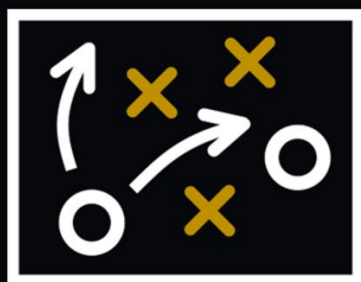


BONTAZ ACADEMY COACHING

ROMAIN MUFFAT



# LE JEU DE POSITION



# LE SOMMAIRE

---

## 1

Qui sommes-nous ? .....	3
Nos médias .....	4

## 2

<b>LE JEU DE POSITION</b>	
Préambule .....	6
La préface de Pierre Sage .....	7

## 3

<b>LE POSITIONNEMENT GLOBAL</b>	
Les espaces dynamiques .....	11
Agrandir l'espace de jeu .....	15
Être étagé .....	24

## 4

<b>L'ESPACE DE PROGRESSION</b>	
La recherche de l'homme libre .....	30
Les half-spaces .....	32
Le jeu dans l'interligne .....	39
Le troisième homme .....	46
Attirer pour libérer .....	50
La conduction .....	54



# LE SOMMAIRE

---

## 5

### L'ESPACE DE PROFONDEUR

Fixer dans l'axe pour attirer .....	60
Fixer pour jouer à l'opposé .....	63
Attaquer l'half space .....	67
Le quatrième homme .....	71

## 6

### L'ESPACE D'INITIATION

La supériorité en zone basse .....	74
------------------------------------	----

## 7

### LA TRANSITION OFF DEF

Le contre pressing .....	78
--------------------------	----

## 8

### L'ENTRAINEMENT

S'entraîner au jeu de position .....	84
--------------------------------------	----

## 9

### TOUT SUR LE JEU DE POSITION

L'ensemble de nos ressources .....	96
------------------------------------	----



# QUI SOMMES-NOUS ?

---



# BONTAZ

Centre de formation piloté par le **FC Annecy (Ligue 2)**, la Bontaz ACADEMY est une section sportive FFF située en Haute-Savoie qui compte plus de **360** joueurs et joueuses collège et lycée 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 !

Présents sur Youtube, Tiktok et Instagram, **nos supports comptent plus de 260 000 abonnés !**







---

# LE JEU DE POSITION

# PRÉAMBULE

---



## Romain MUFFAT

Responsable BA Coaching

En tant que passionné de **JEU** et donc forcément **du jeu de position**, j'ai lu et visionné de nombreux contenus sur le sujet ces dernières années.

L'envie de transmettre ma passion pour le jeu est venue à travers les vidéos de la chaîne, puis cet ebook désormais !

### **Précisons-le tout de suite.**

Ce livre ne se veut pas ultra technique. En toute humilité, je l'ai voulu le plus complet possible **mais surtout accessible à tout joueur, éducateur ou passionné de foot.**

C'est pourquoi certains concepts sont vulgarisés et certains termes très techniques occultés.

J'espère que les puristes ne m'en voudront pas !

L'important à mes yeux restant de parler notre langage universel, **celui du football !**

# PRÉFACE

---



## Pierre SAGE

Coach de l'Olympique Lyonnais  
Ancient adjoint au Red Star  
Formateur FFF

« Quelques jours avant la sortie de cet ebook, l'auteur, Romain, m'a demandé si je pouvais rédiger cette préface. Deux questions me sont alors venues en tête.

La première :

« *Quelle est la démarche ?* »

Après notre échange, j'ai rapidement saisi que son souhait était de collecter, rassembler et synthétiser de nombreuses informations sur un sujet qui intéresse beaucoup d'éducateurs. Le partage, l'accessibilité... autant d'éléments qui m'ont séduit immédiatement.

La seconde :

« *Quelle forme sera adoptée ?* »

L'idée de balayer et imager des concepts m'est apparue comme pertinente. Ce travail prend la forme d'un réel support pédagogique. Un autre argument convaincant !

**Mon accord était donné.**

J'ai maintenant une troisième question que je ne lui ai pas posée :

« *Qui est l'auteur ?* »

Et, c'est à vous que je vais tenter d'apporter une réponse...

# PRÉFACE

---

Romain représente pour moi un modèle d'épanouissement. Je l'ai rencontré pour la première fois dans le cadre d'une formation que j'encadrerais car il avait bien voulu descendre de sa montagne pour parler « football » et ensuite, l'enseigner aux adeptes du ski de piste durant les périodes où le terrain de jeu n'était pas enseveli sous des mètres de neige.

Et visiblement, même si l'oxygène est moins pur au niveau de la mer que sur les sommets des Alpes, il a décidé de respirer intensément... et d'amorcer des processus qu'il maintient au travers de ce projet : l'initiative et l'ouverture.

Par respect pour ce qu'il a engagé il y a maintenant plus de 10 ans, je n'évoquerai pas LE sujet au travers de ces quelques lignes et lui laisserai le soin de le faire !

Je tiens juste à mettre en lumière le processus engagé : le courage nécessaire pour se lancer dans un tel projet, la quantité de travail à fournir pour réunir, sélectionner et mettre en forme...

Puis, viendra le temps où les questions générées par les partis pris émergeront et où « des comptes » seront demandés... Avant de voir le verre à moitié vide, le mouton noir dans le troupeau, le résultat final du match en quelque sorte, voyons l'honnêteté et l'humilité du processus, deux qualités qui caractérisent vraiment Romain.

Parole d'ami et plus, de formateur ! »

# LE JEU DE POSITION

Popularisé notamment par Guardiola ces dernières années, le jeu de position est une identité, une façon de voir et de comprendre le jeu.



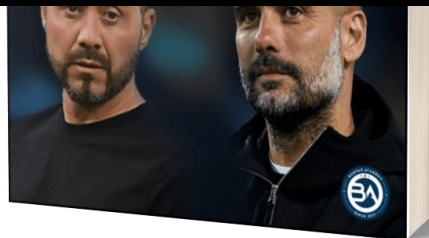
« Le jeu positionnel ne consiste pas à passer la balle horizontalement, mais quelque chose de beaucoup plus difficile : il consiste à générer des supériorités derrière chaque ligne de pression. [...]

**Ou pour le dire d'une autre façon : créer des hommes libres entre les lignes. »**

*Juan Manuel LILLO*



**MAIS Le jeu de position, concrètement, c'est quoi ?! Réponse dans le livre !**





---

# LE POSITIONNEMENT GLOBAL



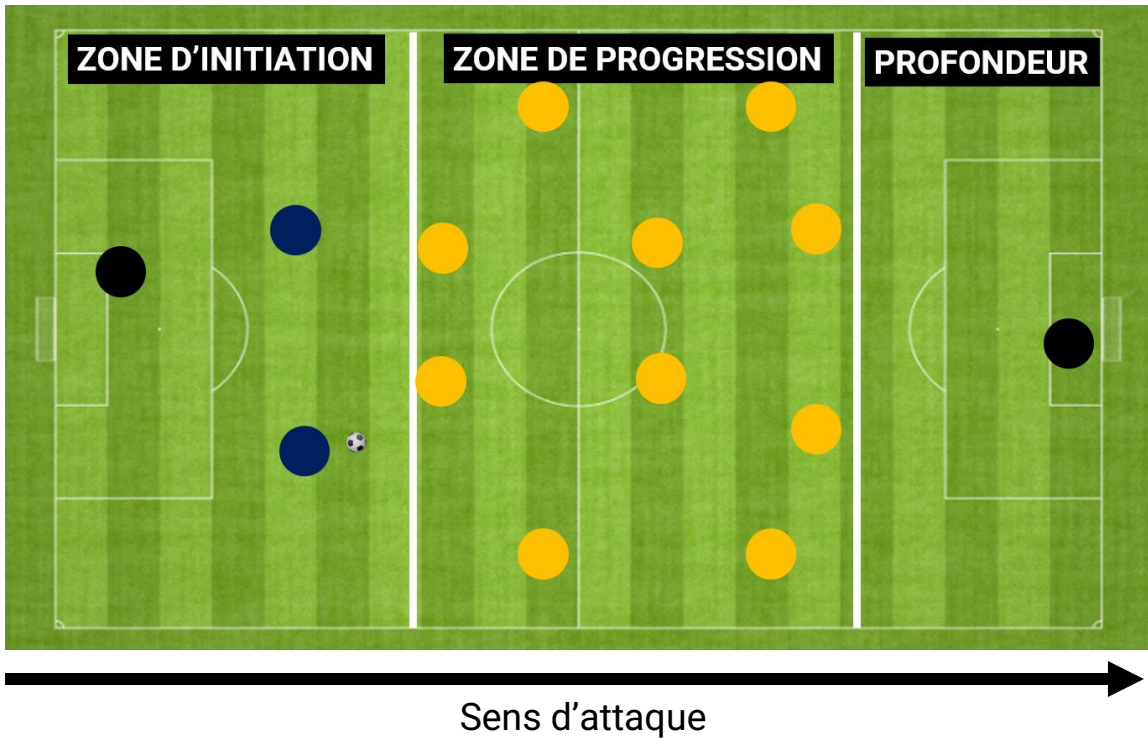
**#3.1**

---

# **LES DIFFÉRENTS ESPACES**

# LES ESPACES DE JEU

Il est tout d'abord important de définir les espaces que nous allons étudier. **Il y a trois espaces notables.** Imaginons l'équipe adverse en 442 sur un bloc médian :



- **La zone d'initiation** représente la zone qui se situe devant les attaquants adverses
- **La zone de progression** va des attaquants aux défenseurs adverses
- **La zone de profondeur** comprend l'espace dans le dos des défenseurs

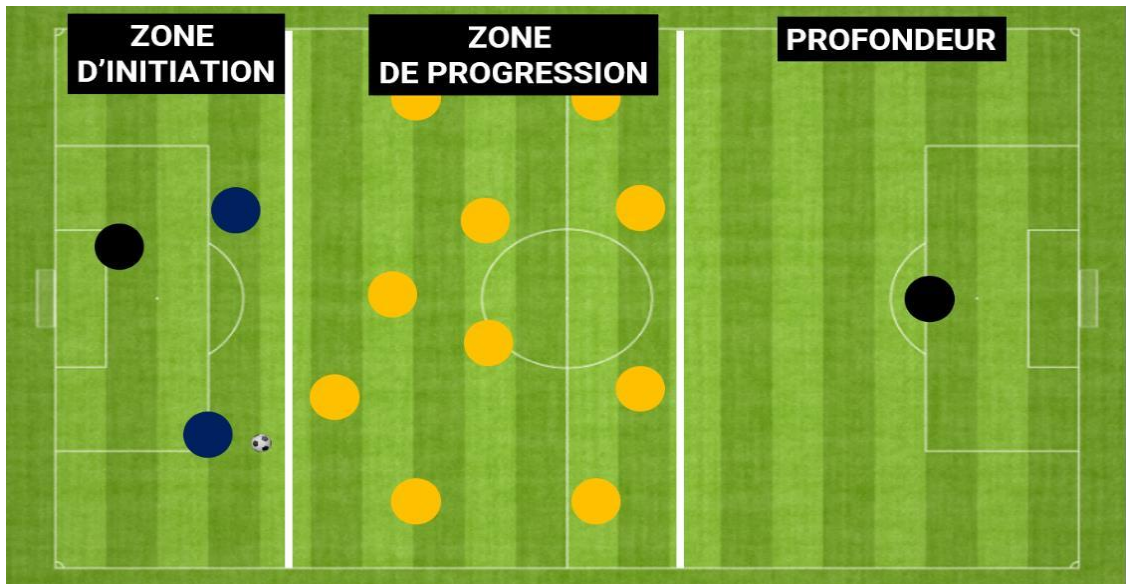


Il est essentiel de noter que **ces espaces sont dynamiques.**

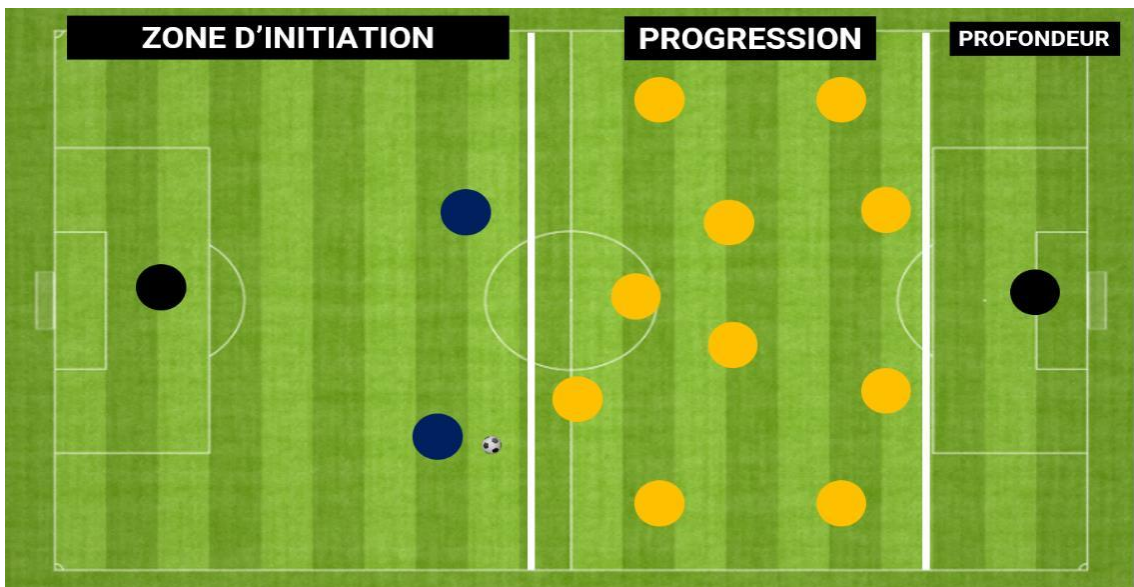
Ils changent à chaque instant, en fonction du positionnement et du système de de l'équipe adverse.



# DES ESPACES DYNAMIQUES



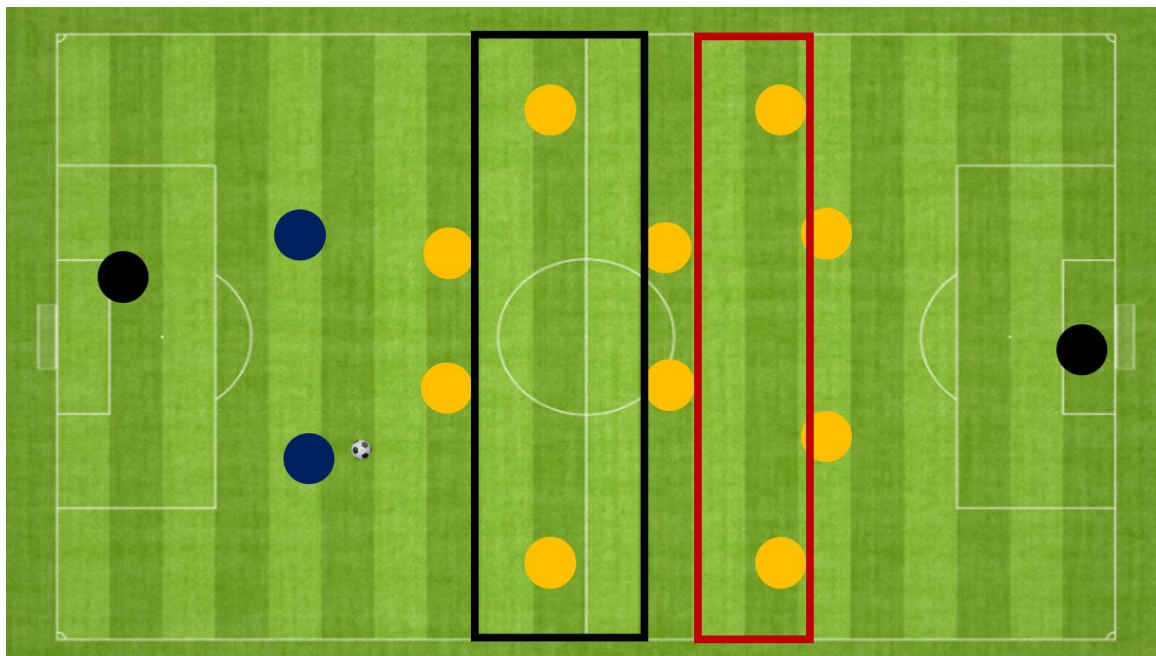
Par exemple, sur un bloc haut adverse, la zone d'initiation est très réduite, tandis que l'espace de profondeur est très grand.



A l'inverse, sur un bloc bas, la zone d'initiation est grande et la profondeur très faible.

# L'ESPACE DE PROGRESSION

La zone de progression sera elle-même dynamique selon le système et le positionnement de l'adversaire. On distinguera deux interlignes :



- **L'interligne haute** (en noir) qui représente l'espace entre la ligne des attaquants et la ligne des défenseurs
- **L'interligne basse** (en rouge), entre les milieux et les défenseurs



Tout l'intérêt du jeu de position résidera dans la création des espaces dans cette zone pour pouvoir ensuite attaquer la profondeur.

**Les concepts pour y parvenir seront développés dans la partie 4.**



**#3.2**

---

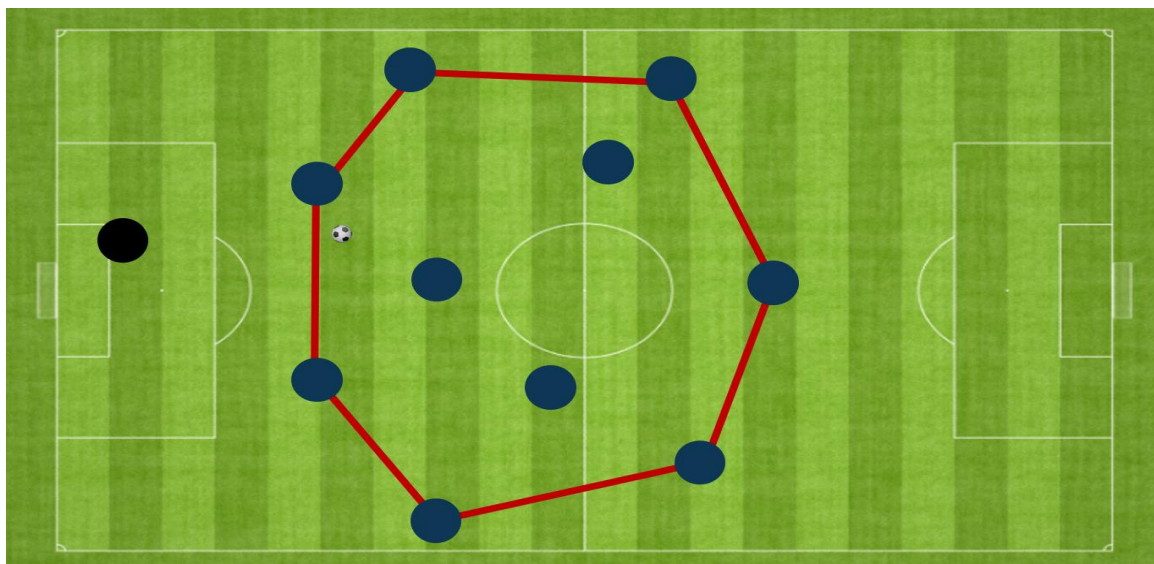
# **AGRANDIR L'ESPACE DE JEU**

# AGRANDIR L'ESPACE DE JEU

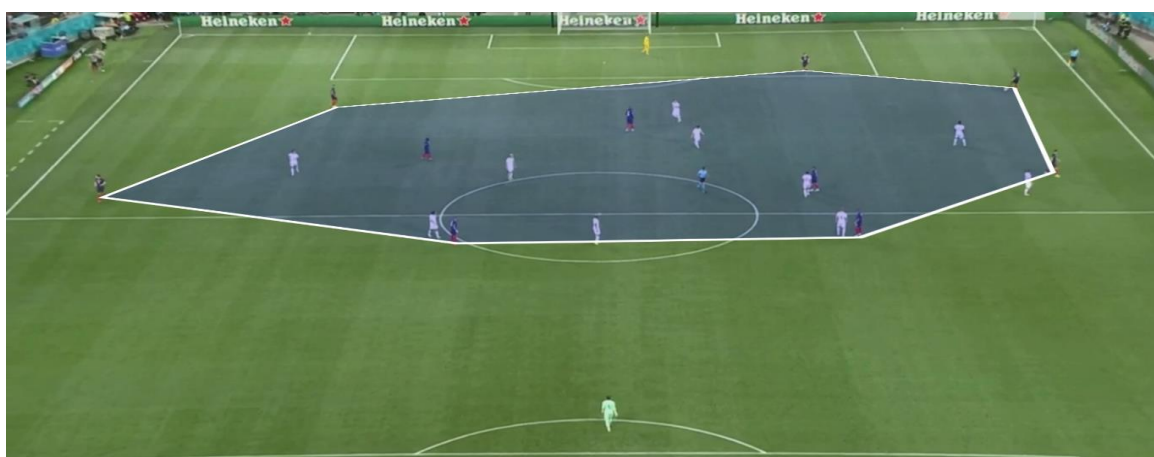
**C'est le premier prérequis au jeu de position.**

Agrandir l'espace de jeu effectif, c'est utiliser le maximum de largeur et profondeur disponibles.

L'espace de jeu représente schématiquement **la surface occupée par l'ensemble des joueurs de champ de l'équipe.**



La surface rouge représente donc « l'espace de jeu ».



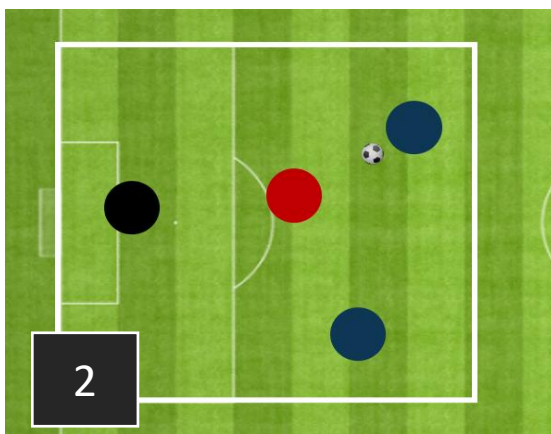
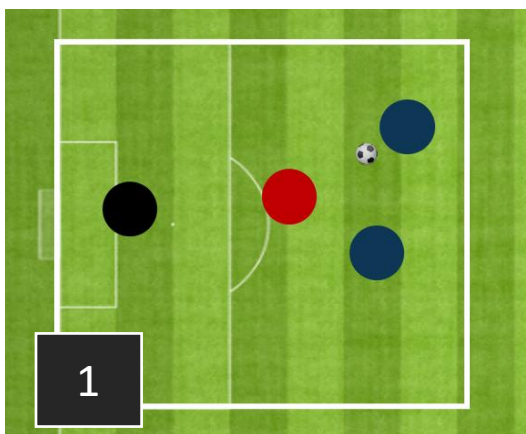
Exemple à haut niveau avec l'espace de jeu de l'équipe de France



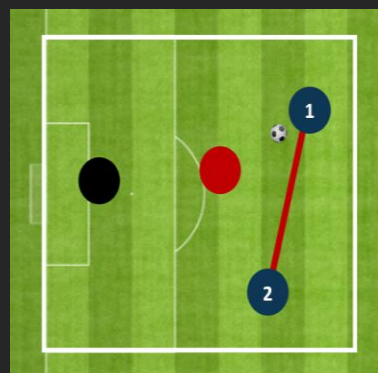
# POURQUOI AGRANDIR ?

Mais alors POURQUOI agrandir l'espace de jeu ?!

Soyons schématique. Prenons deux situations de 2 contre 1 dans un petit espace. Les bleus doivent marquer dans le but protégé par le gardien et le défenseur rouge.



A votre avis, le défenseur rouge aura plus de mal à défendre quelle situation, la 1 ou la 2? Pourquoi ?



La situation 2 vous l'aurez bien compris.

En effet, le joueur 2 utilise mieux la largeur que dans la situation 1. De fait, il agrandit l'espace de jeu entre lui et le joueur 1.

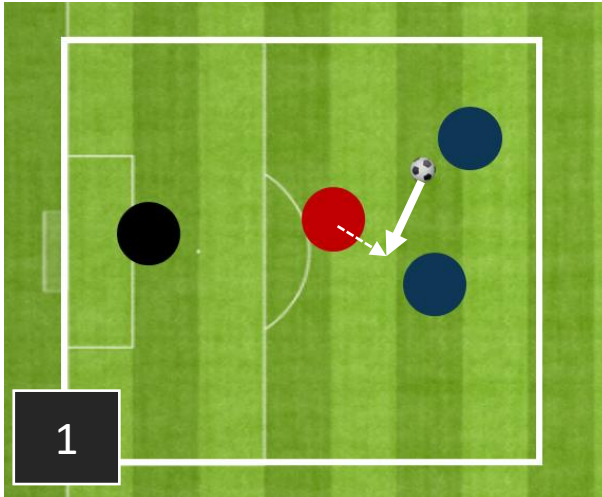
**Ce qui pose une question de choix au défenseur :  
Défendre l'espace ou le joueur ?**

Le défenseur a ici plus d'incertitudes, c'est donc plus difficile pour lui.

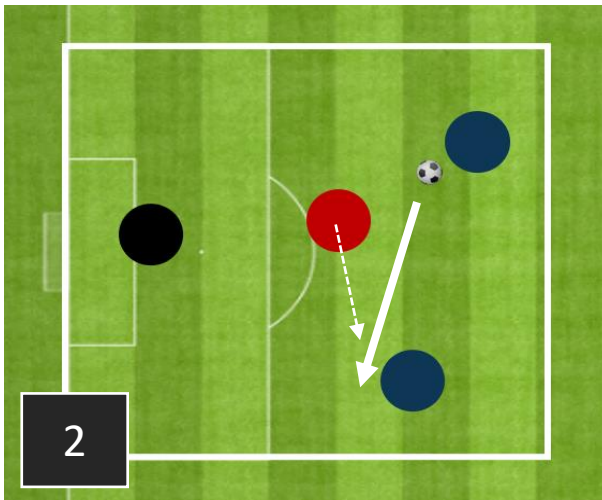
# GAGNER DU TEMPS



**Agrandir l'espace, c'est donc gagner du temps !**  
Reprenons nos deux exemples :



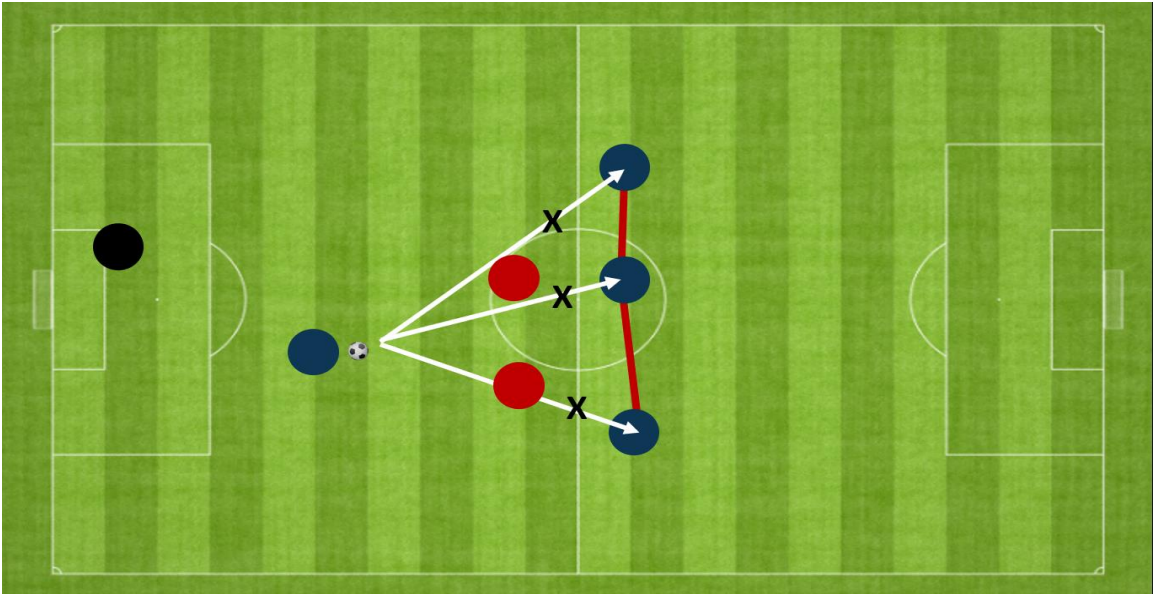
Si la passe parvient au joueur 2, il aura très peu de temps pour enchaîner, **le défenseur rouge étant déjà très proche de lui.**



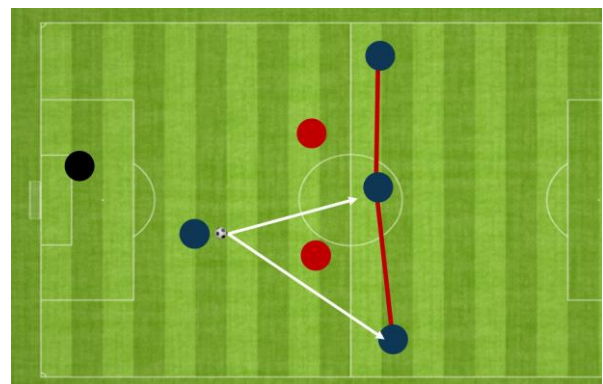
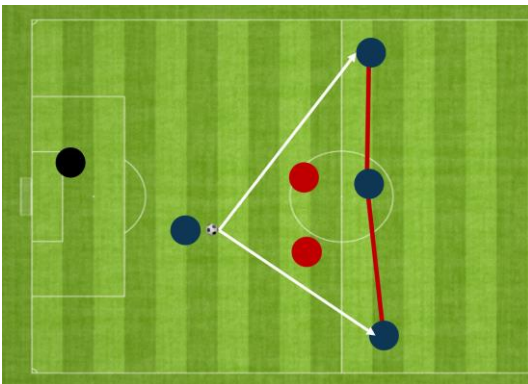
Au contraire, il a ici plus d'espace par rapport au défenseur et **donc plus de temps pour enchaîner.**

# SUR LE TERRAIN

Contextualisons-le à l'échelle de la ligne des milieux de terrain :



Ici, le défenseur bleu cherche à trouver un des trois milieux. **L'espace de jeu étant très réduit sur la largeur**, une simple ligne de deux joueurs rouges ferme les lignes de passes vers les trois milieux.



A l'inverse, les trois bleus ont ici agrandi l'espace dans la largeur. **Ce qui va poser un problème de choix aux deux joueurs rouges.**

A gauche, les rouges protègent l'axe mais ne peuvent pas gérer les excentrés.

A droite, le milieu droit rouge ferme la passe vers l'excentré mais libère l'axe.

# QUELQUES EXEMPLES

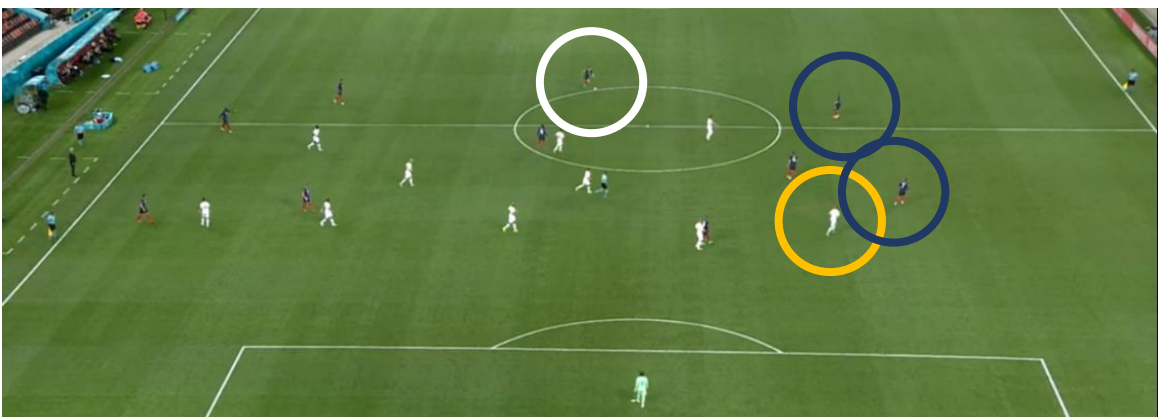


Pour résumer, plus l'espace de jeu sera grand quand l'équipe a le ballon, **plus l'équipe qui défend aura d'espaces à gérer**, d'incertitudes et donc de difficultés.

Ainsi, si elle défend large, elle ouvrira des espaces à l'intérieur.  
Si au contraire elle est très resserrée, la largeur pourra être exploitée.



La largeur proposée par le joueur français (cercle bleu) oblige le joueur suisse (cercle orange) à s'excentrer, **et donc de libérer de l'espace dans l'axe.**

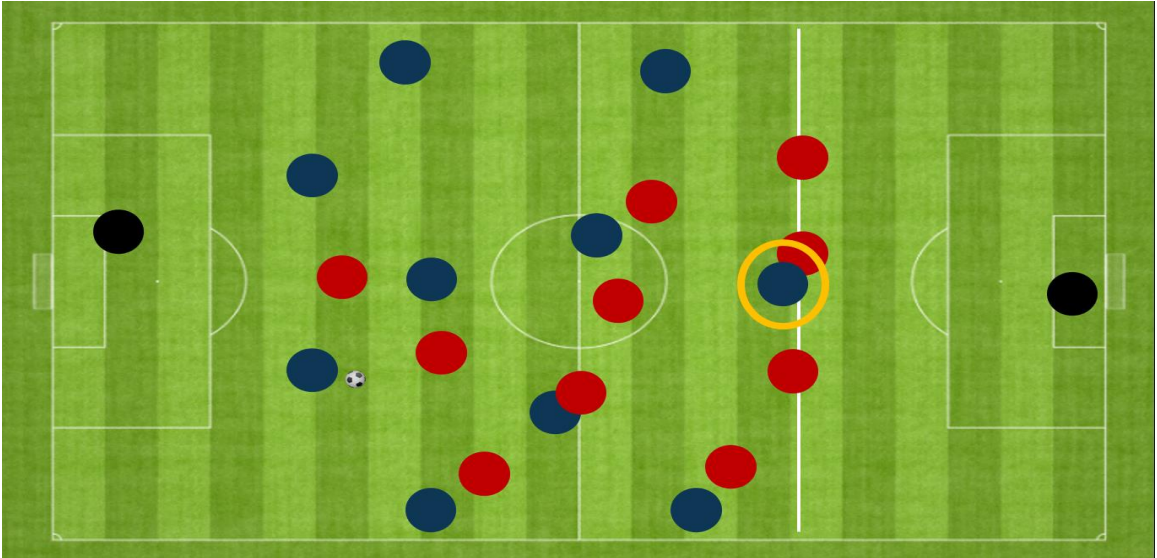


Ici au contraire la largeur n'est donnée ni par l'excentré ni par le latéral français, ce qui permet au joueur suisse de rester proche et densifier le bloc dans l'axe.

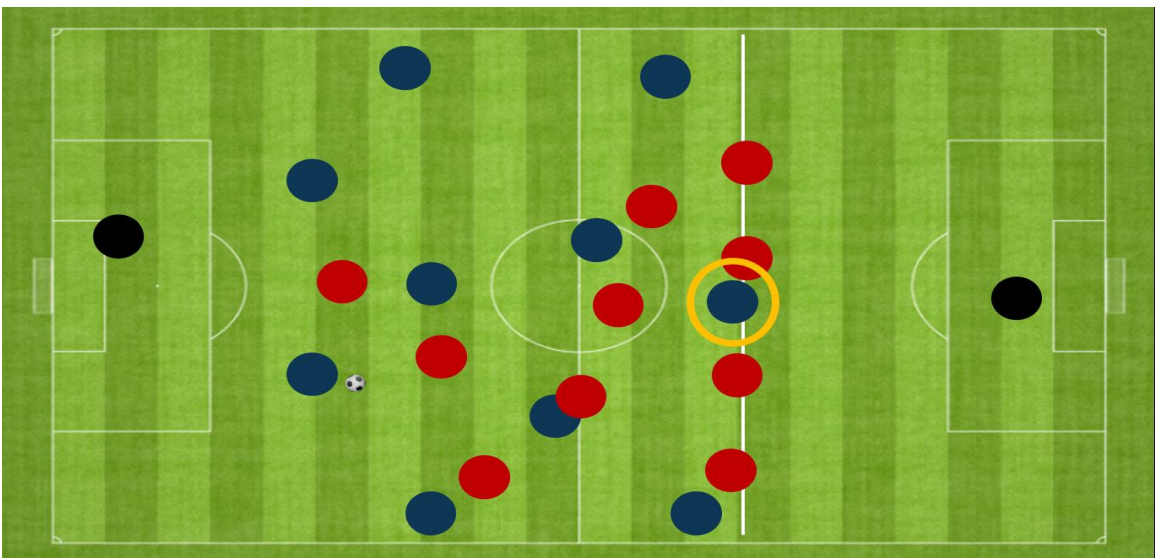


# LA PROFONDEUR

Enfin, si la largeur est importante, **la profondeur l'est tout autant**.  
Le rôle de l'attaquant sera notamment d'étirer les lignes adverses.



L'attaquant élargit ici au maximum le bloc dans la profondeur.



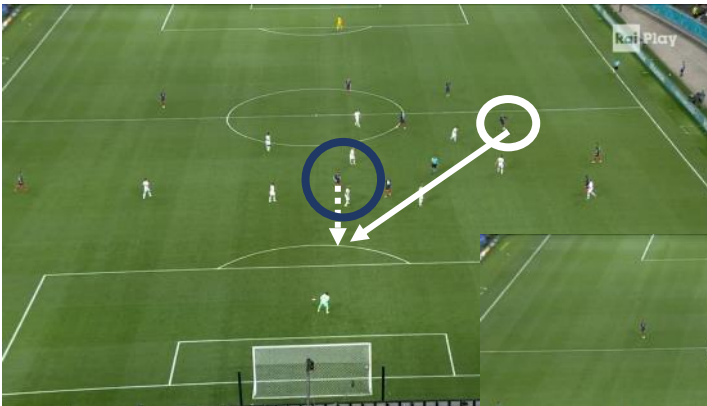
S'il vient tout le temps décrocher quelques mètres plus bas, il va écraser les espaces entre la ligne de défenseur et la ligne de milieu.

# LA PROFONDEUR

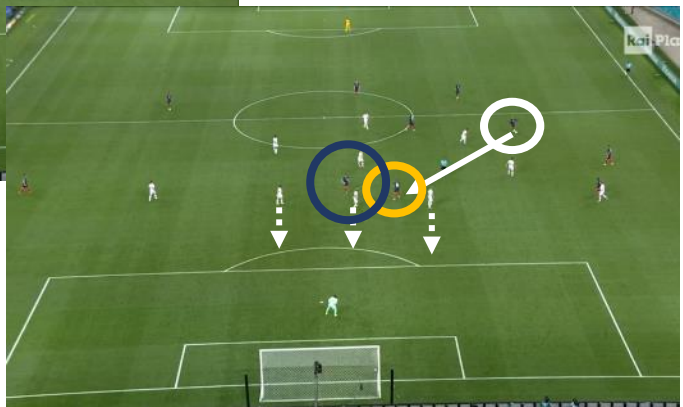
L'espace de jeu profond pourra notamment être agrandi **par un appel dans le dos des défenseurs**.



L'attaquant propose une solution dans le dos des défenseurs.

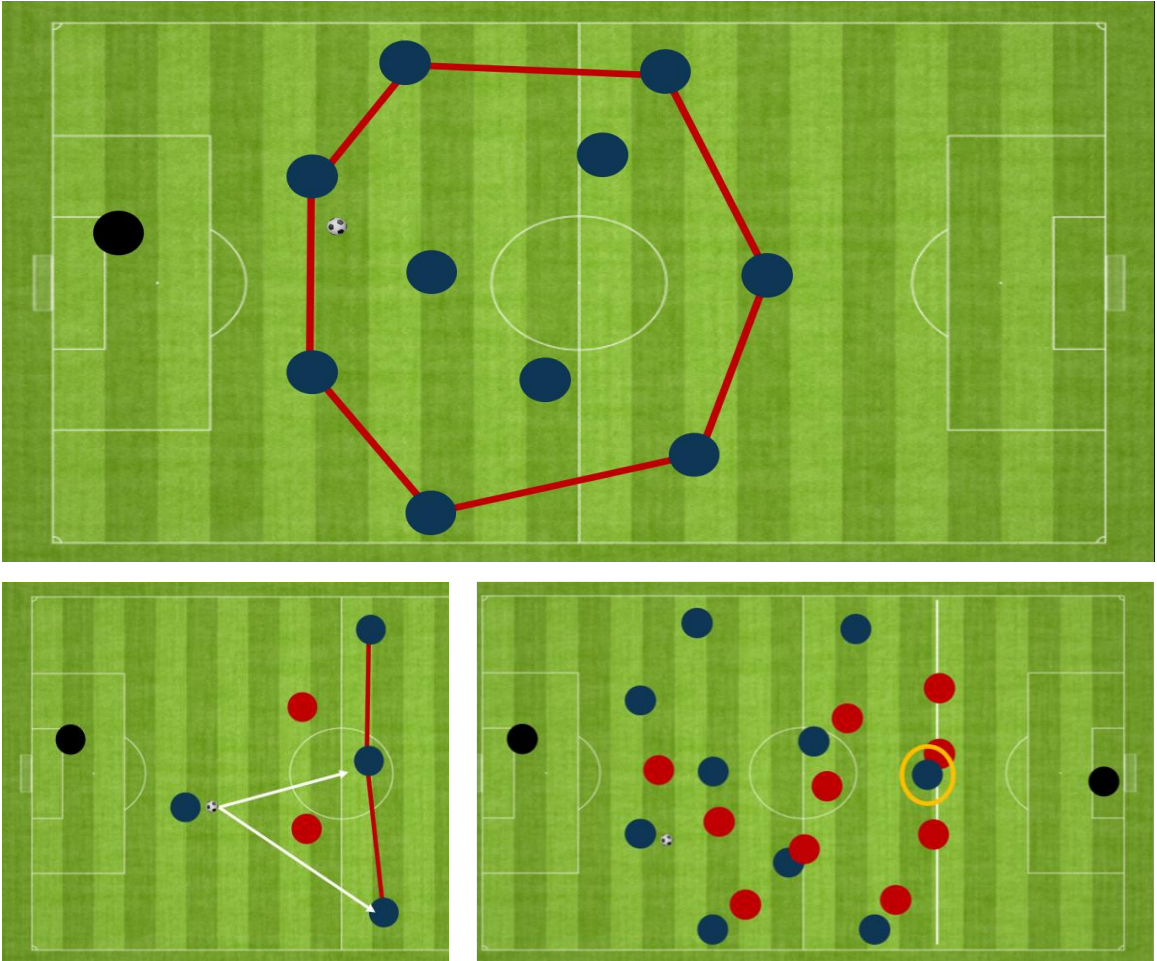


Si la défense ne recule pas et qu'il est servi, il sera en position idéale pour enchaîner vers l'avant.



Si la défense recule, il aura permis de libérer l'espace interligne pour un décrochage du 2<sup>e</sup> attaquant par exemple.

# EN RÉSUMÉ



**Agrandir l'espace de jeu c'est donc :**

- Occuper la largeur maximale du terrain
- Etirer le bloc adverse dans la profondeur

**Avec pour objectifs de :**

- Créer des espaces dans le bloc adverse
- Et donc amener beaucoup d'incertitudes chez l'adversaire



**#3.3**

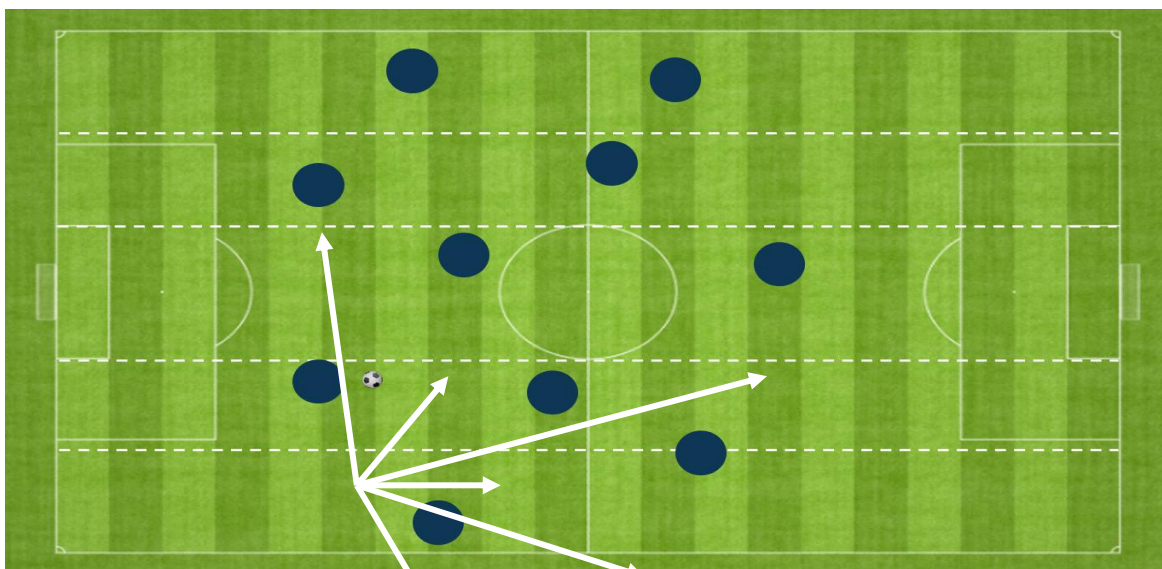
---

**ÊTRE  
ÉTAGÉ**



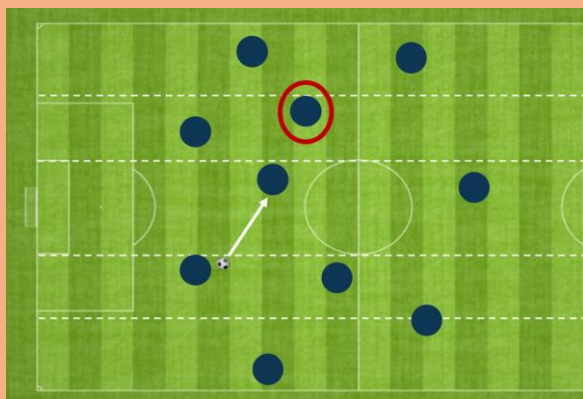
# S'ÉTAGER SUR LE TERRAIN

Une fois que l'espace de jeu est agrandi en largeur, le second principe du jeu de position intervient : **être étagé sur le terrain**. Cela signifie que les joueurs ne doivent pas être **sur la même ligne horizontale ni verticale**.

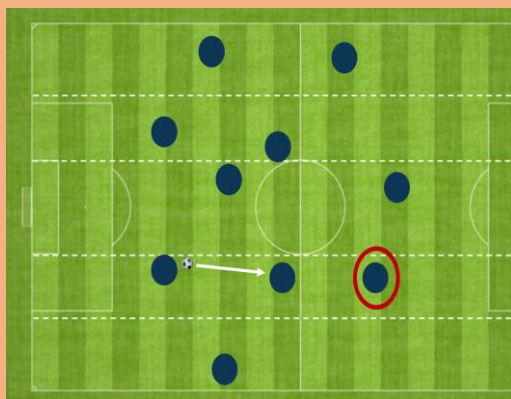


Schématiquement, les joueurs ne devraient pas être **dans le même couloir ou la même hauteur** qu'un coéquipier sous peine de fermer des lignes de passes. Le placement ci-dessus est intéressant.

Quelques **mauvais** exemples :

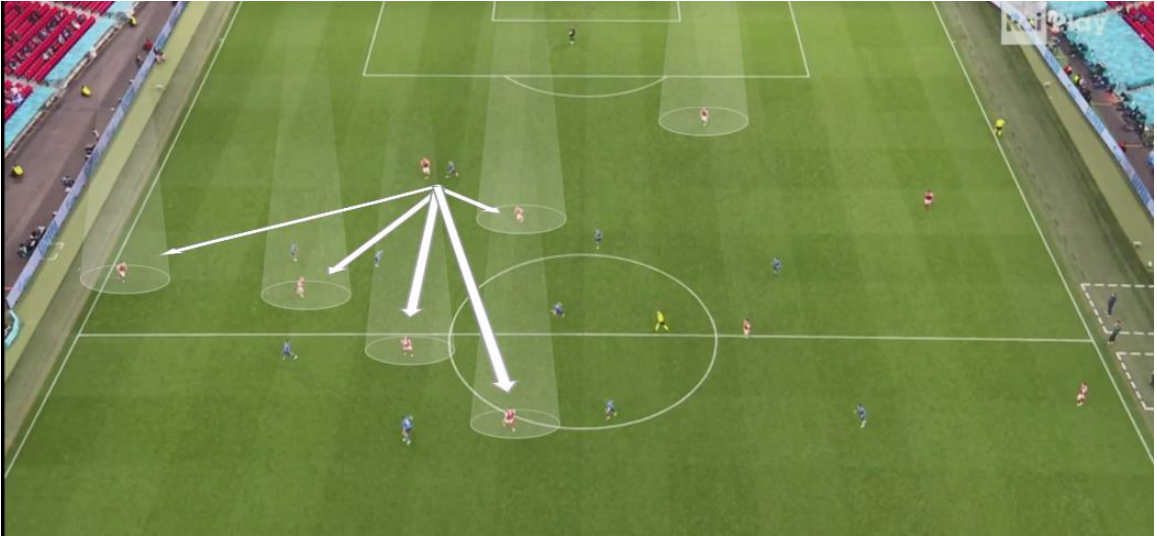


Le joueur entouré est sur la même ligne de passe que le joueur devant lui, il n'est pas touchable par le porteur du ballon.



Idem ici où il se situe derrière lui dans la profondeur. Ce mauvais positionnement enlève une solution au porteur.

# S'ÉTAGER SUR LE TERRAIN



On voit ici que l'équipe autrichienne n'a aucun joueur aligné en profondeur et en largeur. **Les solutions de passes sont nombreuses et intéressantes.**



A l'inverse le placement ici est très moyen avec 2 joueurs jaunes sur la même ligne verticale et 3 bleus dans le même axe horizontal. **Le porteur n'a pas de solution franche.**

# UN MOUVEMENT PERMANENT

A titre d'exemple, la relation latéral/excentré a énormément évolué ces dernières années.

**Les latéraux, autrefois collés à la ligne la majeure partie du temps, ont dû développer d'autres compétences pour libérer des espaces.**



Sortie de balle de l'Italie (porteur entouré en blanc).  
Le latéral (jaune) et l'excentré (bleu) sont dans le même couloir de jeu. Le couloir est bloqué par l'excentré autrichien (en rouge).



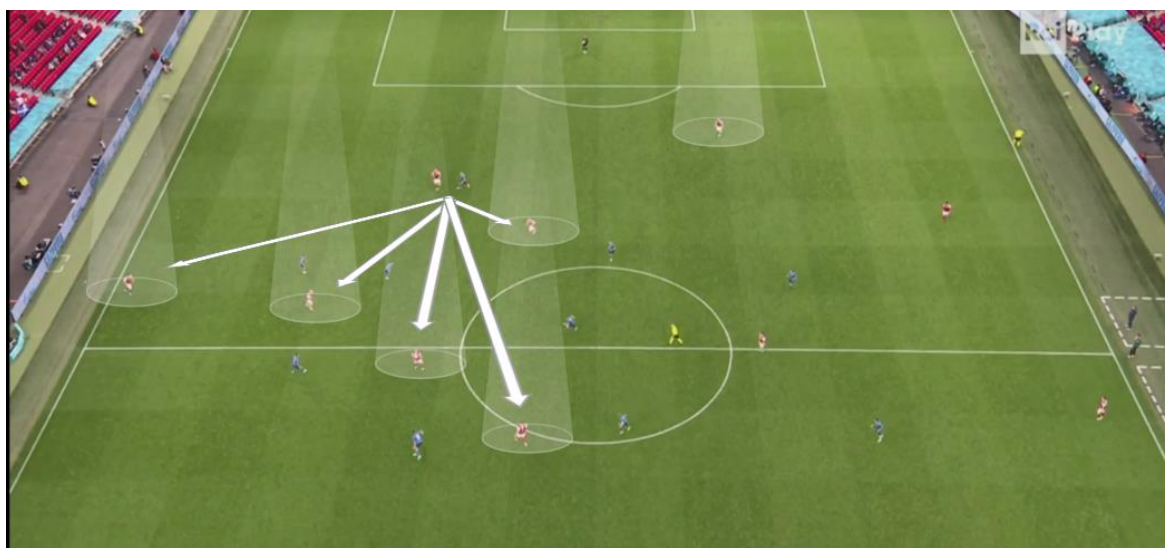
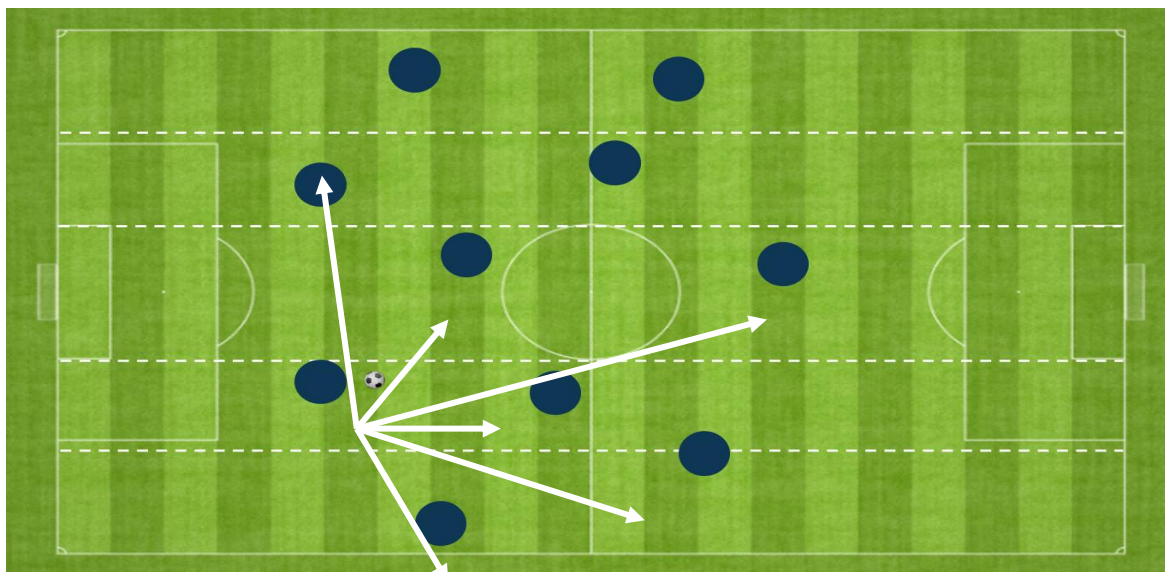
Pour libérer son partenaire, le latéral fait une course à l'intérieur pour emmener l'excentré adverse dans l'axe.



Le latéral est rentré et a fait bouger son vis-à-vis de quelques mètres à l'intérieur, l'excentré est accessible.



# EN RÉSUMÉ



Être étagé c'est permettre au porteur de balle de disposer de nombreuses solutions.

Une nouvelle fois, l'objectif est de créer le maximum d'espaces et d'incertitudes au sein du bloc adverse.





---

# L'ESPACE DE PROGRESSION



# L'HOMME LIBRE

# L'HOMME LIBRE

---



«L'homme libre signifie que vous pouvez toujours rechercher la supériorité, même si le football est un sport de 11 contre 11. »

*Xavi*

Maintenant que nous avons évoqué le positionnement global des joueurs sur le terrain, passons au principe fondamental du jeu de position : **la recherche de l'homme libre !**

Il consiste à trouver un joueur **derrière la ligne de pression, seul et orienté face au jeu**, ce qui lui permettra d'enchaîner vers l'avant.

Nous allons développer dans les chapitres suivants **les différents moyens de trouver l'homme libre** :

- L'half space
- Le jeu dans les carrés
- Le troisième homme
- L'attraction
- La conduction



**#4.2**

---

# **LE DEMI-ESPACE (L'HALF SPACE)**

# L'HALF SPACE

Commençons par un peu de tableau noir. Il était de coutume il y a quelques années **de diviser le terrain en trois sur la largeur**.

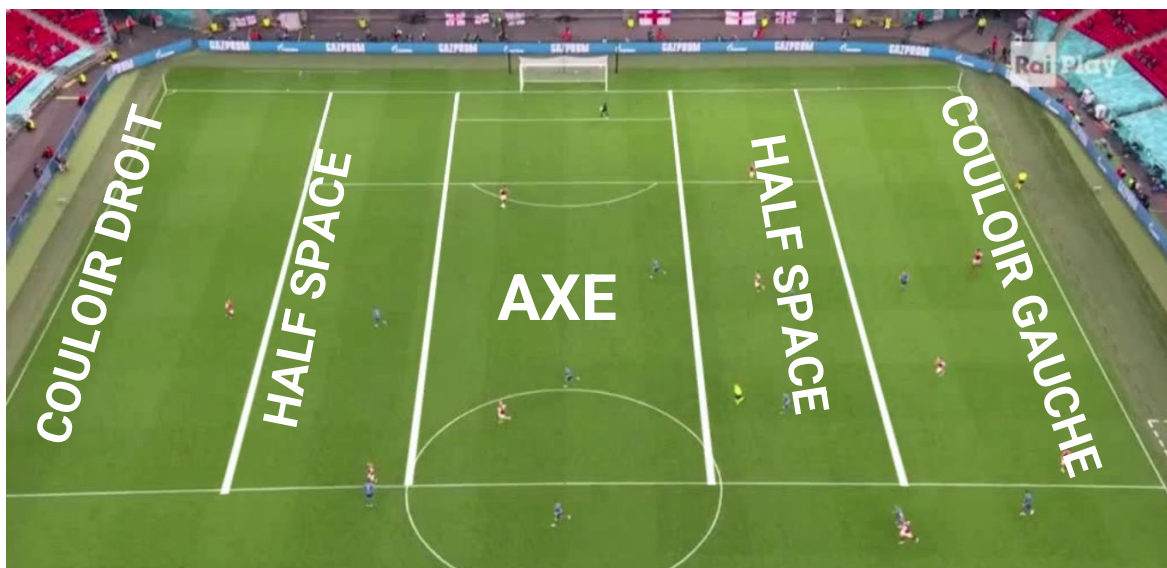


Schématisation avec trois couloirs, l'axe et les deux couloirs.

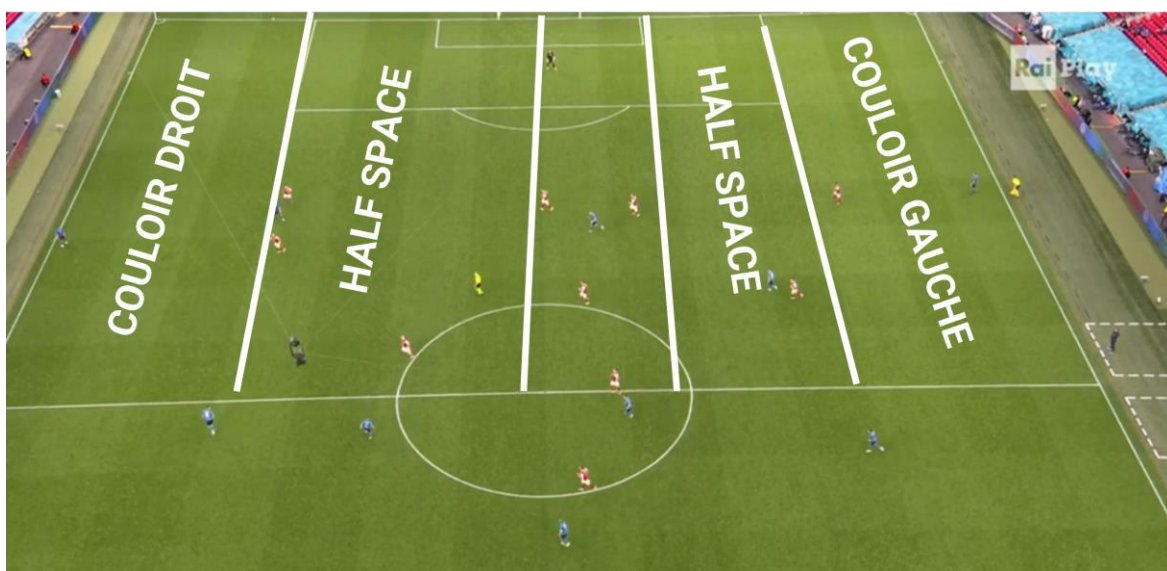


Les évolutions tactiques ont amené la valorisation de deux couloirs supplémentaires, situés entre les couloirs latéraux et l'axe.  
**Ce sont les half-spaces.**

# SUR LE TERRAIN



La formalisation **fixe** des cinq couloirs de jeu



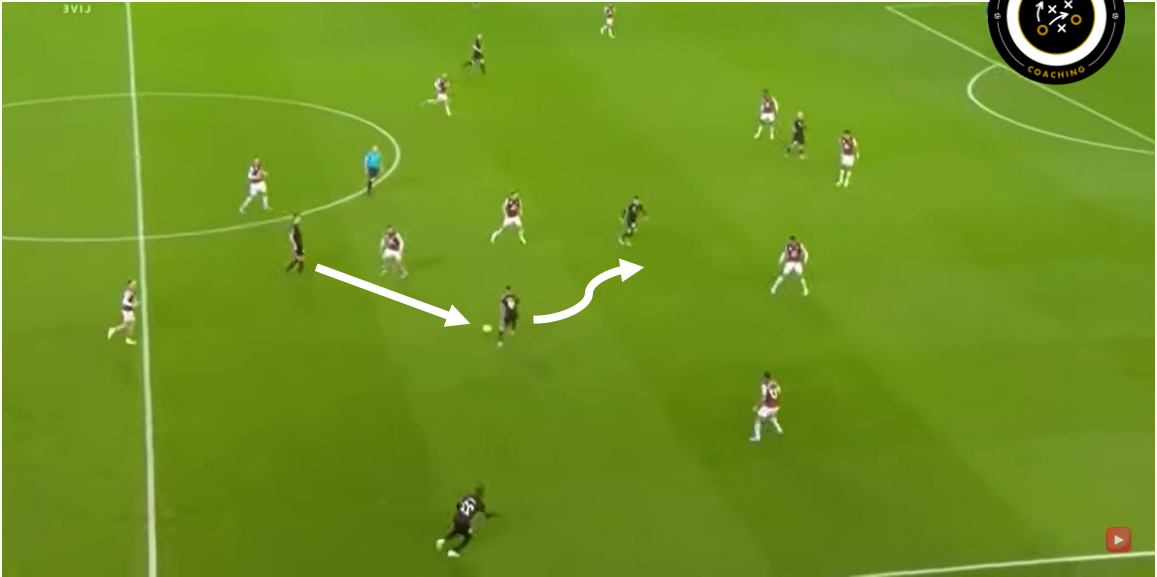
Dans la pratique, les half-spaces sont **dynamiques** selon l'opposition adverse.

On pourrait sur une défense à 4 les formaliser ainsi :

- **Entre la ligne et le latéral -> couloir**
- **Entre le latéral et le central -> half space**

# LEUR INTÉRÊT

Tout d'abord, cela permet de trouver **des joueurs orientés** et qui ont toute une partie du terrain face à eux.



On voit ici que les passes avec de l'angle permettent aux joueurs d'enchaîner vers l'avant et de gagner du temps.



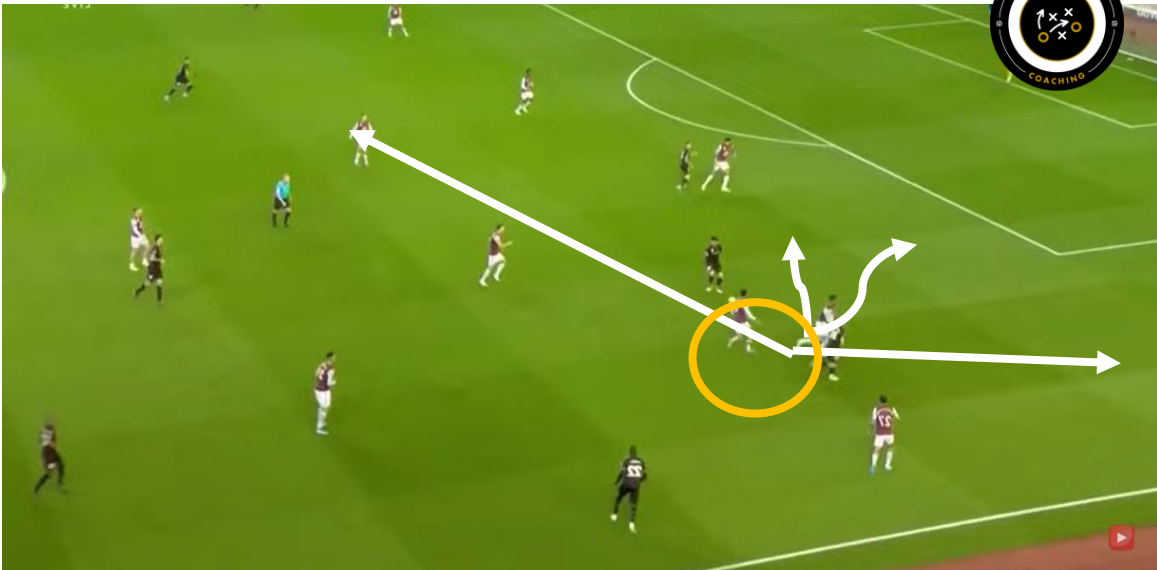


# PLUS DE SOLUTIONS

Ce positionnement permettra au porteur d'avoir **des angles de passes et de conduite nombreux**, supérieurs au joueur qui reçoit le ballon le long de la touche.



Ici, le porteur peut jouer intérieur, centrer, ou même jouer le dédoublement.



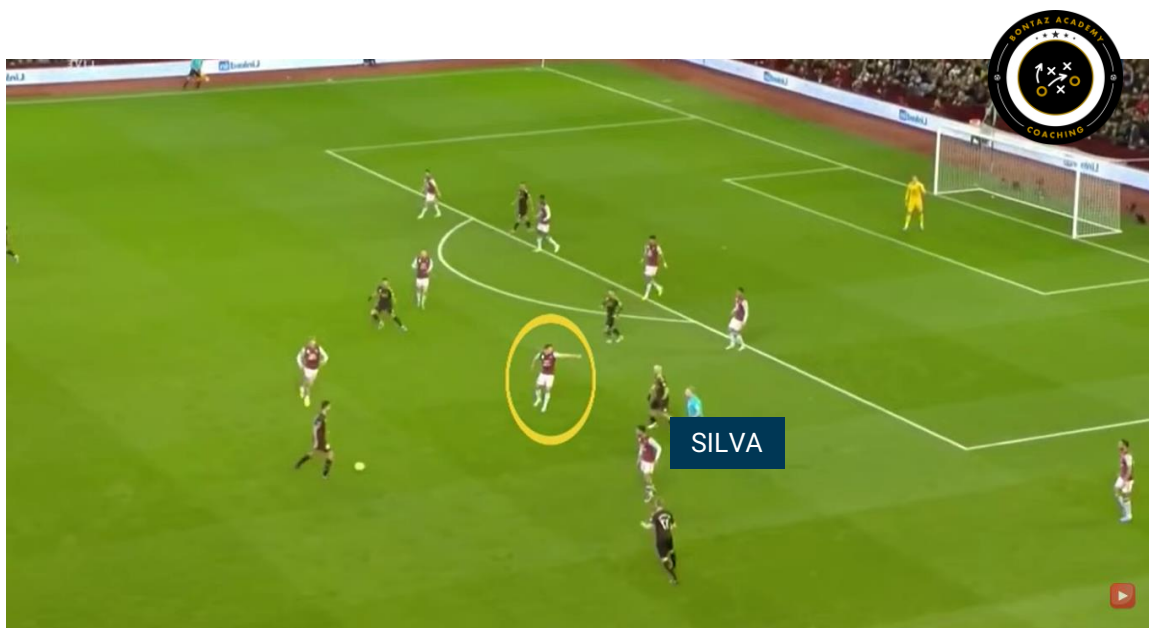
Ici, le porteur peut aller à gauche, aller fixer, jouer en profondeur...



# UN ESPACE DIFFICILE A DÉFENDRE



Enfin, l'half-space est un espace très difficile à gérer pour la défense. **Si le joueur est bien positionné dans l'interligne**, il va créer énormément d'incertitude.

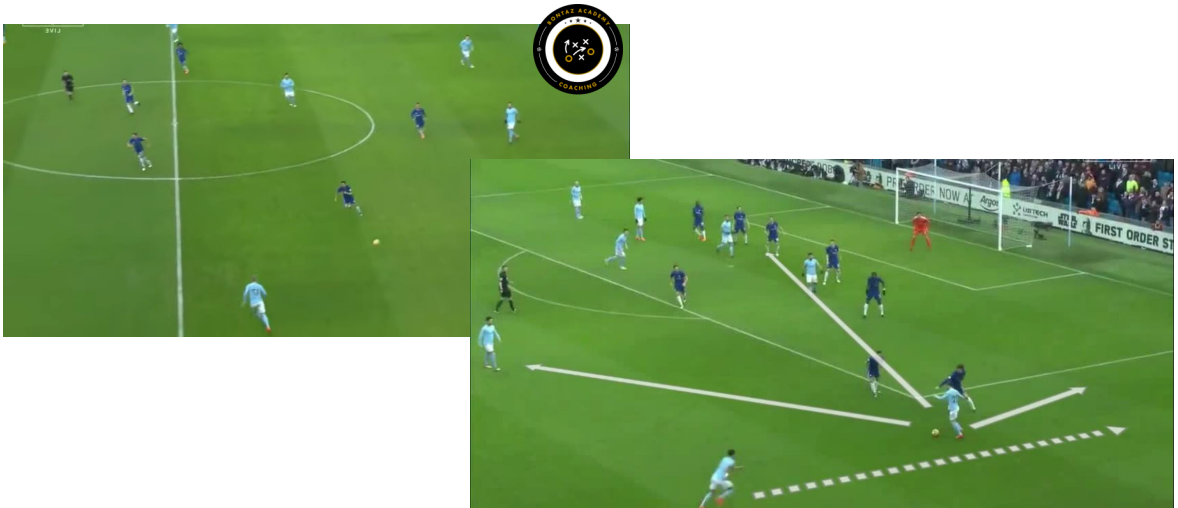


On voit ici que les défenseurs et les milieux n'arrivent pas à se mettre d'accord sur le joueur qui doit gérer le décrochage.  
Silva est libre.

# SYNTHÈSE



Les cinq couloirs sur la largeur



Trouver des joueurs dans ce couloir  
leur permet d'être orienté et d'avoir de nombreux angles



La réussite de l'half space **dépendra énormément du positionnement des joueurs**. Si trois joueurs sont dans l'half space au même moment, il sera très facile pour l'adversaire de défendre cet espace. Si les joueurs sont étagés, l'incertitude sera au contraire beaucoup plus grande pour les défenseurs.



#4.3

---

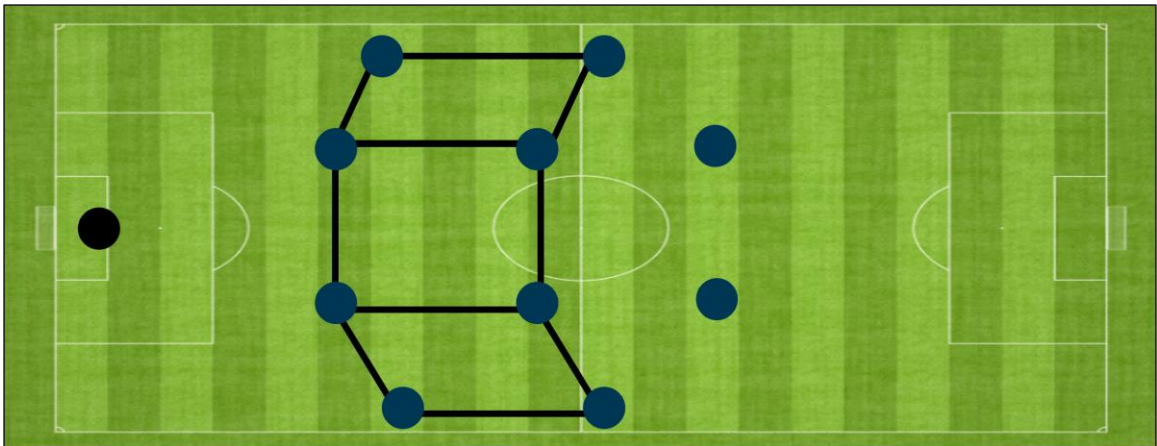
# LE JEU ENTRE LES LIGNES

# LE JEU DANS LES CARRÉS

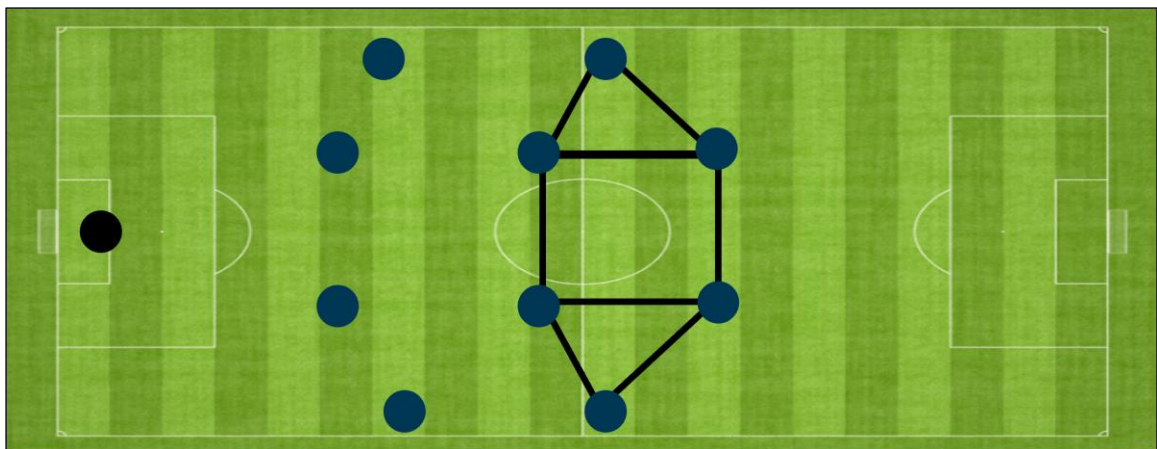
Quand l'on pose le système adverse sur le papier, **les carrés représentent les espaces entre les joueurs de deux lignes** :

- La ligne des défenseurs et la ligne des milieux de terrains
- La ligne des milieux de terrains et la ligne des attaquants

Schématiquement, sur un 442 adverse par exemple, les formes sont très lisibles :



On voit ici 3 carrés entre la ligne des défenseurs et milieux de terrains.

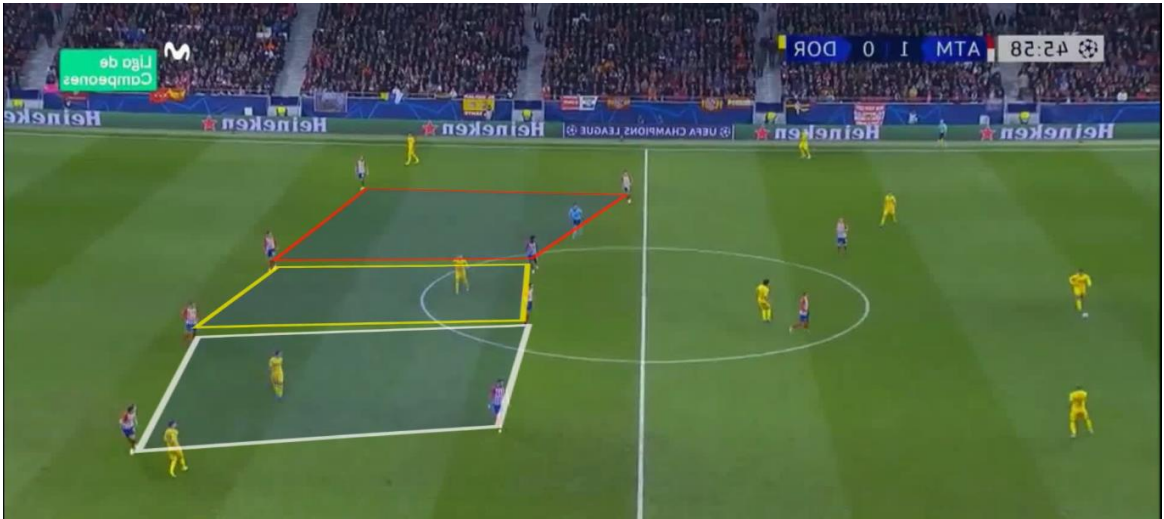


Ainsi qu'un carré et deux triangles entre la ligne des milieux de terrains et attaquants

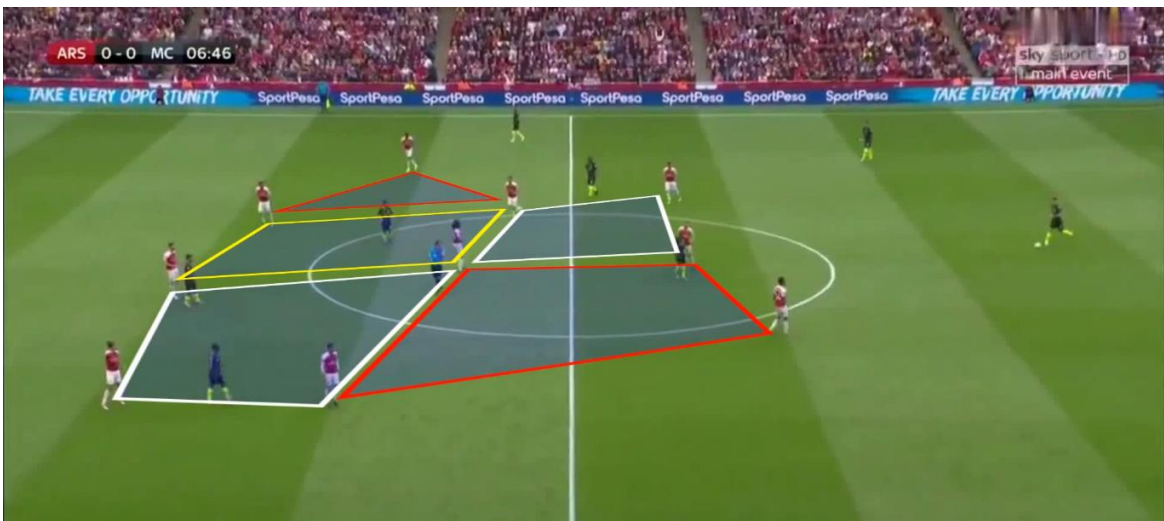


# DES ESPACES MOBILES

Evidemment, ces triangles et carrés **évoluent en fonction de l'action et du système adverse**. Mais ces espaces interlignes existent toujours.



L'Atletico est ici en 442. On voit clairement les carrés entre la ligne des défenseurs et milieux

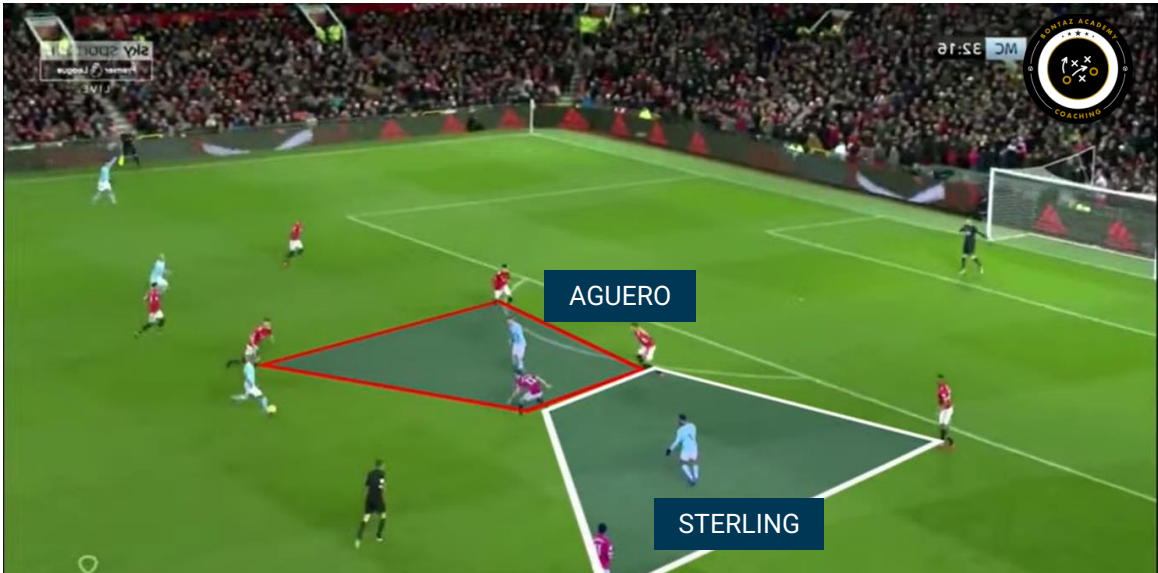


Arsenal est quant à lui en 4 3 3.  
Les formes sont différentes mais sont bien présentes.



# L'INTERLIGNE

Quand on demande aux joueurs de se montrer dans l'interligne (l'espace entre deux lignes adverses), **on évoque finalement le fait d'être présent dans un carré ou un triangle.**



Même si l'espace est réduit, Aguero et Sterling sont positionnés au centre des carrés. Ils ont de l'espace pour enchaîner vers l'avant.



Notons que dans la terminologie précise du jeu de position, les carrés représentent les espaces situés dans l'interligne haute (entre les milieux et les défenseurs).

Les espaces situés entre les milieux et les attaquants adverses (interligne basse) sont appelés « la base ».

Le vocabulaire est volontairement simplifié dans ce livre.

# POURQUOI S'Y SITUER ?

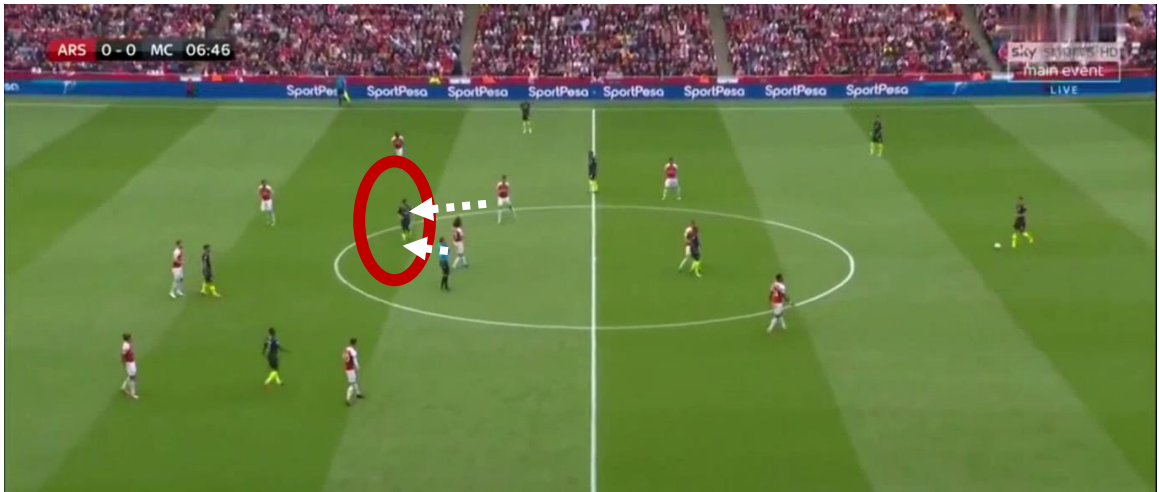


**Les deux défenseurs sont quant à eux fixés par l'attaquant et auront du mal à gérer le décrochage du joueur à l'intérieur.**



Idem ici où nous voyons bien que le défenseur indique à ses coéquipiers qu'un adversaire est dans leur dos. Mais les joueurs regardent le porteur, le défenseur gère quant à lui la profondeur : **Sterling est libre.**

# L'ERREUR CLASSIQUE



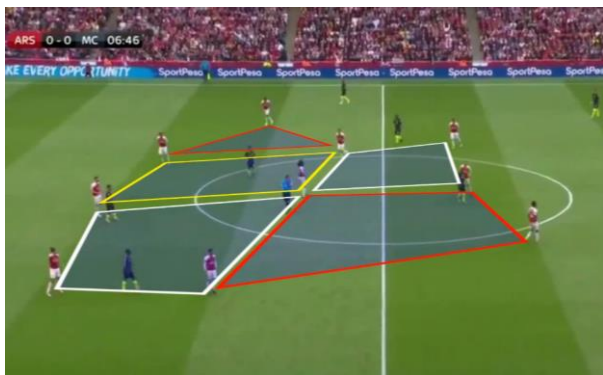
Ici, le joueur de City est dans l'intervalle **mais demande trop bas et est donc trop proche de la première ligne** :  
Il aura peu d'espace pour enchaîner s'il reçoit le ballon.



S'il avait été au milieu du carré, il aurait pu avoir plus d'espace et donc du temps pour recevoir le ballon.



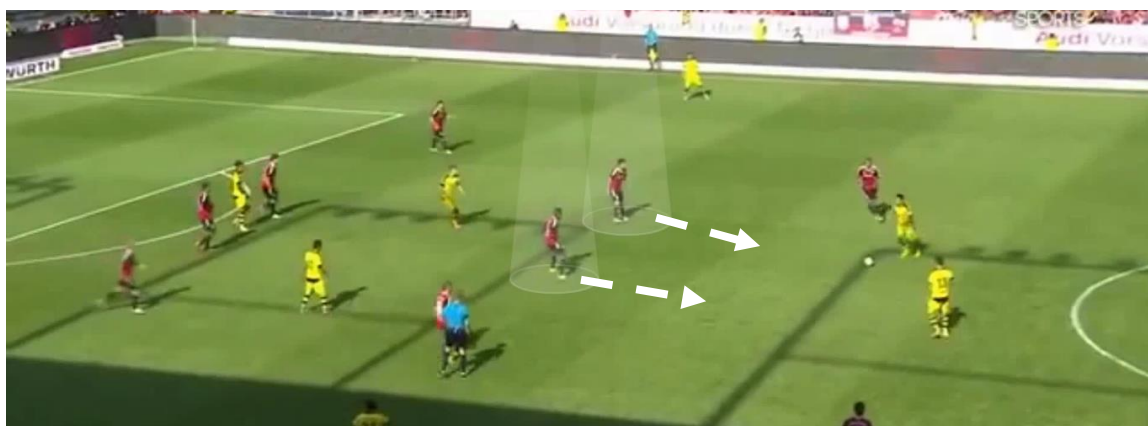
# EN RÉSUMÉ



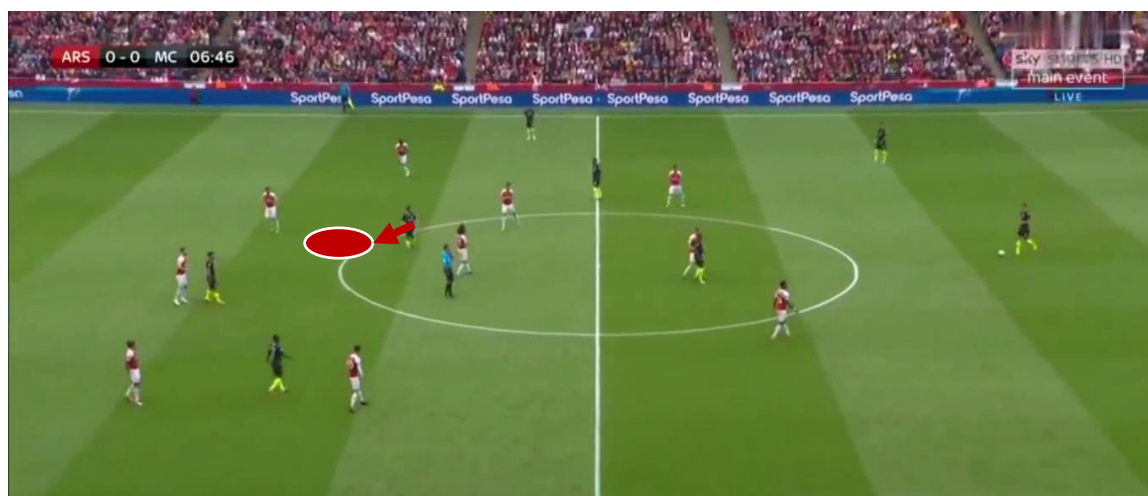
Percevoir les  
espaces interlignes



Se situer  
au centre de la forme



Pour fixer 3 ou 4 joueurs **par mon positionnement**



Et avoir le maximum d'espace et donc de temps  
si je reçois le ballon



#4.4

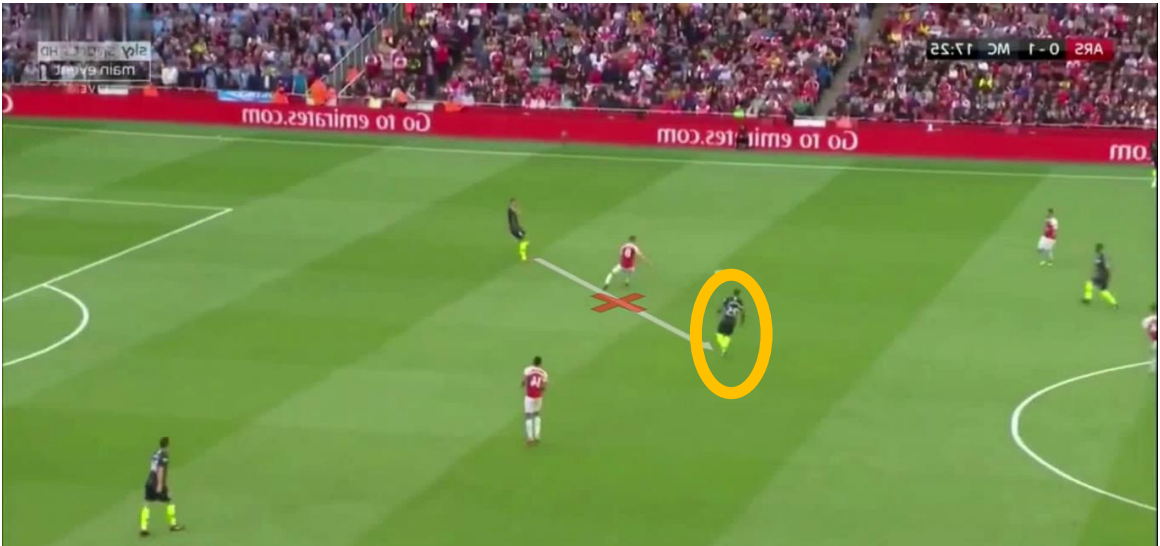


# LE TROISIÈME HOMME

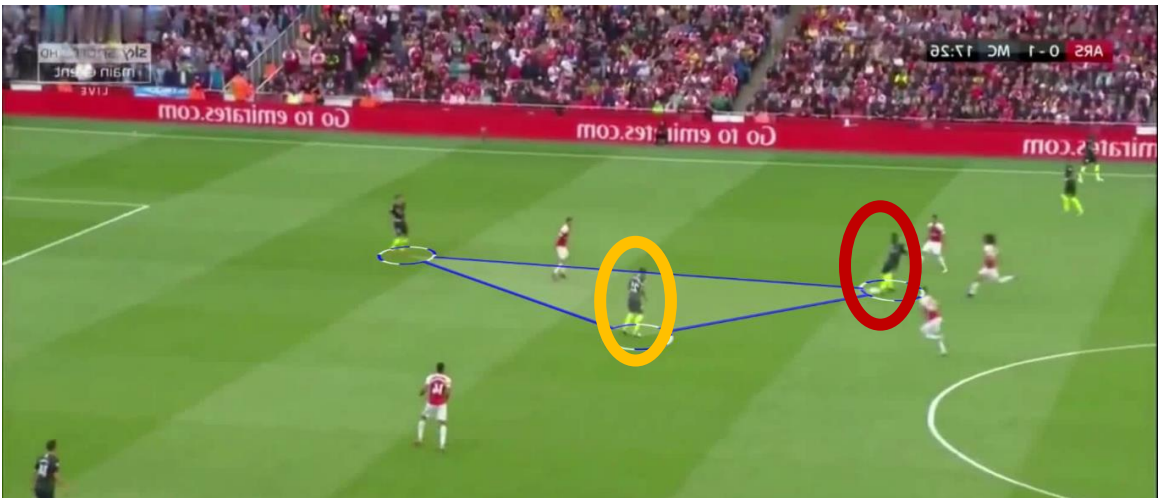


# LE TROISIÈME HOMME

Quand le joueur libre ne pourra être trouvé directement, on utilisera un concept clé, **le troisième homme**. Explications :



Le joueur le plus intéressant est le milieu de terrain entouré en orange car il est face au jeu et a de l'espace devant lui. Cependant, l'attaquant ferme cette ligne de passe, il n'est pas atteignable directement.



L'idée sera donc de trouver un relais avec un joueur qui décroche derrière la ligne de pressing (deuxième homme, en rouge), et qui remettra au joueur face au jeu, en orange.

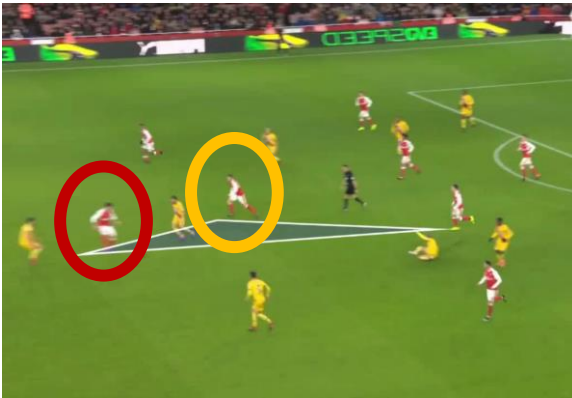
**C'est le troisième homme.**

# UN TEMPS D'AVANCE

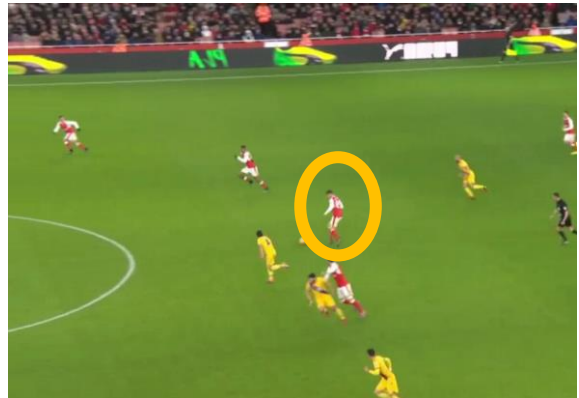
Ce triangle permet de trouver les joueurs là où ils sont le plus intéressants, face au jeu.



Le milieu de terrain n'est pas accessible directement.



Giroud (en rouge) décroche derrière la ligne de pressing et remise



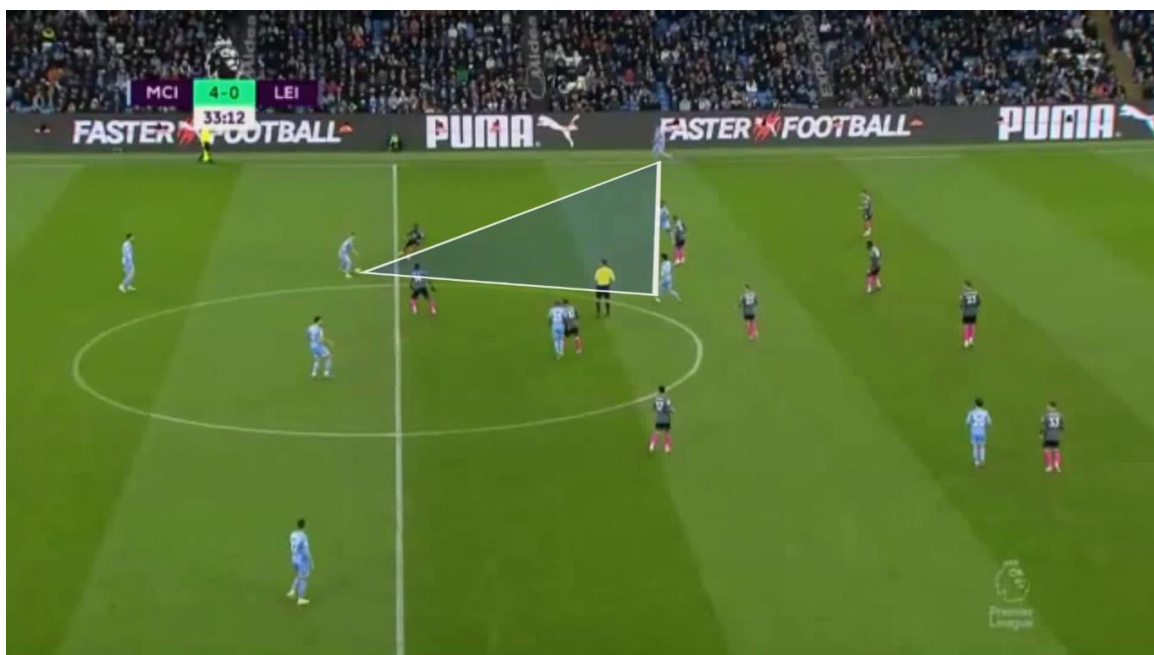
La remise permet au troisième homme d'avoir de l'espace face au jeu.



Il nécessite **une grande intelligence de jeu de la part du troisième joueur** qui devra être capable d'anticiper qu'il est le joueur libre du triangle.

# AXIAL, MAIS PAS QUE !

Enfin, il est à noter que ce concept ne se réduit pas uniquement à des combinaisons axiales.



Le triangle permet ici de trouver le latéral qui a de l'espace devant lui.



Le principe du troisième homme est très utile pour trouver des joueurs orientés dans l'espace de progression.

Il sera complété dans le chapitre 5.4 par le **concept de quatrième homme**, qui permettra de trouver un joueur lancé à la suite du triangle initial.



**#4.5**

---

**ATTIRER  
POUR LIBÉRER**

# L'ATTRACTION

La base du jeu de position est bien entendu le mouvement des joueurs. **Parfois, le déplacement d'un joueur permettra d'en servir un autre.** Ce phénomène d'attraction est très important.

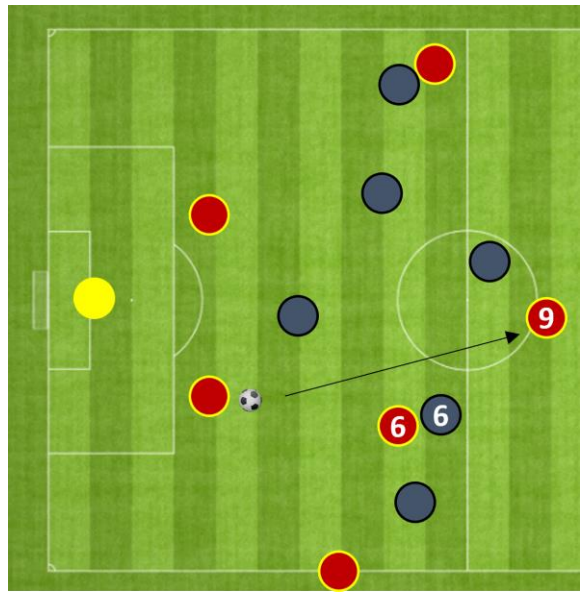
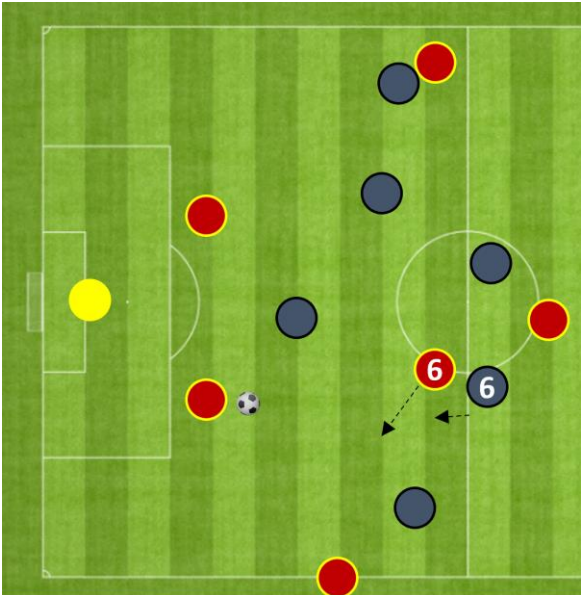
“



« Un joueur est important. Un deuxième est important. Mais ce qu'il y a entre les deux et ce qu'il y a de plus important. **Voilà ce qu'est le jeu collectif.** »

*Raynald Denoueix*

”



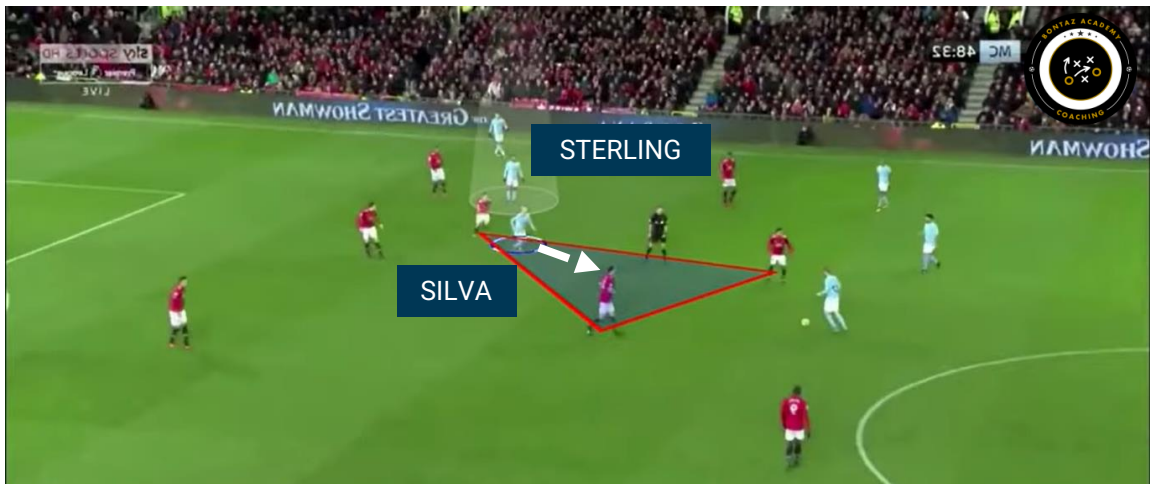
**L'aide d'attraction est un fondamental du jeu collectif.**

Le joueur numéro 6 attire son vis-à-vis dans une zone ce qui ouvre l'espace et permet au défenseur de jouer en appui avec l'attaquant.

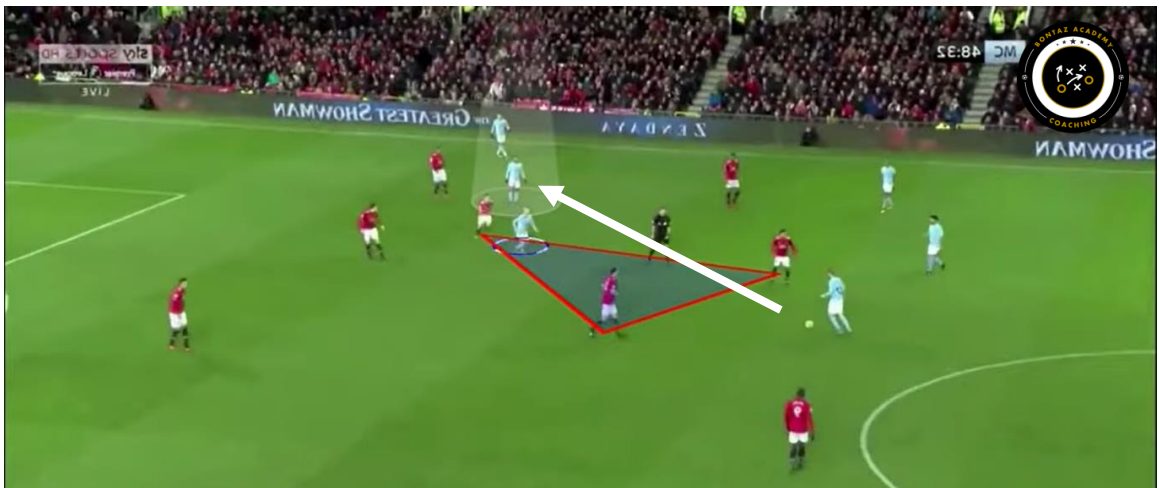


# L'ATTRACTION

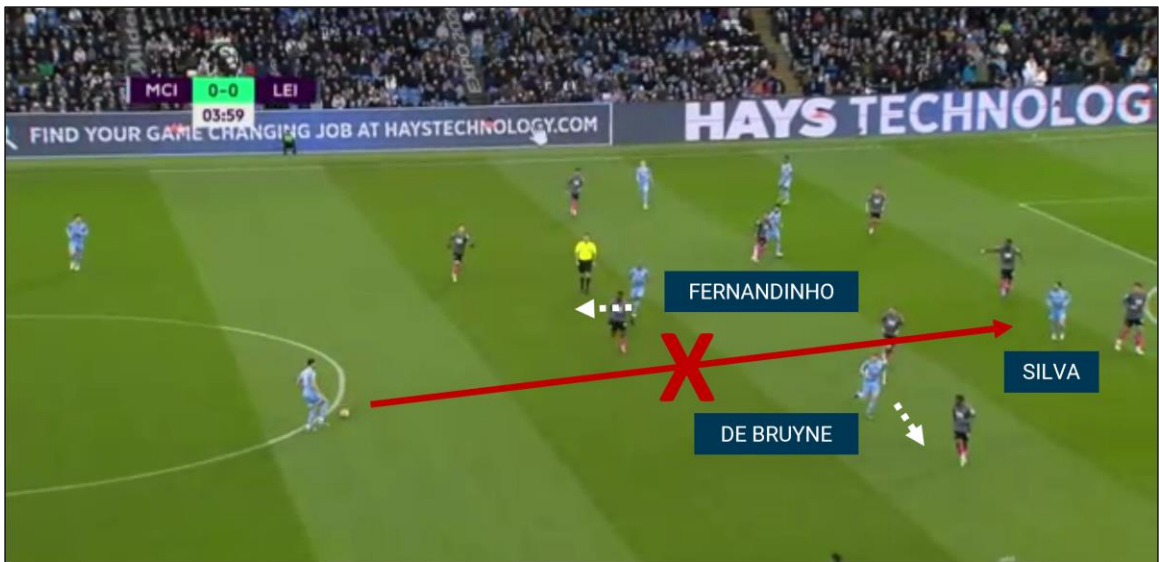
Il nécessitera des joueurs capables de demander des ballons **pour l'équipe et non forcément pour eux**, ce qui n'est pas forcément naturel à jeune âge et/ou à bas niveau.



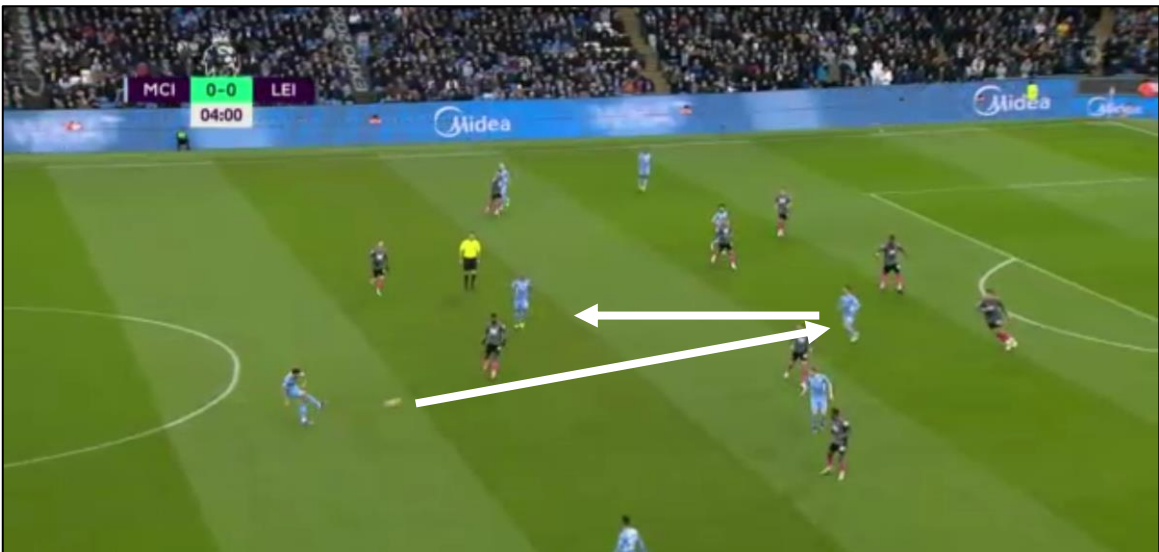
Ici, David Silva se déplace vers le milieu du triangle. Le joueur derrière lui le suit et ouvre la passe vers Sterling.



# L'ATTRACTION



L'intervalle pour Bernardo Silva est bloqué. De Bruyne emmène son vis-à-vis sur le côté, tandis que Fernandinho l'emmène à l'opposé. **Ce sont clairement des appels d'attraction et non pour solliciter le ballon.**



L'intervalle est ouvert, Bernardo Silva peut être servi en appui et trouver ensuite Fernandinho en position de troisième homme.

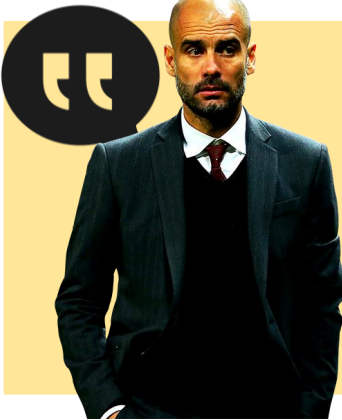


**#4.6**

---

# **LA CONDUCCION**

# LA CONDUITE, L'ARME FATALE



« Cela ne sert à rien de faire une passe si aucun joueur adverse ne vous attaque.

La passe on la fait au dernier moment.

**C'est là que l'on crée le surnombre. »**

*Pep Guardiola*



Souvent présenté à tort comme un jeu de passe à outrance, le jeu de position **incite au contraire les joueurs à passer quand il le faut, et à l'inverse fixer quand c'est nécessaire.**

C'est le concept de « conduction ».

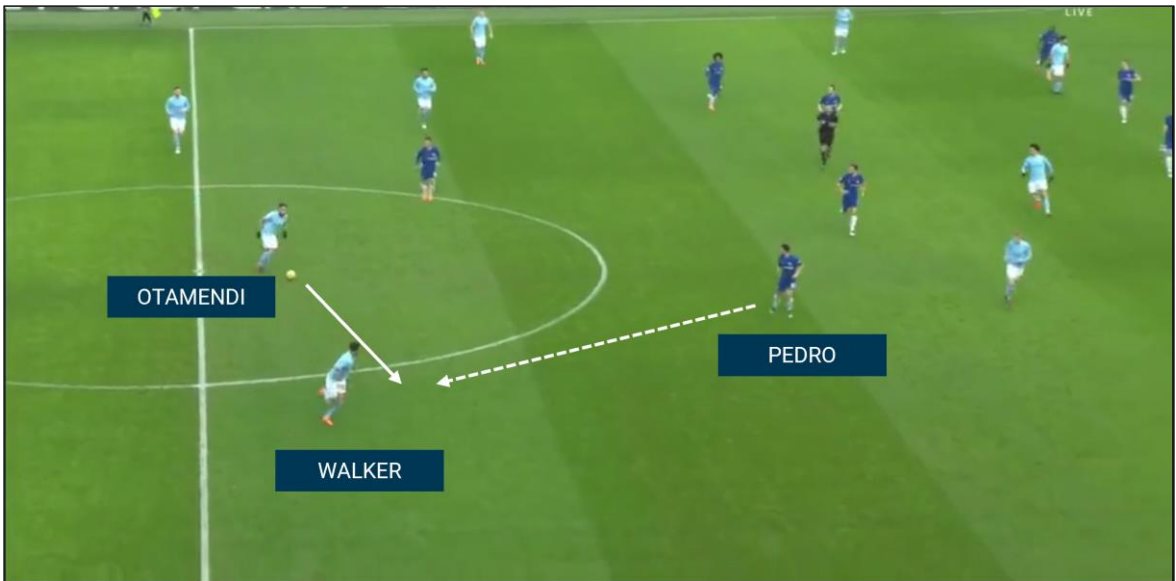


Il consiste pour un joueur à **attaquer l'espace libre balle au pied.**

Le but est d'attirer l'adversaire pour le faire sortir de sa position et désorganiser la structure adverse.

# LA CONDUITE, L'ARME FATALE

Exemples :



Ici, Otamendi pourrait donner tout de suite à Kyle Walker. Mais Pedro pourrait alors aller cadrer facilement le latéral pendant le temps de passe.



Au lieu de ça, il va fixer en conduite jusqu'au dernier moment les deux joueurs de Chelsea.



Pedro qui a fermé l'intérieur doit coulisser mais Walker a de l'espace et donc du temps pour ajuster sa passe en profondeur.



# ÊTRE COURAGEUX

Ce sera notamment une des caractéristiques fortes demandées aux défenseurs centraux : **Avoir le courage de partir en conduite pour fixer et donner à l'homme libre.**



Stones peut ici donner tout de suite à Laporte, mais l'attaquant est en place



Il va donc conduire à l'intérieur pour fixer l'attaquant dans l'axe.



Il n'a plus qu'à donner à Laporte qui est devenu l'homme libre.



Nous avons donc vu de nombreux moyens de trouver l'homme libre par la passe et sur ce dernier chapitre par la conduite.

**Mais toute cette recherche n'a qu'un but : trouver un joueur dans l'espace de profondeur.**  
C'est l'objet de la prochaine partie.



---

# L'ESPACE DE PROFONDEUR

# TROUVER LE JOUEUR LANCÉ



«Je déteste ce tiki-taka, je le déteste. Il consiste à se faire des passes sans aucun sens et sans aucune intelligence. Il ne mène à rien. Ne croyez pas ce qu'on vous raconte : le Barça n'avait rien à voir avec le tiki-taka. C'est une invention.

Mon idée est d'avoir le ballon, d'élargir le jeu, d'attirer l'adversaire dans un coin du terrain pour l'attaquer de l'autre côté. **Notre jeu, c'est patapam pas tiki-taka.** »

*Pep Guardiola*



La philosophie du jeu de position est bien résumée par cette citation. L'objectif n'est pas d'enchaîner les passes.

**La volonté est d'attirer les joueurs dans une zone (par la passe ou la conduite nous l'avons vu) pour jouer dans l'espace libéré par l'adversaire.**

Développons dans les chapitres suivants les principes pour attaquer la profondeur :

- Fixer dans l'axe pour attirer
- Fixer pour jouer à l'opposé
- Attaquer l'half space
- Le quatrième homme



**#5.1**

---

# **FIXER DANS L'AXE**

# UN TEMPS DE FIXATION

Parfois, la profondeur pourra être trouvée directement.  
Mais sur une attaque placée, l'équipe devra souvent être en capacité de **fixer l'adversaire pour ouvrir l'espace dans le dos**.



Foden est en possession. La profondeur est difficile car le latéral est en place.

Le joueur à trouver ici est de Bruyne car face au jeu, mais la ligne de passe est bloquée.

Pour cela, Foden utilise le triangle avec Gabriel Jesus pour trouver le belge en position de troisième homme.



Le triangle a permis d'attirer le défenseur latéral droit dans l'axe.

Cela libère Sterling qui attend de ne plus être hors jeu pour démarrer sa course.

Le décalage crée est encore plus flagrant avec cette vue.

De Bruyne n'a plus qu'à glisser le ballon dans l'intervalle.





# DEUX TEMPS DE FIXATION !

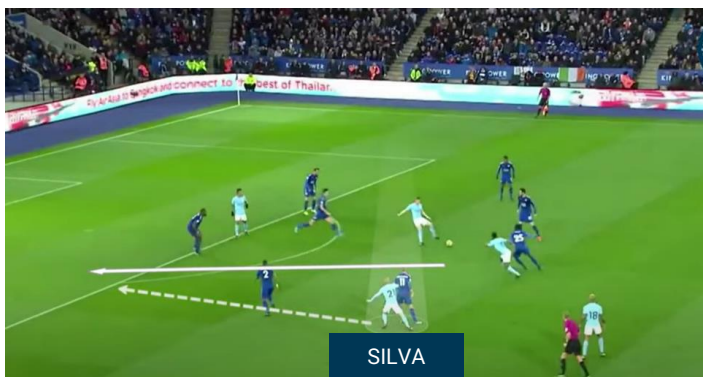
Et puis parfois il faudra **deux temps de fixation** pour ouvrir l'espace dans le dos. Exemple :



Fernandinho obtient le ballon. La profondeur n'est pour le moment pas accessible.

Pour cela, il va utiliser le triangle avec Silva pour trouver Sterling en troisième homme orienté face au jeu.

Pendant le triangle, De Bruyne s'est déplacé au milieu du carré, ce qui lui permet de réaliser un one-deux facile avec Sterling.



L'anglais se retrouve face au jeu.

Silva comprend tout de suite qu'il sera le joueur lancé recherché et attaque l'espace dans la profondeur.

Silva attaque l'half-space, alors que les deux défenseurs sont focalisés sur Sterling.

**Le triangle initial puis le one-deux ont permis de désorganiser la défense adverse et d'ouvrir l'espace dans leur dos.**





**#5.2**

---

**JOUER À  
L'OPPOSÉ**

# JOUER À L'OPPOSÉ



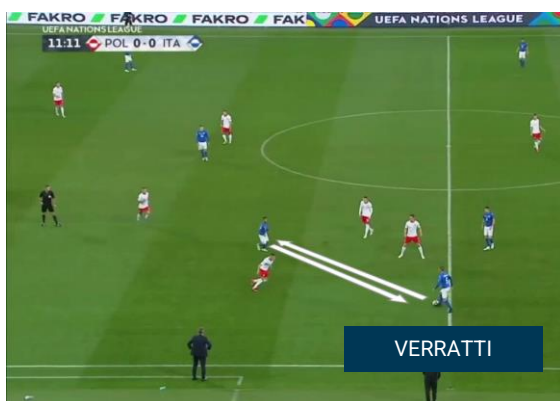
« Dans tous les sports d'équipe, le secret est de prendre d'assaut un côté du terrain de façon à ce que l'adversaire fasse pencher sa défense en réaction (...) et laisse l'autre côté vulnérable.

Et quand nous y sommes arrivés, nous attaquons et marquons depuis l'autre côté.

**C'est pour ça que l'on passe la balle. »**

*Pep Guardiola*

Déplacer l'adversaire d'un côté pour jouer à l'opposé est un classique. Illustration avec l'Italie face à la Pologne.



Une-deux entre deux joueurs puis Verratti joue sur l'excentré.



L'excentré trouve à l'intérieur dans l'half-space. Les quatre passes ont permis aux italiens d'emmener 8 polonais proches du ballon.

# FIXER, PUIS RENVERSER !



La solution est à l'opposé où l'excentré droit est en 1v1.



Le latéral va même dédoubler pendant le temps de passe.  
L'Italie peut jouer en 2v1.



# UN AUTRE EXEMPLE !



Leverkusen démarre par un 6 mètres.



Le milieu axial oriente côté droit.



Après un réseau de 3 passes, 5 joueurs du Werder sont éliminés.



Suite à un nouvel une-deux, le milieu axial est trouvé dans la course. L'espace est ouvert.



Il n'y a plus qu'à fixer le gardien pour trouver le joueur libre.  
**6 passes pour fixer, 1 passe en profondeur puis 1 passe décisive !**





**#5.3**

---

# **ATTAQUER L'HALF SPACE**

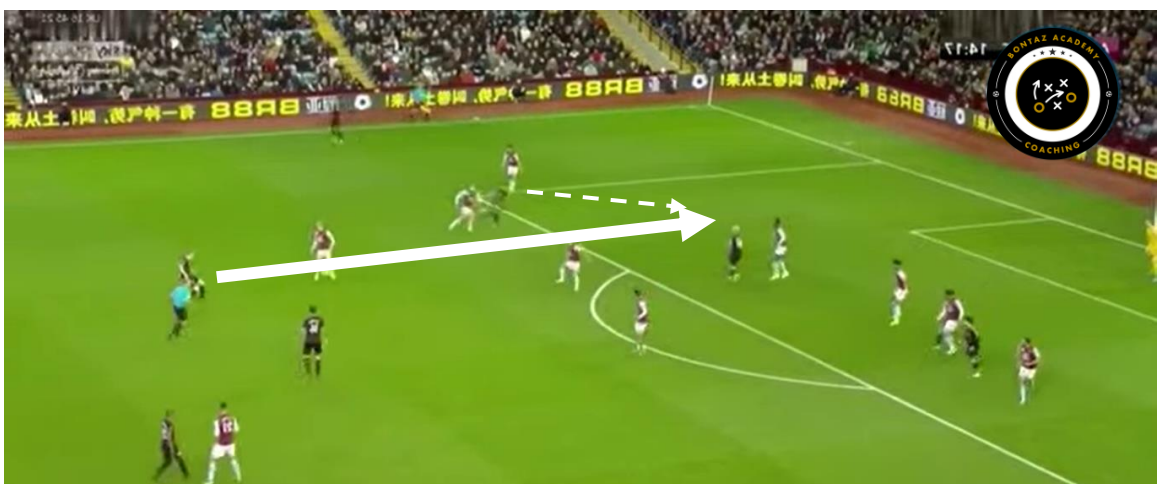
# ATTAQUER L'HAF SPACE

Recherché dans l'espace de progression, l'half-space sera également une zone très convoitée dans la recherche de profondeur.

Il est en effet un espace favorable aux appels de l'attaquant, **qui pourra profiter de l'intervalle entre le central et le latéral.**

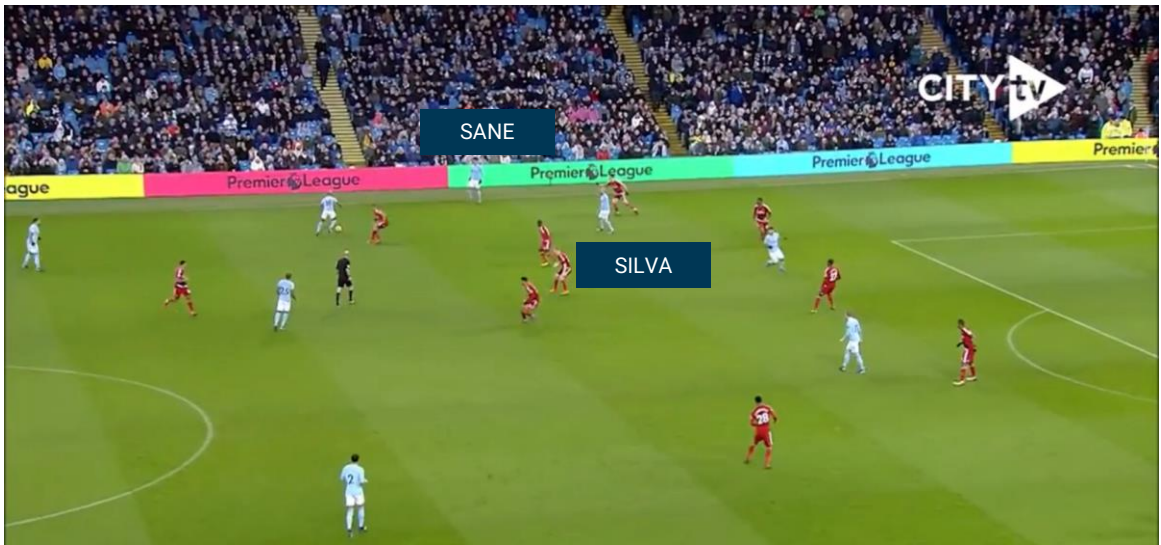


Regardez ici l'importance d'occuper la largeur au maximum. Aguero fixe le défenseur central par sa position, tandis que le latéral est occupé par l'excentré qui colle la ligne. **L'half-space créé est énorme.**



De Bruyne n'a plus qu'à glisser le ballon dans l'intervalle.

# ATTAQUER L'HAF SPACE

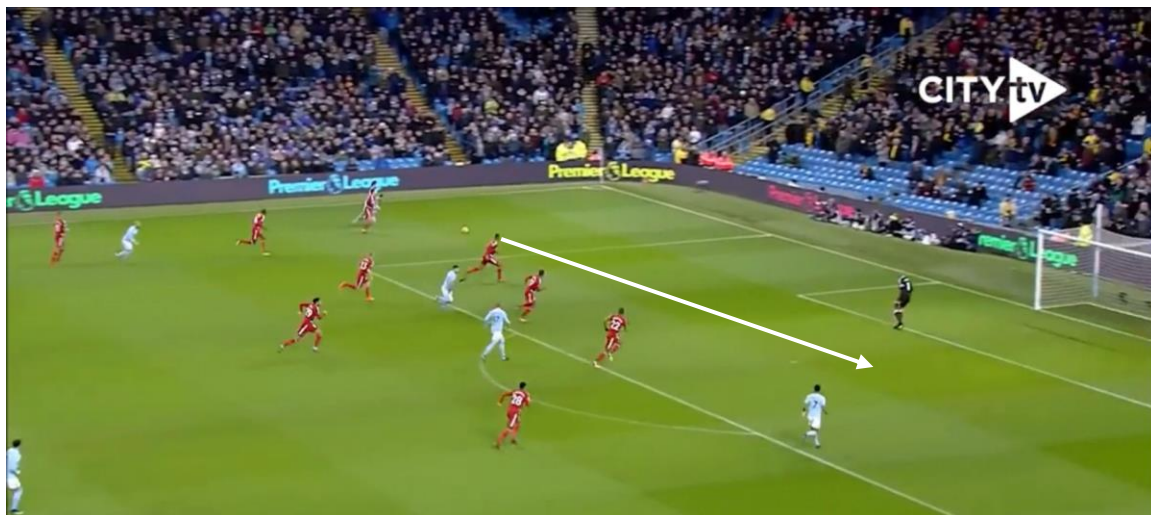


La position de Sané attire le latéral.  
Cela permet à Fernandinho de trouver Silva.



L'intervalle central/latéral est ouvert, Sané peut attaquer l'half space.

# ATTAQUER L'HALL SPACE



L'aillier allemand prend le dessus à la course et peut centrer.  
**Sterling finit tranquillement cette belle action collective.**



Nous voyons une nouvelle fois à travers l'half-space que les fixations préalables sont importantes, **mais le positionnement des joueurs l'est tout autant.**

L'occupation rationnelle de la largeur et de la profondeur pose énormément de problèmes à l'adversaire et libère forcément des espaces.



#5.4

---

# LE QUATRIÈME HOMME



# DU TROISIÈME AU QUATRIÈME !

Trouver le troisième homme c'est bien, **atteindre le quatrième c'est encore mieux** ! Pour rappel, le concept du troisième homme permet de trouver un joueur inatteignable au départ à l'aide d'un relai à trois.

**Mais ce concept sera encore plus fort en zone de finition avec la recherche du 4e homme.** Ce joueur sera trouvé en profondeur après le triangle initial.



Ici, Ruben Dias utilise le décrochage de Foden pour trouver Rodri en 3<sup>e</sup> homme.

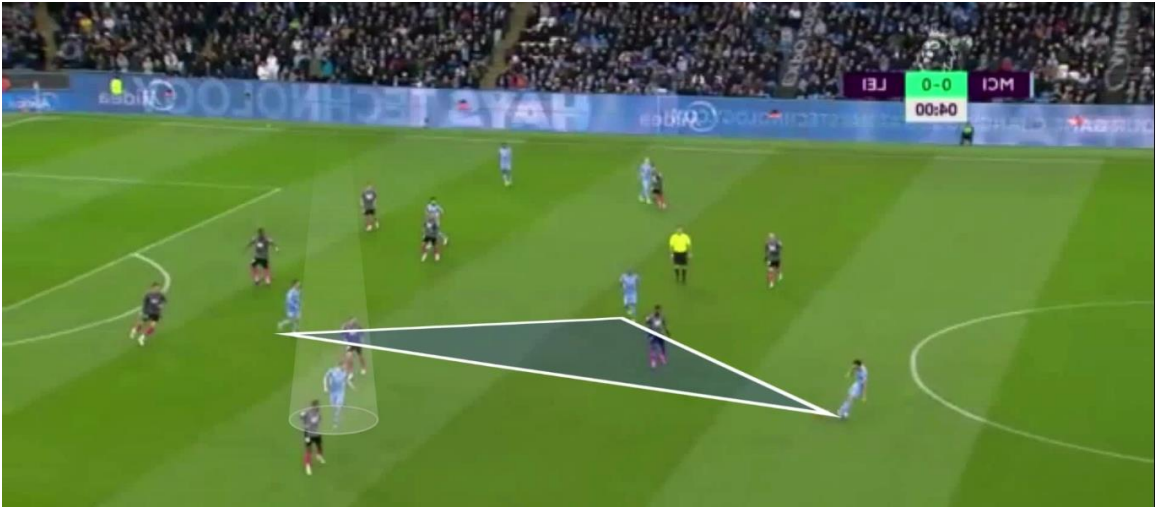


De Bruyne comprend tout de suite qu'il sera le 4<sup>e</sup> homme à l'issue du triangle.



Il attaque l'espace derrière le défenseur qui lui n'a pas perçu la suite.

# UNE COORDINATION PARFAITE



Deuxième exemple avec De Bruyne à nouveau ici, qui identifie **immédiatement** l'espace à attaquer dès la première passe.



Ce concept exigera une compréhension parfaite de la part du quatrième joueur, qui devra identifier le relais à trois initial et l'espace à attaquer. La coordination entre les 4 joueurs devra être parfaite.



---

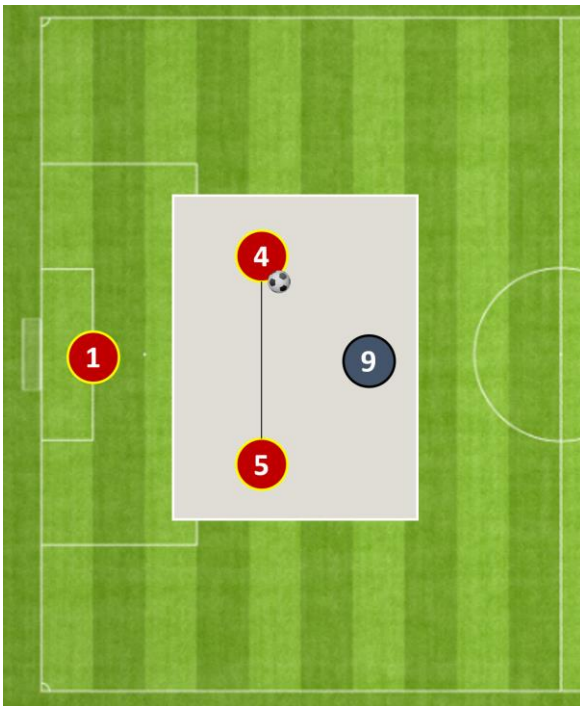
# L'ESPACE D'INITIATION

# LA SORTIE DE BALLE

Comme nous l'avons vu, le principe fondamental du jeu de position est de **créer le plus de supériorités numériques** pour prendre l'avantage sur l'adversaire.

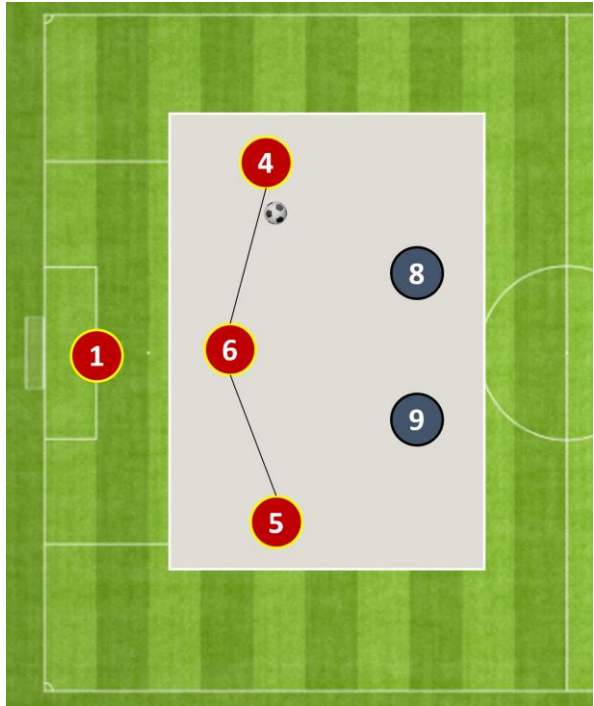


Cela est valable dès la sortie de balle, dans la construction de l'action par l'arrière. **Ainsi, dans l'espace d'initiation, on demandera à l'équipe d'être toujours en supériorité numérique en rapport avec la ligne d'attaquants de l'adversaire.**



**CAS 1**

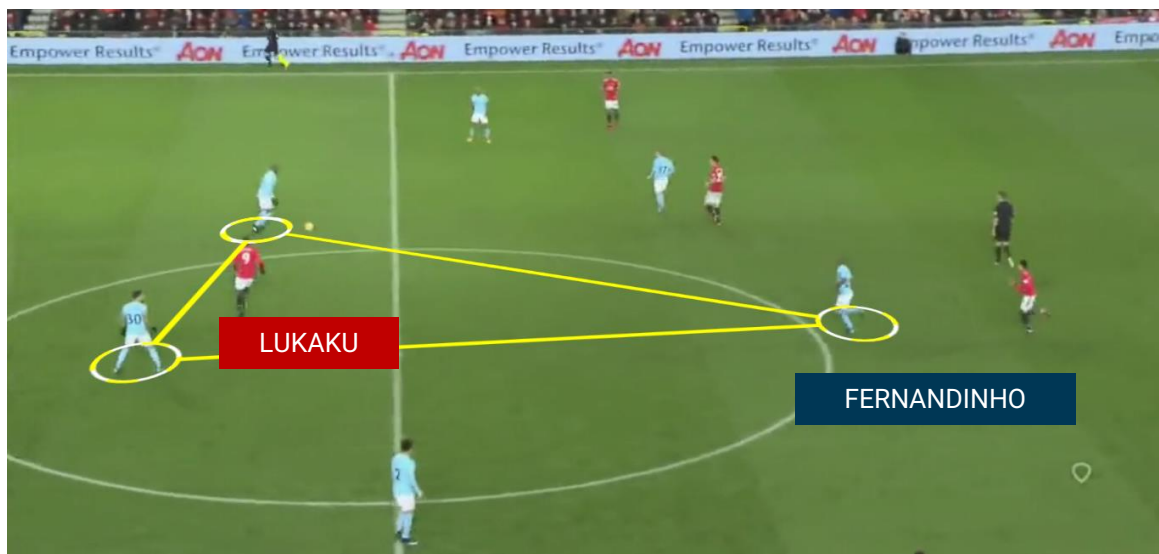
L'adversaire a une pointe :  
2 défenseurs permettent d'être  
en supériorité = 2v1



**CAS 2**

L'adversaire a deux attaquants :  
2 défenseurs + un milieu qui  
descend = 3v2

# TOUJOURS EN SUPÉRIORITÉ !



Manchester ne présente que Lukaku sur son premier rideau.

**City reste donc à deux défenseurs.**

A noter le rôle de Fernandinho qui se place dans la pointe haute du triangle pour accentuer la supériorité.



Au contraire, si Manchester propose une ligne de deux attaquants, Fernandinho « tombe » dans la ligne **pour être à 3 contre 2**. C'est alors David Silva qui vient en position de pointe haute.



# TOUJOURS EN SUPÉRIORITÉ !



Ici, la Roma propose deux attaquants. Xabi Alonso **tombe dans la ligne des défenseurs** pour obtenir la supériorité.



Le pressing est moins fort, Xabi Alonso se positionne **derrière la ligne de pression** pour laisser du temps à Benatia.



# LA PERTE DU BALLON

# LE CONTRE PRESSING

Vous avez certainement déjà entendu parler du « contre-pressing » ou « gegenpressing ». Mais concrètement, c'est quoi ?



«Le meilleur moment pour récupérer le ballon, **c'est juste après l'avoir perdu.**

1. L'adversaire a quitté le jeu des yeux pour effectuer un tacle ou une interception et vient de dépenser de l'énergie.
2. Il cherche son orientation pour passer le ballon. **Ces deux éléments le rendent vulnérables.»**

*Jurgen Klopp*

Le jeu de position par son essence **est parfaitement adapté à un contre pressing immédiat.**

En effet, la progression collective ligne par ligne permet aux joueurs de « voyager » ensemble lors de l'attaque et de garder des distances proches.



Ces distances seront très intéressantes à la perte du ballon car elles permettront d'étouffer immédiatement l'équipe adverse. En voici un exemple :

# UN EXEMPLE À HAUT NIVEAU



Sortie de but pour Manchester City



**Grâce à tous les principes énoncés dans le livre**, City parvient 10 secondes plus tard dans la surface adverse en ayant amené 8 joueurs dans les 30 derniers mètres.



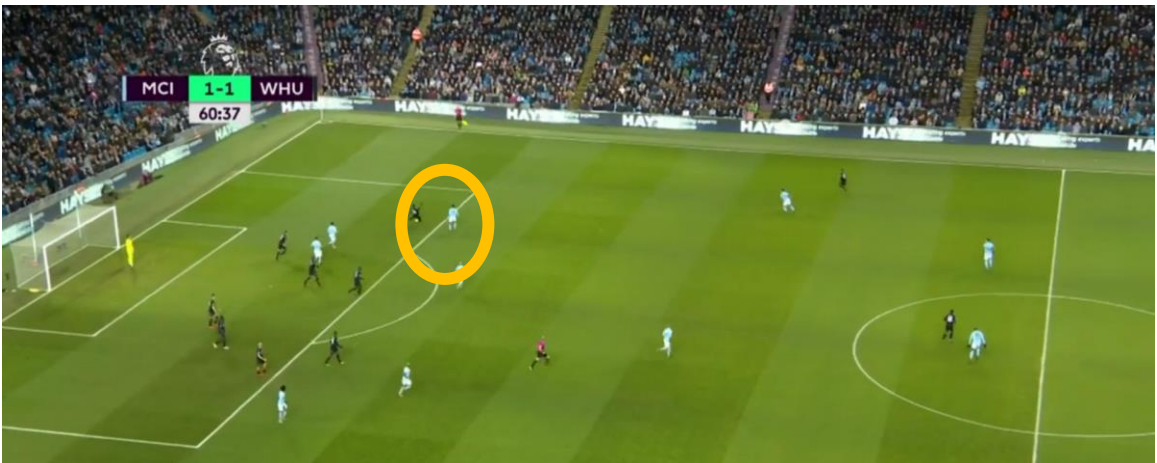
Le centre ne trouve pas preneur.  
Le ballon est récupéré par West Ham dans la surface



# UN EXEMPLE À HAUT NIVEAU



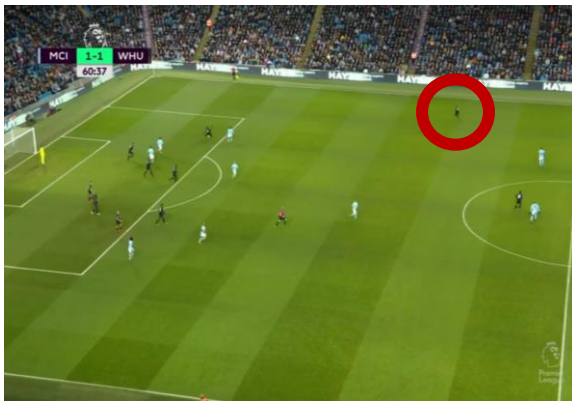
Par sa progression ligne par ligne, City a emmené 8 joueurs de champ de West Ham dans leur propre surface. Et tous les Cityzens sont dans la moitié adverse.



Le joueur le plus proche va tout de suite chasser le porteur.  
Les 3 joueurs défensifs de City gèrent les 2 joueurs offensifs de West Ham.



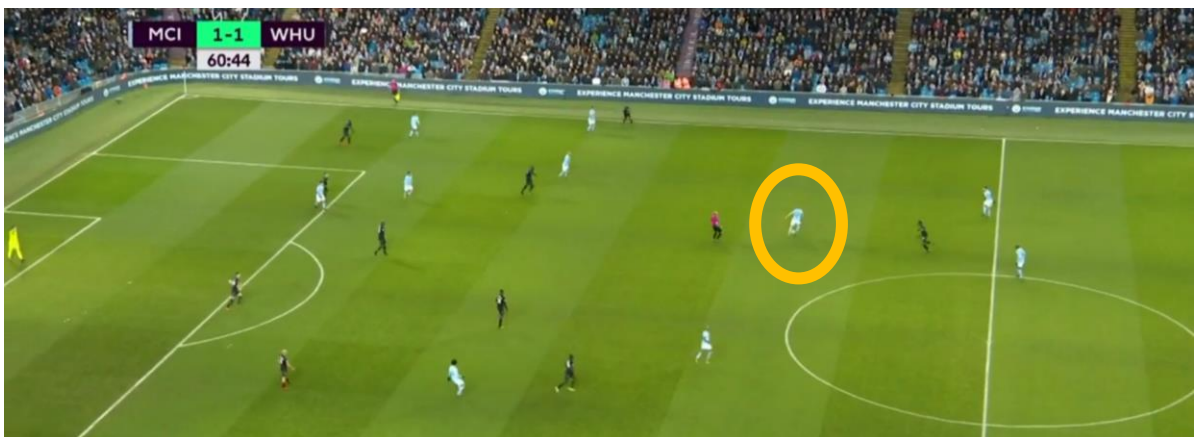
# UN EXEMPLE À HAUT NIVEAU



Le défenseur parvient à trouver son attaquant en appui.



L'attaquant est dos au jeu et doit remettre au défenseur.  
Pendant ce temps là City a emmené 5 joueurs dans ce périmètre,  
ce qui force le défenseur à dégager immédiatement.



5 secondes après la perte de balle, City récupère déjà le ballon.

# PHYSIQUE ET MENTAL !

Le contre-pressing est un acte physique **mais également mental**.

Les joueurs devront ainsi être entraînés jour après jour à ce réflexe de réaction à la perte de balle.



"Quand Guardiola parle de pressing, il nous demande : 'Vous préférez courir 5 mètres vers l'avant ou 50 vers l'arrière ?' »

*Sterling à propos de Guardiola*

Nous voyons à travers le contre-pressing un principe fort du jeu de position : **la façon d'attaquer conditionne la façon de défendre.**

Il sera en effet beaucoup plus difficile d'exercer un pressing à la perte si les joueurs sont éloignés les uns des autres à la suite de séquences de jeu direct par exemple.

La citation de Bielsa résume parfaitement cette idée :



Bien défendre pour mieux attaquer et bien attaquer pour défendre loin de sa surface. A cette question, le secret est : **de quelle manière perd-on le ballon ?**

Quand le ballon est perdu lors d'un processus bien intentionné, généralement, le jeu nous est favorable. Quand on perd le ballon parce que l'on manque d'idées, nous sommes en danger.

*Marcelo Bielsa*



---

# **S'ENTRAÎNER** **AU JEU DE POSITION**

# RONDO 4V2

## ORGANISATION

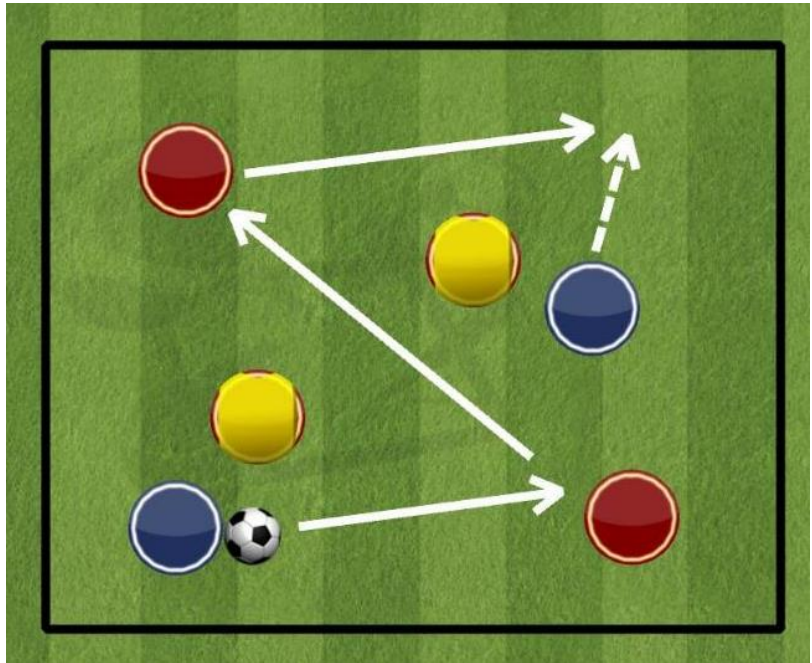
### EFFECTIF

	2		2
	2		/

### TEMPS DE JEU



Séquences  
de 2' à 4'



## BUT DU JEU

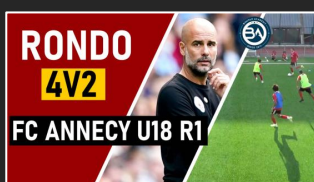
- Faire 8 passes = 1 point

## REGLES

- Terrain de 8mx8m
- Jeu au sol
- 2 touches maximum
- La passe entre les deux joueurs adverses compte double
- **Variable** : l'équipe qui perd le ballon passe défenseur

## COMPORTEMENTS ATTENDUS

- Être capable de s'orienter pour avoir le maximum de possibilités
- Orienter sa prise de balle
- Utiliser le pied le plus éloigné pour contrôler
- Être patient pour ouvrir l'intervalle entre les deux joueurs du milieu
- Jouer dans le contre pied de l'adversaire



Retrouvez ce rondo avec les U18R1 du FC Annecy sur notre chaine Youtube !

<https://www.youtube.com/watch?v=lex6-oSlpzM>

# RONDO 5V2

## ORGANISATION

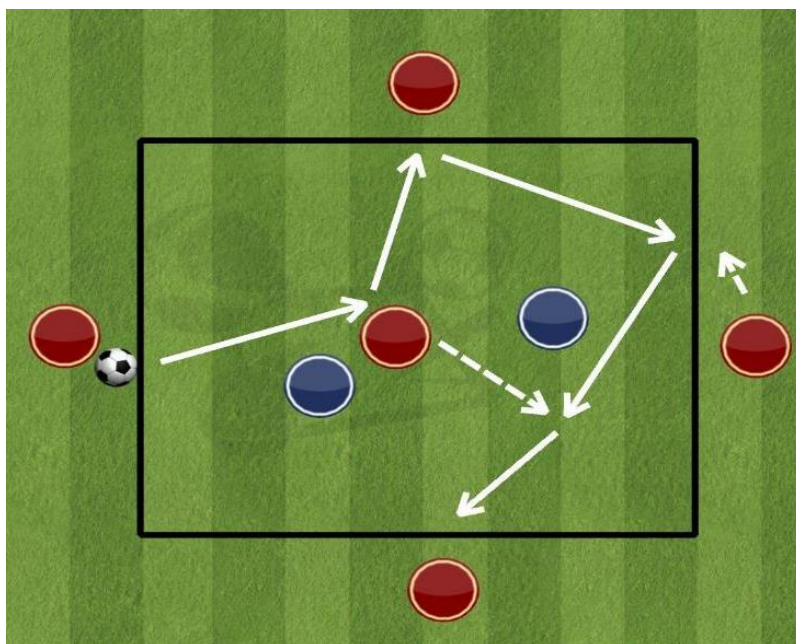
### EFFECTIF

 /  2  
 5  /

### TEMPS DE JEU



Séquences  
de 2' à 4'



## BUT DU JEU

- Faire 10 passes = 1 point

## REGLES

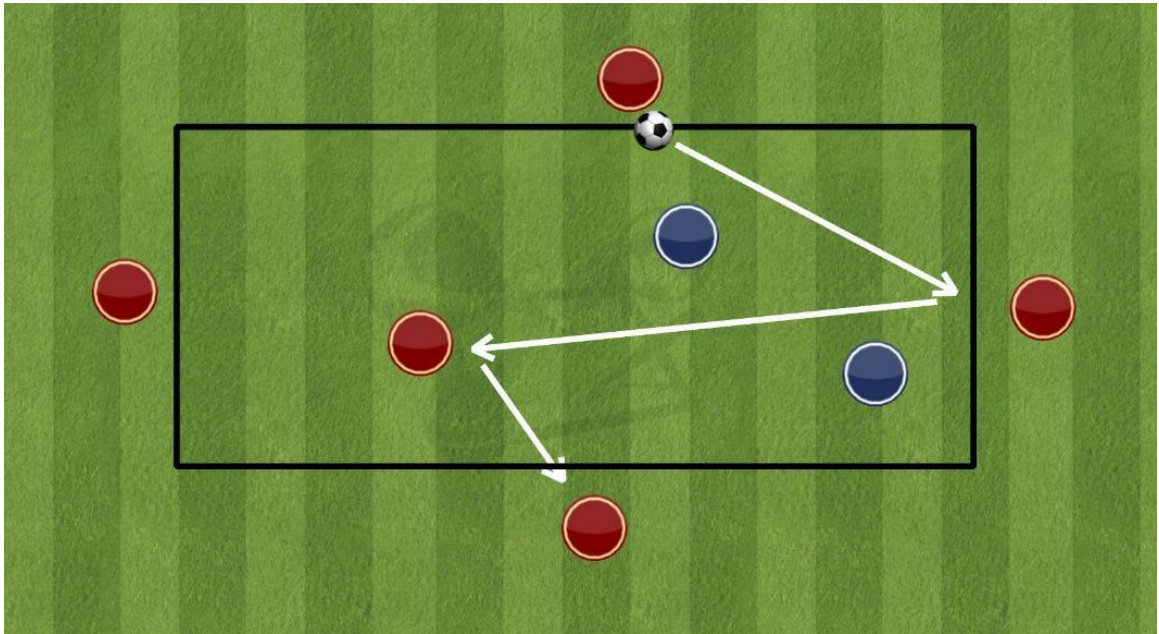
- Terrain de 12mx12m
- Jeu au sol
- 2 touches maximum
- Un joueur de l'équipe jaune est à l'intérieur

## COMPORTEMENTS ATTENDUS

- Former un triangle pour créer des intervalles
- Trouver le joueur le plus loin possible
- Utiliser le troisième homme si je ne suis pas orienté
- Pour l'appui, masquer ses intentions de passes



# RONDO 5V2 – VERSION 2



## BUT DU JEU

- Faire 10 passes = 1 point

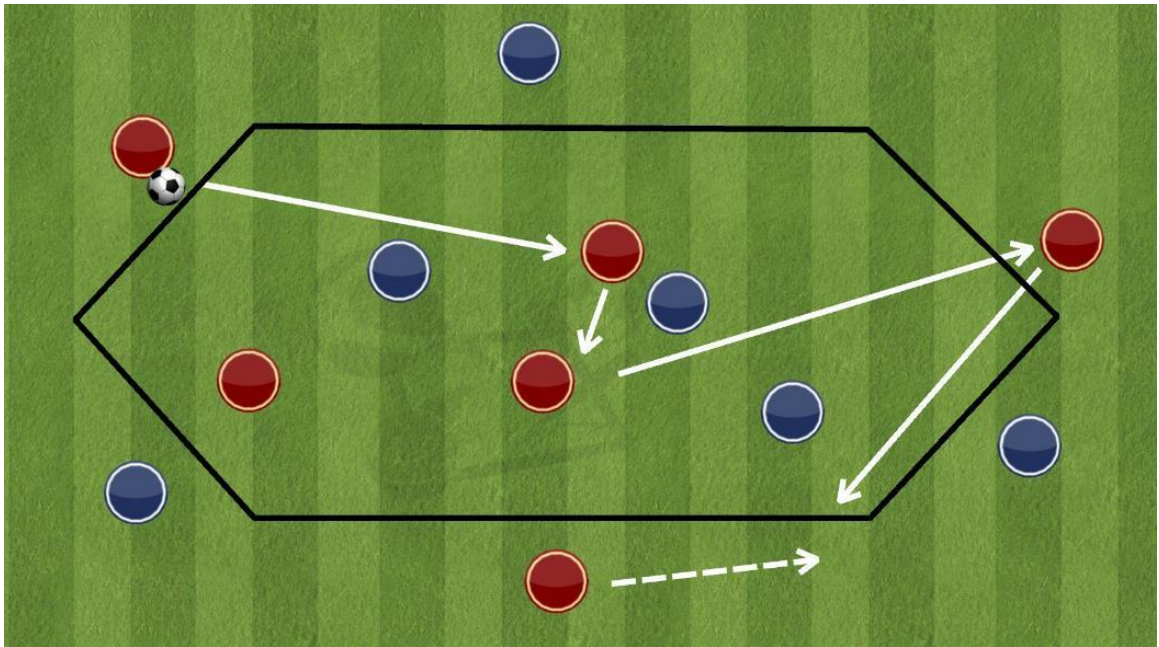
## REGLES

- Terrain plus profond que large
- Jeu au sol
- 2 touches maximum
- Un joueur de l'équipe jaune est à l'intérieur

## COMPORTEMENTS ATTENDUS

- **Les attendus sont les même que les rondos précédents, mais la forme du terrain permettra de travailler des passes plus longues et plus difficiles car moins de largeur**
- Former un triangle pour créer des intervalles
- Trouver le joueur le plus loin possible
- Utiliser le troisième homme si je ne suis pas orienté
- Pour l'appui, masquer ses intentions de passes

# RONDO 6V3 – LE TERRAIN HEXAGONAL



## BUT DU JEU

- SOLUTION 1 : Faire 10 passes = 1 point
- SOLUTION 2 : Trouver les 3 appuis sur la même possession

## REGLES

- Jeu au sol
- 3 joueurs à l'intérieur / 3 joueurs en appui par équipe
- Passe entre appui autorisée

## COMPORTEMENTS ATTENDUS

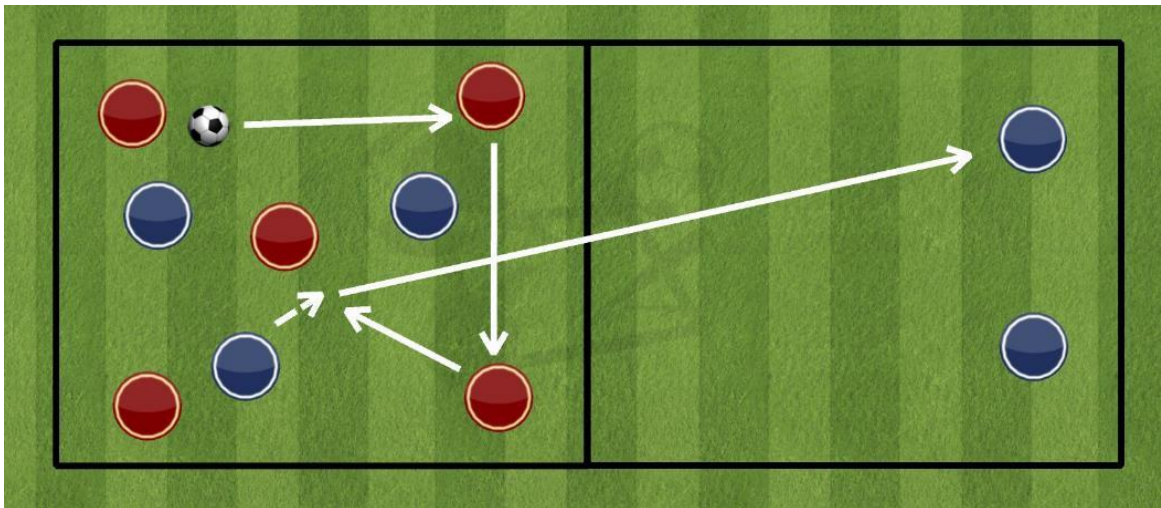
- Former un triangle pour créer des intervalles
- Trouver le joueur le plus loin possible
- Utiliser le troisième homme si je ne suis pas orienté
- Pour l'appui, masquer ses intentions de passes



Retrouvez ce rondo avec les U18R1 du FC Annecy sur notre chaine Youtube !

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

# RONDO 5V3 – LE TERRAIN SÉPARÉ



## BUT DU JEU

- Faire 8 passes = 1 point

## REGLES

- Jeu au sol
- 5 contre 3 dans chaque zone
- A la récupération, l'équipe de 3 tente de transférer le ballon de l'autre côté pour passer sur un 5 contre 3

## COMPORTEMENTS ATTENDUS

- Être capable de s'orienter pour avoir le maximum de possibilités
- Orienter sa prise de balle
- Utiliser le pied le plus éloigné pour contrôler
- Être patient pour ouvrir l'intervalle entre les deux joueurs du milieu
- Jouer dans le contre pied de l'adversaire
- Réagir immédiatement à la perte de balle

# RONDO 6V3 – APPARAÎTRE DANS LE CARRÉ

## ORGANISATION

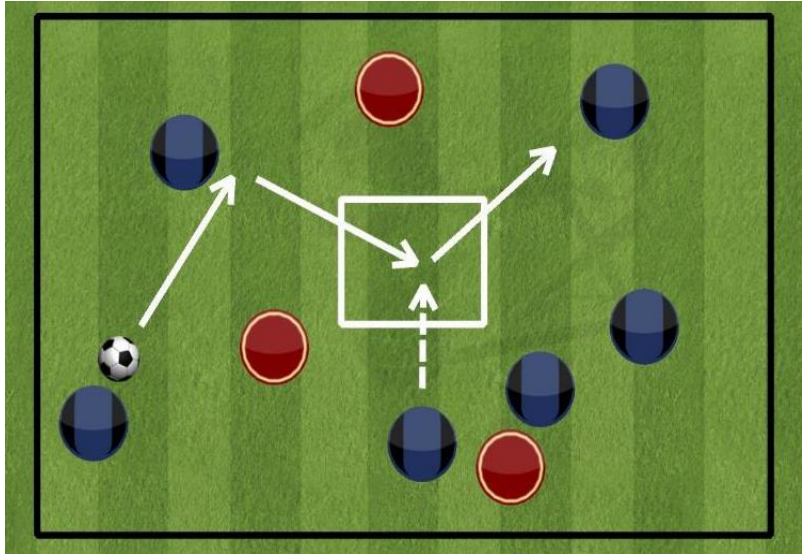
### EFFECTIF

 /  6  
 3  /

### TEMPS DE JEU



Séquences  
de 2' à 4'



## BUT DU JEU

- Trouver un joueur dans le carré central qui joue en une touche avec un 3<sup>e</sup> partenaire = **1 point**

## REGLES

- Jeu au sol
- Interdiction de stationner plus de 3 secondes dans le carré central

## COMPORTEMENTS ATTENDUS

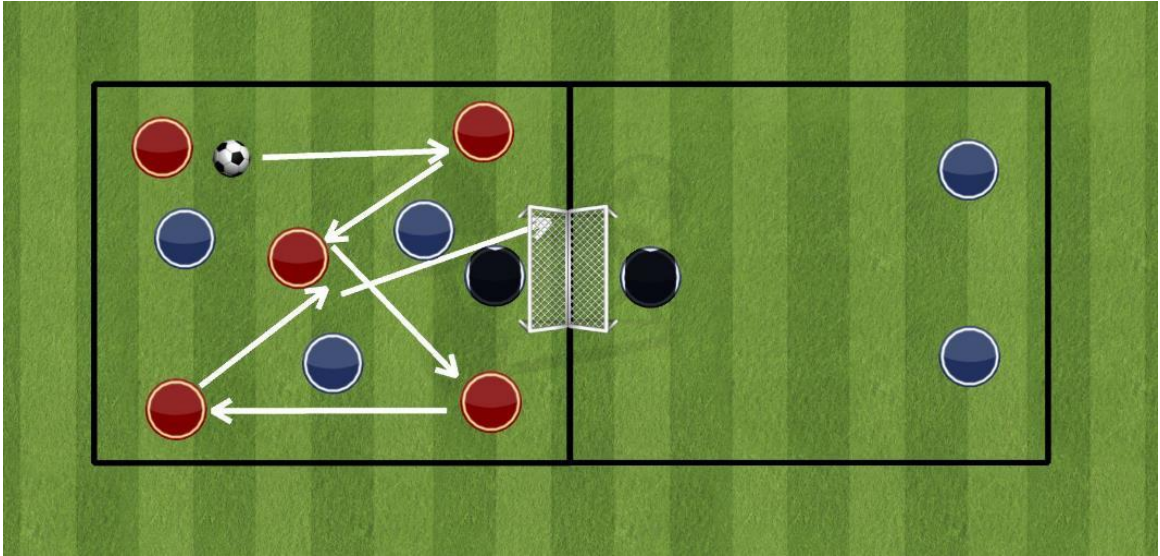
Être patient dans la construction pour ouvrir le carré  
Apparaître dans le carré central au bon moment  
Être orienté pour pouvoir trouver un troisième joueur facilement

### Variable :

Valoriser la passe dans le carré en une touche = favoriser la prise d'information du passeur et la coordination avec le receveur dans le carré



# LE DOUBLE BUT



## BUT DU JEU

- Pour l'équipe en possession, faire 5 passes pour ouvrir le but et marquer = 1 point
- Pour l'équipe qui récupère, basculer le ballon de l'autre côté pour démarrer la possession

## REGLES

- 5 contre 3 dans chaque zone
- Jeu au sol
- A la récupération, l'équipe de 3 tente de transférer le ballon de l'autre côté pour passer sur un 5 contre 3

## COMPORTEMENTS ATTENDUS

En possession :

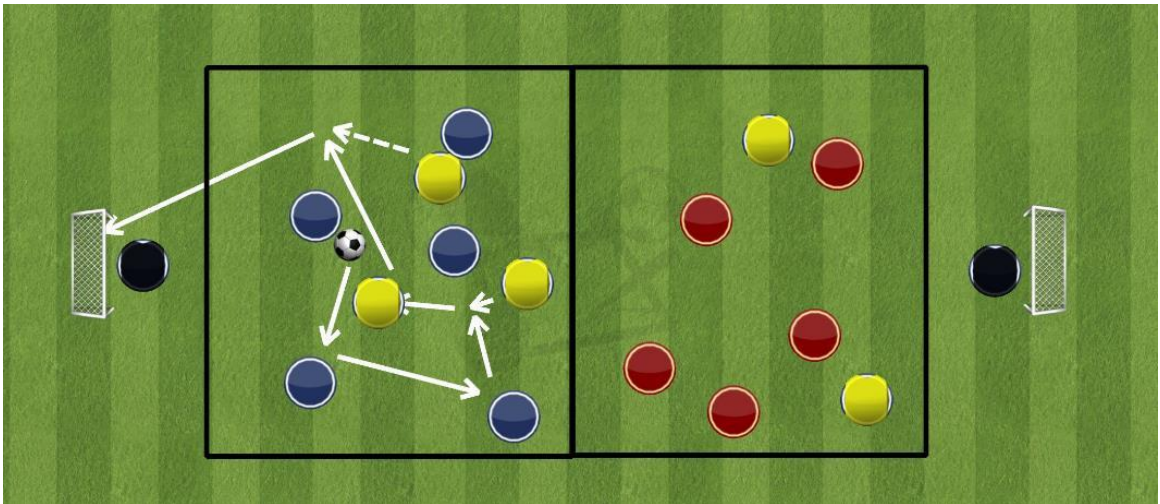
- Être capable de s'orienter pour avoir le maximum de possibilités
- Orienter sa prise de balle
- Utiliser le pied le plus éloigné pour contrôler
- Être patient pour ouvrir l'intervalle entre les deux joueurs du milieu
- Jouer dans le contre pied de l'adversaire
- Réagir immédiatement à la perte de balle

A la récupération

- Verticaliser le plus vite possible
- Sortir de la densité en 2 passes maximum



# CONSERVATION ET FINITION



## BUT DU JEU

- Pour les deux équipes en possession, 10 passes = 1 point
- Pour l'équipe qui récupère, marquer en 5 secondes dans le but le plus proche = 1 point

## REGLES

- 2 équipes en conservation contre une qui tente de récupérer
- Jeu au sol
- Une équipe en possession dans chaque zone
- 3 défenseurs maximum dans chaque zone

## COMPORTEMENTS ATTENDUS

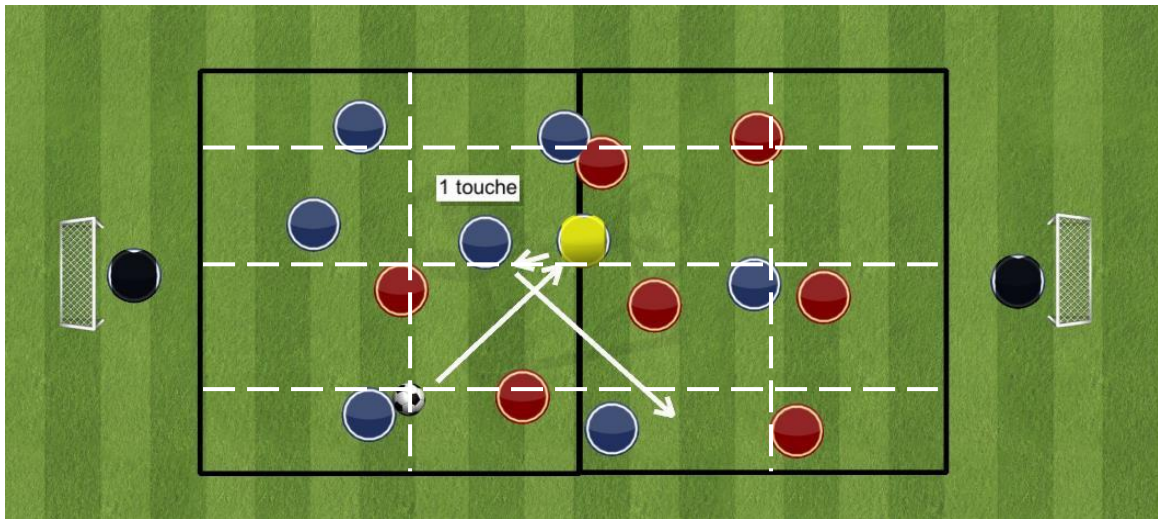
### En possession :

- Être capable de s'orienter pour avoir le maximum de possibilités
- Orienter sa prise de balle
- Utiliser le pied le plus éloigné pour contrôler
- Être patient pour ouvrir l'intervalle entre les deux joueurs du milieu
- Jouer dans le contre pied de l'adversaire
- Réagir immédiatement à la perte de balle

### A la récupération

- Verticaliser le plus vite possible
- Garder le temps d'avance pour finir

# LE JEU DES ZONES



## BUT DU JEU

- 7 contre 7 + 1 joker
- Marquer dans le but = 1 point

## REGLES

- Obligation de sauter une zone sur la passe
- Si passe dans un carré à côté, obligation de jouer en une touche

## COMPORTEMENTS ATTENDUS

### Le porteur de balle en zone basse

- Trouver l'appui le plus loin possible
- Aller fixer en conduite pour libérer des partenaires

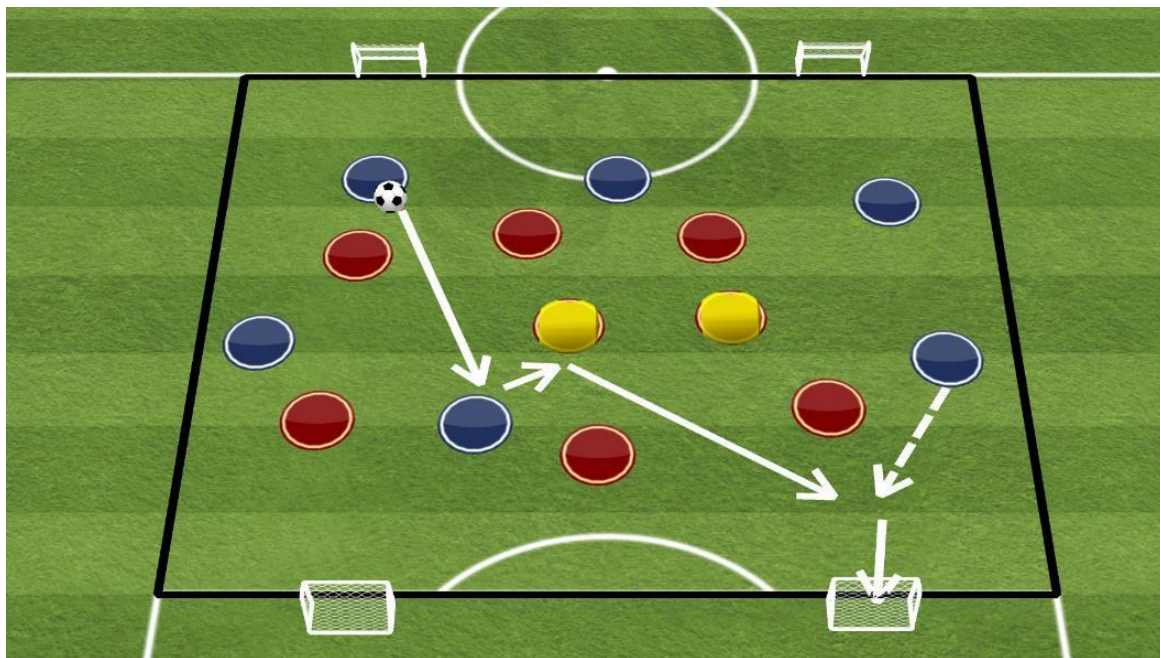
### Les autres joueurs de l'équipe en possession

- Assurer la largeur pour étirer au maximum les carrés adverses
- Profiter de la position des jokers pour demander dans d'autres espaces
- Se positionner loin pour se rapprocher ensuite

### Travail avec le joker dans les carrés

- Être positionné au milieu d'un triangle ou carré pour avoir de l'espace et donc du temps
- Être orienté vers l'avant de manière à pouvoir enchaîner
- Toujours se situer et se resituer dans un espace accessible

# LE JEU DES CARRÉS



## BUT DU JEU

- Marquer dans un des deux
- mini buts = **1 point**

## REGLES

- Terrain de 35x35 mètres environ – 6 contre 6 + 2 jokers qui jouent au milieu
- Jeu au sol - Touches limitées pour les jokers

## COMPORTEMENTS ATTENDUS

### Travail avec les deux jokers du jeu dans les carrés

- Être positionné au milieu d'un triangle ou carré pour avoir de l'espace et donc du temps
- Être orienté vers l'avant de manière à pouvoir enchaîner
- Toujours se situer et se resituer dans un espace accessible

### Le porteur de balle en zone basse

- Trouver l'appui le plus loin possible
- Profiter de la position des jokers pour aller fixer en conduite

### Les autres joueurs de l'équipe en possession

- Assurer la largeur pour étirer au maximum les carrés adverses
- Profiter de la position des jokers pour demander dans d'autres espaces

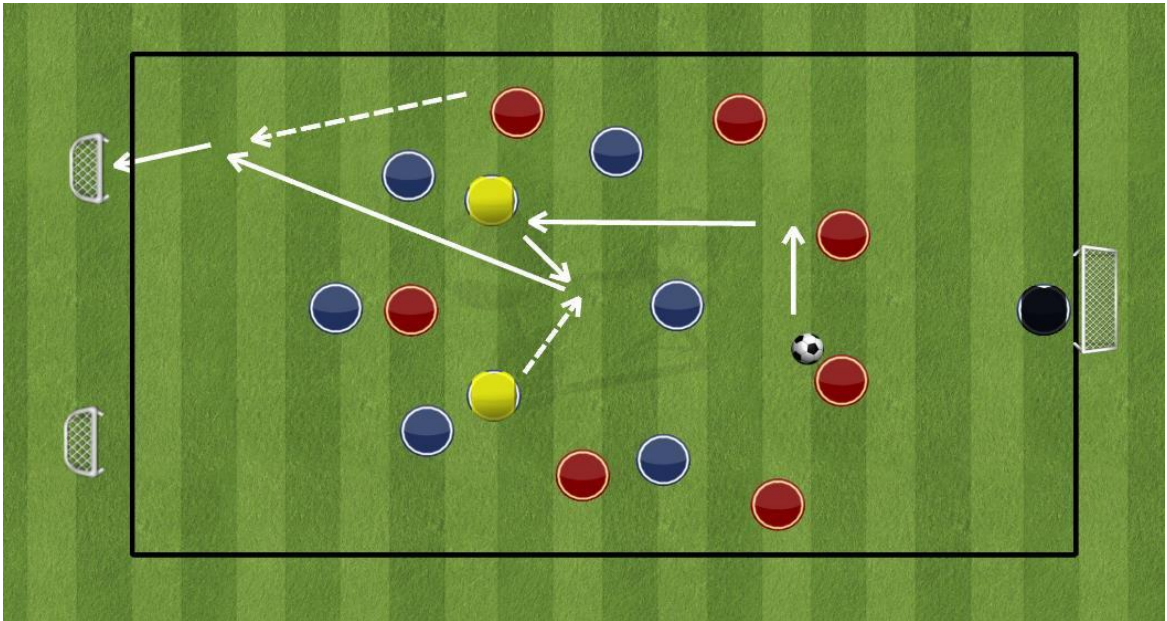


Retrouvez cette séance avec les U18R1 du FC Annecy sur notre chaine Youtube !

<https://www.youtube.com/watch?v=ajVLIODa65A>



# LE JEU DES CARRÉS – SITUATION



## BUT DU JEU

- L'équipe en supériorité doit marquer dans un des deux mini buts
- L'équipe adverse doit récupérer et marquer dans le grand but en moins de 8 secondes

## REGLES

- Terrain hexagonal – 8 contre 6 + 1 GB
- Les ballons repartent du gardien

## COMPORTEMENTS ATTENDUS

### Travail avec les deux jokers du jeu dans les carrés

- Être positionné au milieu d'un triangle ou carré pour avoir de l'espace et donc du temps
- Être orienté vers l'avant de manière à pouvoir enchaîner
- Toujours se situer et se resituer dans un espace accessible

### Le porteur de balle en zone basse

- Trouver l'appui le plus loin possible
- Profiter de la position des jokers pour aller fixer en conduite

### Les autres joueurs de l'équipe en possession

- Assurer la largeur pour étirer au maximum les carrés adverses
- Profiter de la position des jokers pour demander dans d'autres espaces



Retrouvez cette séance avec les U18R1 du FC Annecy sur notre chaîne Youtube !

[https://www.youtube.com/watch?v=7\\_e9VaZBExg](https://www.youtube.com/watch?v=7_e9VaZBExg)



---

# NOS RESSOURCES

## JEU DE POSITION



# NOS VIDÉOS THÉORIQUES



<https://www.youtube.com/watch?v=2i1WOn9yxTO>



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



<https://www.youtube.com/watch?v=F7vAupTipgo>



<https://www.youtube.com/watch?v=BcIYIji4Lcg>



<https://www.youtube.com/watch?v=hVbTG36yQvU>



Retrouvez toutes nos vidéos sur Youtube, Tiktok et Instagram !



# NOS VIDÉOS D'ENTRAÎNEMENT



<https://www.youtube.com/watch?v=lex6-oSlpzM>



<https://www.youtube.com/watch?v=ajVLIODa65A>



[https://www.youtube.com/watch?v=7\\_e9VaZBExg](https://www.youtube.com/watch?v=7_e9VaZBExg)



<https://youtu.be/hg1w6I5DowU>



Retrouvez toutes nos vidéos sur Youtube, Tiktok et Instagram !

# MENTIONS LÉGALES

---

Le Jeu de Position

ISBN : 978-2-9592151-0-0

Dépôt légal 25 janvier 2024

© Bontaz Academy Coaching, sortie de la première édition en 2023.

Le Code de la propriété intellectuelle et artistique n'autorisant, aux termes des alinéas 2 et 3 de l'article L.122-5, d'une part, que les « copies ou reproductions strictement réservées à l'usage privé du copiste et non destinées à une utilisation collective » et, d'autre part, que les analyses et les courtes citations dans un but d'exemple et d'illustration, « toute représentation ou reproduction intégrale, ou partielle, faite sans le consentement de l'auteur ou de ses ayants droit ou ayants cause, est illicite » (alinéa 1er de l'article L. 122-4). Cette représentation ou reproduction, par quelque procédé que ce soit, constituerait donc une contrefaçon sanctionnée par les articles L. 335-2 et suivants du Code de la propriété intellectuelle.

SIRET : 824 833 123 000 14

Carte professionnelle : 07413ED0287

Adresse de courrier électronique :

[contact@bontazacademy-coaching.com](mailto:contact@bontazacademy-coaching.com)

