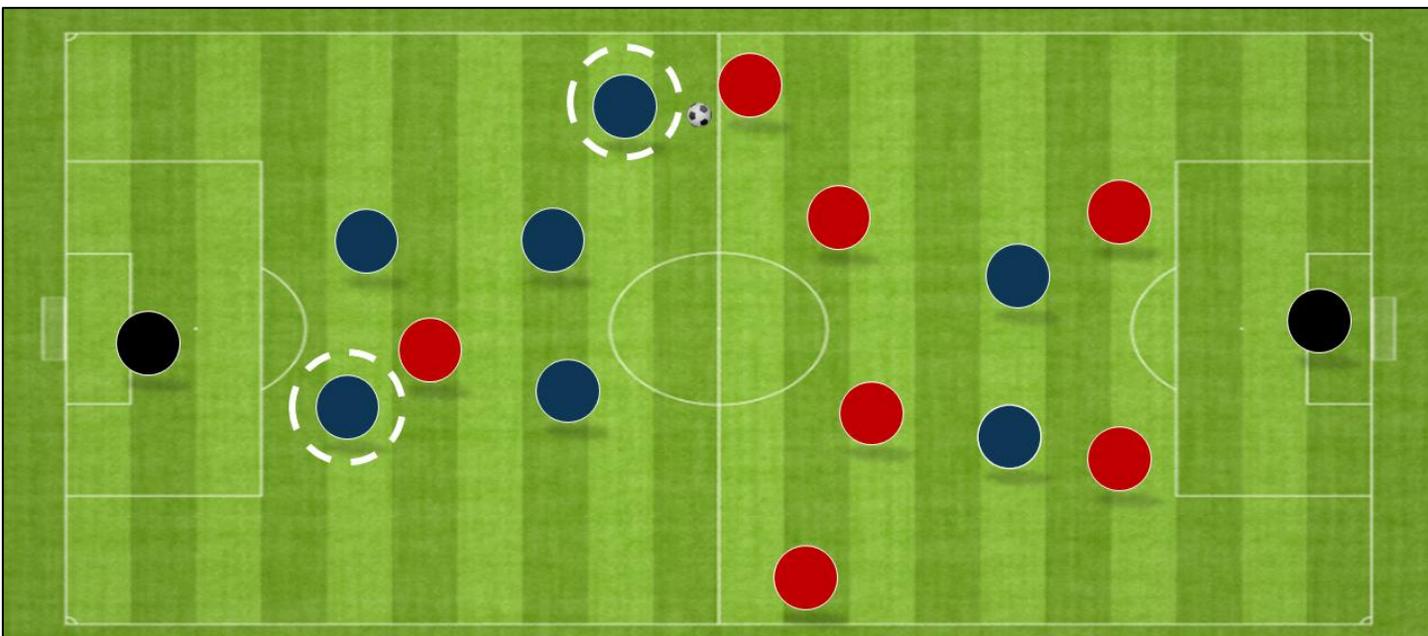
Même si un milieu axial est allé apporter le surnombre auparavant, la base de 3+1 reste très intéressante défensivement.



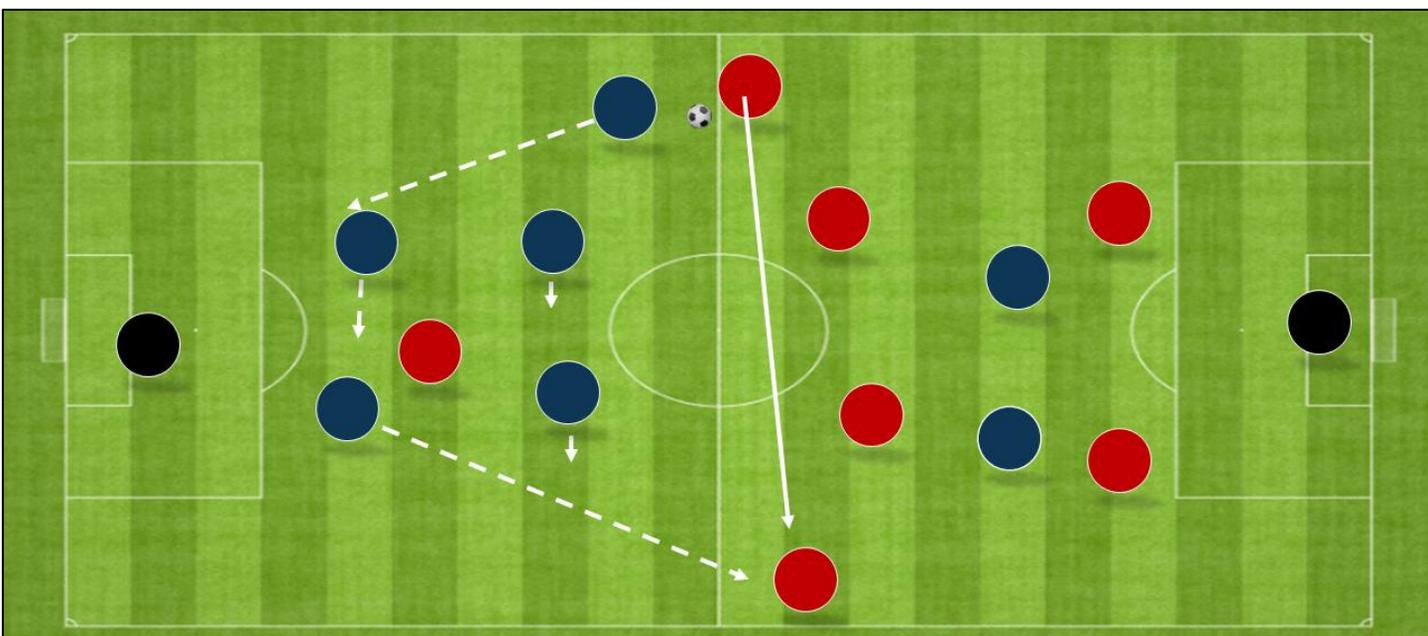
Cela dépendra encore une fois de la philosophie de l'éducateur. Si ce sont les latéraux qui apportent le surnombre, la base sera plutôt de 2+2.

# UN PRESSING HUILÉ SUR LA LARGEUR

Le 3-2-2 ne présentant que deux milieux, le **cadrage sur les côtés sera opéré par les latéraux**. Ce qui permettra de garder une base de 2+2 dans l'axe.



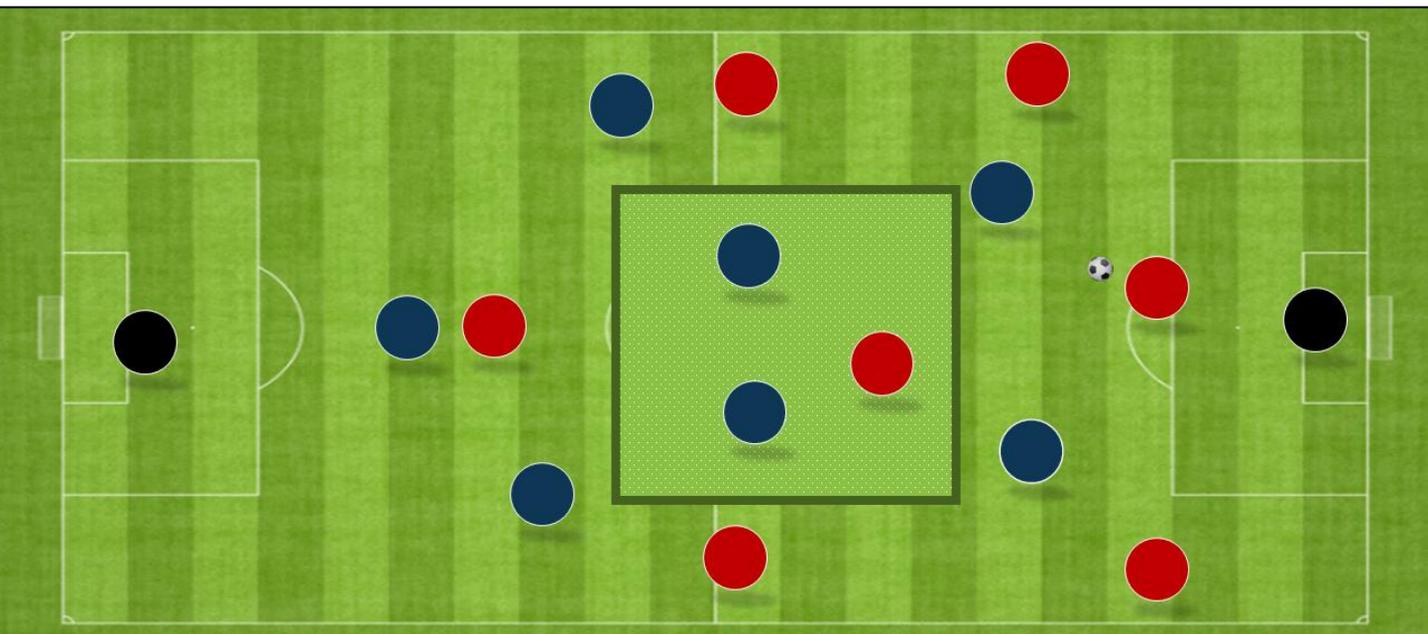
Ici, le latéral gauche va cadrer l'excentré droit adverse. Le latéral droit rentre dans l'axe, ce qui permet de rester à 4 dans le couloir central.



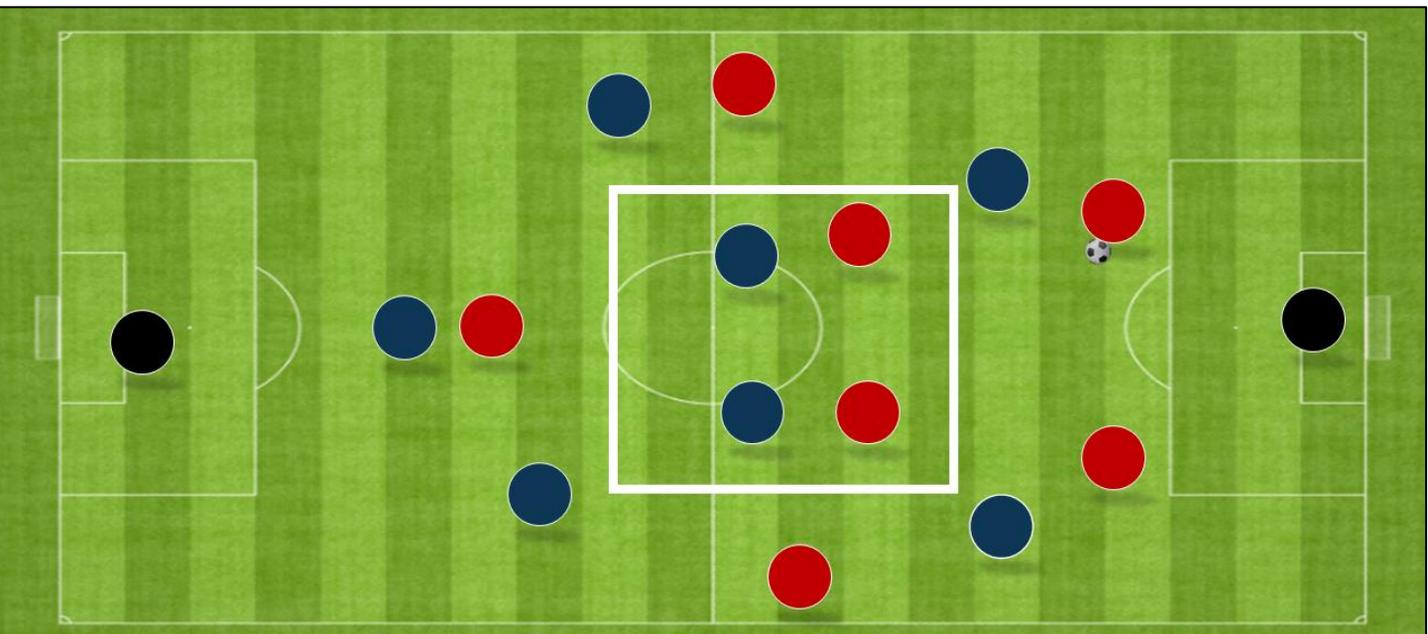
Si le ballon va à l'opposé, le bloc coulisse de la même façon. Cela nécessite **une bonne compréhension du cadrage et des temps de passe** de la part des latéraux.

# UNE RELATION AXE-LATERAL FERMÉE

Contre un 3-3-1, la position des attaquants fermera naturellement la passe vers les latéraux.



Ce qui se révélera intéressant puisque le 3-2-2 présentera une supériorité dans l'axe, rendant difficile la relance à l'intérieur.

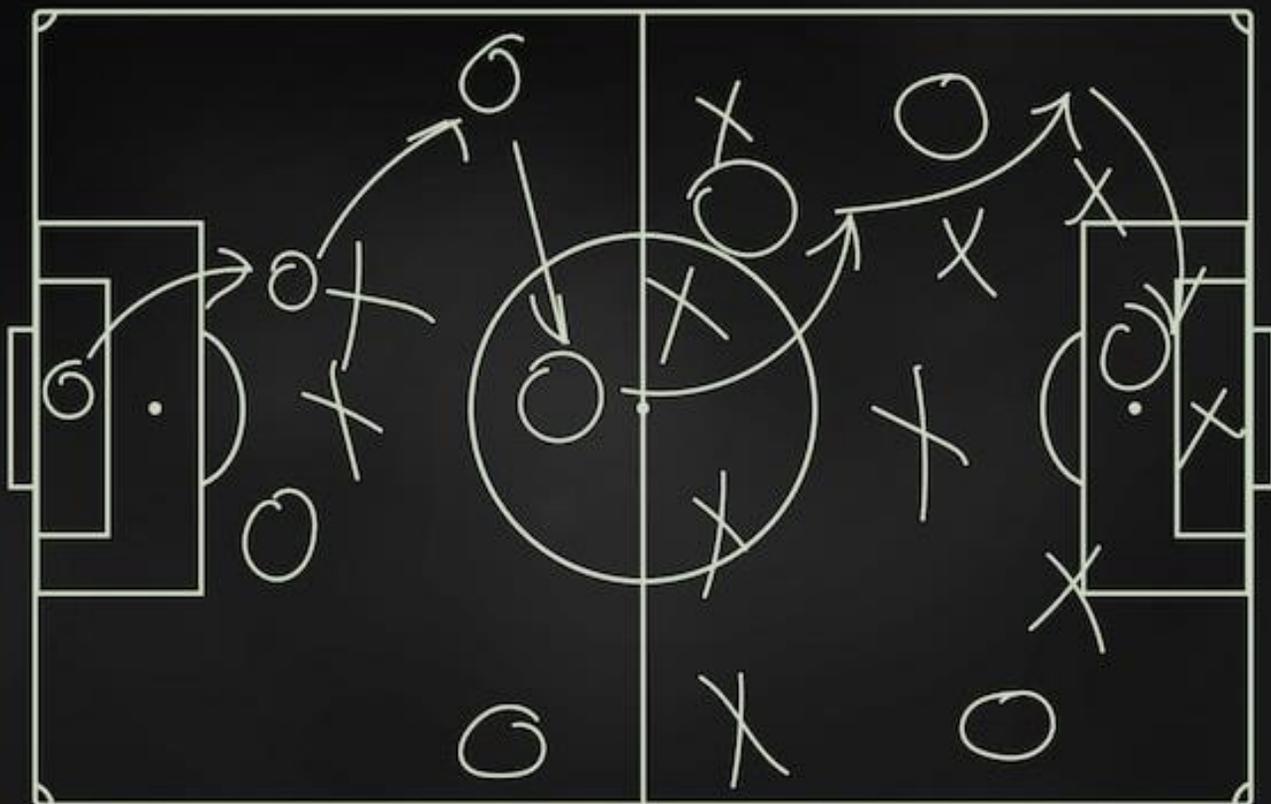


Contre un 2-4-1, la position des deux attaquants doit permettre un pressing fort des deux défenseurs. Le milieu de terrain sera quant à lui en égalité numérique.



# LES RAPPORTS DE FORCE

# POURQUOI CE CHAPITRE ?!



Parce que le football est un **rapport de force**, il est important d'identifier pour chaque système de jeu ses zones de supériorité numérique, d'égalité et d'infériorité numérique.

Tout ceci n'est bien entendu que « **sur le papier** » et dépendra des animations de chacun, mais permet de cibler les zones préférentielles par système.

La connaissance de ces zones permettra à l'éducateur de comprendre la dynamique du match et s'adapter en fonction.

Nous n'évoquerons pas dans ce chapitre les rapports de force « égaux » (241 vs 241, 331 vs 331 etc).

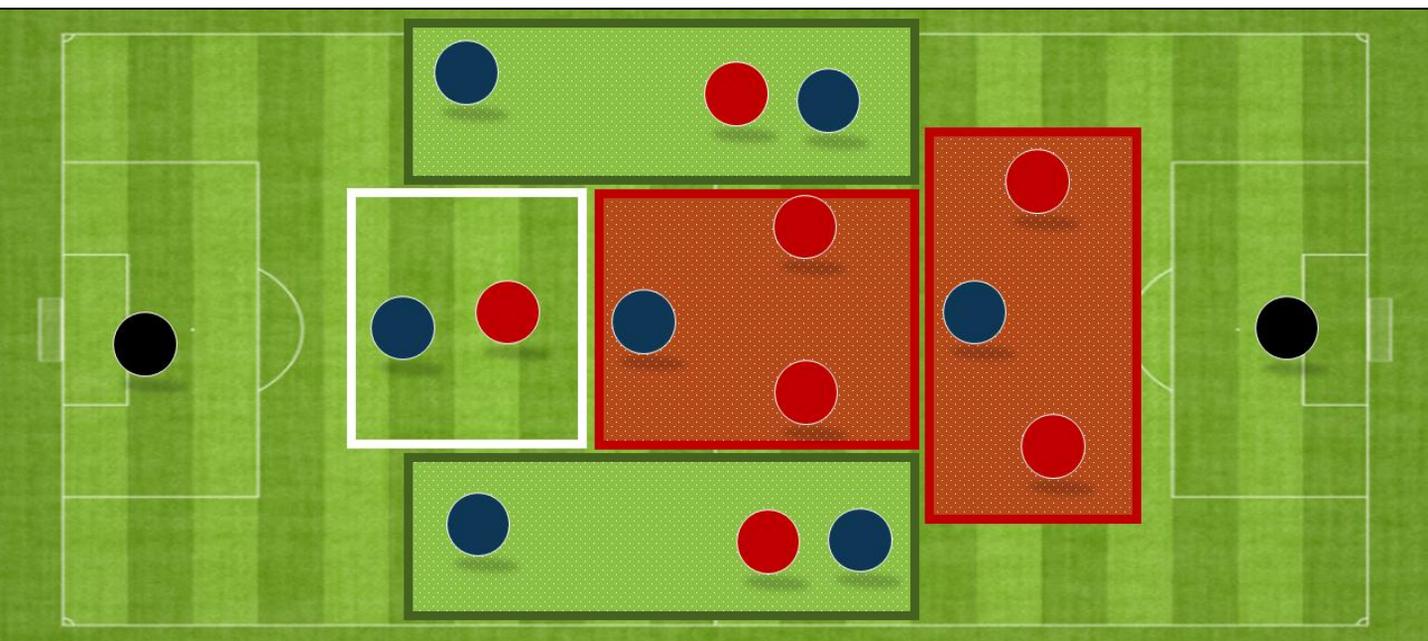


#7.1

**LE**

**3-3-1**

## 3-3-1 VS 2-4-1



### Zones de supériorité :

- Côté gauche
- Côté droit



### Zones d'infériorité :

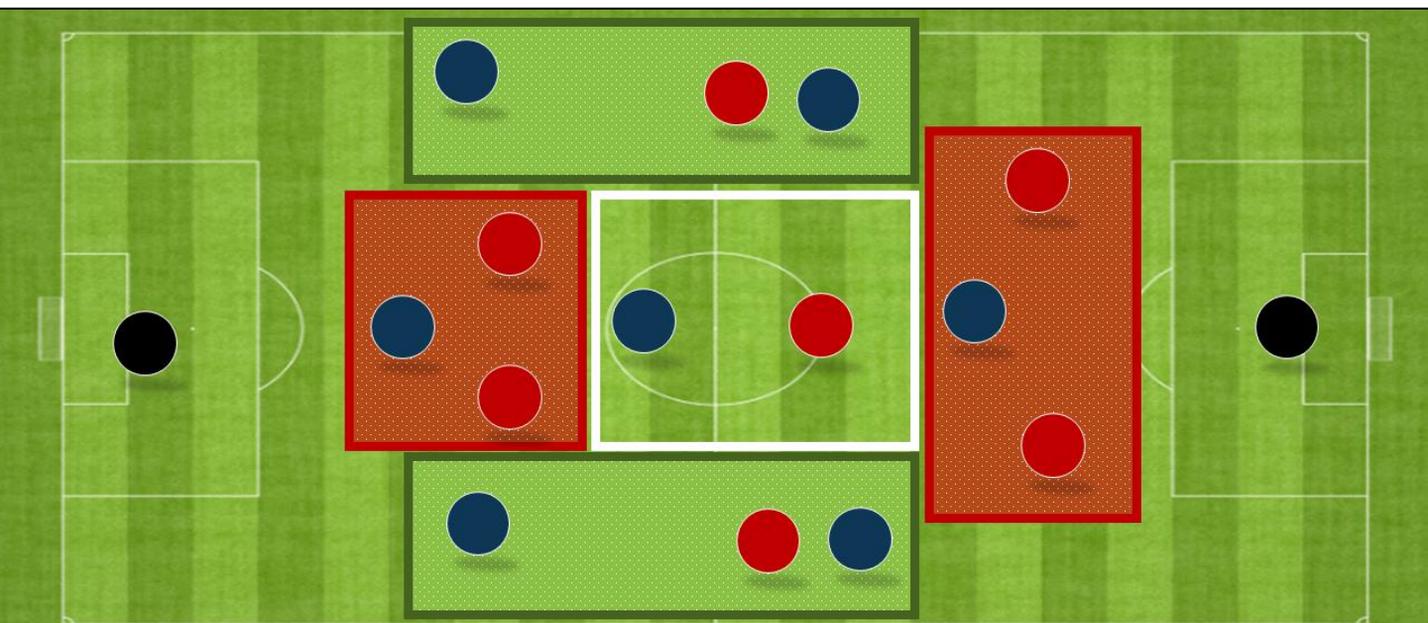
- Zone axiale offensive (1v2)
- Zone axiale médiane (1v2)



### Zone d'égalité :

- Zone axiale défensive (1v1)

## 3-3-1 VS 2-3-2



### Zones de supériorité :

- Côté gauche
- Côté droit



### Zones d'infériorité :

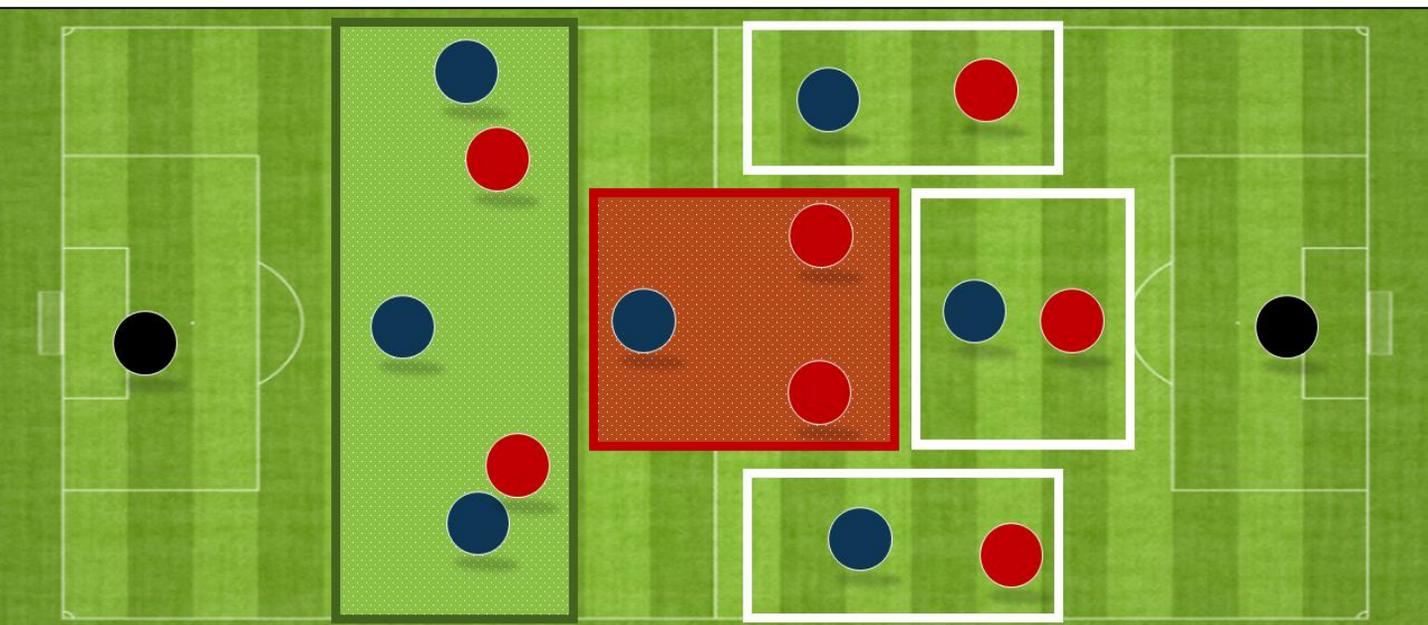
- Zone axiale offensive (1v2)
- Zone axiale défensive (1v2)



### Zone d'égalité :

- Zone axiale médiane (1v1)

## 3-3-1 VS 3-2-2



### **Zone de supériorité :**

- Ligne défensive (3v2)



### **Zone d'infériorité :**

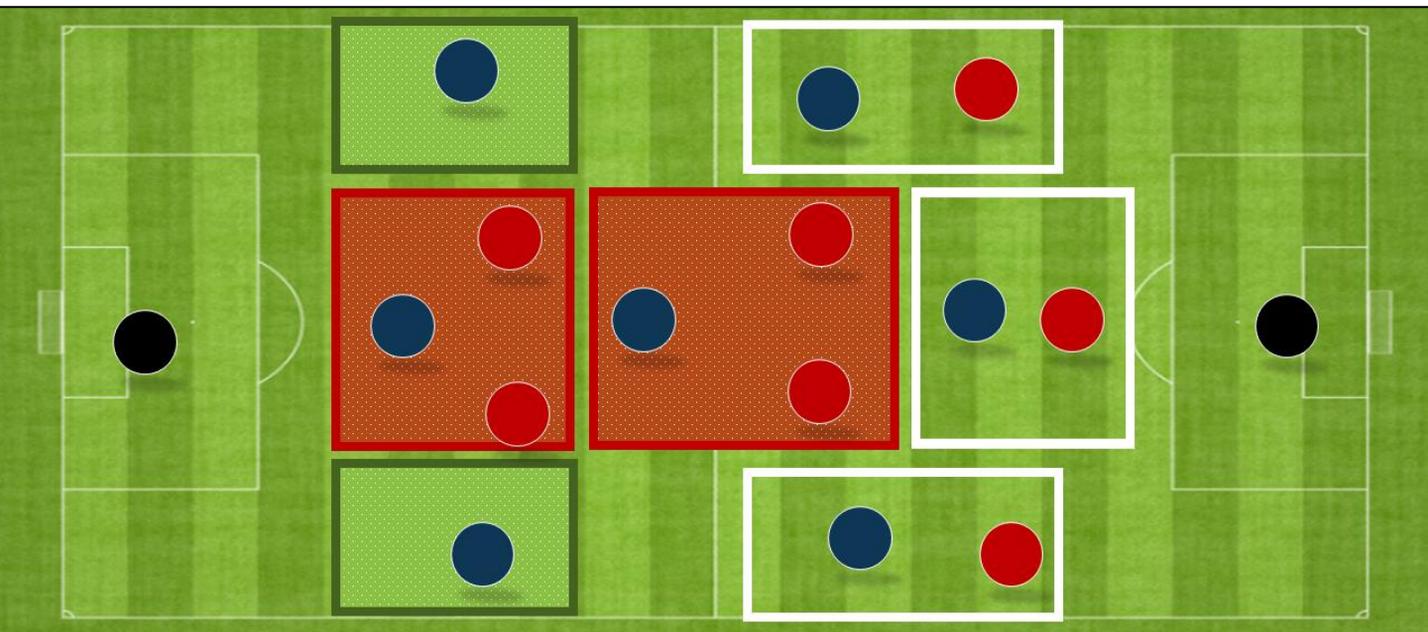
- Zone axiale médiane (1v2)



### **Zones d'égalité :**

- Zone axiale offensive (1v1)
- Côté offensif droit (1v1)
- Côté offensif gauche (1v1)

## 3-3-1 VS 3-2-2 AXIAL



Ce n'est pas sa vocation de départ, mais la donne sera légèrement différente si l'éducateur présente en 3-2-2 avec ses deux attaquants très axiaux.



### Zone de supériorité :

- Ligne défensive côté (1v0)



### Zones d'infériorité :

- Zone axiale médiane (1v2)
- Zone axiale défensive (1v2)



### Zones d'égalité :

- Zone axiale offensive (1v1)
- Côté offensif droit (1v1)
- Côté offensif gauche (1v1)

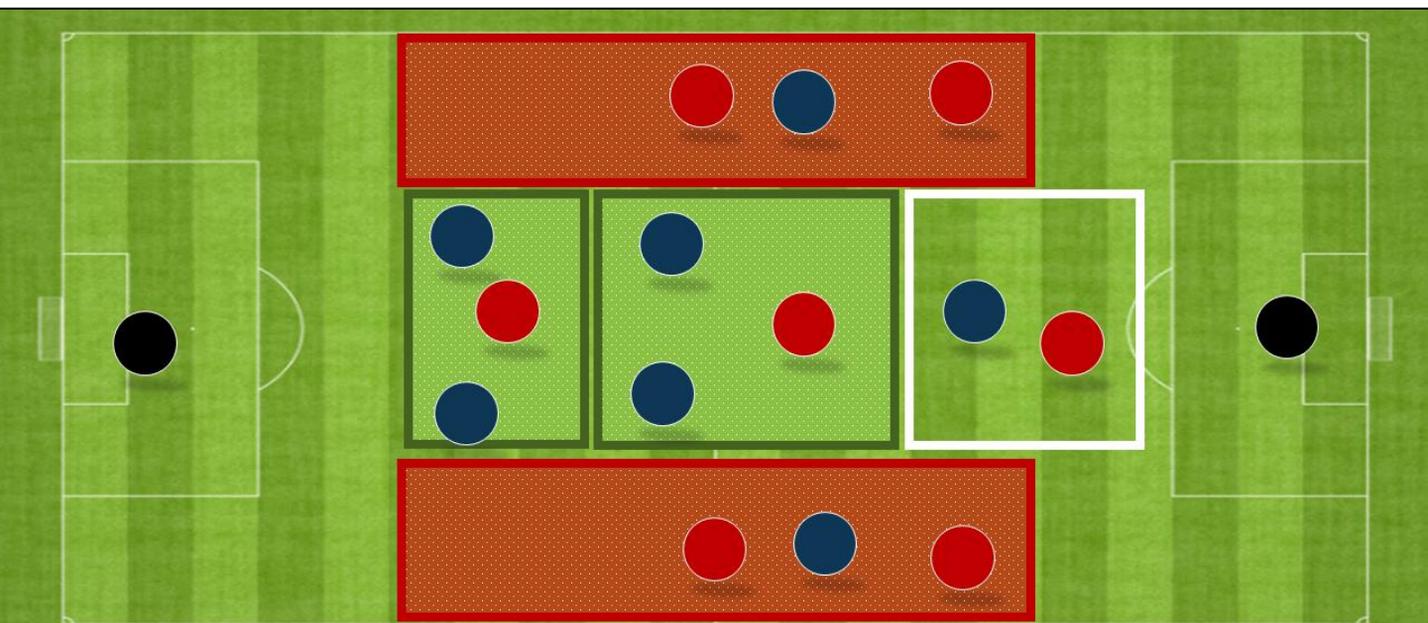


#7.2

**LE**

**2-4-1**

## 2-4-1 VS 3-3-1



### Zones de supériorité :

- Zone axiale défensive (2v1)
- Zone axiale médiane (2v1)



### Zones d'infériorité :

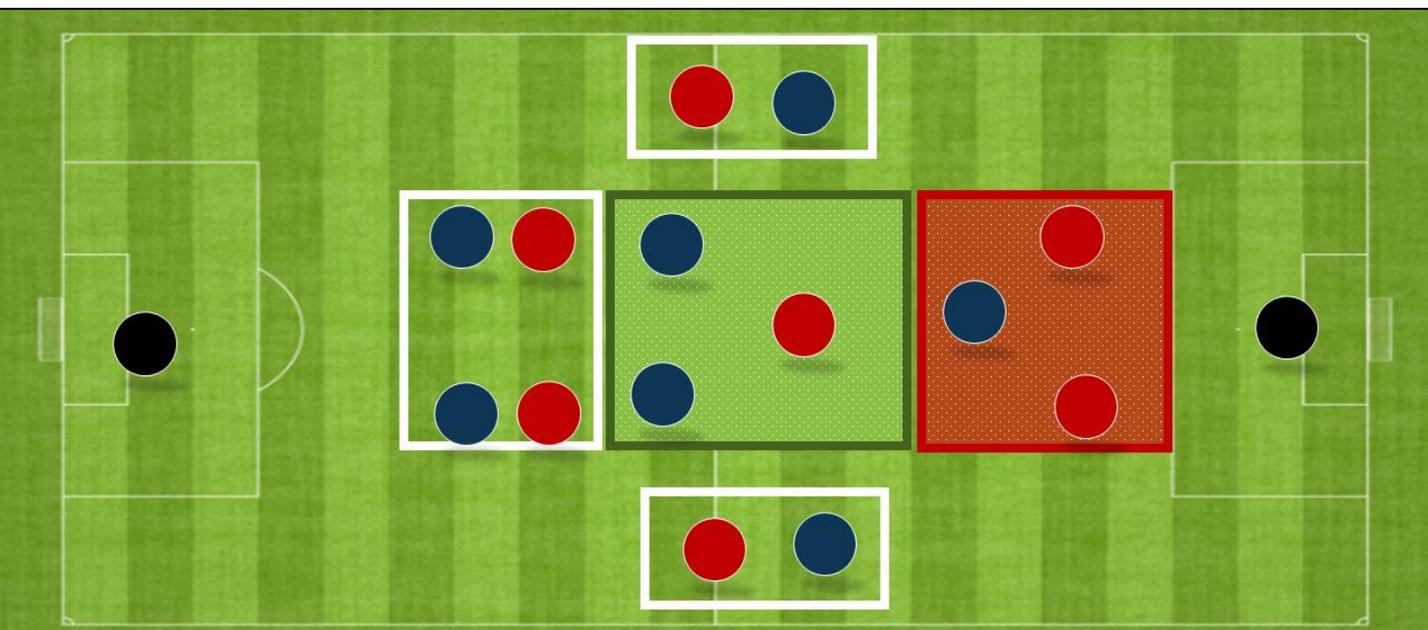
- Côté droit (1v2)
- Côté gauche (1v2)



### Zone d'égalité :

- Zone axiale offensive (1v1)

## 2-4-1 VS 2-3-2



### Zone de supériorité :

- Zone axiale médiane (2v1)



### Zone d'infériorité :

- Zone axiale offensive (1v2)

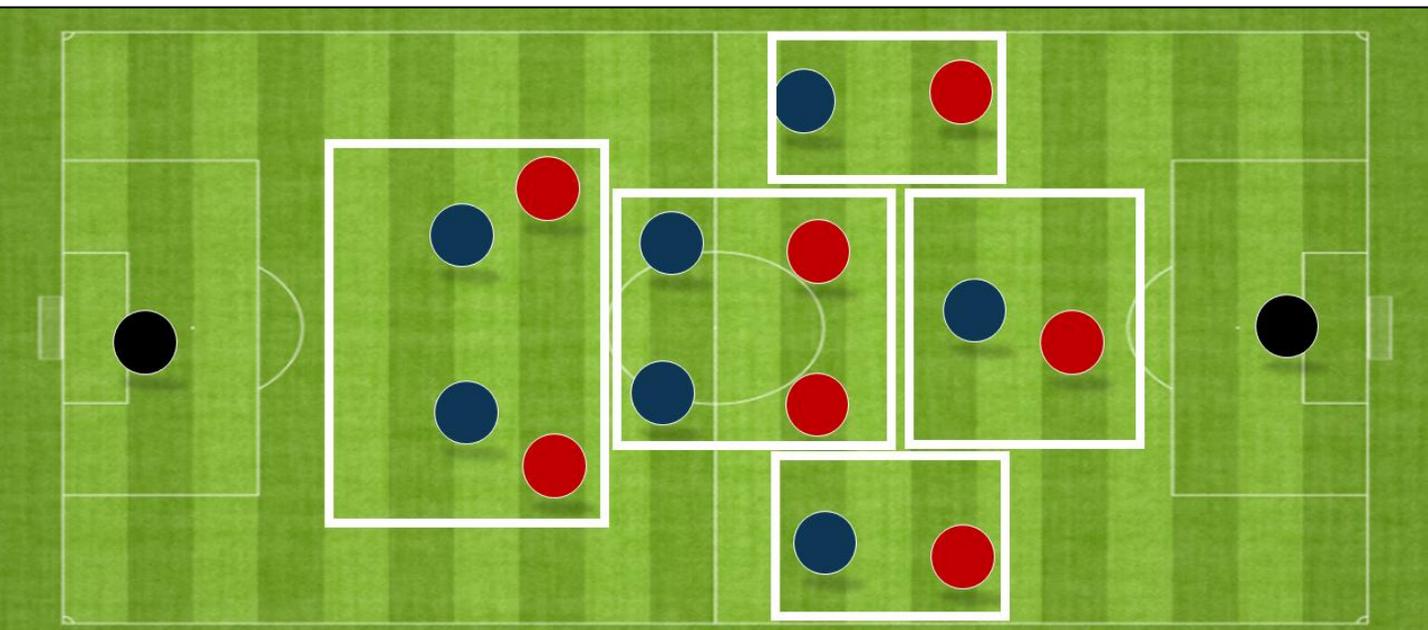


### Zones d'égalité :

- Zone axiale défensive (2v2)
- Côté droit (1v1)
- Côté gauche (1v1)

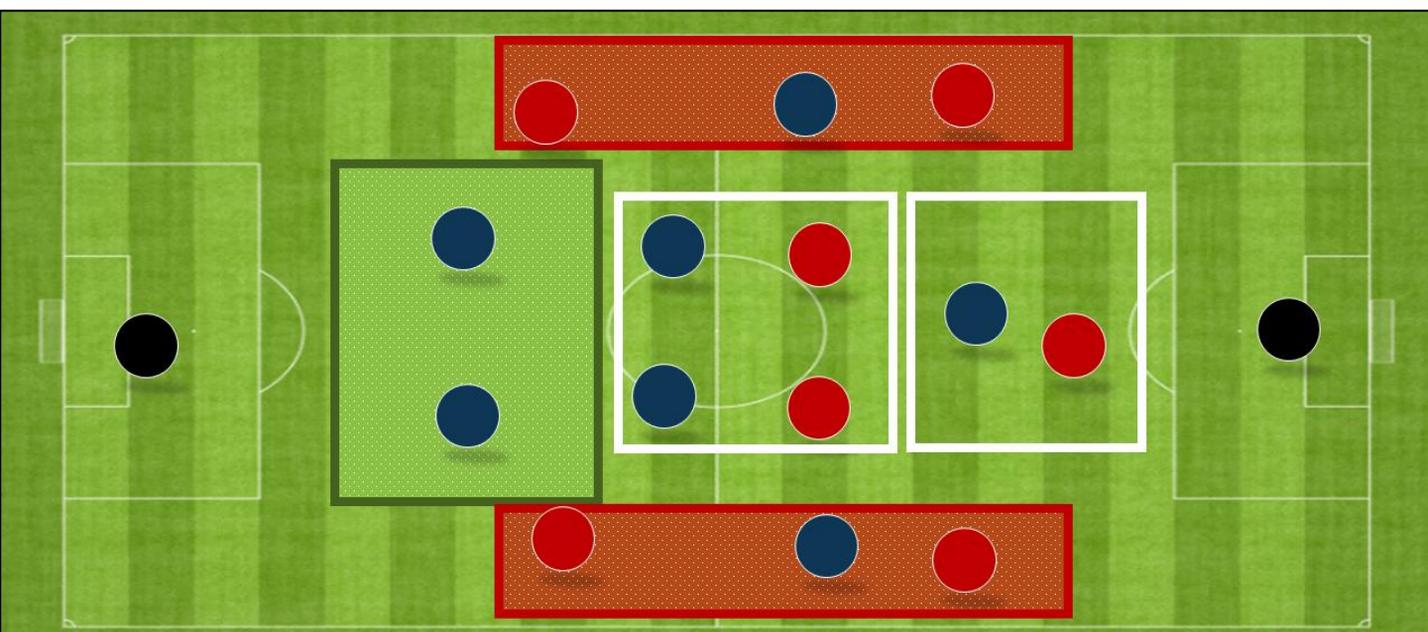
# RAPPORT DE FORCE : LE 2-4-1

## 2-4-1 VS 3-2-2



Cela dépendra une nouvelle fois des différentes animations, mais le 2-4-1 et le 3-2-2 sont sur le papier des systèmes qui s'opposent parfaitement.

Si les deux attaquants sont très écartés, le rapport de force serait plutôt le suivant :

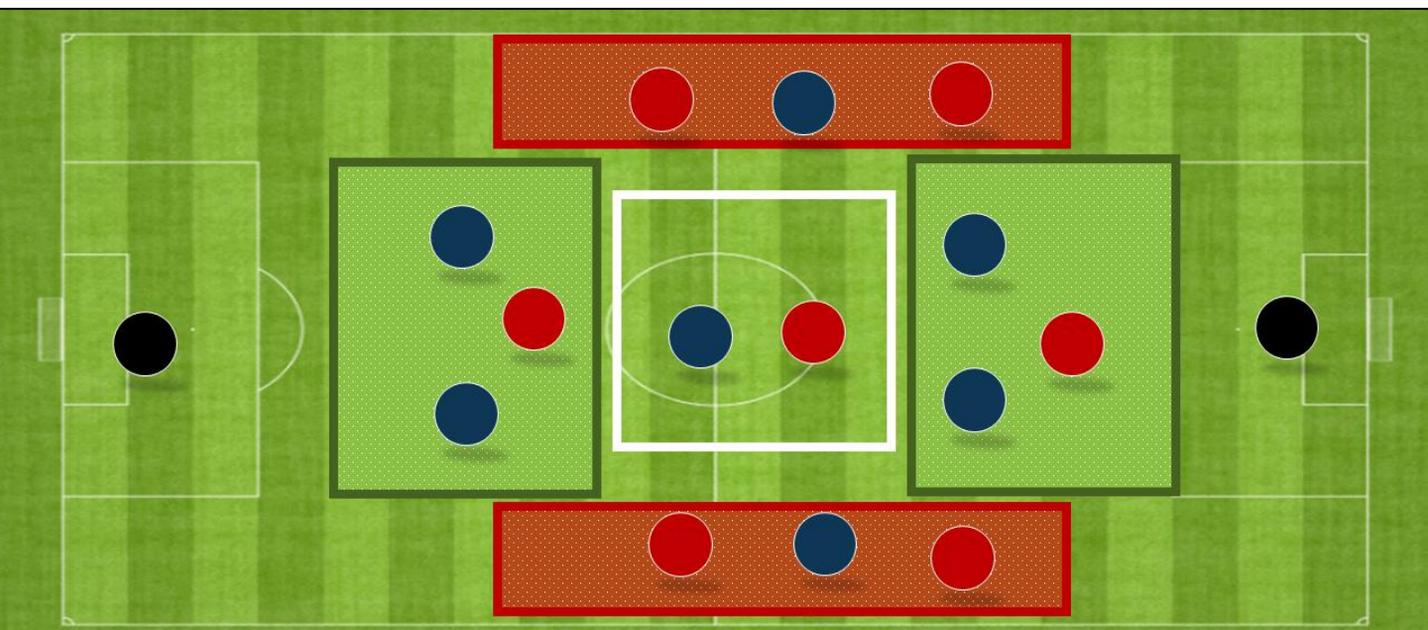




**LE**

**2-3-2**

## 2-3-2 VS 3-3-1



### Zones de supériorité :

- Zone axiale défensive (2v1)
- Zone axiale offensive (2v1)



### Zones d'infériorité :

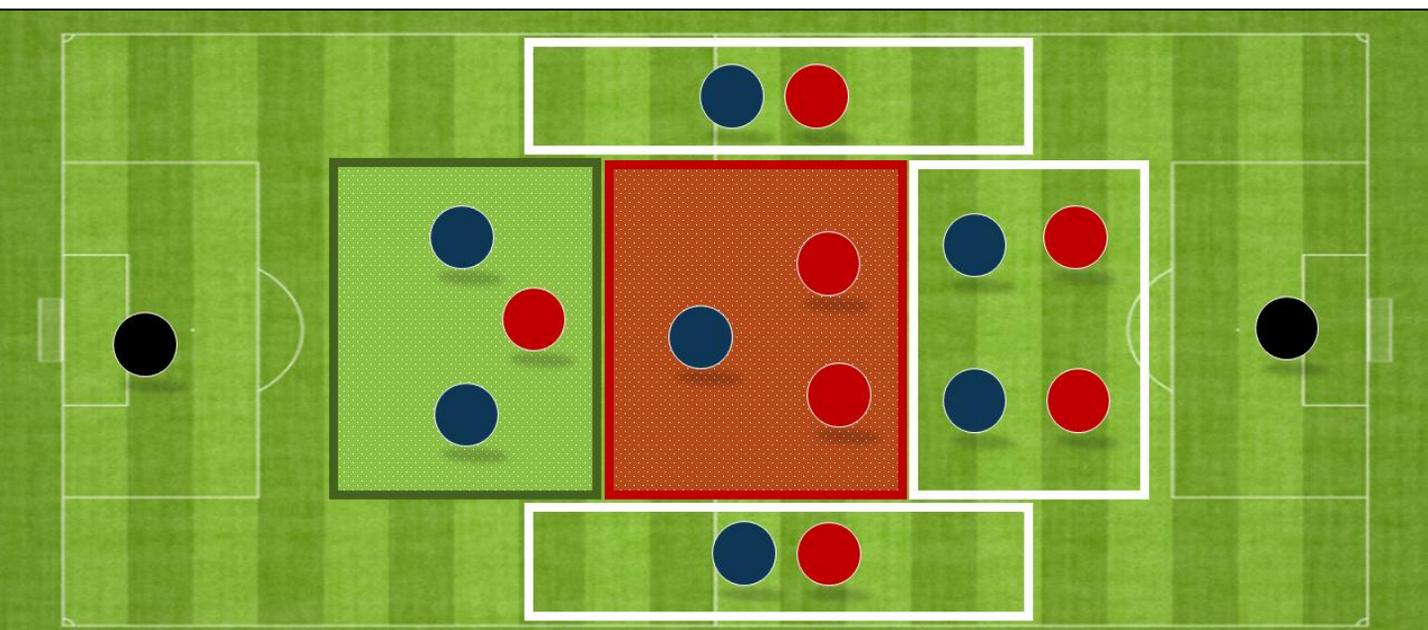
- Côté droit (1v2)
- Côté gauche (1v2)



### Zone d'égalité :

- Zone axiale médiane (1v1)

## 2-3-2 VS 2-4-1



### Zone de supériorité :

- Zone axiale défensive (2v1)



### Zone d'infériorité :

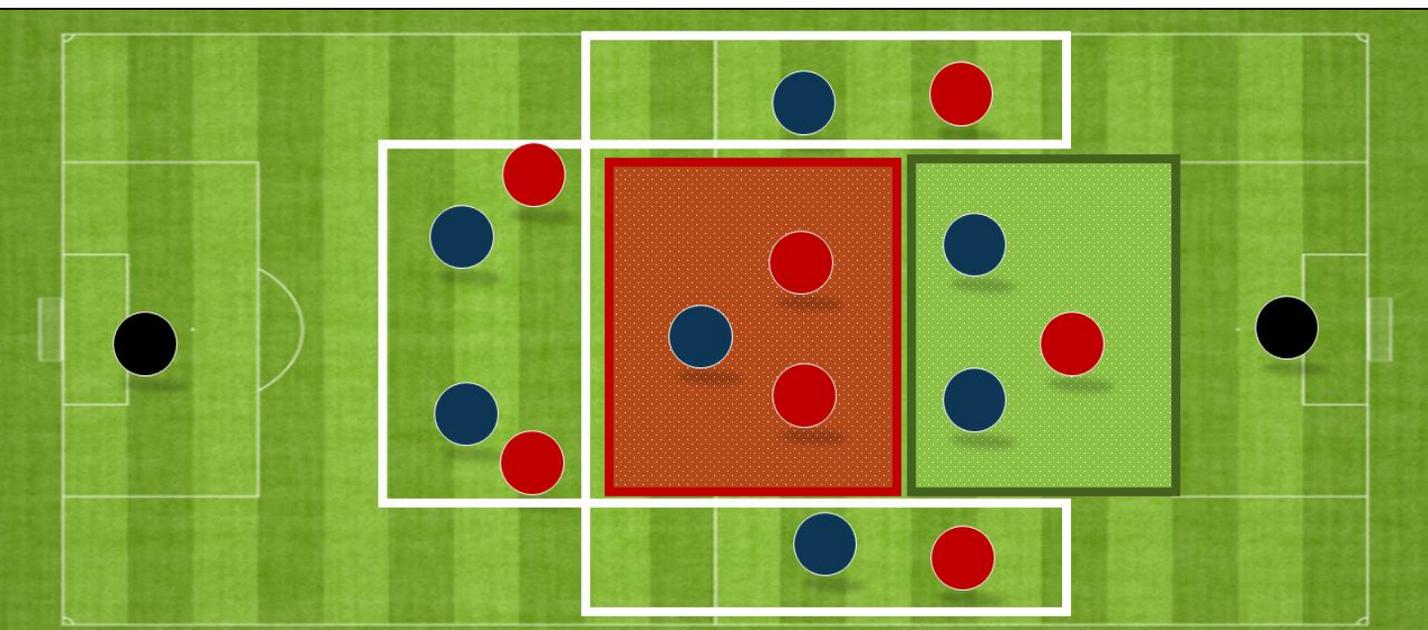
- Zone axiale médiane (1v2)



### Zone d'égalité :

- Zone axiale offensive (2v2)
- Côté droit (1v1)
- Côté gauche (1v)

## 2-3-2 VS 3-2-2



### Zone de supériorité :

- Zone axiale offensive (2v1)



### Zone d'infériorité :

- Zone axiale médiane (1v2)



### Zones d'égalité :

- Zone axiale défensive (2v2)
- Côté droit (1v1)
- Côté gauche (1v)

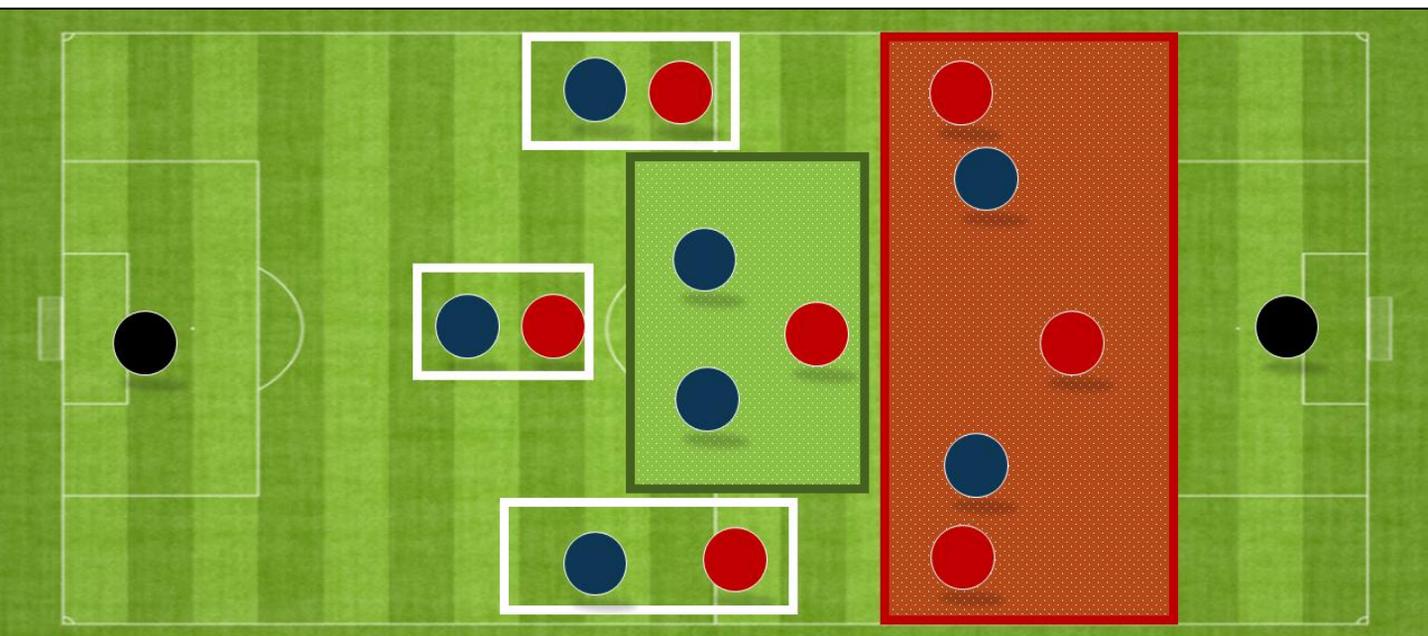


#7.4

**LE**

**3-2-2**

## 3-2-2 VS 3-3-1



### Zone de supériorité :

- Zone axiale médiane (2v1)



### Zone d'infériorité :

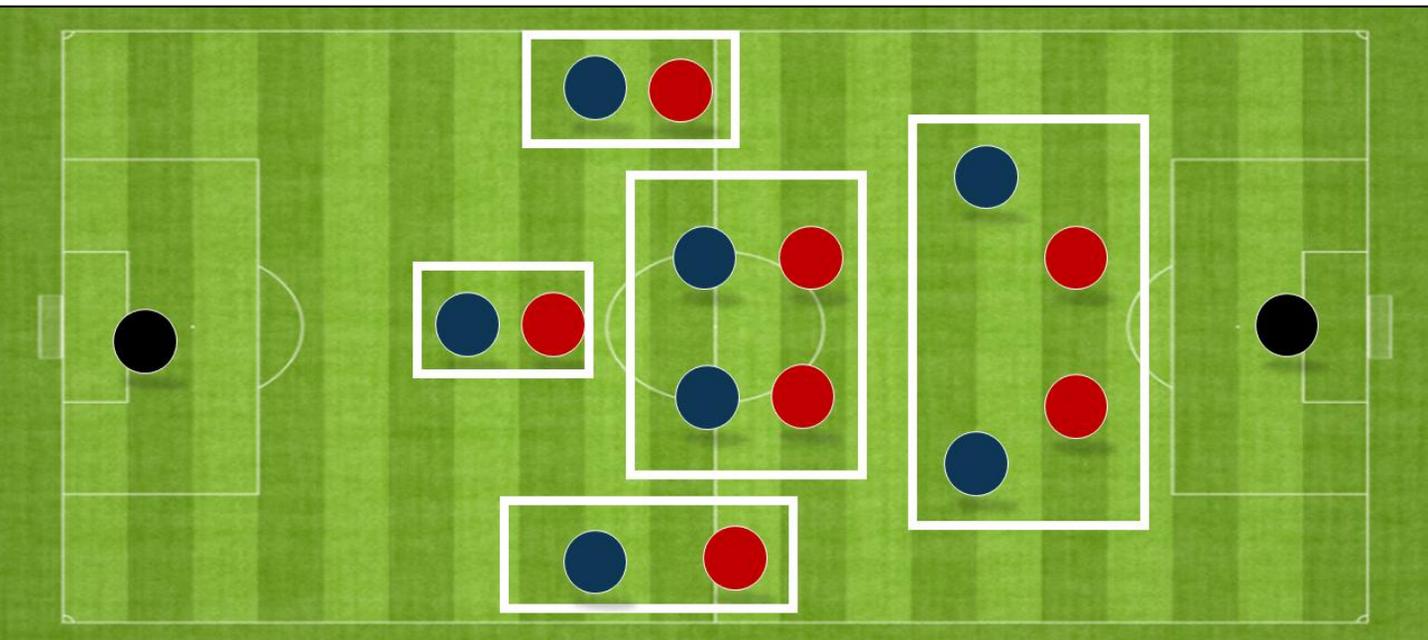
- Zone axiale offensive (2v3)



### Zones d'égalité :

- Zone axiale défensive (1v1)
- Côté droit (1v1)
- Côté gauche (1v1)

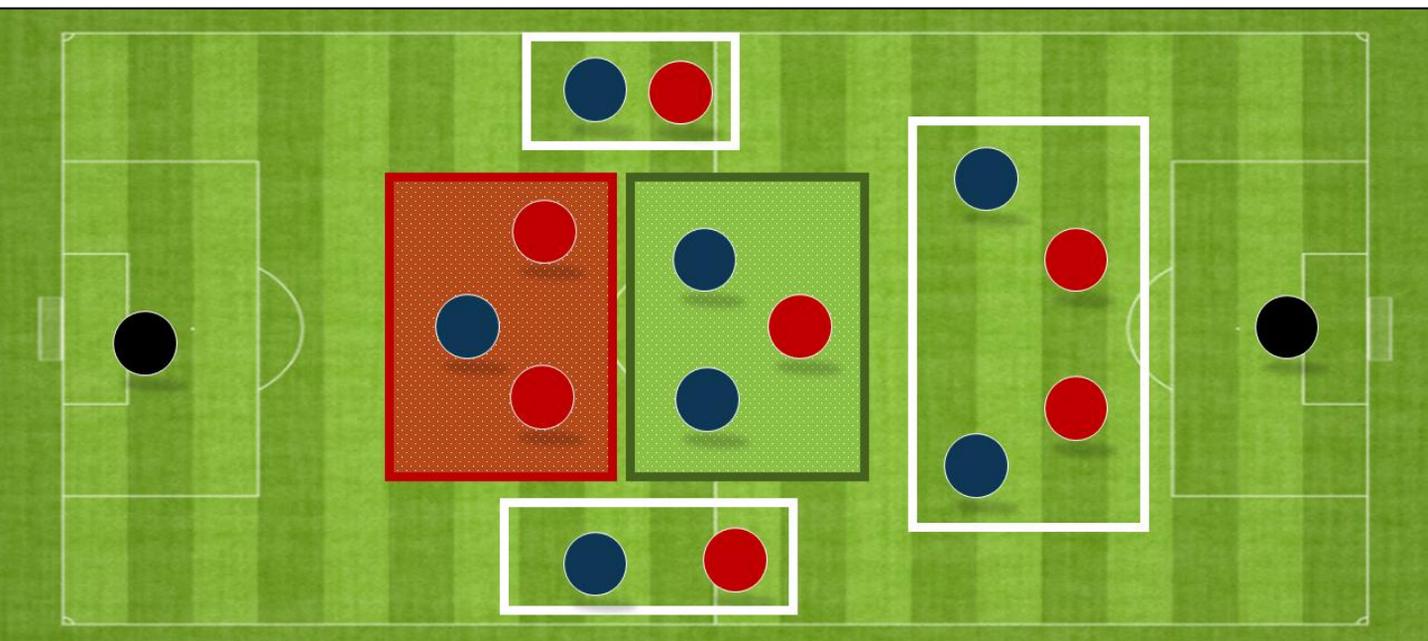
## 3-2-2 VS 2-4-1



### Zones d'égalité :

- Zone axiale offensive (2v2)
- Zone axiale médiane (2v2)
- Zone axiale défensive (1v1)
- Côté droit (1v1)
- Côté gauche (1v1)

## 3-2-2 VS 2-3-2



### Zone de supériorité :

- Zone axiale médiane (2v1)



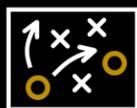
### Zone d'infériorité :

- Zone axiale défensive (1v2)



### Zones d'égalité :

- Zone axiale offensive (2v2)
- Côté droit (1v1)
- Côté gauche (1v1)



**BONTAZ ACADEMY**  
**COACHING**