

LE JEU DE POSITION



LE PROGRAMME

1

Arrêt Flash

2

Présentation et sommaire

3

Les différents espaces

4

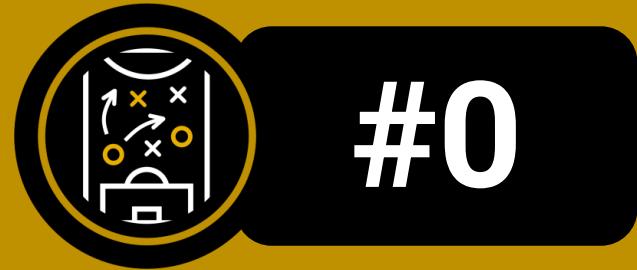
L'espace de progression

5

Entraîner le jeu de position

6

Vos questions



PREAMBULE ARRET FLASH

FORMATION JEU DE POSITION

PREAMBULE



Romain MUFFAT
Entraîneur UEFA A
Fondateur Arrêt Flash



Adrien DELVECCHIO
Entraîneur UEFA A
Expert Foot

5 EBOOK GRATUITS

150 000 téléchargements

9 EBOOK PAYANTS

ARRET
FLASH



72 000 ABONNES



315 000 ABONNES



61 000 ABONNES



12 700 ABONNES

ARRÊT FLASH x AEF



LA FORMATION EN LIGNE JEU DE POSITION

The image shows a grid of 12 cards, each representing a module of the online formation:

- INTRODUCTION**: # INTRODUCTION. Présentation de la formation, et déjà vos premiers travaux ! 100% completion. 6 leçons | 9 étapes.
- LE POSITIONNEMENT**: MODULE I. LE POSITIONNEMENT GLOBAL. Première partie théorique avec une notion fondamentale, les espaces de jeu. 100% completion. 6 leçons | 7 étapes.
- L'ESPACE DE PROGRESSION**: MODULE II. L'ESPACE DE PROGRESSION. Espace le plus important du jeu de position, l'espace de progression et sa recherche de l'homme libre méritent toute votre attention ! 100% completion. 9 leçons | 10 étapes.
- L'ESPACE DE PROFONDEUR**: MODULE III. L'ESPACE DE PROFONDEUR. Parce que la finalité restera toujours d'aller marquer des buts ! 0% completion. 7 leçons | 8 étapes.
- L'ESPACE D'INITIATION**: MODULE IV. L'ESPACE D'INITIATION. L'importance de bien sortir les ballons pour se rendre la tâche plus facile ensuite ! 0% completion. 3 leçons | 4 étapes.
- LA SECONDE ANALYSE**: # LE DEBRIEFING DES SORTIES DE BALLE. Reprenez vos notes de départ, on analyse ensemble les sorties de balle ! 0% completion. 1 leçon | 1 étape.
- LE CONTRE PRESSING**: MODULE V. LE CONTRE PRESSING. Focus sur une notion fondamentale de la philosophie du jeu de position. 0% completion. 2 leçons | 3 étapes.
- PRENONS DU RECUL !**: # PRENONS DU RECUL. 0% completion. 2 leçons | 3 étapes.
- L'ENTRAINEMENT**: MODULE VI. S'ENTRAINER AU JEU DE POSITION. Maintenant que nous avons toutes les billes théoriques, comment l'entrainer avec votre groupe ? 0% completion. 6 leçons | 7 étapes.



FORMATION JEU DE POSITION

LES RETOURS SUR LA FORMATION



 Cédric ARTHON

 17 décembre 2024

Un must have !

Je ne maîtrisais pas véritablement le jeu de position, du coup j'étais approximatif dans mes consignes et explicat... [Afficher plus](#)

 Romain Auffray

 17 décembre 2024

Super accessible !

Déjà au fait de vos différentes présentations sur le jeu de position Ebook et vidéos j'étais curieux de voir ce qu... [Afficher plus](#)

 Olivier Bonnaud

 8 décembre 2024

Juste parfaite !

Je me suis intéressé à cette formation sur le jeu de position car j'avais un véritable manque de connaissances sur... [Afficher plus](#)



Moyenne générale : 4,98/5

Plus de 200 évaluations depuis 2025

ARRÊT FLASH x AEF



LA FORMATION EN LIGNE JEU DE POSITION

The image displays a grid of 12 cards, each representing a module of the online training program. The modules are arranged in three rows of four. Each card features a small thumbnail image of a soccer field, the module title in bold yellow text, a brief description, and a progress bar indicating completion status.

- INTRODUCTION**
INTRODUCTION
Présentation de la formation, et déjà vos premiers travaux !
100%
6 leçons | 9 étapes
- LE POSITIONNEMENT**
MODULE I. LE POSITIONNEMENT GLOBAL
Première partie théorique avec une notion fondamentale, les espaces de jeu
100%
6 leçons | 7 étapes
- L'ESPACE DE PROGRESSION**
MODULE II. L'ESPACE DE PROGRESSION
Espace le plus important du jeu de position, l'espace de progression et sa recherche de l'homme libre méritent toute votre attention !
100%
9 leçons | 10 étapes
- L'ESPACE DE PROFONDEUR**
MODULE III. L'ESPACE DE PROFONDEUR
Parce que la finalité restera toujours d'aller marquer des buts !
0%
7 leçons | 8 étapes
- L'ESPACE D'INITIATION**
MODULE IV. L'ESPACE D'INITIATION
L'importance de bien sortir les ballons pour se rendre la tâche plus facile ensuite !
0%
3 leçons | 4 étapes
- LA SECONDE ANALYSE**
LE DEBRIEFING DES SORTIES DE BALLE
Reprenez vos notes de départ, on analyse ensemble les sorties de balle !
0%
1 leçon | 1 étape
- LE CONTRE PRESSING**
MODULE V. LE CONTRE PRESSING
Focus sur une notion fondamentale de la philosophie du jeu de position
0%
2 leçons | 3 étapes
- PRENONS DU RECUL !**
PRENONS DU RECUL
0%
2 leçons | 3 étapes
- L'ENTRAINEMENT**
MODULE VI. S'ENTRAINER AU JEU DE POSITION
Maintenant que nous avons toutes les billes théoriques, comment l'entrainer avec votre groupe ?
0%
6 leçons | 7 étapes

-30%

Code PROMO : « AEFFORMJDP »

ARRÊT FLASH x AEF



PACK ELITE OU UN LIVRE EN PARTICULIER



Un des sept livres numériques du catalogue à l'unité :

- Le jeu de position
- Le poste d'attaquant
- Le système de jeu 442
- Le système de jeu 343
- Le guide clé en main U16/U18
- Le guide clé en main U11/U13
- Les systèmes de jeu à 8

-15%

Code PROMO : « AEFLIVRES »

ARRÊT FLASH x AEF



COMMENT ENTRER LE CODE PROMO ?

ARRÊT FLASH

Accueil Qui sommes-nous ? Nos produits Ressources gratuites Pour les clubs Le Blog Contact 1

33,00 € 26,00 €
Promotion -20% maintenant !

Devenez expert du Jeu de Position !

Pourquoi Guardiola, De Zerbi, Arteta et tant d'autres sont des coachs qui gagnent avec style ? Car ils maîtrisent à merveille le jeu de POSITION ! À VOTRE tour, devenez un SPÉCIALISTE du jeu de Position avec le guide COMPLET de ce que sont les positions dans le jeu de football, rédigé en langue française par notre spécialiste du sujet !

Ajouter au panier

Acheter avec G Pay

<https://arretflash.com/wp-content/uploads/2024/10/LE-JEU-DE-POSITION.webp>

1

Ajouter votre article au panier

ARRÊT FLASH

Accueil Qui sommes-nous ? Nos produits Ressources gratuites Pour les clubs Le Blog Contact 1

Panier

Produit	Prix	Quantité	Sous-total
x LE JEU DE POSITION	26,00 €	1	26,00 €

Totaux du panier

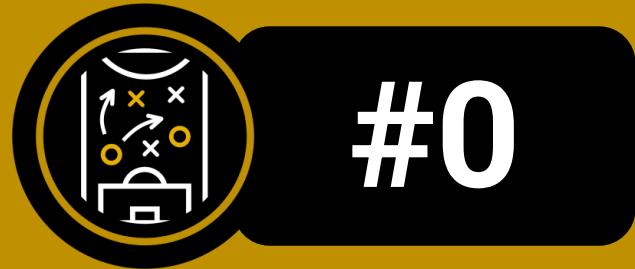
Sous-total	26,00 €
Total	26,00 € (dont 1,36 € TVA)

Passer à la commande

Acheter avec G Pay

2

Rentrer le code promo



PREAMBULE L'INTERVENTION

FORMATION JEU DE POSITION

POURQUOI UNE FORMATION SUR LE JEU DE POSITION ?



ARRÊT
FLASH

Une philosophie qui est passionnante, adulée ou controversée
Après les vidéos et le livre, volonté d'aller encore plus loin



Sujet peu traité dans la littérature française



Complémentaire des formations FFF

FORMATION JEU DE POSITION

LE JEU DE POSITION POUR MOI



Le jeu de Position pour moi...

Août 2016 : Recherche de ressources car manque de précisions dans mon enseignement sur les milieux de terrain

Pas assez précis et pas assez fin dans les comportements attendus

En parallèle, lecture du livre de Guardiola « La Métamorphose »



ARRÊT
FLASH

A changé ma façon de voir et entraîner le foot

- Une révélation en terme de compréhension et précision
- Une transformation énorme dans ma manière d'enseigner

FORMATION JEU DE POSITION

PREAMBULE



« Supériorité socio-affective, espace de coopération, zone d'initiation etc?

Pfff, je n'ai jamais entendu ces mots de la bouche de Guardiola. »

Nicolas Jover dans Vestiaires Magazine

Adjoint de Mikel Arteta, ex adjoint de Pep Guardiola



ARRET
FLASH

FORMATION JEU DE POSITION

INTRODUCTION



ARRET
FLASH

Des concepts simples à comprendre...

... mais compliqués à mettre en place et à entraîner

FORMATION JEU DE POSITION

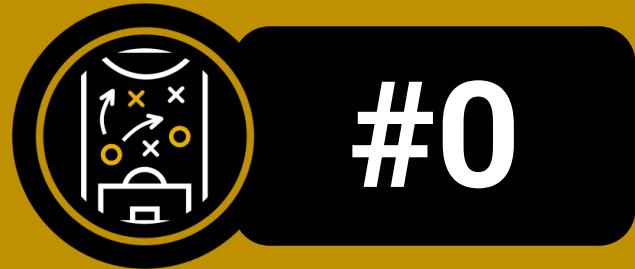
INTRODUCTION

L'OBJECTIF DE L'INTERVENTION?

- Donner un aperçu de la philosophie du jeu de position
 - Transmettre de manière simple et imagée les concepts
 - Nécessité de faire des choix pour coller au format de la soirée
-
- Je ne me considère pas comme expert, mais je me suis beaucoup documenté
 - Beaucoup de littérature en espagnol



ARRET
FLASH



LE JEU DE POSITION

FORMATION JEU DE POSITION

INTRODUCTION



ARRET
FLASH

DEFINITION INTERNET :

Le jeu de position en football est une stratégie tactique qui met l'accent sur le contrôle et la possession du ballon.

Dans cette approche, les équipes cherchent à maintenir la possession du ballon en le faisant circuler entre les joueurs, en se déplaçant de manière fluide et en utilisant des passes courtes et précises pour avancer vers le but adverse.

FORMATION JEU DE POSITION

INTRODUCTION



« 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



ARRET
FLASH



HISTOIRE
ET PHILOSOPHIE

FORMATION JEU DE POSITION

INTRODUCTION



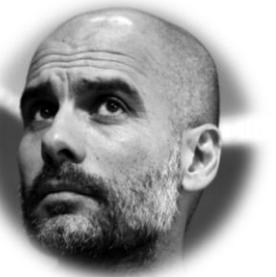
RINUS MICHELS

Les racines du jeu de position avec le football total



JOHANN CRUYFF

Le football total mêlé aux principes de jeu du Barca



ARRET
FLASH

FORMATION JEU DE POSITION

INTRODUCTION

POSTULAT DE DEPART

JEU DE POSITION

\neq

JEU DE POSSESSION



ARRET
FLASH

FORMATION JEU DE POSITION

INTRODUCTION

JEU DE POSSESSION

=

PASSES SANS REEL OBJECTIF



JEU DE POSITION

=

PASSES OU CONDUITE POUR FIXER DANS UNE ZONE

->

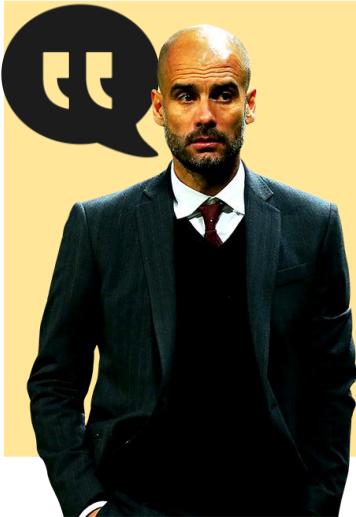
JOUER DANS L'ESPACE LIBERE PAR L'ADVERSAIRE



ARRET
FLASH

FORMATION JEU DE POSITION

INTRODUCTION



«**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. »

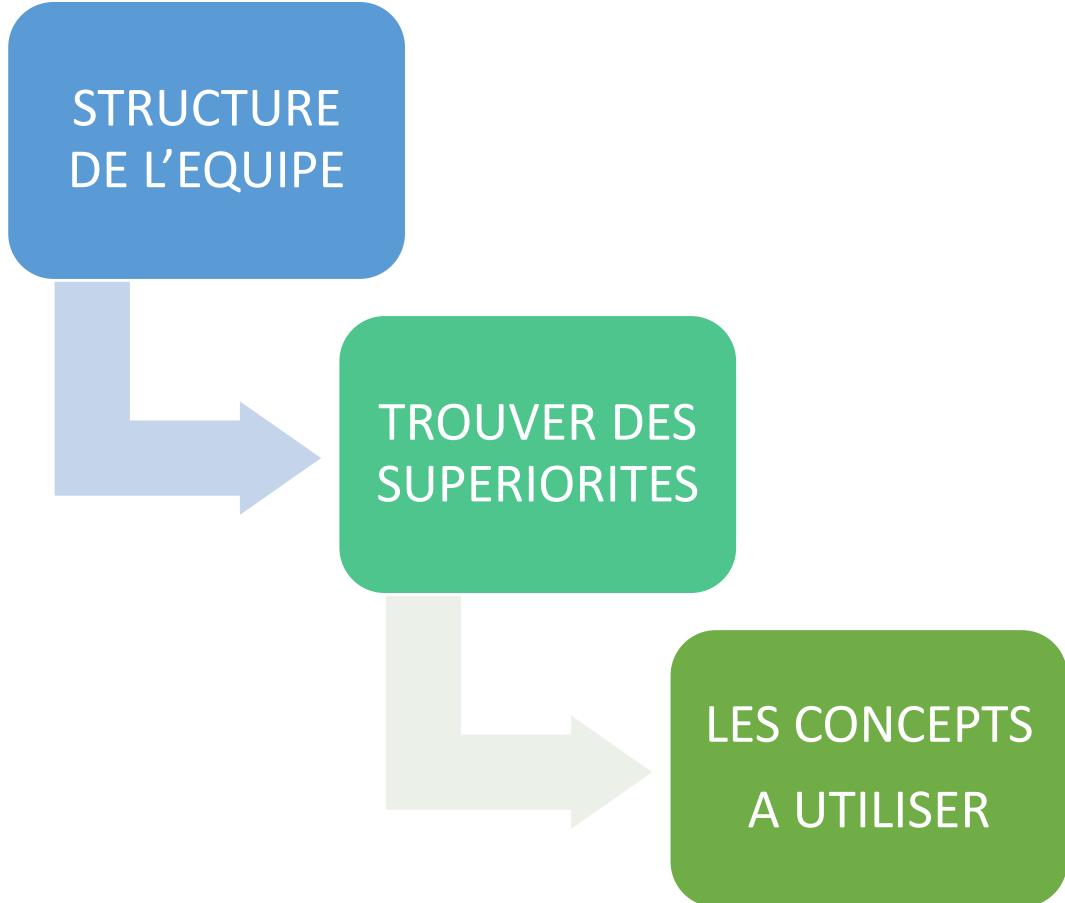
Pep Guardiola



ARRET
FLASH

FORMATION JEU DE POSITION

INTRODUCTION



ARRET
FLASH

FORMATION JEU DE POSITION

INTRODUCTION



ARRET
FLASH

1 – LES ESPACES

Comprendre et identifier les espaces de jeu

2 – L'ESPACE DE PROGRESSION

La recherche de l'homme libre

3 – ENTRAINER

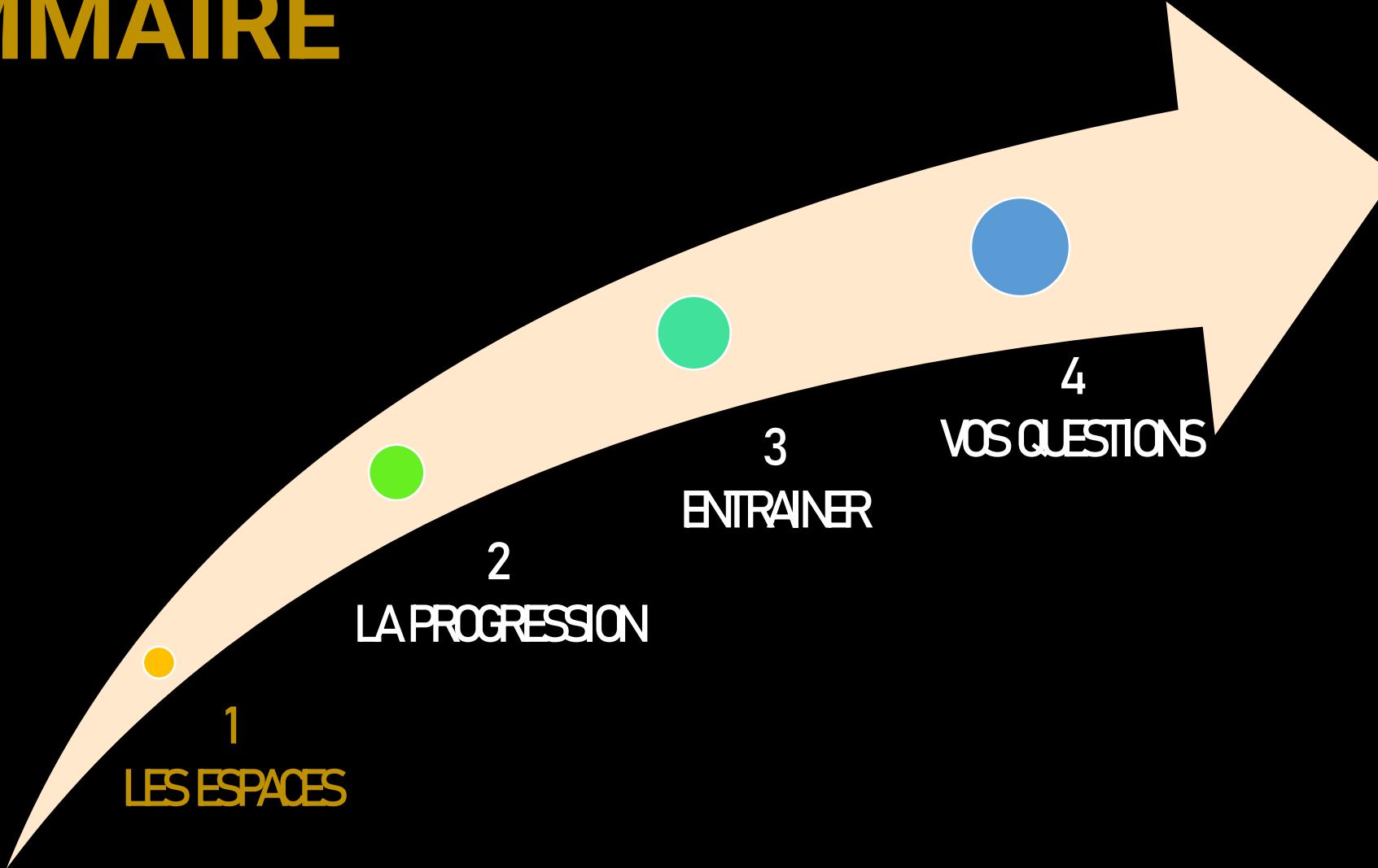
Mettre en pratique le jeu de position

4 – QUESTIONS

Répondre à vos problématiques



SOMMAIRE





#0

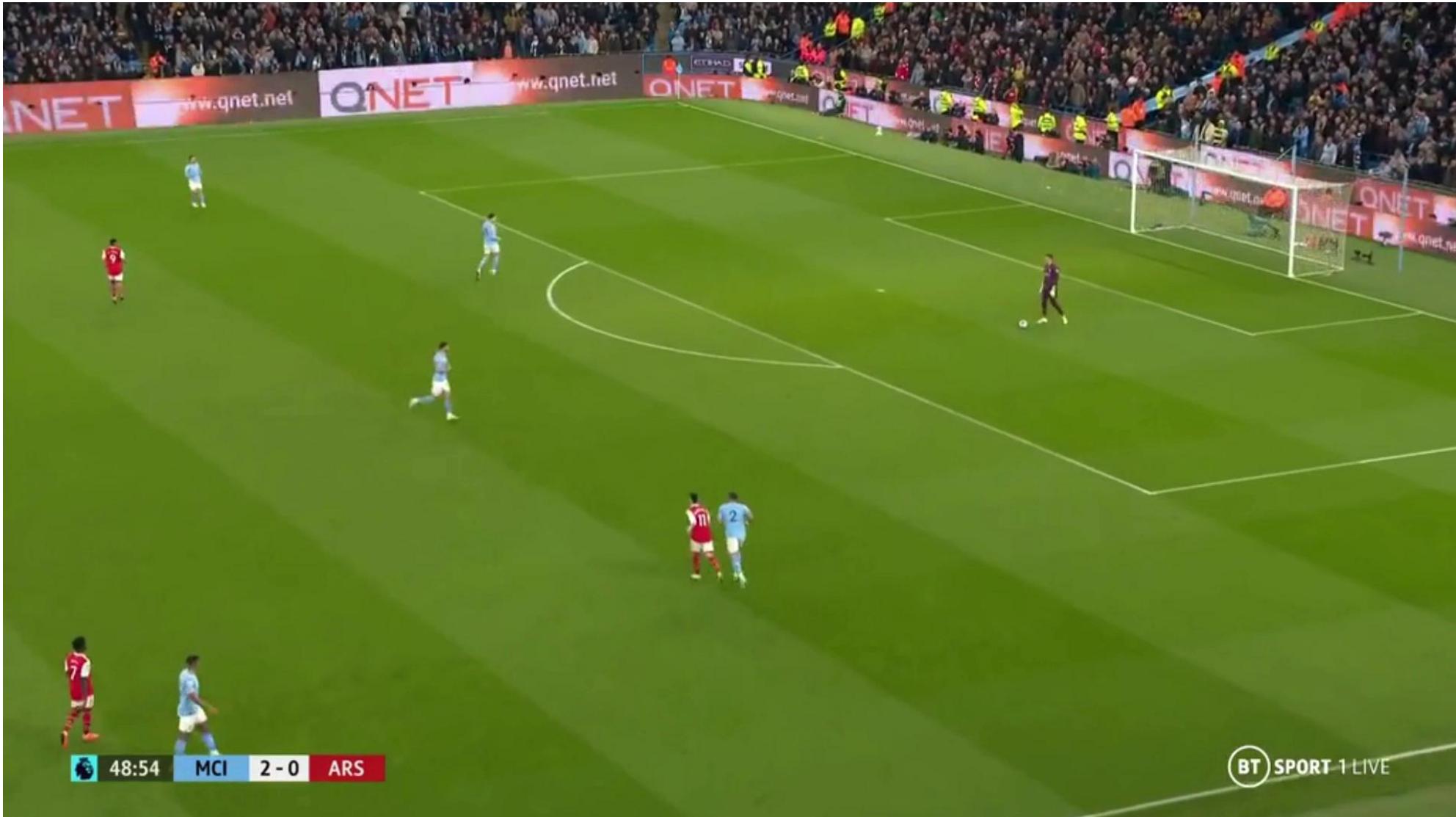
A VOUS
DE JOUER !

FORMATION JEU DE POSITION

INTRODUCTION



ARRET
FLASH



FORMATION JEU DE POSITION

INTRODUCTION



ARRET
FLASH



FORMATION JEU DE POSITION

INTRODUCTION



ARRET
FLASH





« Pour moi le jeu de position, au-delà de la position que chacun doit occuper, c'est avant tout la lecture des espaces. Ces espaces on doit les comprendre, les utiliser, les occuper, les libérer ou les créer pour son propre bénéfice.»



Carlos Martinez Novell
Toulouse Football Club



#1

LES DIFFÉRENTS ESPACES

FORMATION JEU DE POSITION

LES DIFFÉRENTS ESPACES



ARRET
FLASH

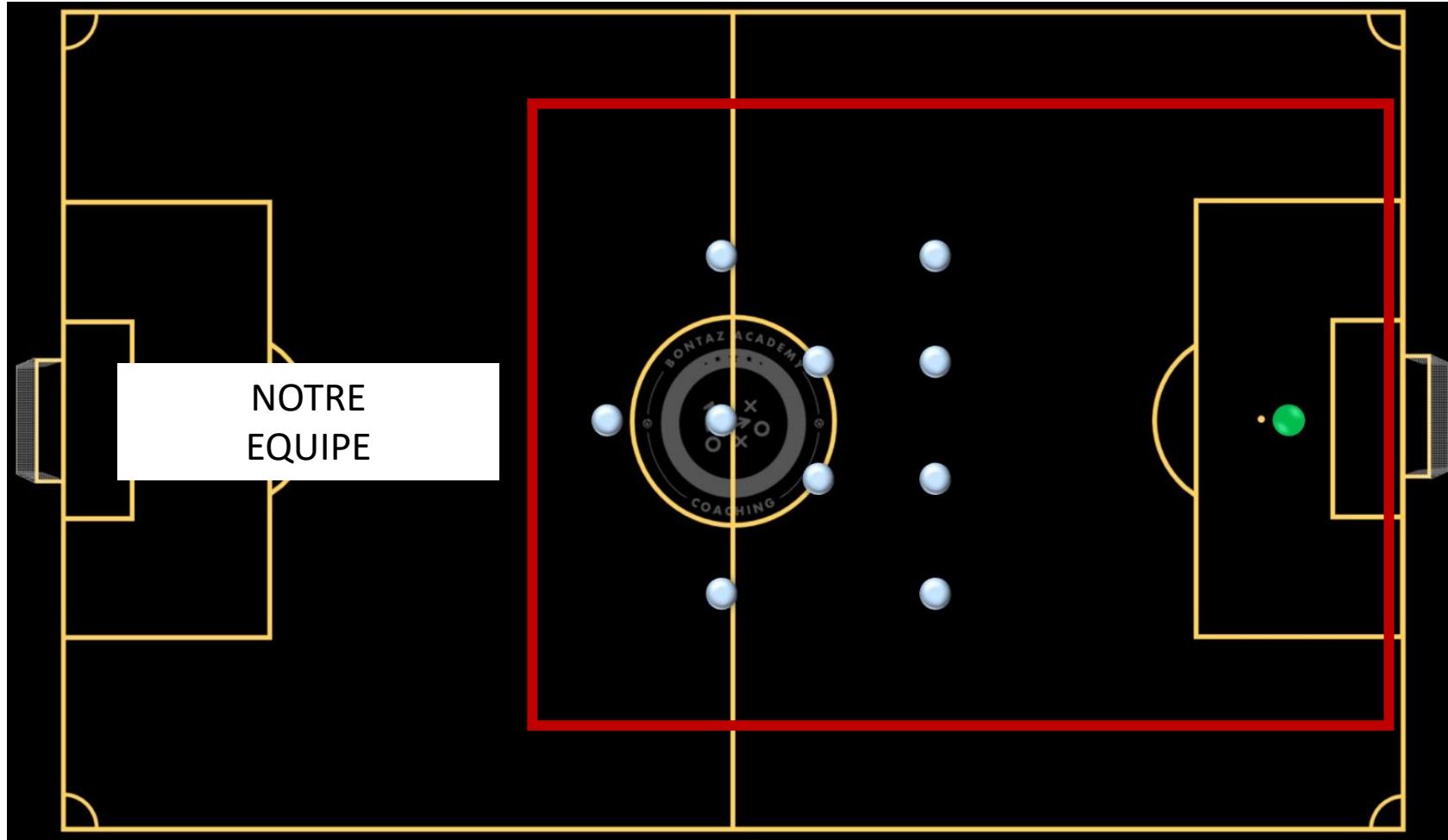
3

ESPACES À CONNAÎTRE

- L'ESPACE D'INITIATION (CONSERVATION)
- L'ESPACE DE PROGRESSION
- L'ESPACE DE PROFONDEUR (DÉSÉQUILIBRE)

FORMATION JEU DE POSITION

LES DIFFÉRENTS ESPACES



ARRET
FLASH

FORMATION JEU DE POSITION

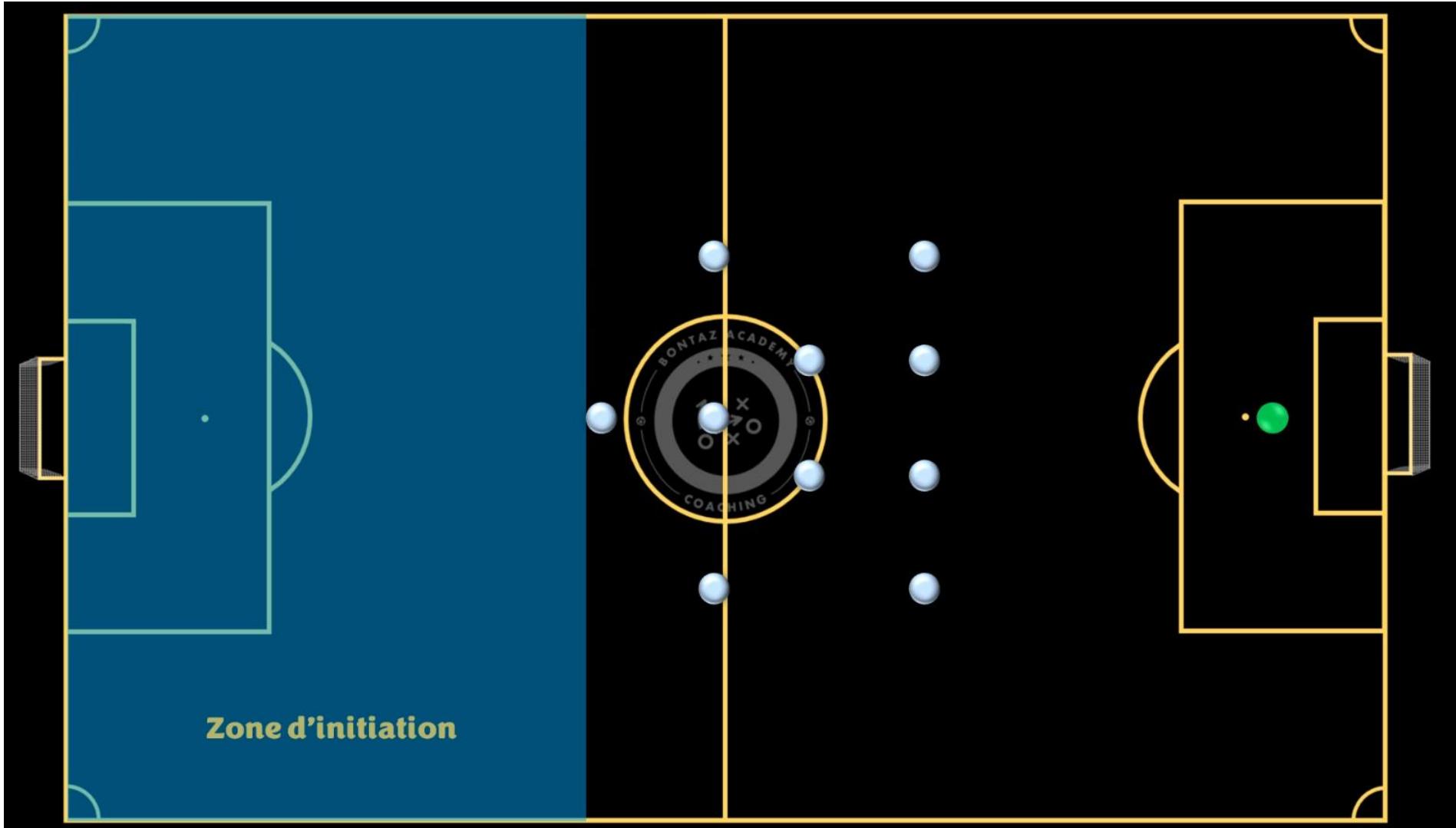
LES DIFFÉRENTS ESPACES



ARRET
FLASH

FORMATION JEU DE POSITION

LES DIFFÉRENTS ESPACES



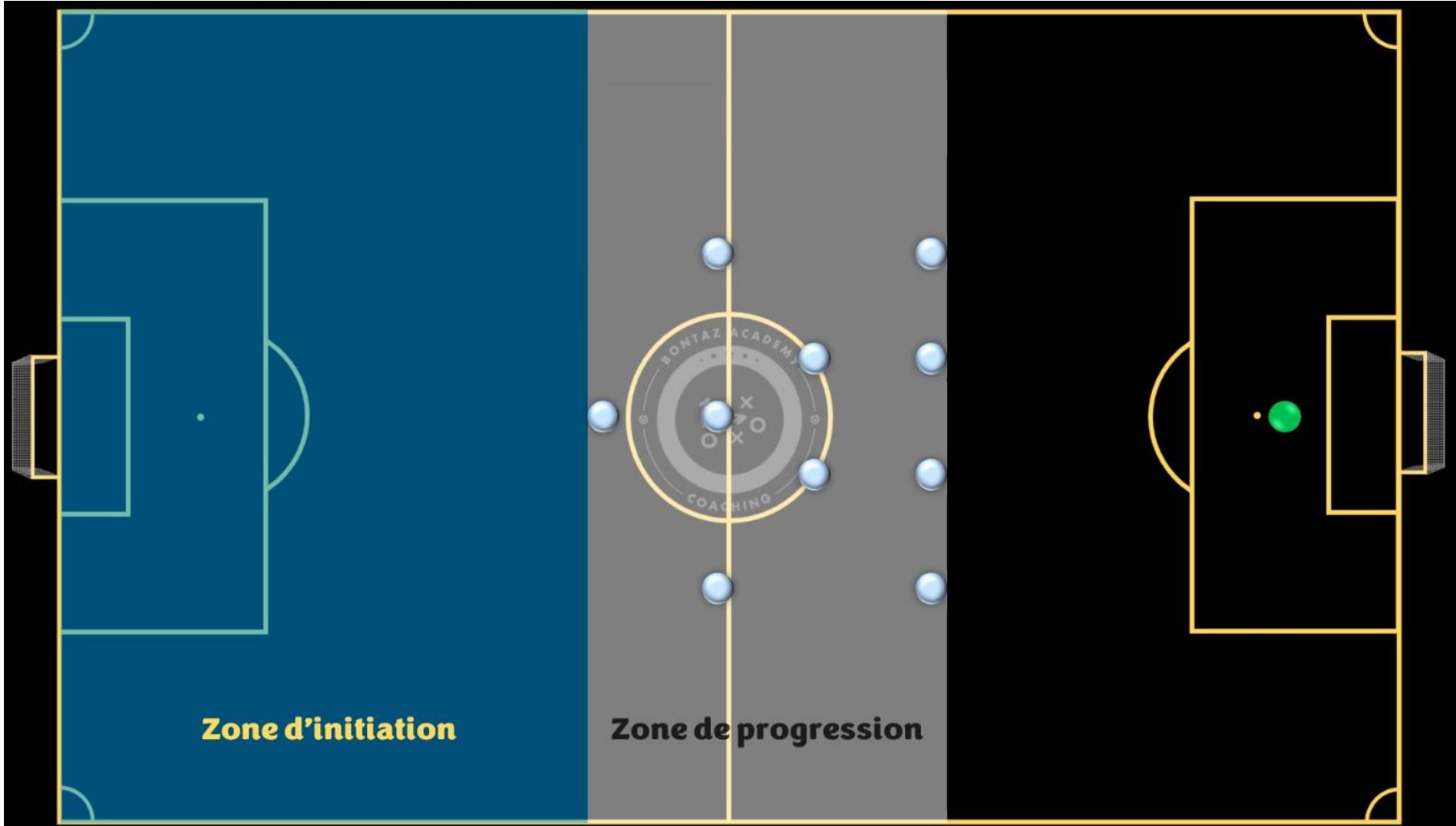
La zone d'initiation représente la zone qui se situe de notre gardien jusqu'aux attaquants adverses



ARRET
FLASH

FORMATION JEU DE POSITION

LES DIFFÉRENTS ESPACES



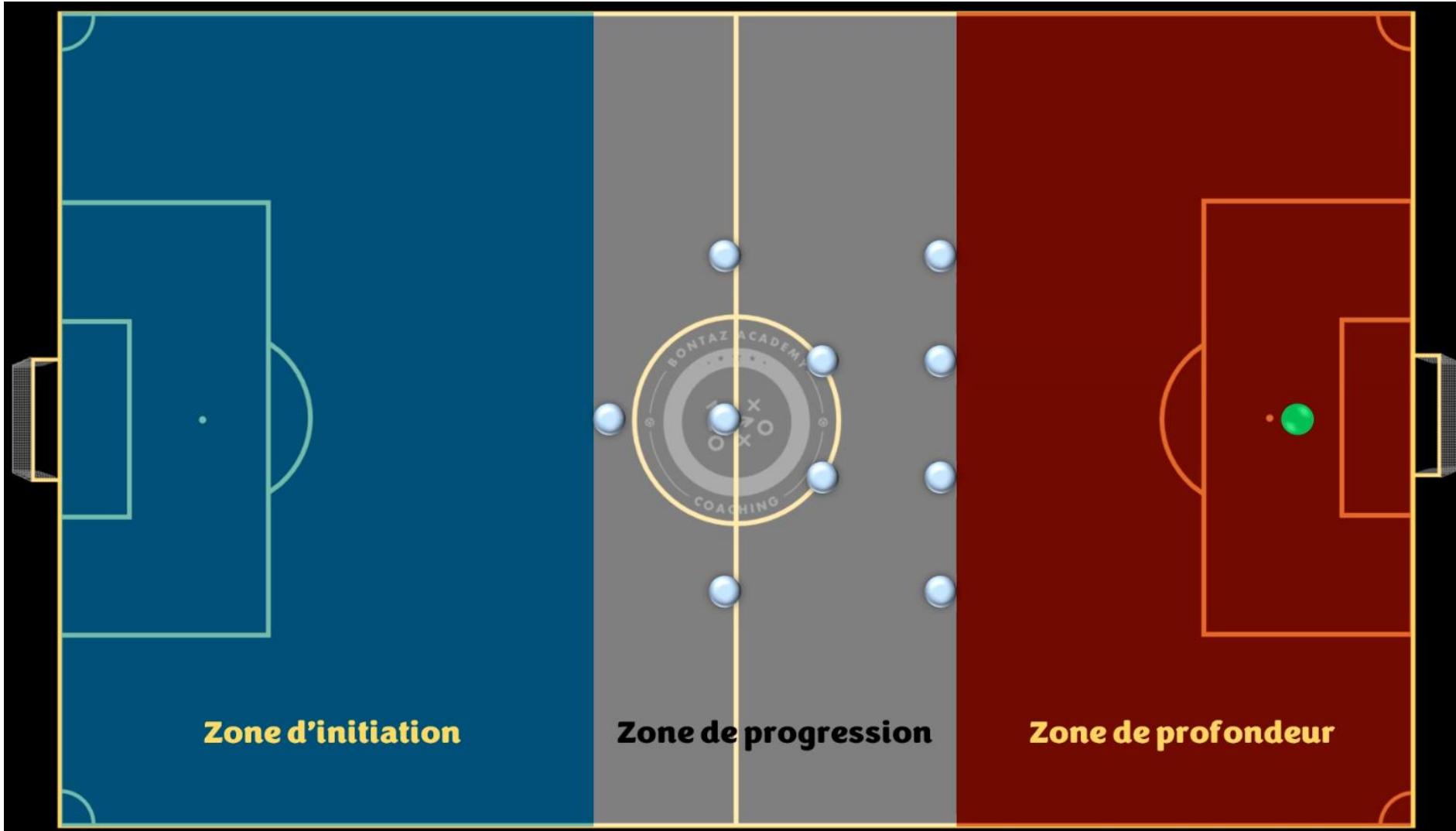
La zone de progression va des attaquants aux défenseurs adverses
= Leur bloc équipe sans le gardien de but



ARRET
FLASH

FORMATION JEU DE POSITION

LES DIFFÉRENTS ESPACES



La zone de profondeur comprend l'espace dans le dos des défenseurs jusqu'au gardien de but

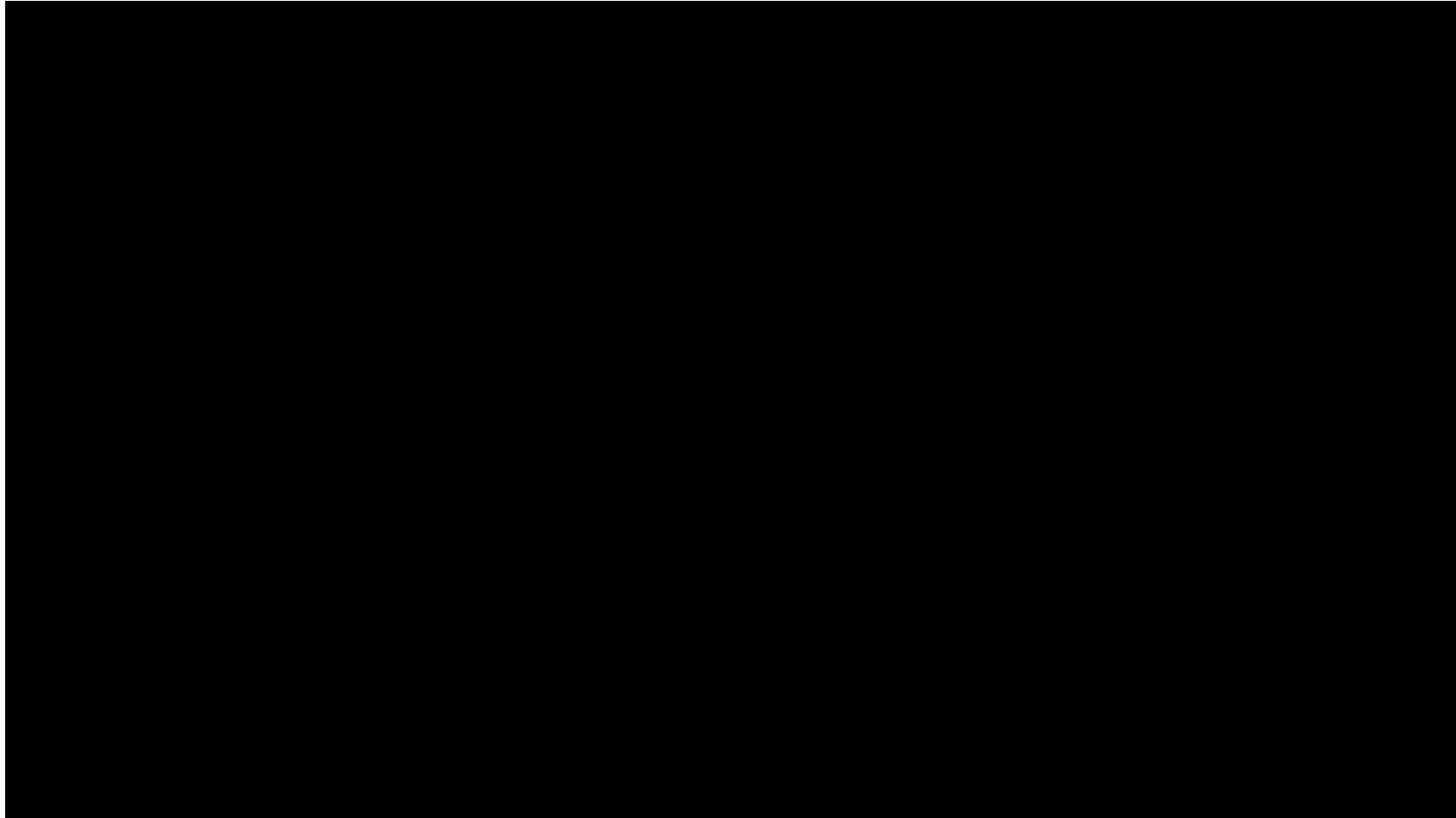


ARRET
FLASH

FORMATION JEU DE POSITION

LES DIFFÉRENTS ESPACES

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



ARRET
FLASH



**DES ESPACES
DYNAMIQUES**

FORMATION JEU DE POSITION

LES DIFFÉRENTS ESPACES



ARRET
FLASH

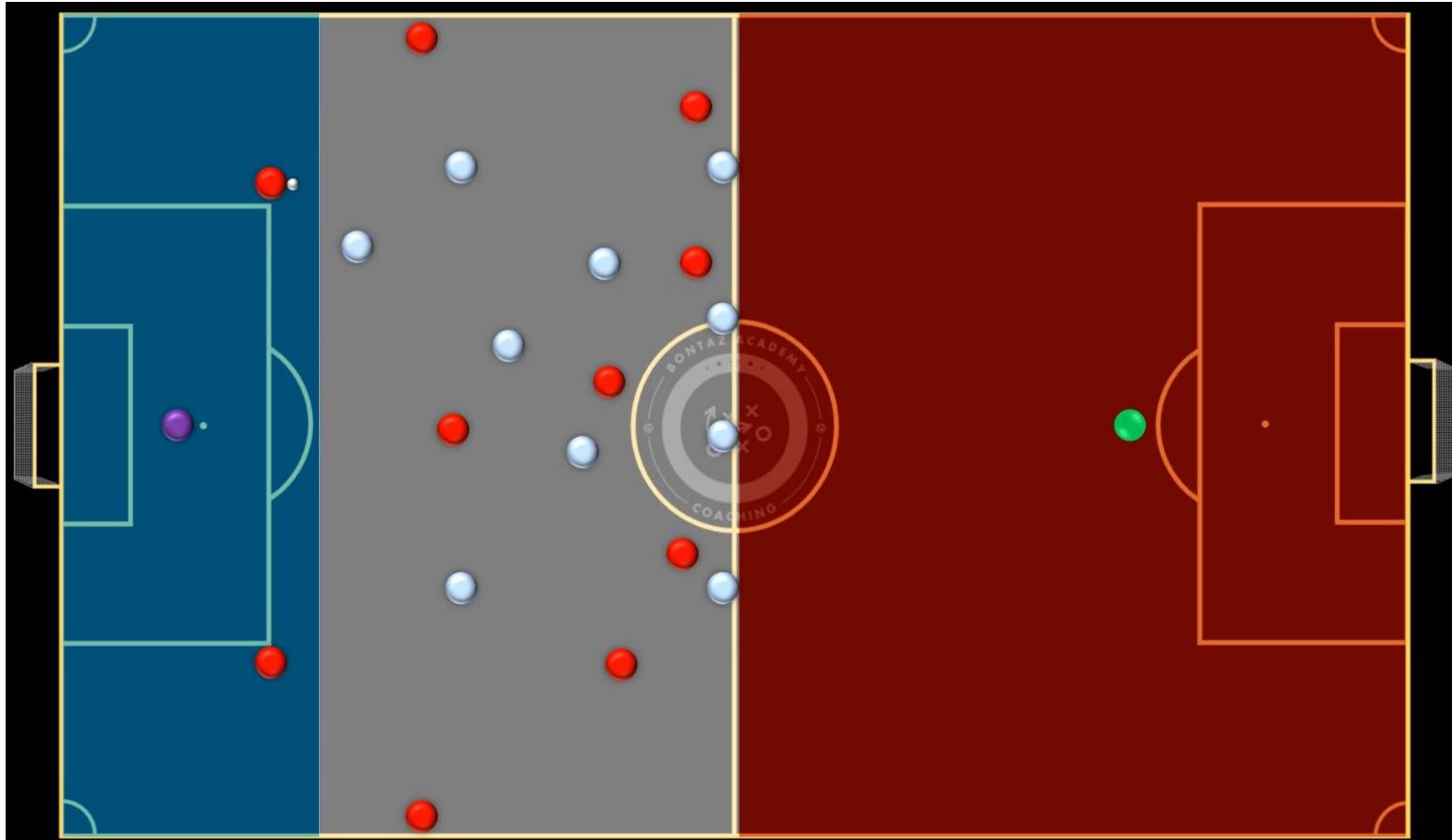
FORMATION JEU DE POSITION

LES DIFFÉRENTS ESPACES



ARRET
FLASH

RAPPORTS DE FORCE - TROUVER LES FORCES ET FAIBLESSES



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

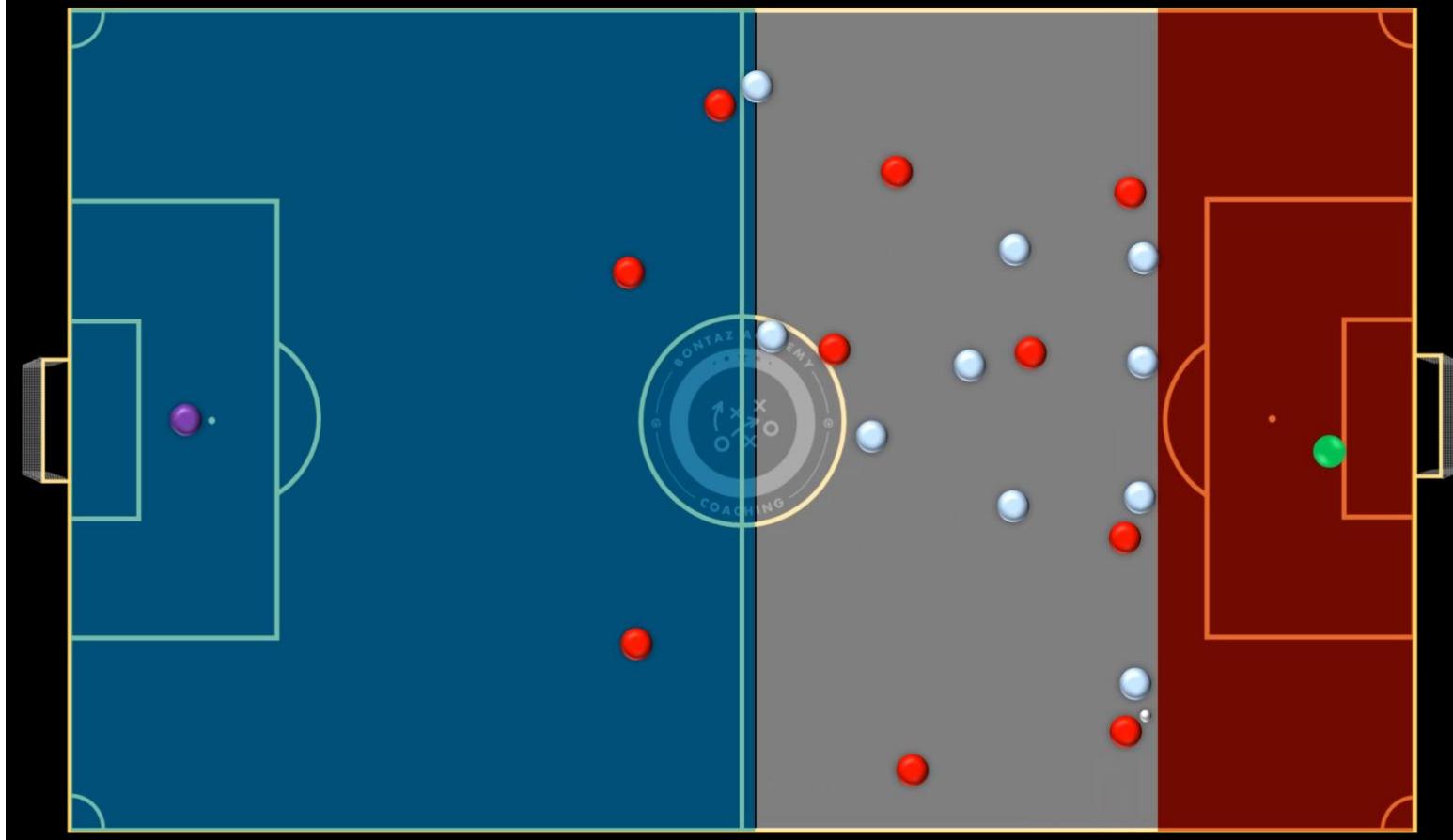
FORMATION JEU DE POSITION

LES DIFFÉRENTS ESPACES



ARRET
FLASH

RAPPORTS DE FORCE - TROUVER LES FORCES ET FAIBLESSES



A l'inverse, sur un bloc bas, l'espace de profondeur est très faible.



**UN EXEMPLE
GLOBAL**

FORMATION JEU DE POSITION

LES DIFFÉRENTS ESPACES

UN EXEMPLE : LE BAYER LEVERKUSEN 2023/2024

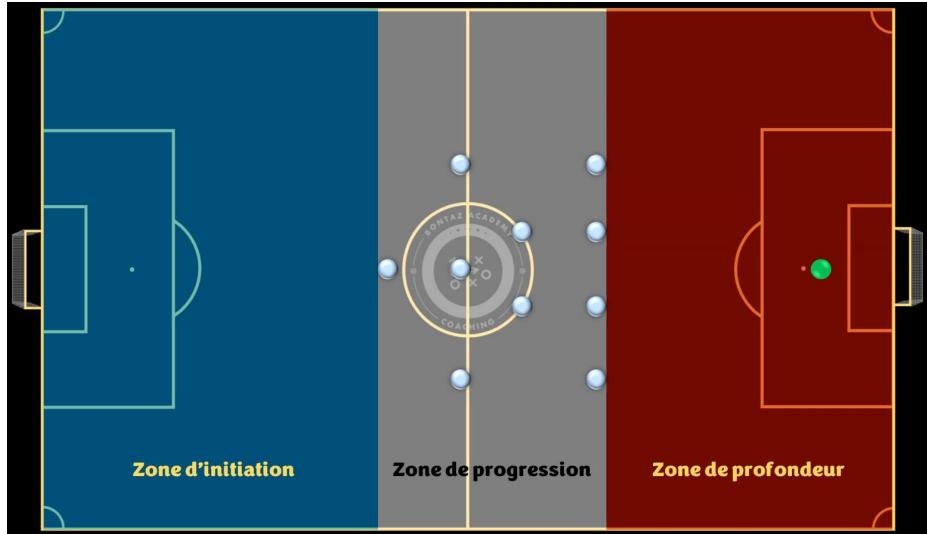


ARRET
FLASH

FORMATION JEU DE POSITION

LES DIFFÉRENTS ESPACES

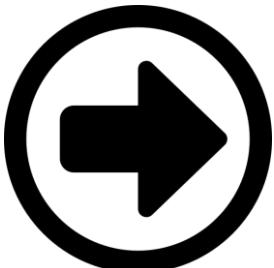
RÉSUMÉ



- **3 espaces à identifier**
- **Des espaces dynamiques**
- **Les identifier pour les exploiter**



ARRET
FLASH



PARTIE 1 – CHAPITRE 2

Agrandir l'espace de jeu
S'étager sur le terrain
Les premiers concepts



#2

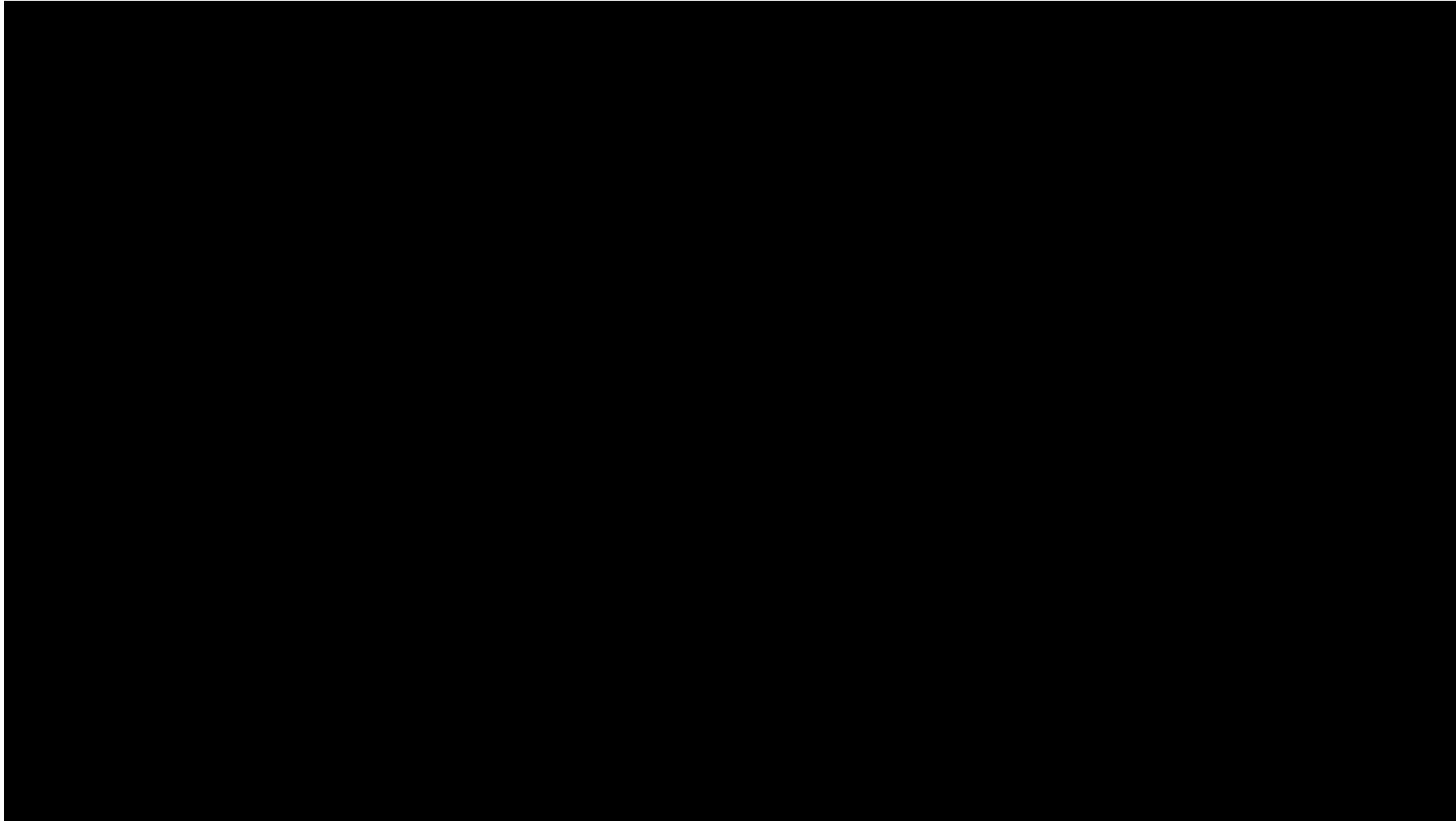
**AGRANDIR
L'ESPACE DE JEU**

FORMATION JEU DE POSITION

LES DIFFÉRENTS ESPACES



ARRET
FLASH



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



POURQUOI AGRANDIR L'ESPACE DE JEU

FORMATION JEU DE POSITION

LES DIFFÉRENTS ESPACES



ARRET
FLASH

FORMATION JEU DE POSITION

LES DIFFÉRENTS ESPACES

ILLUSTRATION 11 CONTRE 11



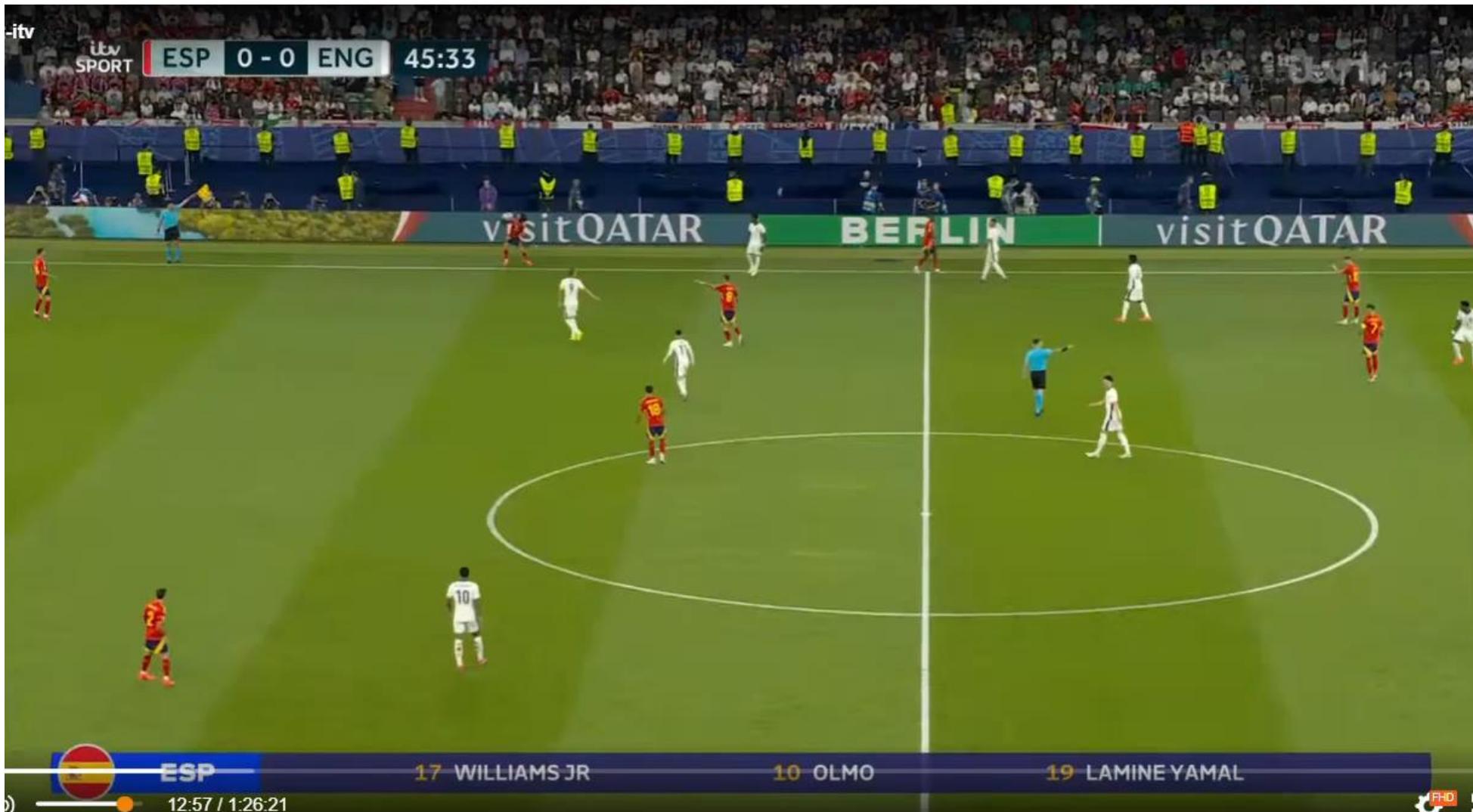
ARRET
FLASH

FORMATION JEU DE POSITION

LES DIFFÉRENTS ESPACES

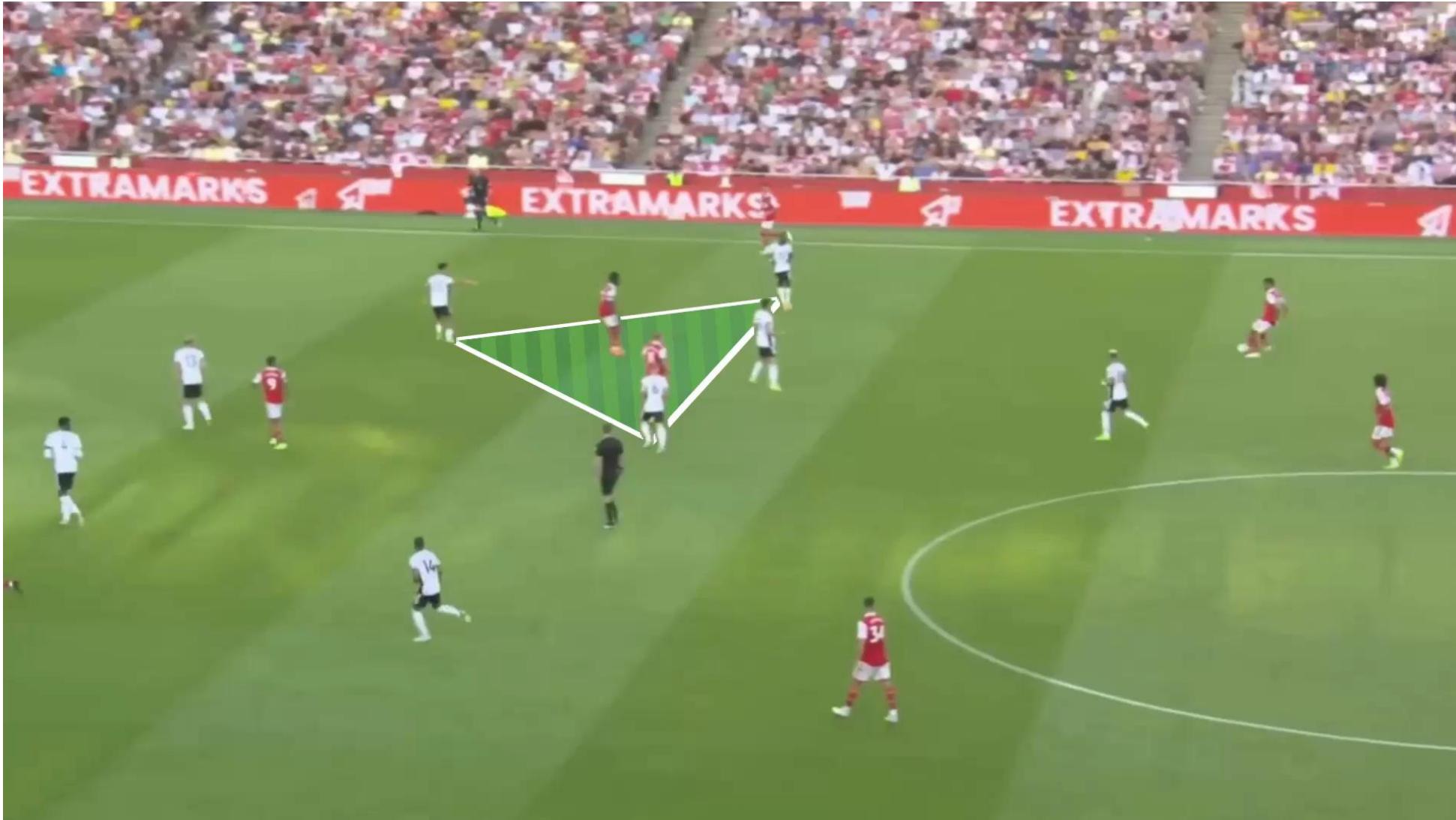


ARRET
FLASH



FORMATION JEU DE POSITION

LES DIFFÉRENTS ESPACES



ARRET
FLASH



**LA LARGEUR
MAIS PAS QUE !**

FORMATION JEU DE POSITION

LES DIFFÉRENTS ESPACES

L'IMPORTANCE DE LA PROFONDEUR



ARRET
FLASH

FORMATION JEU DE POSITION

LES DIFFÉRENTS ESPACES



ARRET
FLASH

FORMATION JEU DE POSITION

LES DIFFÉRENTS ESPACES



ARRET
FLASH



#3

S'ÉTAGER
SUR LE TERRAIN

FORMATION JEU DE POSITION

S'ÉTAGER SUR LE TERRAIN

Cela signifie que les joueurs ne doivent pas être **sur la même ligne horizontale ni verticale**.



ARRET
FLASH

FORMATION JEU DE POSITION

S'ÉTAGER SUR LE TERRAIN



ARRET
FLASH

OBJECTIF :

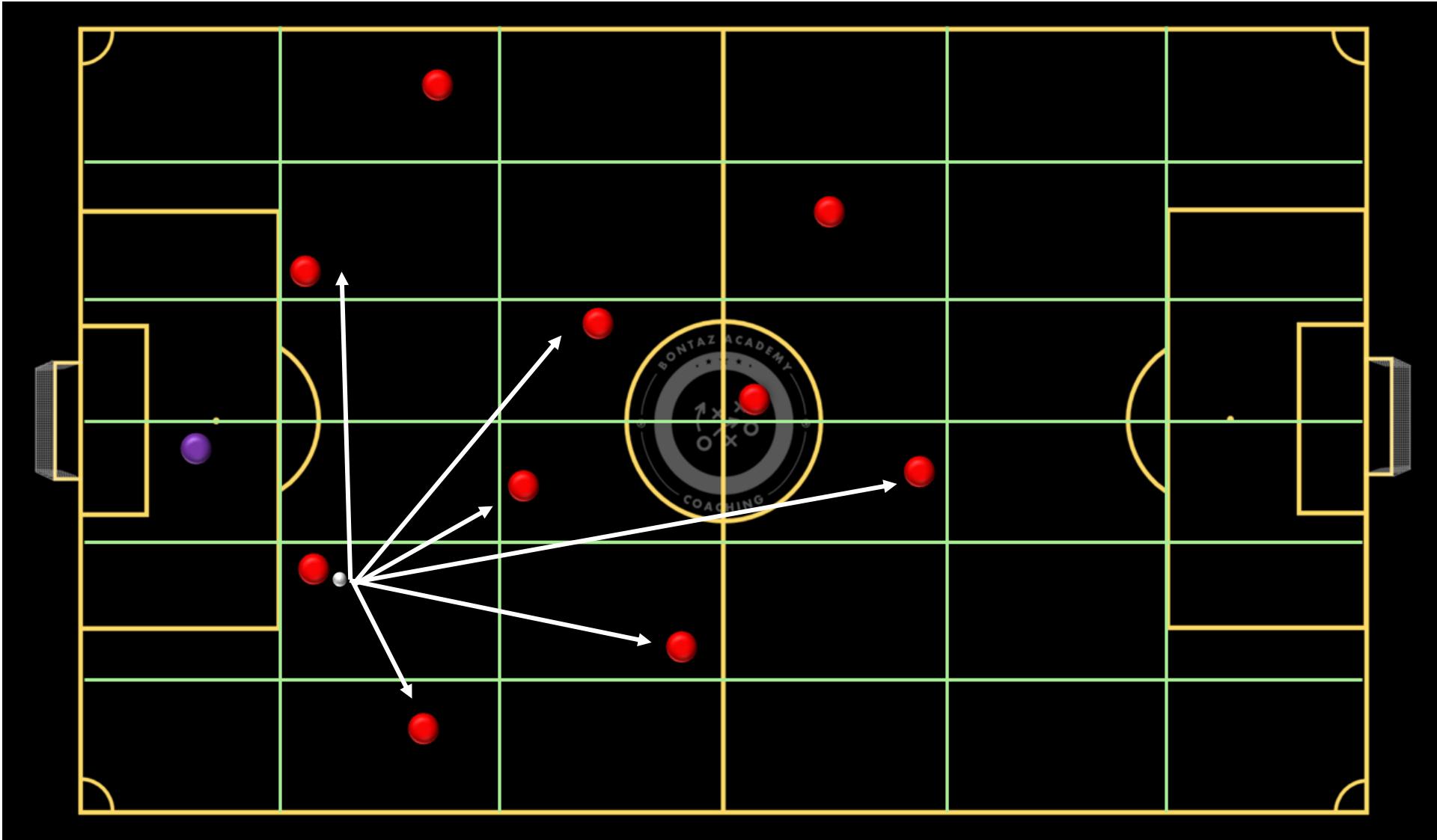
AVOIR LE PLUS DE SOLUTIONS DE PASSES POSSIBLES

FORMATION JEU DE POSITION

S'ÉTAGER SUR LE TERRAIN



ARRET
FLASH

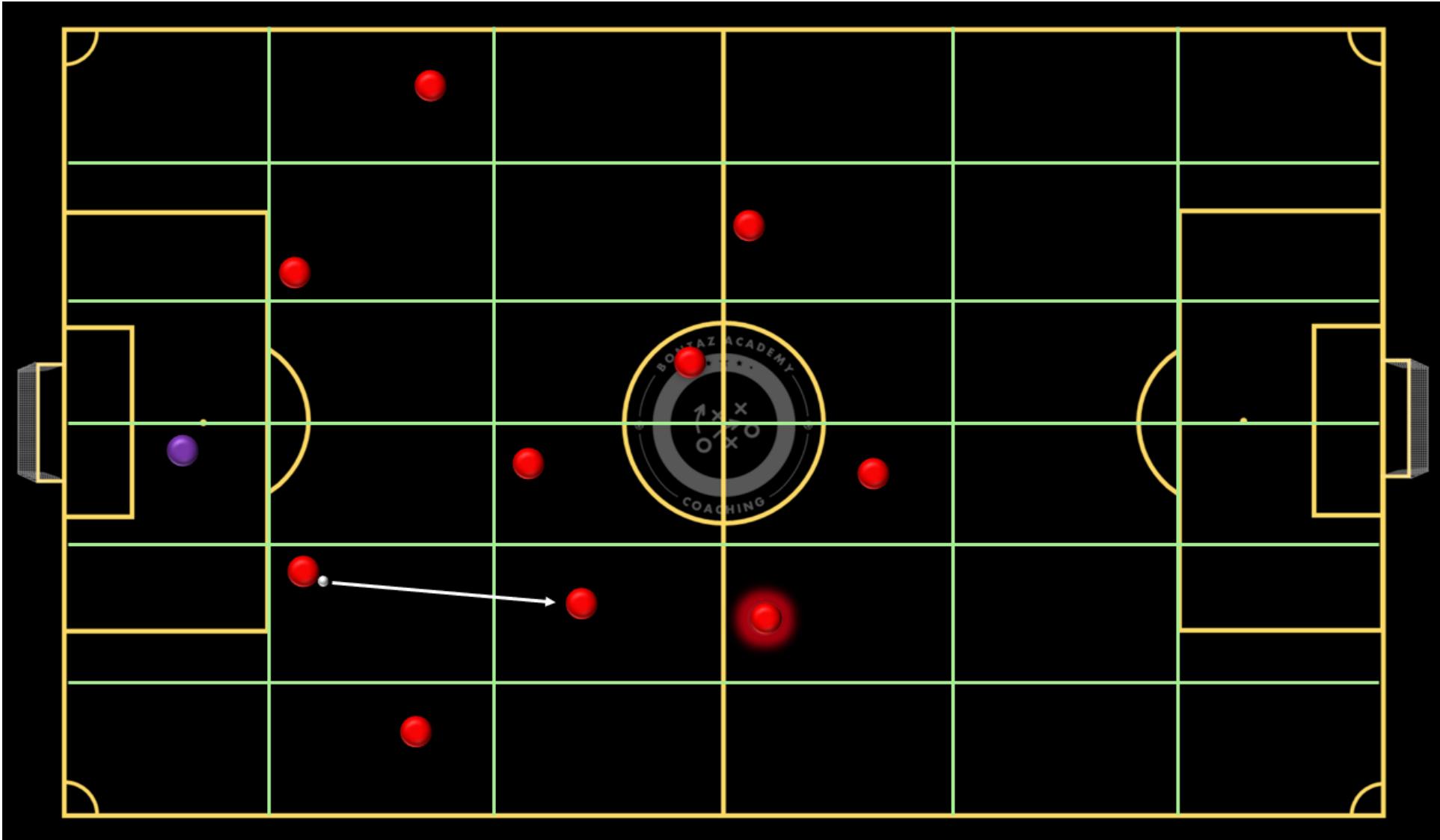


FORMATION JEU DE POSITION

S'ÉTAGER SUR LE TERRAIN



ARRET
FLASH





QUELQUES EXEMPLES

FORMATION JEU DE POSITION

S'ÉTAGER SUR LE TERRAIN

PAS D'ETAGEMENT EN LARGEUR



ARRET
FLASH

FORMATION JEU DE POSITION

S'ÉTAGER SUR LE TERRAIN

PAS D'ETAGEMENT EN PROFONDEUR



ARRET
FLASH



POUR
RÉSUMER

FORMATION JEU DE POSITION

LES DIFFÉRENTS ESPACES



ARRET
FLASH



Agrandir l'espace de jeu et s'étager c'est donc :

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

Avec pour objectifs de :

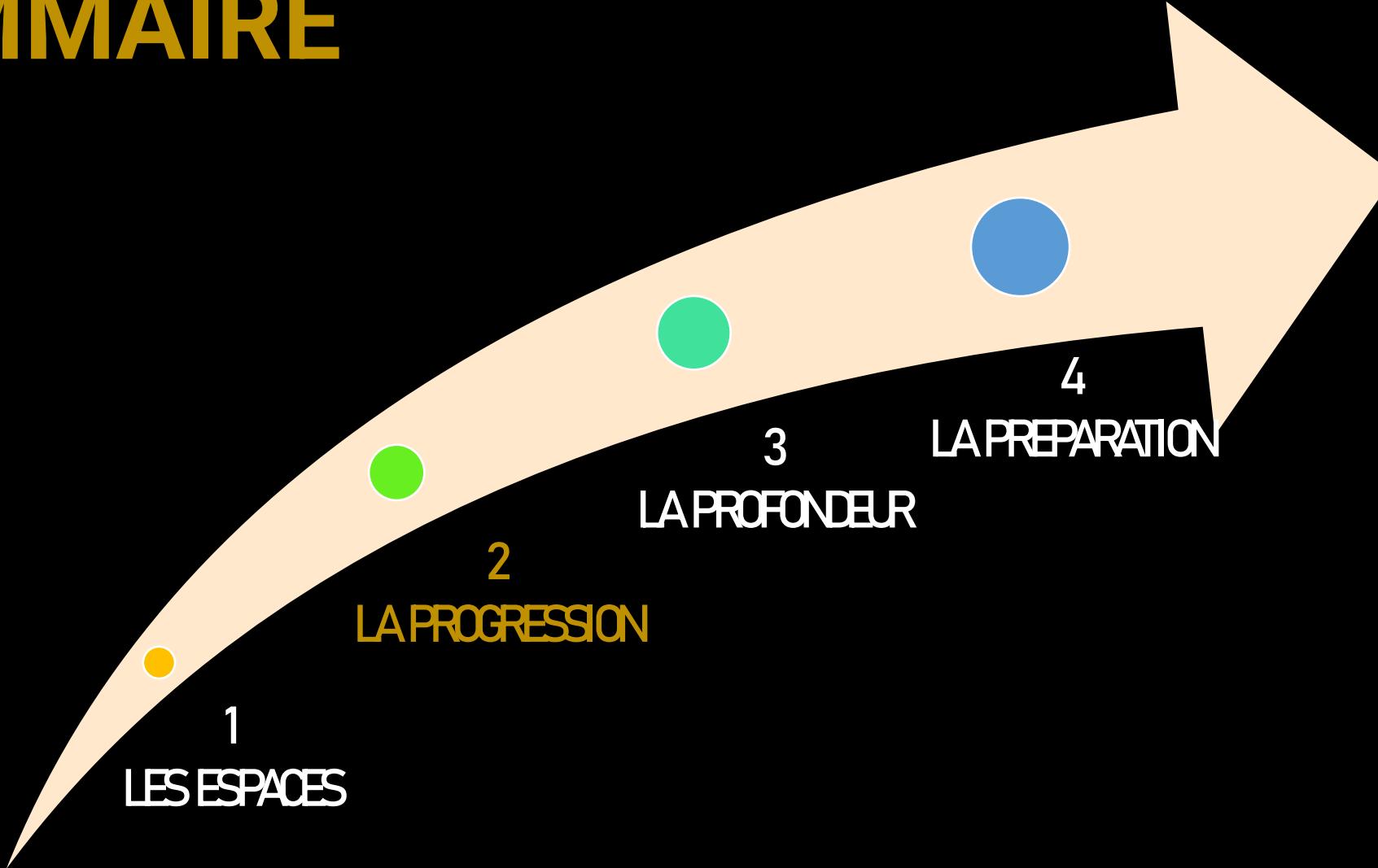
- Créer des espaces dans le bloc adverse
- Et donc amener plus d'incertitudes chez l'adversaire



PARTIE 2 L'espace de progression

La recherche de l'homme libre

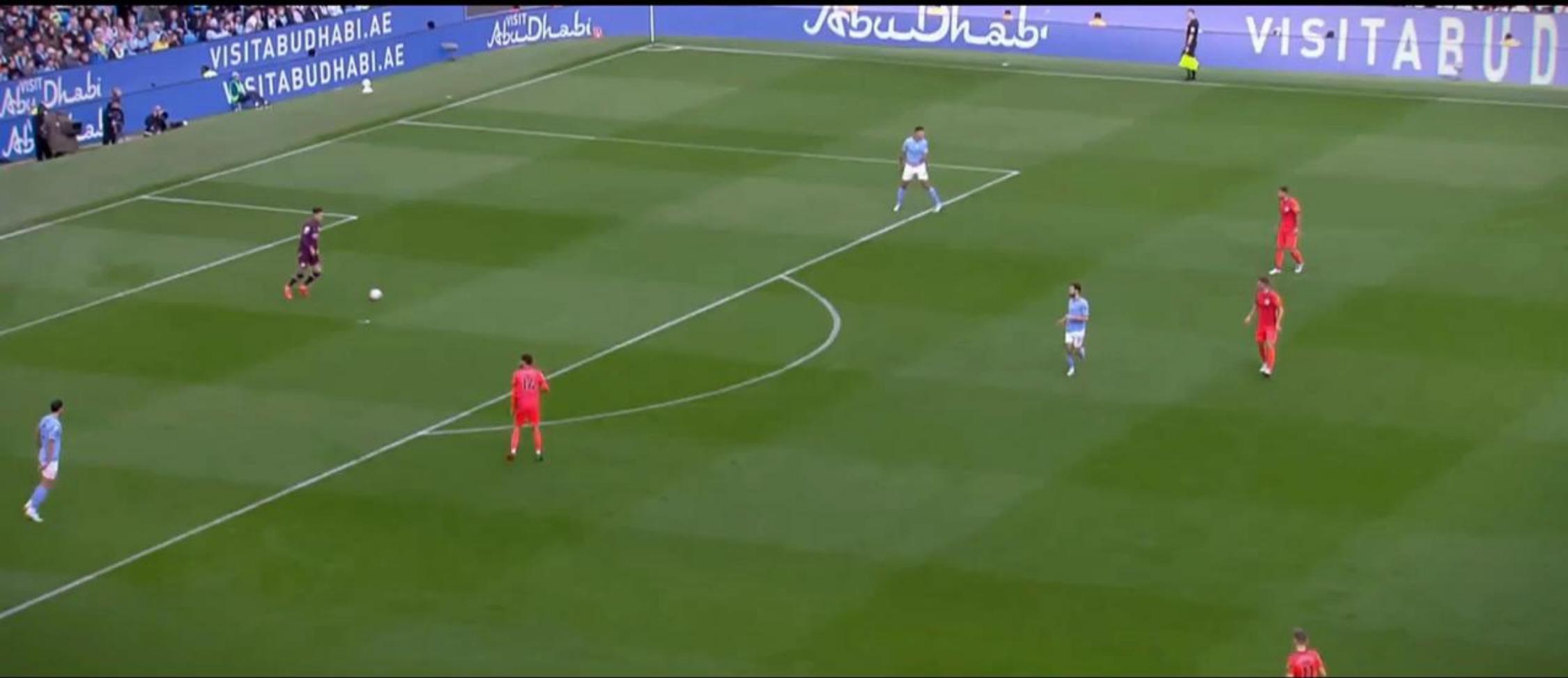
SOMMAIRE



TOUJOURS SE POSER LA QUESTION:

COMMENT ALLER MARQUER?!

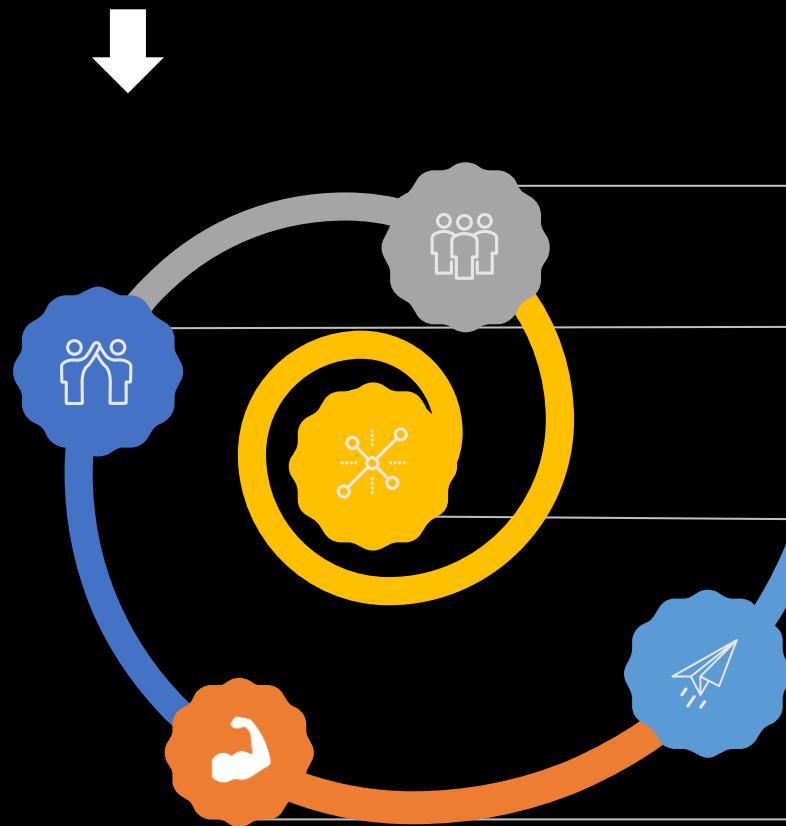
LA PRIORITÉ



SI C'EST PAS POSSIBLE

Espace de profondeur inatteignable

-> Combiner dans **l'espace de progression** pour **trouver une supériorité**



- **Numérique**

Être plus nombreux que l'adversaire

- **Positionnelle**

Être mieux placé que l'adversaire

- **Qualitative**

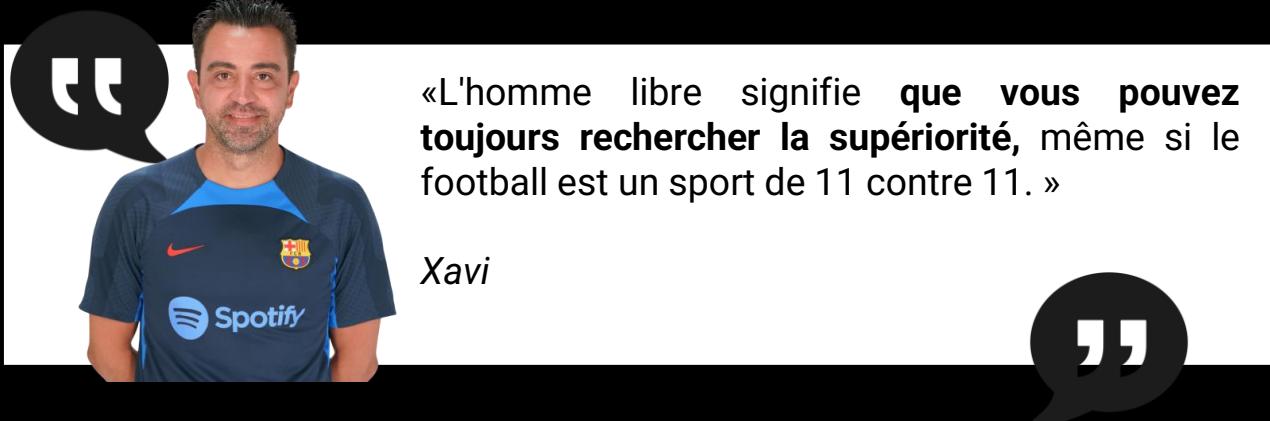
Avoir un meilleur joueur que l'adversaire dans la zone

SI CŒN EST PAS POSSIBLE

Finalité : Trouver un joueur le plus haut possible qui pourra attaquer l'espace de profondeur soit par la passe soit lui-même.

= L'homme libre

2



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

Xavi



SOMMAIRE

01

LE JEU DANS L'INTERLIGNE

Savoir se déplacer dans le bloc adverse

02

L'UTILISATION DE L'HALF SPACE

Le couloir intermédiaire

03

LE PRINCIPE D'ATTRACTION

Attirer pour libérer

04

LE TROISIÈME HOMME

Utiliser un relais pour l'homme libre

05

LA CONDUITE DE BALLES

Fixer pour libérer



#1

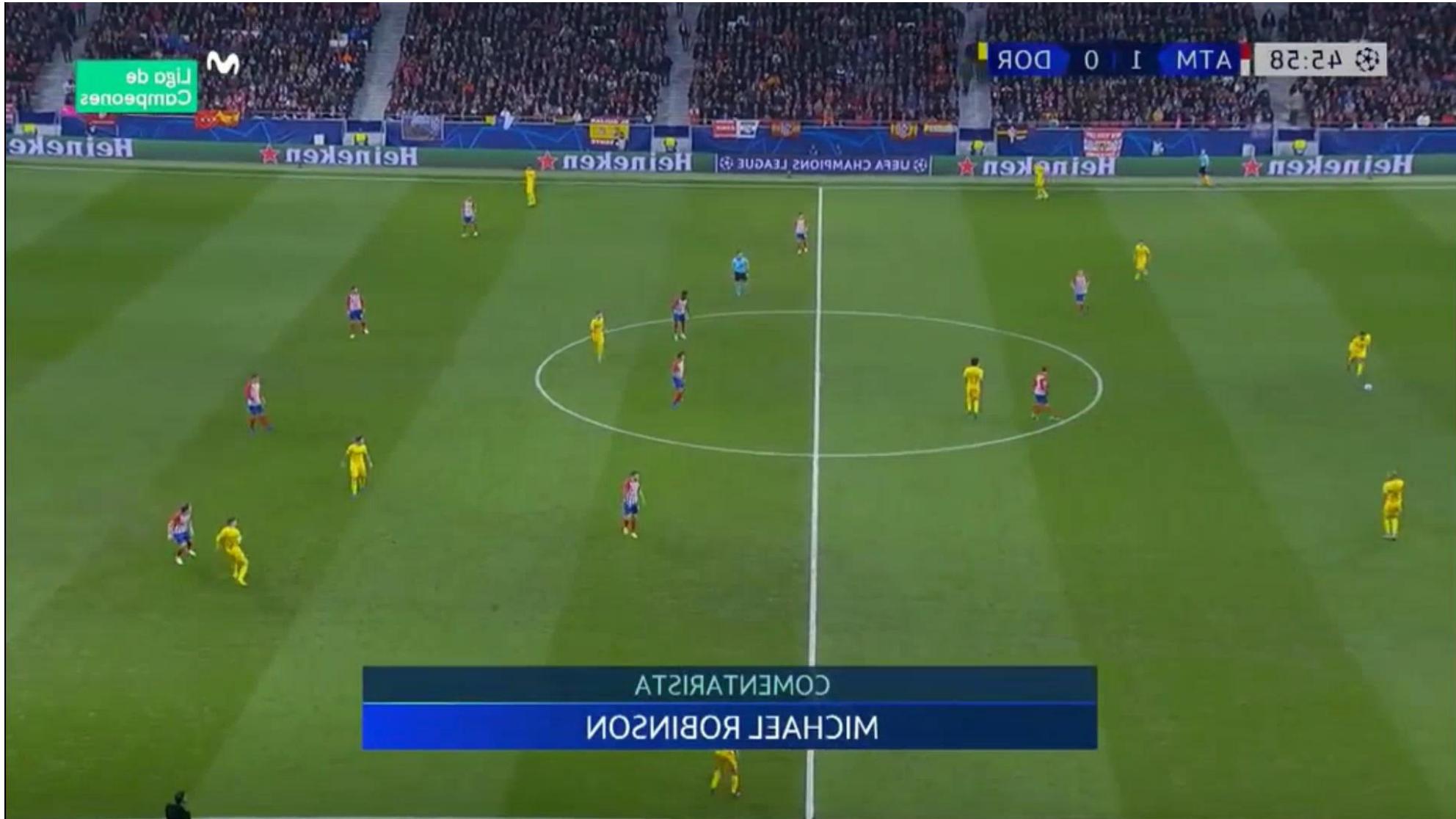
LE JEU DANS
L'INTERLIGNE HAUTE

FORMATION JEU DE POSITION

LE JEU DANS L'INTERLIGNE



ARRET
FLASH



FORMATION JEU DE POSITION

LE JEU DANS L'INTERLIGNE



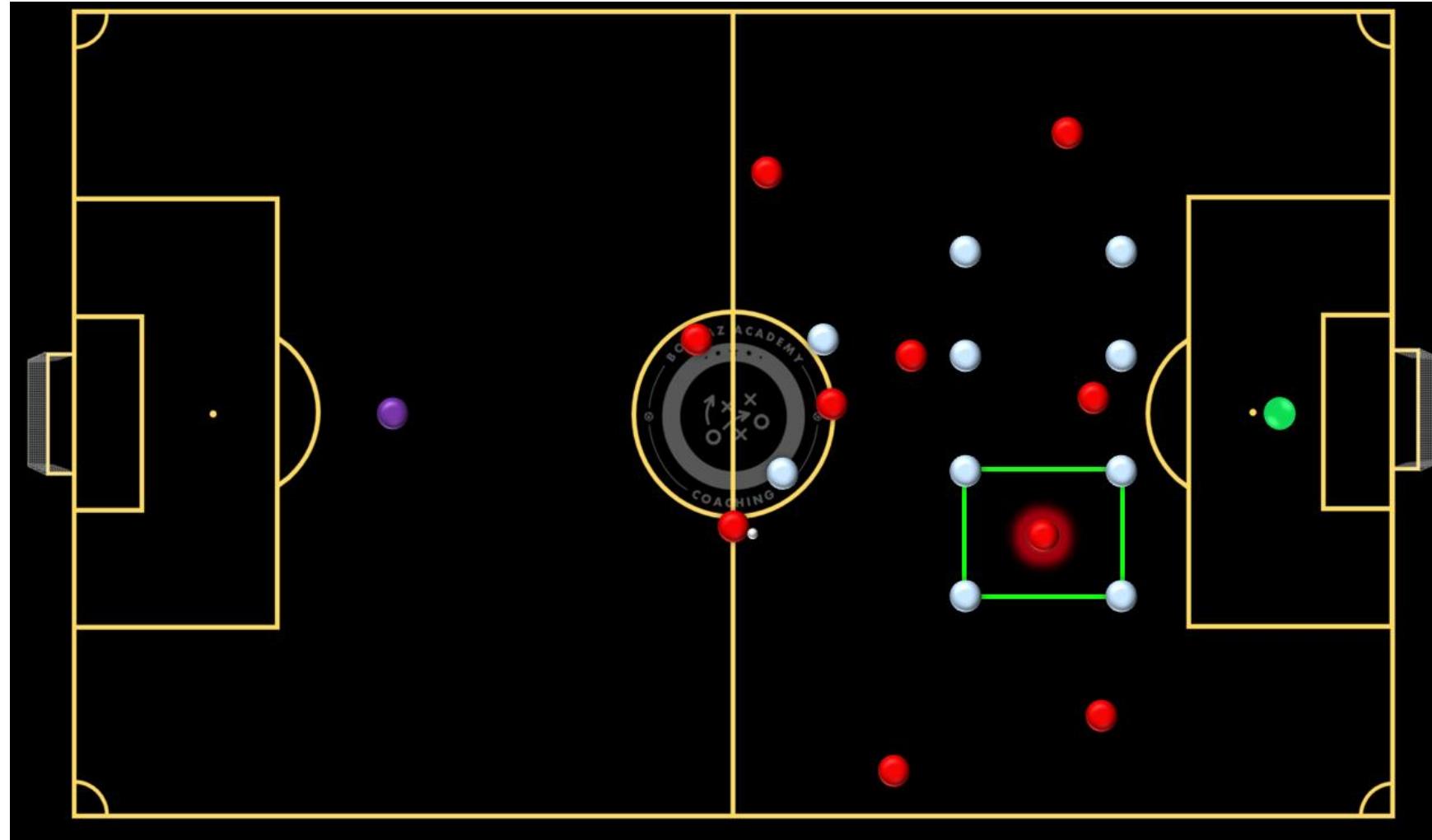
ARRET
FLASH



FORMATION JEU DE POSITION

LE JEU DANS 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.



ARRET
FLASH



**POURQUOI
CE POSITIONNEMENT**

FORMATION JEU DE POSITION

LE JEU DANS L'INTERLIGNE



ARRET
FLASH

FORMATION JEU DE POSITION

LE JEU DANS L'INTERLIGNE



ARRET
FLASH



FORMATION JEU DE POSITION

LE JEU DANS L'INTERLIGNE

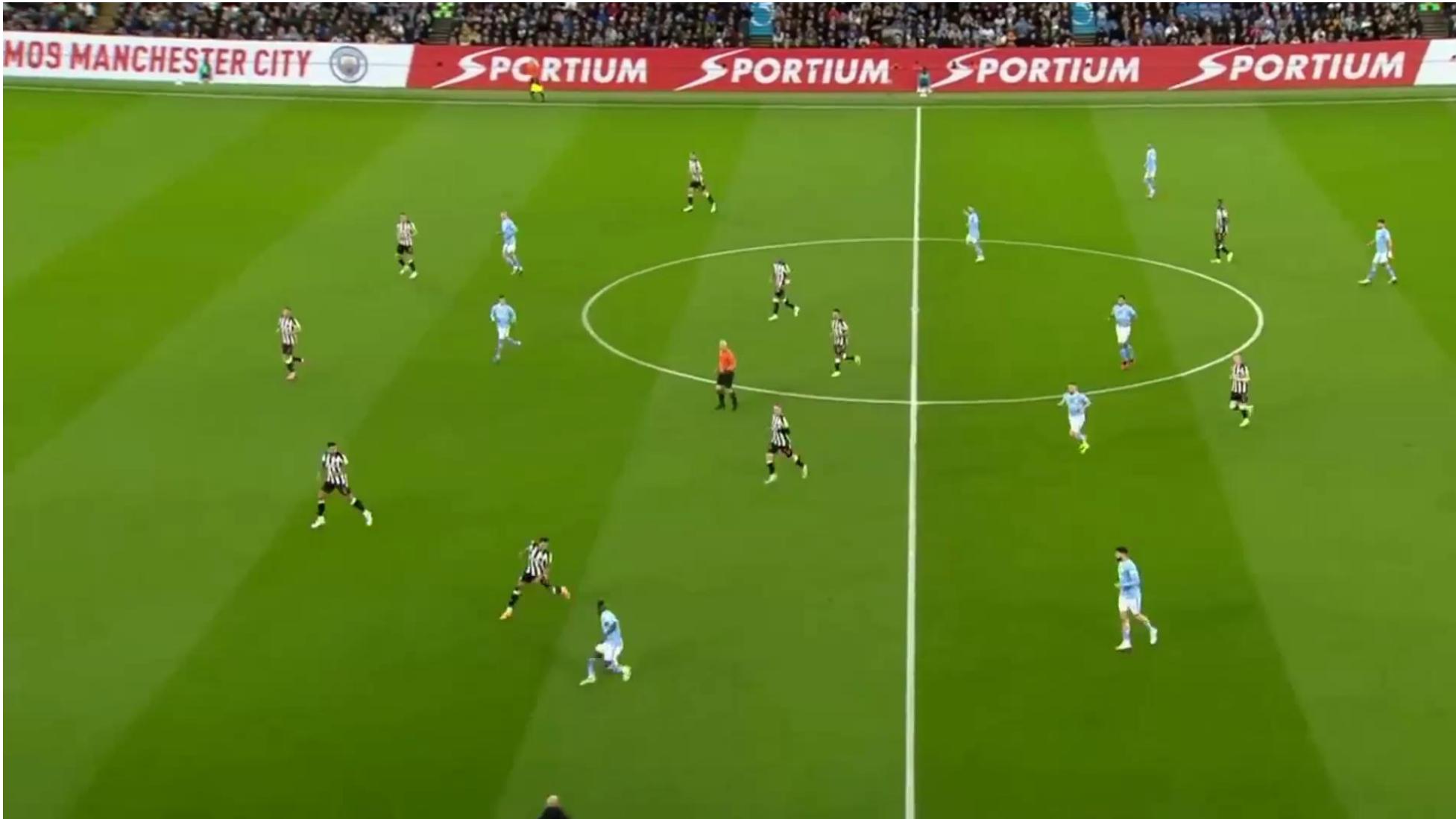
UN ESPACE DIFFICILE À DÉFENDRE



ARRET
FLASH

FORMATION JEU DE POSITION

LE JEU DANS L'INTERLIGNE



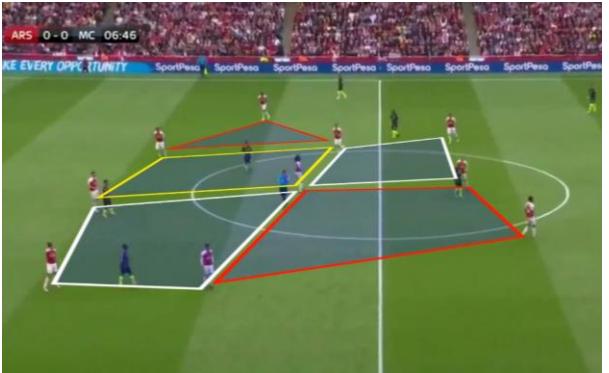
ARRET
FLASH



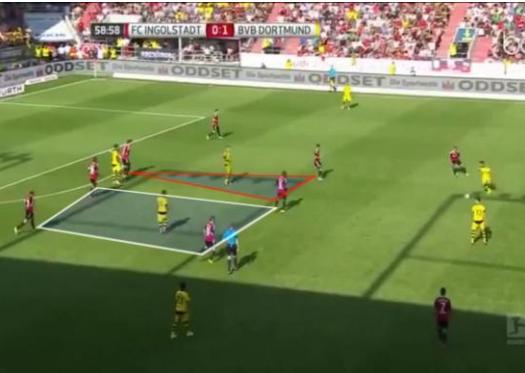
POUR
RÉSUMER

FORMATION JEU DE POSITION

LE JEU DANS L'INTERLIGNE



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

SUPERIORITE POSITIONNELLE

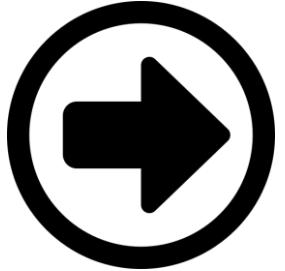
ARRET
FLASH

FORMATION JEU DE POSITION

LE JEU DANS L'INTERLIGNE



BONTAZ ACADEMY
COACHING



PARTIE 2 – CHAPITRE 2

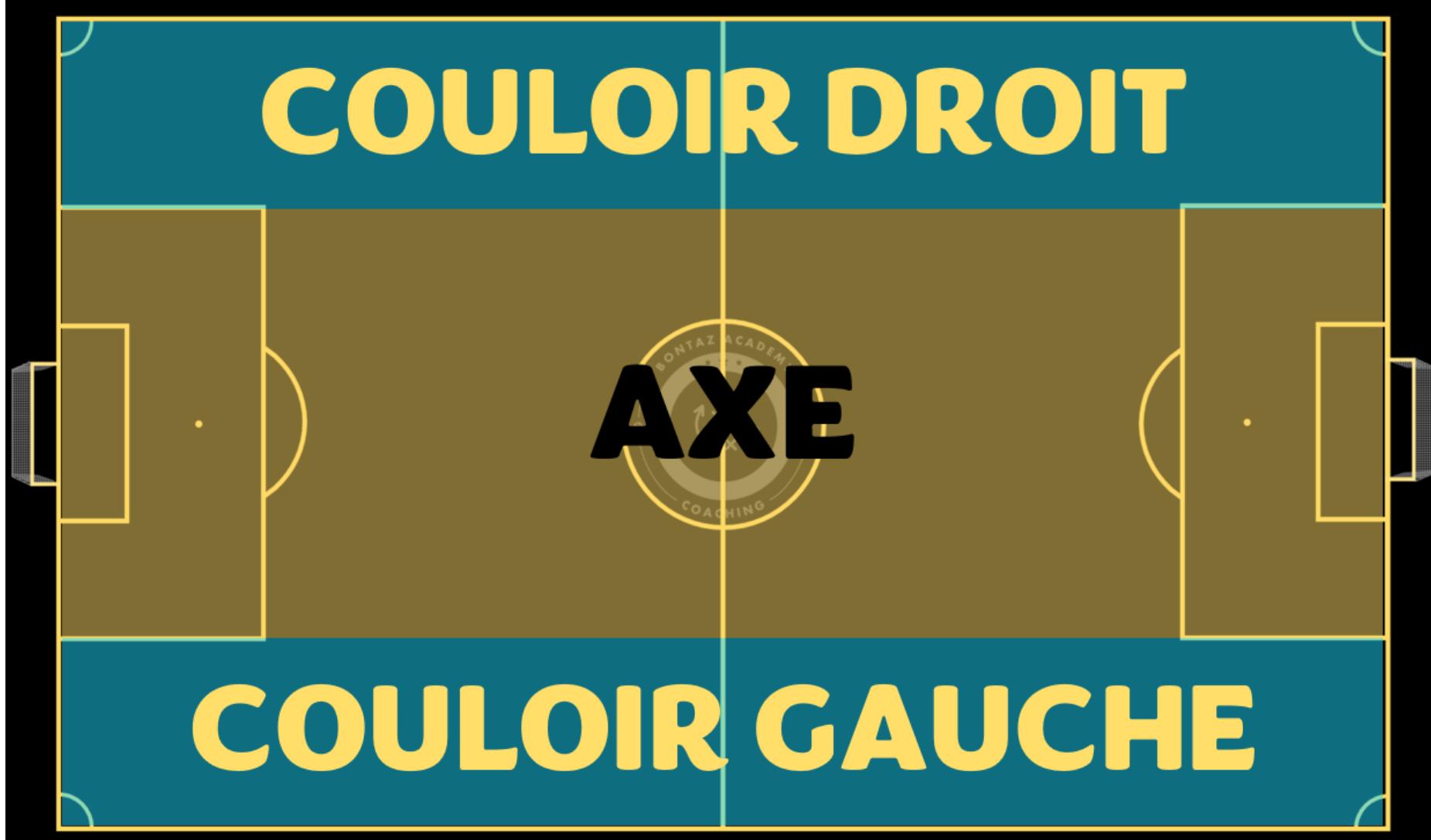
L'half space

Se servir du couloir intermédiaire

FORMATION JEU DE POSITION

L'HALF SPACE

LA SCHEMATISATION CLASSIQUE

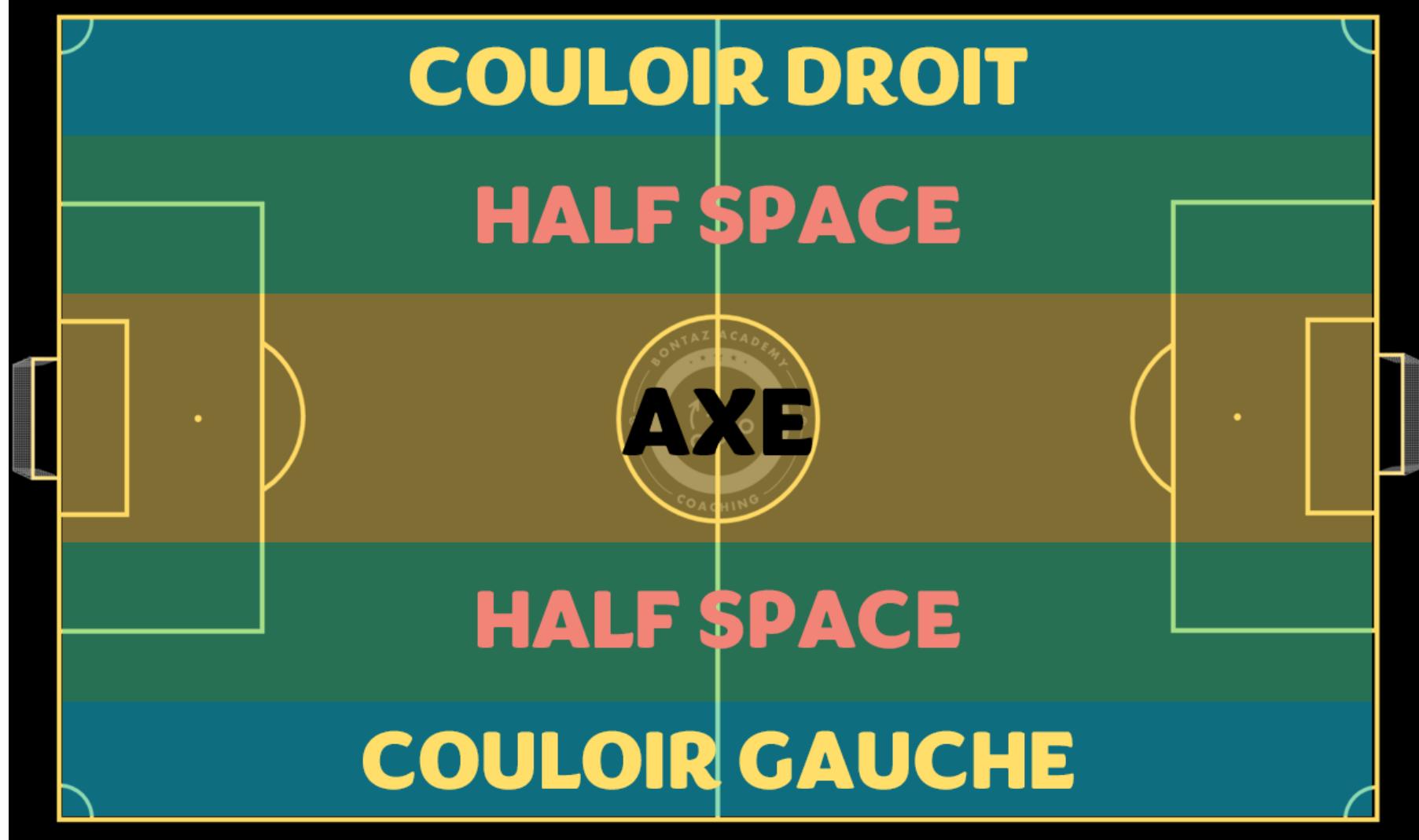


ARRET
FLASH

FORMATION JEU DE POSITION

L'HALF SPACE

LA SCHEMATISATION ACTUELLE



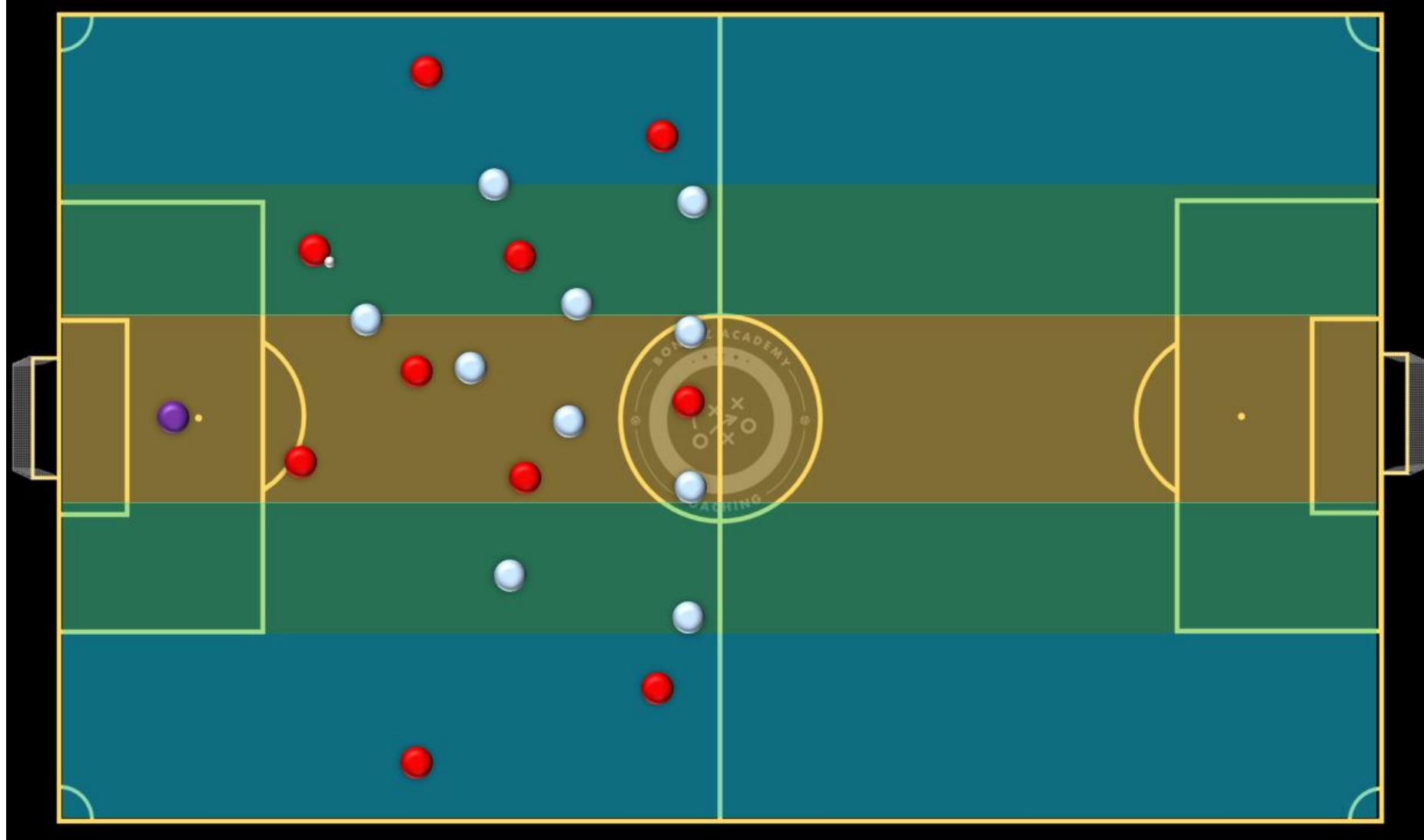
ARRET
FLASH

FORMATION JEU DE POSITION

L'HALF SPACE



LA SCHEMATISATION DYNAMIQUE



ARRET
FLASH

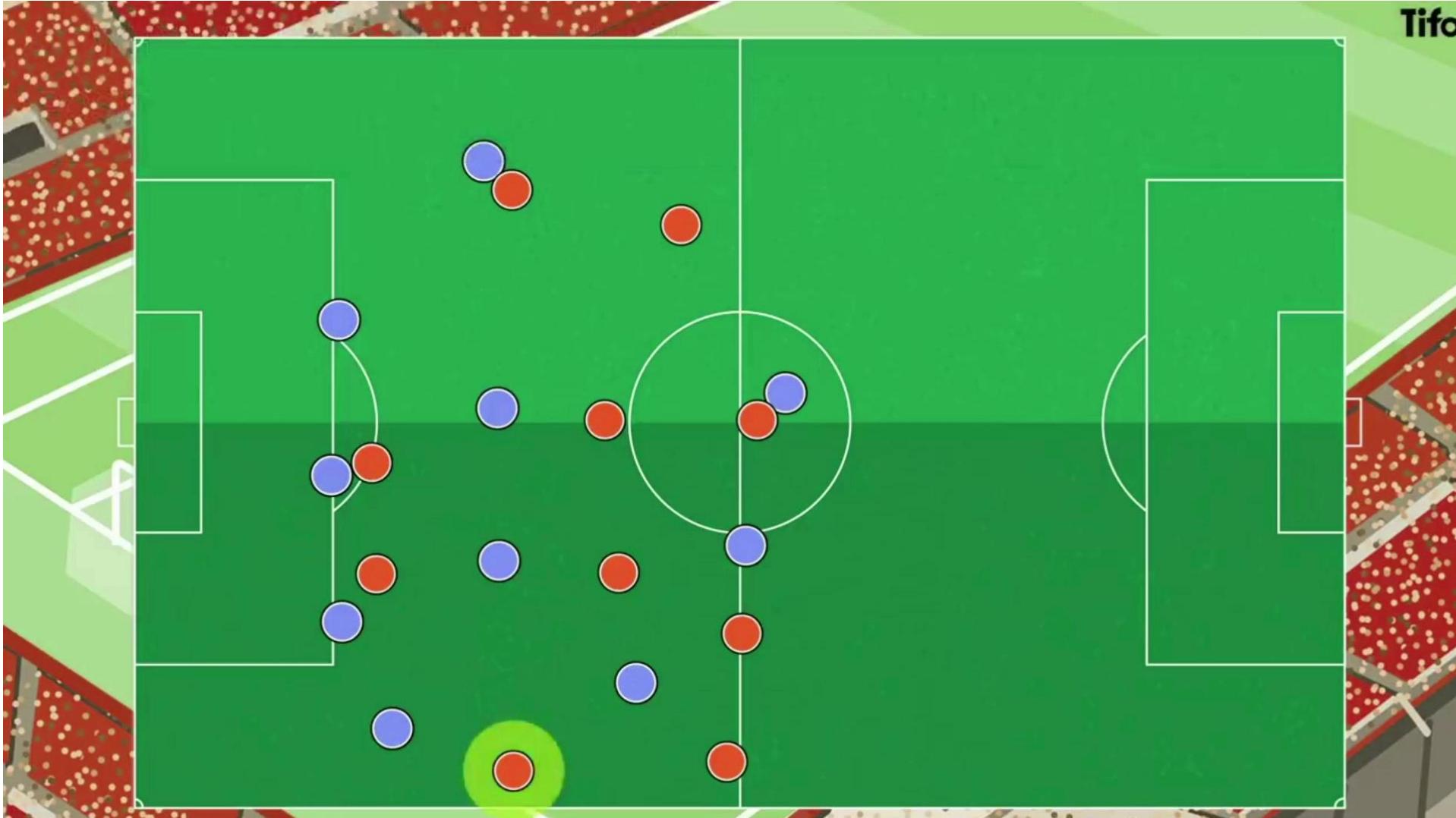


**POURQUOI EST-IL
INTERESSANT ?**

FORMATION JEU DE POSITION

L'HALF SPACE

DES ANGLES DE PASSES SUPPLEMENTAIRES



ARRET
FLASH

FORMATION JEU DE POSITION

L'HALF SPACE

TROUVER DES JOUEURS ORIENTÉS



ARRET
FLASH



UN ESPACE DIFFICILE
À GÉRER

FORMATION JEU DE POSITION

L'HALF SPACE



ARRET
FLASH



FORMATION JEU DE POSITION

L'HALF SPACE



ARRET
FLASH



FORMATION JEU DE POSITION

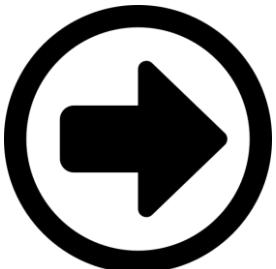
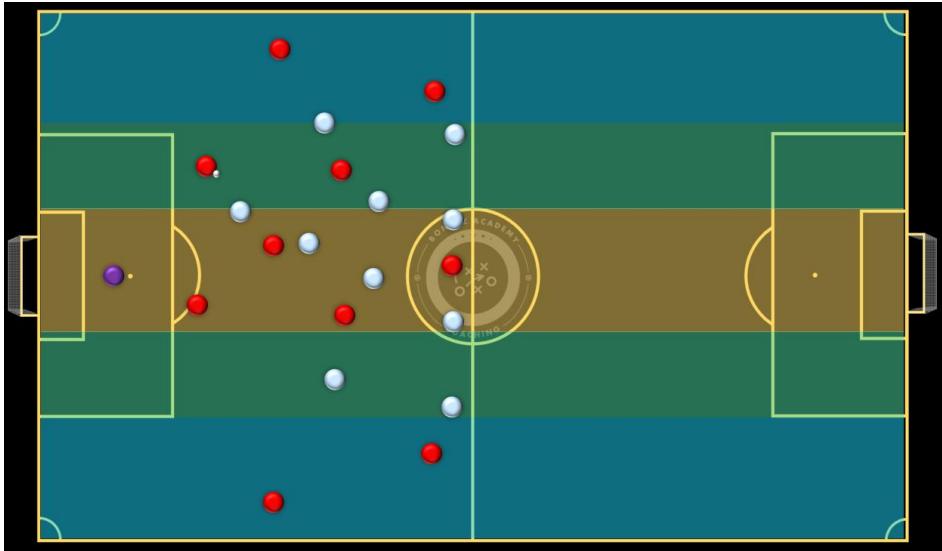
L'HALF SPACE



ARRET
FLASH

EN RÉSUMÉ :

L'HALF SPACE EST UN COULOIR INTÉRESSANT
POUR TROUVER L'HOMME LIBRE



PARTIE 2 – CHAPITRE 3
Le principe d'attraction
Attirer pour libérer un partenaire



#3

ATTIRER
POUR LIBÉRER

FORMATION JEU DE POSITION

ATTIRER POUR LIBÉRER



La finalité dans l'espace de progression

= trouver l'homme libre le plus haut possible

OPTION 1

Directement si cela est faisable (jeu dans l'interligne / half space)

OPTION 2

En s'ouvrant l'espace avec le principe d'attraction

ARRET
FLASH

FORMATION JEU DE POSITION

ATTIRER POUR LIBÉRER



ARRET
FLASH

FORMATION JEU DE POSITION

ATTIRER POUR LIBÉRER



ARRET
FLASH

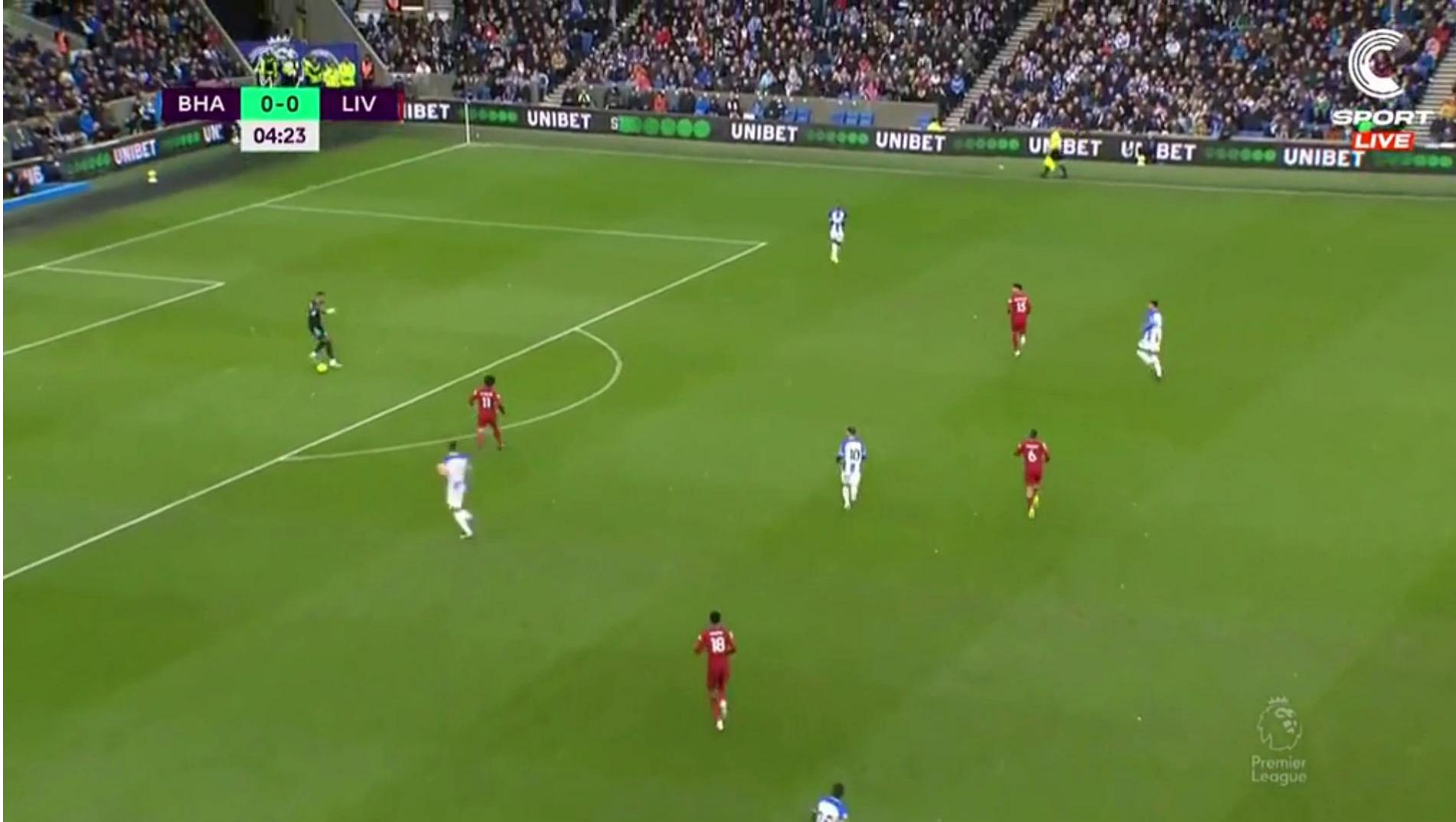


FORMATION JEU DE POSITION

ATTRIRER POUR LIBÉRER



En zone basse





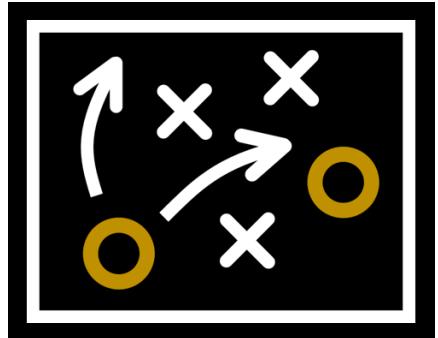
**DES JOUEURS
INTELLIGENTS**

FORMATION JEU DE POSITION

ATTIRER POUR LIBÉRER



ARRET
FLASH



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.

NON PORTEURS

Se déplacer pour les autres

PORTEUR

Percevoir l'espace libéré par le premier appel

FORMATION JEU DE POSITION

ATTRIRER POUR LIBÉRER

Demander dans les pieds pour jouer en appui

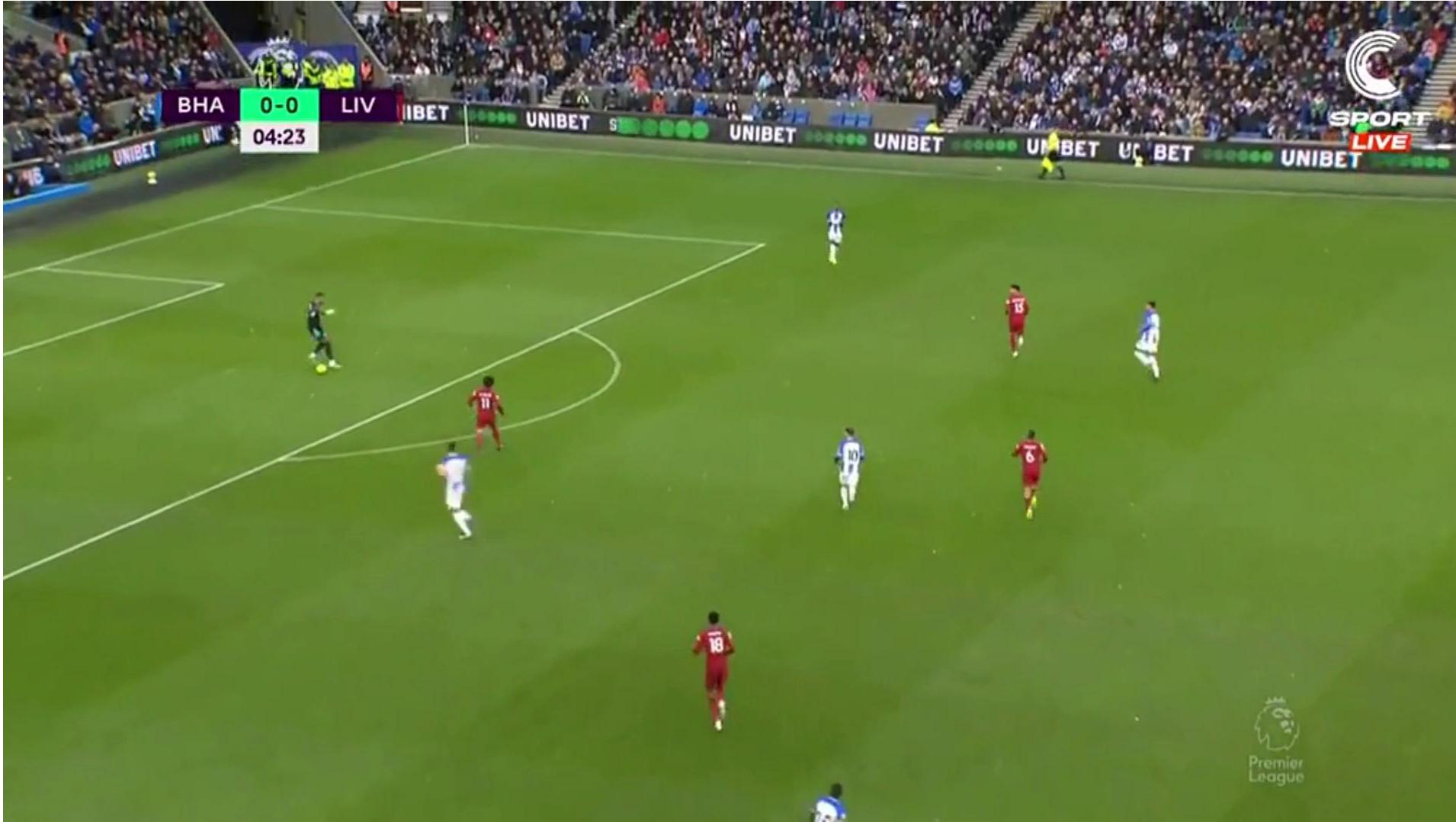


ARRET
FLASH

FORMATION JEU DE POSITION

ATTRIRER POUR LIBÉRER

Se décaler pour libérer l'appui



ARRET
FLASH



L'INTERLIGNE BASSE

FORMATION JEU DE POSITION

LE JEU DANS L'INTERLIGNE

LA MAUVAISE HABITUDE À PETIT NIVEAU



ARRET
FLASH

FORMATION JEU DE POSITION

LE JEU DANS L'INTERLIGNE

UN RÔLE DE FIXATION



ARRET
FLASH

FORMATION JEU DE POSITION

ATTIRER POUR LIBÉRER



ARRET
FLASH

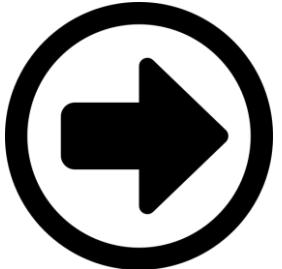


FORMATION JEU DE POSITION

ATTIRER POUR LIBÉRER



ARRET
FLASH



PARTIE 2 – CHAPITRE 4

Le troisième homme

Trouver le joueur face au jeu après un relais



#4

LE TROISIÈME
HOMME

FORMATION JEU DE POSITION

LE TROISIÈME HOMME



ARRET
FLASH

**PARFOIS L'HOMME LIBRE N'EST PAS TROUVABLE
DIRECTEMENT...**



UTILISER UN RELAIS



LE PRINCIPE DU TROISIÈME HOMME

FORMATION JEU DE POSITION

LE TROISIÈME HOMME



ARRET
FLASH



Premier
League

FORMATION JEU DE POSITION

LE TROISIÈME HOMME



ARRET
FLASH



FORMATION JEU DE POSITION

LE TROISIÈME HOMME

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



ARRET
FLASH



L'IMPORTANCE DE LA CONNEXION

FORMATION JEU DE POSITION

LE TROISIÈME HOMME



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.



ARRET
FLASH

FORMATION JEU DE POSITION

LE TROISIÈME HOMME

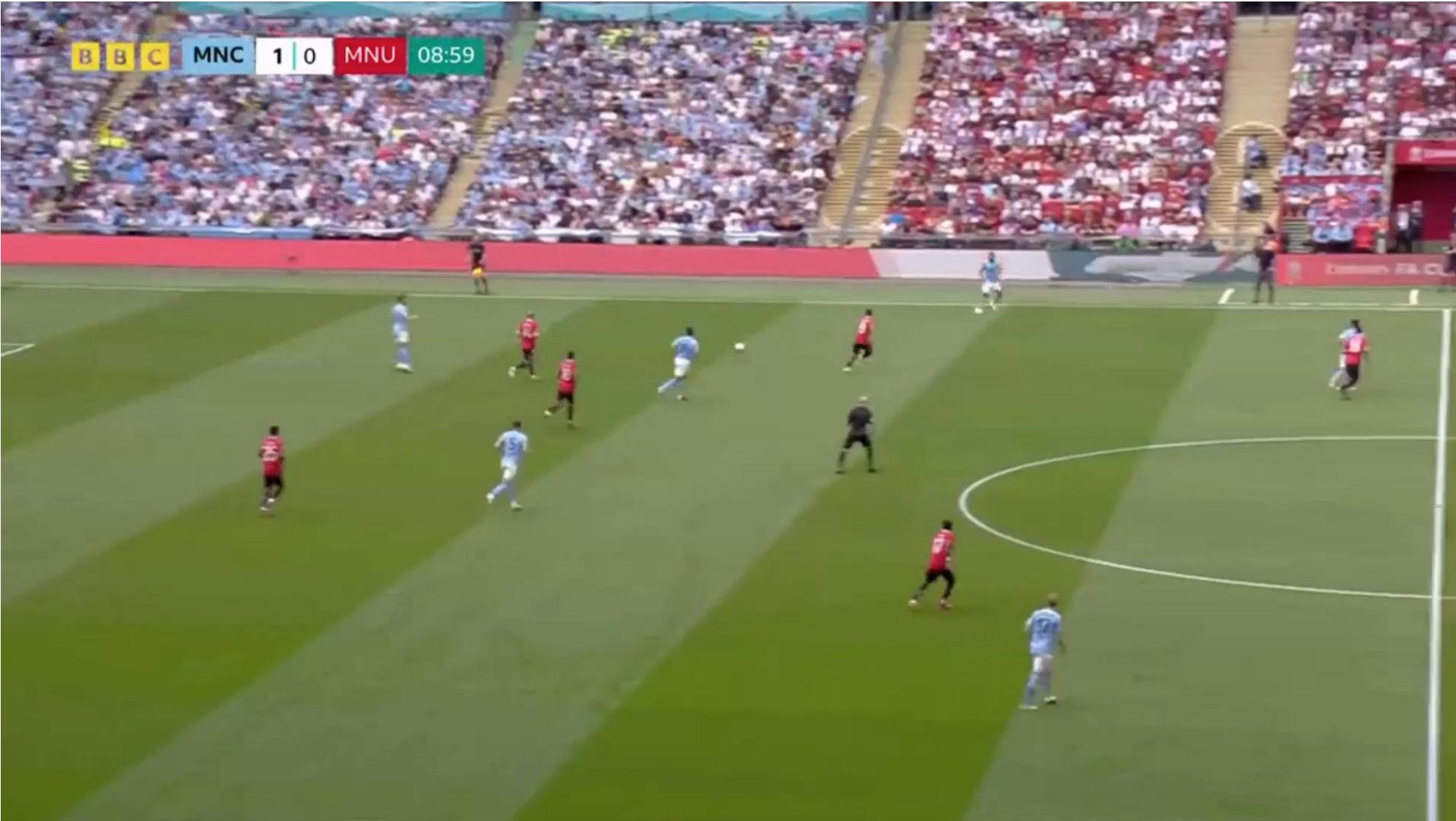


ARRET
FLASH



FORMATION JEU DE POSITION

LE TROISIÈME HOMME



ARRET
FLASH



POUR
RÉSUMER

FORMATION JEU DE POSITION

LE TROISIÈME HOMME



TROISIEME HOMME -> Création d'une supériorité numérique
Finalité -> Trouver un joueur face au jeu qui peut enchaîner vers l'avant



ARRET
FLASH



PARTIE 2 – CHAPITRE 5

La conduite de balle

Fixer pour libérer un partenaire

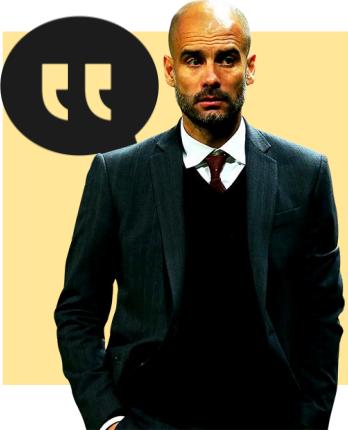


#5

LA
CONDUITE DE BALLE

FORMATION JEU DE POSITION

LA CONDUCCION



« Cela ne sert à rien de faire une passe si aucun joueur adverse ne vous attaque.
La passe on l'a fait au dernier moment.
C'est là que l'on crée le surnombre. »

Pep Guardiola



ARRET
FLASH



UN FOCUS
SUR CE CONCEPT

FORMATION JEU DE POSITION

LA CONDUCCION



ARRET
FLASH

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 « conduccion ».



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.

FORMATION JEU DE POSITION

LA CONDUCCION



ARRET
FLASH



Julien Momont

@JulienMomont · 24,8 k abonnés · 82 vidéos
Bienvenue ! >

twitch.tv/julienmomont et 6 autres liens



FORMATION JEU DE POSITION

LA CONDUCCION



ARRET
FLASH



FORMATION JEU DE POSITION

LA CONDUCCION



ARRET
FLASH

FORMATION JEU DE POSITION

LA CONDUCCION



Caractéristiques des joueurs :
Avoir du courage !



ARRET
FLASH



POUR
CONCLURE

FORMATION JEU DE POSITION

L'ESPACE DE PROGRESSION



ARRET
FLASH

LA STRUCTURE DE L'EQUIPE

- Connaitre les espaces
- Agrandir l'espace de jeu
- S'étager sur le terrain

LES SUPERIORITES

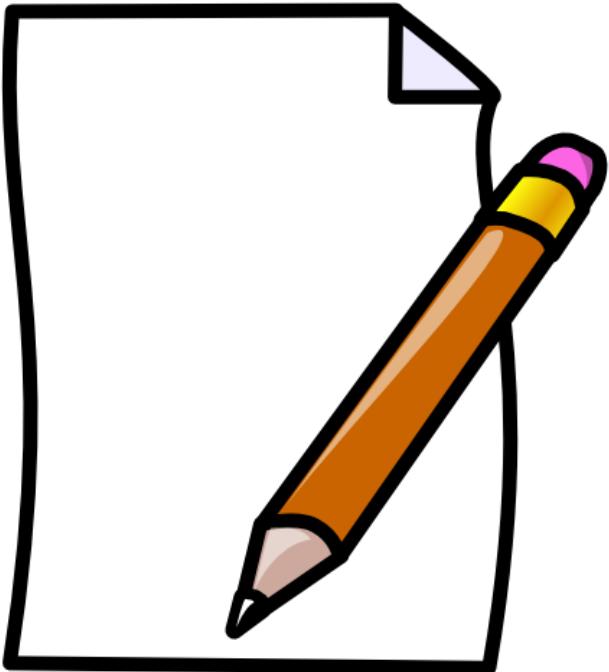
- Supériorité numérique
- Supériorité positionnelle
- Supériorité qualitative

LES CONCEPTS A UTILISER

- Jeu dans l'interligne
- Half space
- Principe d'attraction
- Troisième homme
- Conduite de balle

FORMATION JEU DE POSITION

RETOUR SUR L'ANALYSE INITIALE



ARRET
FLASH

FORMATION JEU DE POSITION

RETOUR SUR L'ANALYSE INITIALE



ARRET
FLASH



FORMATION JEU DE POSITION

RETOUR SUR L'ANALYSE INITIALE



ARRET
FLASH



FORMATION JEU DE POSITION

RETOUR SUR L'ANALYSE INITIALE



ARRET
FLASH

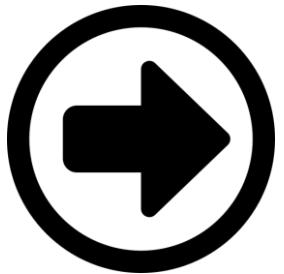


FORMATION JEU DE POSITION

L'ESPACE DE PROGRESSION



ARRET
FLASH



LA SUITE :
S'ENTRAINER !!



ENTRAINER LE JDP

PARTIE 1 : LA CONNAISSANCE DES ESPACES

PARTIE 2 : L'UTILISATION DES ESPACES POUR TROUVER L'HOMME LIBRE

PARTIE 3 : APRES LA PROGRESSION, LA RECHERCHE DE PROFONDEUR

PARTIE 4 : LA SUPERIORITE EN ZONE BASSE POUR RELANCER

PARTIE 5 : LA PERTE DU BALLON

PARTIE 6 : S'ENTRAINER AU JEU DE POSITION



#1

LES
RONDOS

FORMATION JEU DE POSITION

LES RONDOS



ARRET
FLASH



« Le rondo n'est pas un simple exercice, il est la base du jeu de possession, où se crée la magie du football. »

Iniesta

“ ”

FORMATION JEU DE POSITION

LES RONDOS



ARRET
FLASH

UN RONDO C'EST QUOI ?

- Un jeu plutôt positionné en début de séance
- Des petits effectifs la grande majorité du temps
- Un fort avantage numérique pour l'équipe en possession
- Des espaces courts pour favoriser la répétition des gestes techniques



FORMATION JEU DE POSITION

LES RONDOS



ARRET
FLASH

FCB.tv

RONDO

RONDO 4V1

ESPACE



Surface :
Carré de 10x10m

EFFECTIF

● 5 joueurs ● /

● 5 joueurs ● /

TEMPS DE JEU

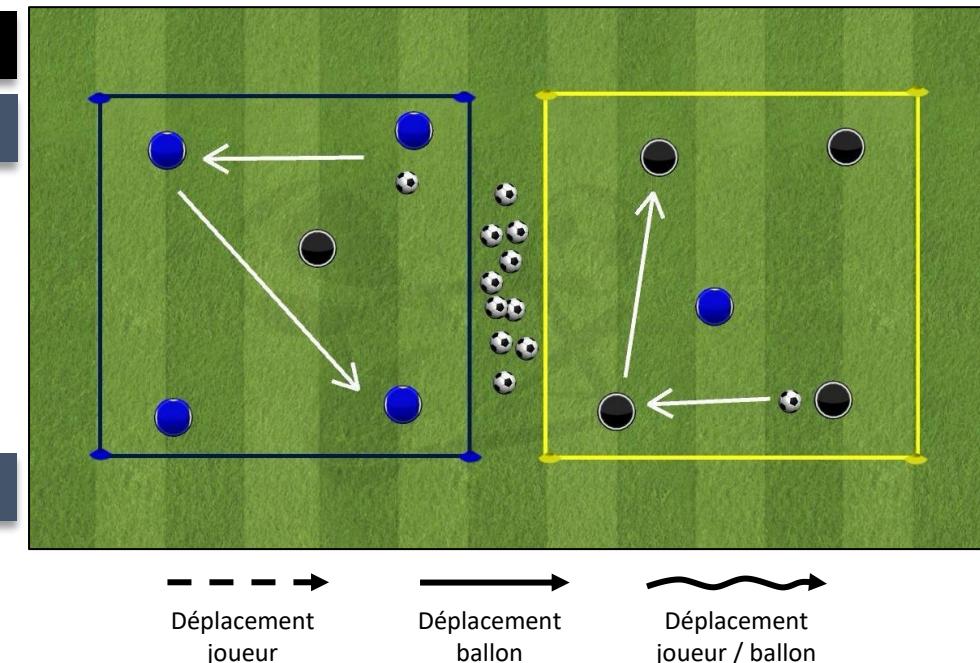
⌚ 12 minutes temps effectif
8 séquences d'1min30

BUT DU JEU

- Pour les attaquants : 4 passes = 1 point
- Pour le défenseur : un ballon récupéré et aplati sur un côté du carré = 1 point
- Marquer le plus de points à la fin de la séquence
- A la fin de la séquence, un attaquant du carré opposé passe défenseur et le défenseur redevient attaquant dans son carré initial.

REGLES

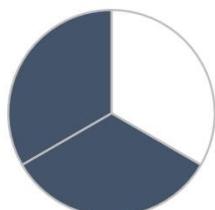
- Jeu au sol obligatoire
- 3 touches de balles maximum



TECHNIQUE - PAGE 142

LE COIN DE L'ÉDUCATEUR

DIFFICULTÉ



VARIABLES

Complexifiantes

- Rétrécir le terrain
- 2 touches de balles minimum pour forcer une prise de balle

Simplifiantes

- Agrandir le terrain

COMPORTEMENTS ATTENDUS

LA PRISE DE BALLE

- Être de $\frac{3}{4}$ lors de la réception du ballon afin d'avoir le corps dans le sens du jeu
- Contrôler avec le pied opposé pour enchaîner rapidement
- Réaliser une prise de balle qui permet d'enchaîner en une touche derrière

LA PASSE COURTE

- Verrouiller la cheville pour faire une passe claquée et précise de l'intérieur du pied
- Avoir les épaules et le pied d'appui en direction du partenaire



RONDO

RONDO 4V1

ESPACE



Surface :
12*8m
par atelier

EFFECTIF

- 5 joueurs ● /
● 5 joueurs ● /

TEMPS DE JEU

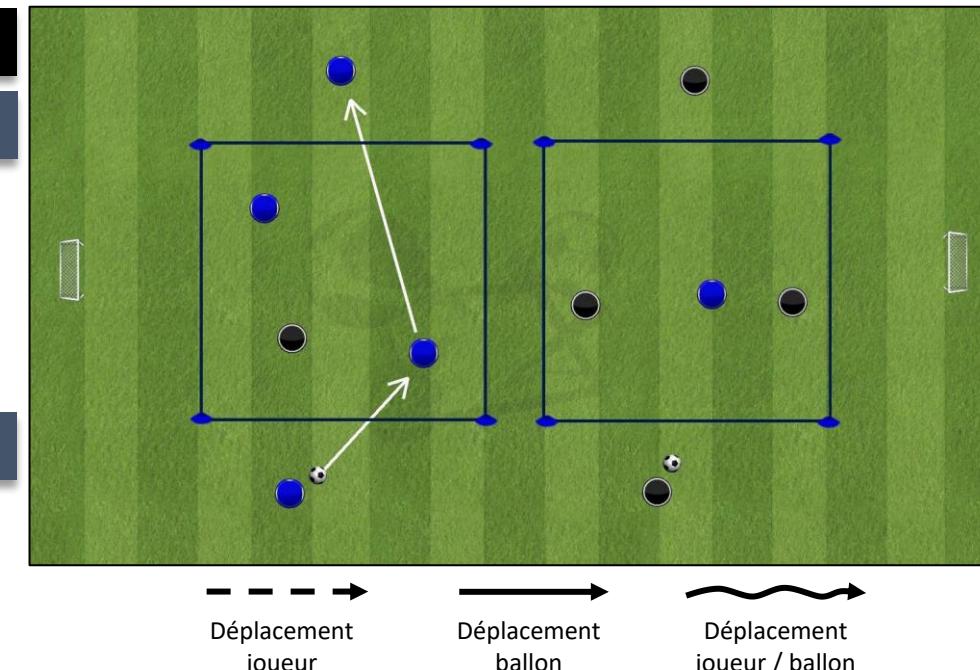
- ⌚ 12 minutes temps effectif
Séquences de 45' max

BUT DU JEU

- Effectuer un aller-retour = 1 point
- Dès que l'aller-retour est fait, possibilité pour un des deux joueurs du milieu de marquer dans le but = 3 points au total
- Si le défenseur récupère et marque dans le but = - 3 points pour l'équipe attaquante
- Marquer plus de points que l'équipe adverse

REGLES

- Jeu au sol obligatoire
- Les joueurs sont fixes dans les zones

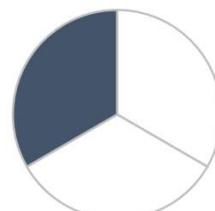


Déplacement
joueur

Déplacement
ballon

Déplacement
joueur / ballon

DIFFICULTÉ



VARIABLES

Complexifiantes

- Réduire la largeur du terrain
- Ajouter un gardien de but pour la finition
- Limiter les touches de balle
- Interdire le retour en soutien avec l'appui s'il vient de me donner le ballon

LE COIN DE L'ÉDUCATEUR

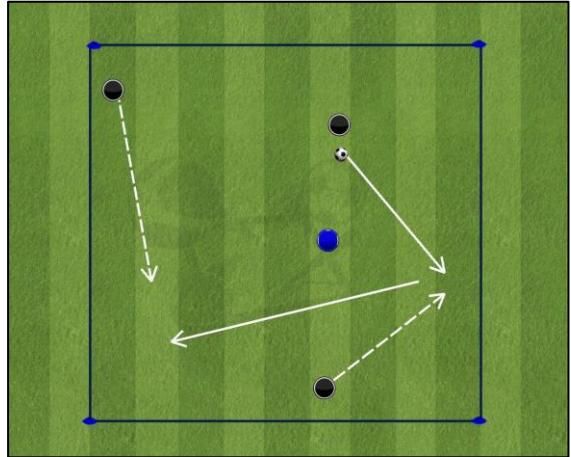


COMPORTEMENTS ATTENDUS

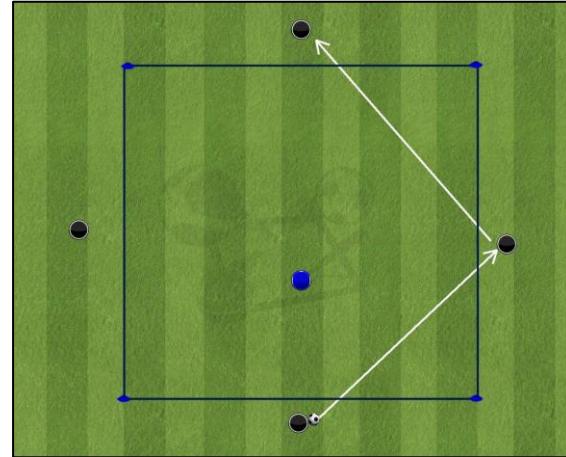
- Le porteur de balle :** Percevoir les partenaires dans les intervalles
- Le porteur de balle :** S'orienter de trois quarts pour pouvoir enchaîner vers l'avant
- Le porteur de balle :** Identifier s'il peut donner en appui ou conserver
- Le non-porteur de balle :** Se déplacer constamment dans un intervalle
- Le non-porteur de balle :** Identifier les déplacements des autres coéquipiers pour proposer une solution différente

FORMATION JEU DE POSITION

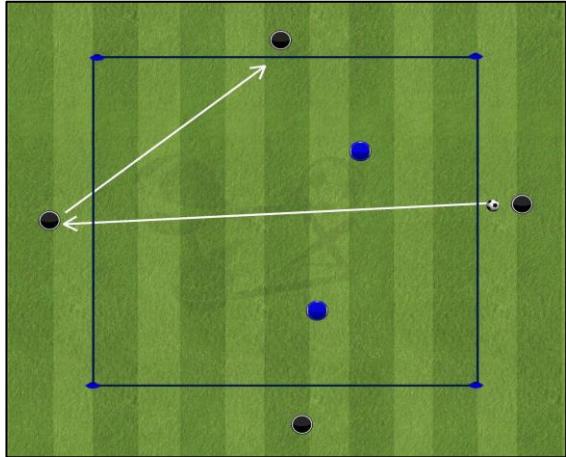
LES RONDOS



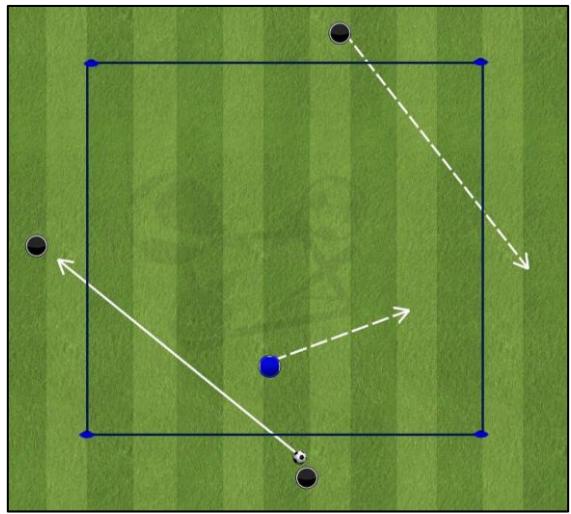
3v1 « Intérieur »



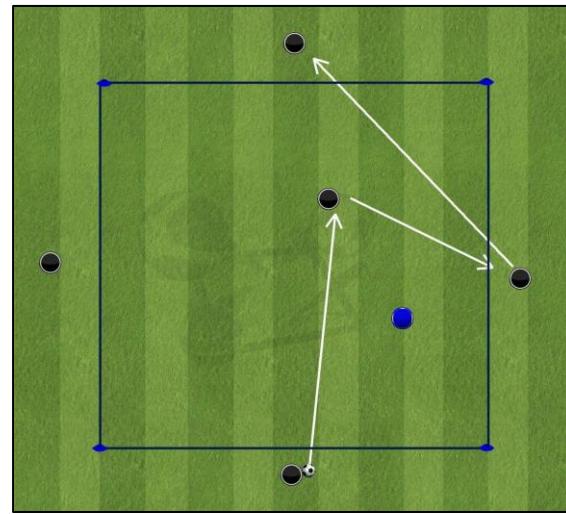
4v1 « Extérieur »



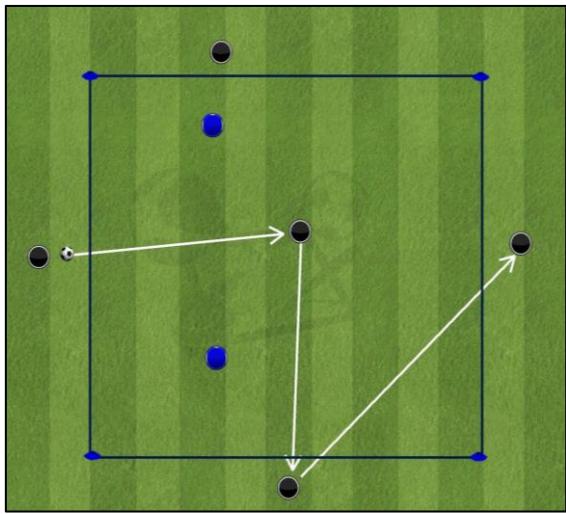
4v2 « Extérieur »



3v1 « Extérieur »



4v1 « Extérieur » + 1 joueur Intérieur



4v2 « Extérieur » + 1 joueur Intérieur

ARRÊT
FLASH

FORMATION JEU DE POSITION

LES RONDOS



ARRET
FLASH

POUR

- Très ludique donc apprécié
- Des espaces courts qui demandent de percevoir vite
- Des espaces courts qui amènent une multiplication des gestes techniques
- Permet d'allier la compétition et l'aspect cohésion en début de séance

CONTRE

- Des espaces petits donc peu de mobilité
- Pas forcément de sens de jeu donc décontextualisé des situations de match
- Nécessite une forte adaptation de l'entraîneur par rapport à son groupe



FORMATION JEU DE POSITION

LES RONDOS



ARRET
FLASH

POUR

- Très ludique donc apprécié
- Des espaces courts qui demandent de percevoir vite
- Des espaces courts qui amènent une multiplication des gestes techniques
- Permet d'allier la compétition et l'aspect cohésion en début de séance

CONTRE

- Des espaces petits donc peu de mobilité
- Pas forcément de sens de jeu donc décontextualisé des situations de match
- Nécessite une forte adaptation de l'entraîneur par rapport à son groupe



#2

LES JEUX
DE POSITION

FORMATION JEU DE POSITION

LES JEUX DE POSITION



ARRET
FLASH

LA DIFFERENCE AVEC LES RONDOS ?

- Des espaces plus grands
- Des effectifs plus nombreux
- Idéal pour travailler les réflexes individuels et collectifs à la perte du ballon



JEU DE POSITION - JOUER ENTRE LES LIGNES

ESPACE

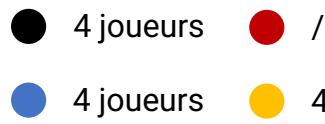


Surface :
25x25m

BUT DU JEU

- Faire un aller-retour avec 2 capitaines à l'opposé, peu importe le sens = 1 point
- Marquer plus de points que l'équipe adverse

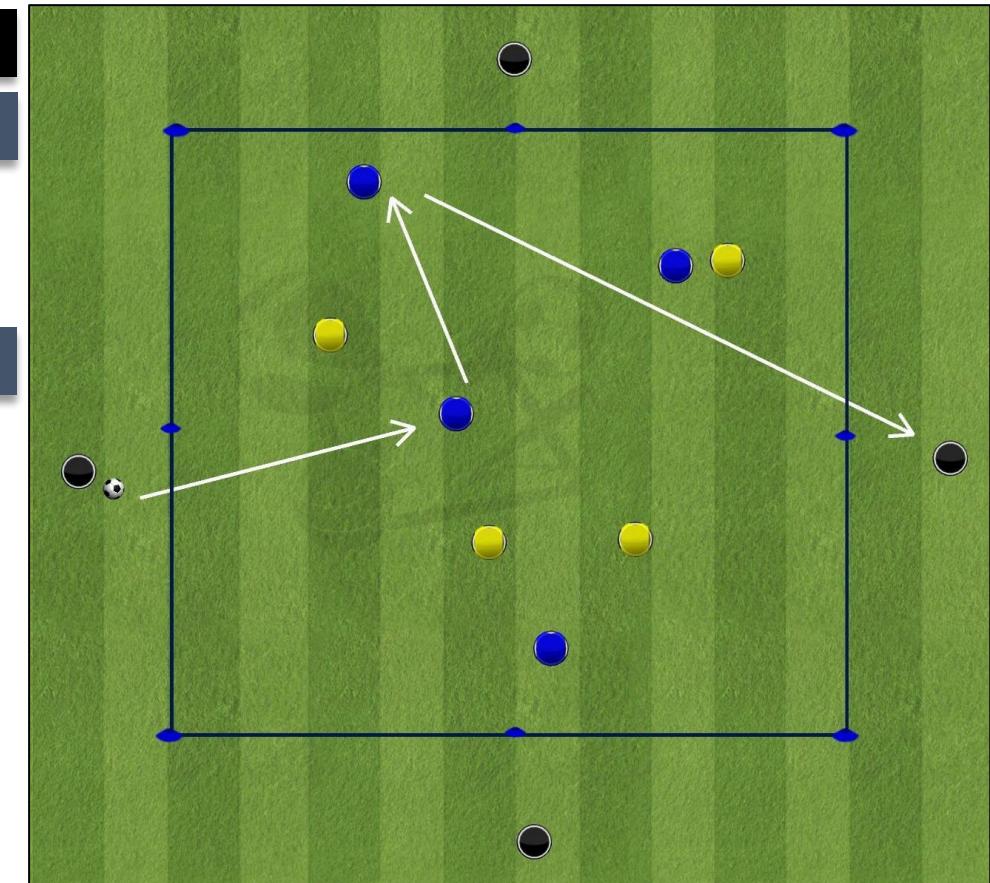
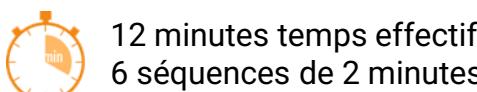
EFFECTIF



REGLES

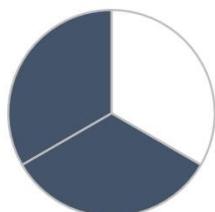
- 3 équipes de 4 joueurs
- Jeu au sol obligatoire
- Les capitaines sont fixes derrière le carré
- Ils jouent avec l'équipe qui a le ballon

TEMPS DE JEU



LE COIN DE L'ÉDUCATEUR

DIFFICULTÉ



VARIABLES

Complexifiantes

- Rétrécir le terrain
- Limiter les touches de balle des capitaines et à l'intérieur
- Les capitaines ont une touche de balle

Simplifiantes

- Agrandir le terrain en largeur

COMPORTEMENTS ATTENDUS

- **Le porteur de balle :** Percevoir les partenaires dans les intervalles
- **Le porteur de balle :** S'orienter de trois quarts pour pouvoir enchaîner vers l'avant
- **Le porteur de balle :** Identifier s'il peut donner en appui ou conserver
- **Le non-porteur de balle :** Se déplacer constamment dans un intervalle
- **Le non-porteur de balle :** Identifier les déplacements des autres coéquipiers pour proposer une solution différente



JEU DE POSITION - JOUER ENTRE LES LIGNES

ESPACE



Surface :
30*30m

BUT DU JEU

- Faire 7 passes = 1 point
- Marquer plus de points que l'équipe adverse

EFFECTIF

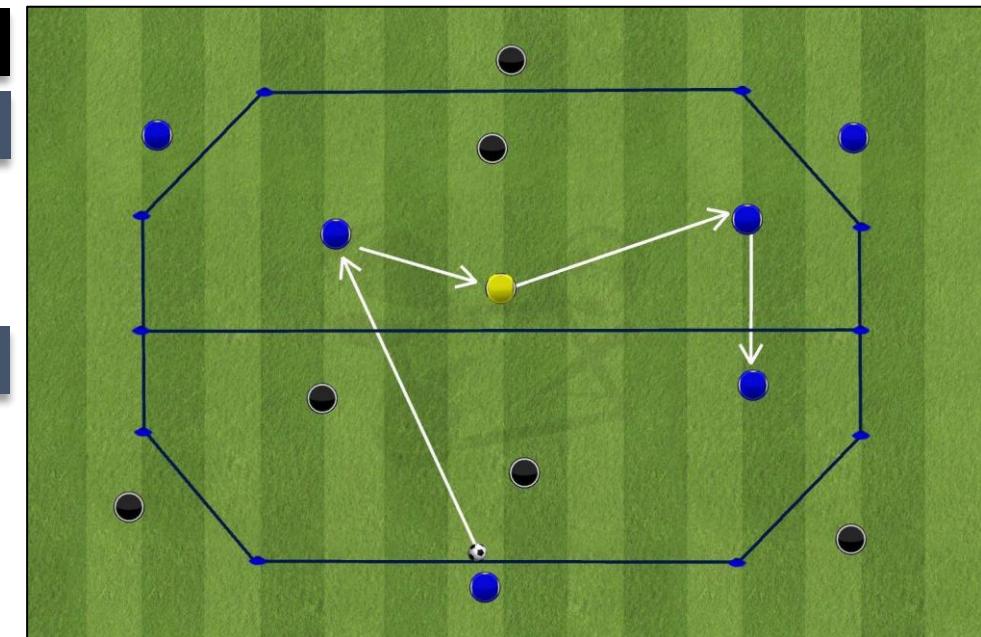
● 6 joueurs ● /
● 6 joueurs ● 1 joker

REGLES

- 2 équipes de 6 joueurs + 1 joker
- Les appuis ont deux touches de balle
- Le jeu au sol est obligatoire
- Il est interdit de se transmettre le ballon entre appuis

TEMPS DE JEU

⌚ 12 minutes temps effectif
6 séquences de 2 minutes



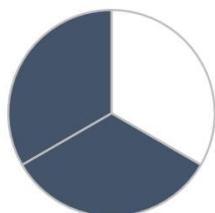
----->
Déplacement
joueur

—————>
Déplacement
ballon

~~~~~>  
Déplacement  
joueur / ballon

## LE COIN DE L'ÉDUCATEUR

### DIFFICULTÉ



### VARIABLES

#### Complexifiantes

- Rétrécir le terrain
- Limiter les touches de balle des capitaines et à l'intérieur
- Les capitaines ont une touche de balle
- Il est interdit de remettre au capitaine qui vient de passer

#### Simplifiantes

- Agrandir le terrain

### COMPORTEMENTS ATTENDUS

- **Le porteur de balle :** Percevoir les partenaires dans les intervalles
- **Le porteur de balle :** S'orienter de trois quarts pour pouvoir enchaîner vers l'avant
- **Le porteur de balle :** Identifier s'il peut donner en appui ou conserver
- **Le non-porteur de balle :** Se déplacer constamment dans un intervalle
- **Le non-porteur de balle :** Identifier les déplacements des autres coéquipiers pour proposer une solution différente



# JEU DE POSITION – JEU DANS LES CARRES

## ESPACE



Surface :  
25x25m  
Carré de 8x8m

## EFFECTIF

● 7 joueurs    ● /  
● 3 joueurs    ● /

## TEMPS DE JEU

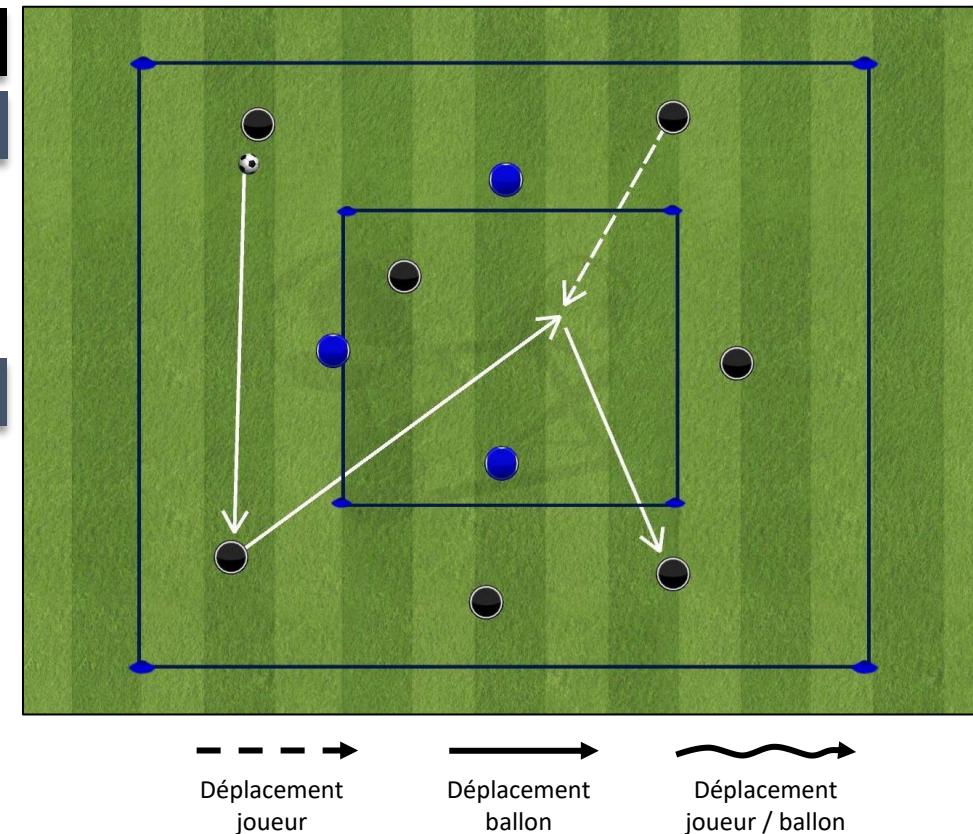
12 minutes temps effectif  
6 séquences de 2 minutes

## BUT DU JEU

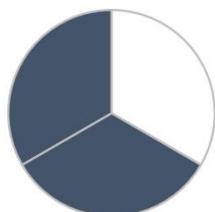
- Faire 6 passes consécutives = 1 point
- Trouver un joueur dans le carré qui transmet en une touche à un autre partenaire = 1 point
- Si les défenseurs récupèrent et se font une passe = 1 point

## REGLES

- Le jeu au sol est obligatoire
- Le jeu est libre dans le grand carré, une touche dans le petit carré
- Il est interdit de stationner plus de deux secondes dans le carré central



## DIFFICULTÉ



## VARIABLES

### Complexifiantes

- Rétrécir le terrain
- Limiter les touches de balle
- Un joueur de l'équipe DEF peut aller dans le carré central

### Simplifiantes

- Agrandir le terrain

## LE COIN DE L'ÉDUCATEUR



## COMPORTEMENTS ATTENDUS

- Le porteur de balle :** Percevoir les différentes solutions
- Le porteur de balle :** Identifier s'il faut conserver ou s'il peut trouver dans le carré
- Le non-porteur de balle :** Se déplacer constamment dans un intervalle
- Le non-porteur de balle :** Se déplacer au bon moment dans le carré central et percevoir la position du troisième joueur potentiel

# FORMATION JEU DE POSITION

## LES JEUX DE POSITION



ARRET  
FLASH

### POUR

- Très ludique donc apprécié
- Des espaces courts qui demandent de percevoir vite
- Des espaces courts qui amènent une multiplication des gestes techniques

### CONTRE

- Une mobilité toujours réduite (petites courses uniquement)
- Peu contextualisé par rapport aux espaces de matchs
- Nécessite une forte adaptation de l'entraîneur par rapport à son groupe



# FORMATION JEU DE POSITION

## LES JEUX DE POSITION



ARRET  
FLASH

### POUR

- Très ludique donc apprécié
- Des espaces courts qui demandent de percevoir vite
- Des espaces courts qui amènent une multiplication des gestes techniques

### CONTRE

- Une mobilité toujours réduite (petites courses uniquement)
- Peu contextualisé par rapport aux espaces de matchs
- Nécessite une forte adaptation de l'entraîneur par rapport à son groupe





#3

---

**LES JEUX  
DE PROGRESSION**

# FORMATION JEU DE POSITION

## LES JEUX DE POSITION



ARRET  
FLASH

## LA DIFFERENCE AVEC LES JEUX DE POSITION

- Des espaces souvent plus grands
- Et surtout un sens de jeu !



# JEU DE PROGRESSION - JOUER ENTRE LES LIGNES

## ESPACE



Surface :  
20\*40m  
Carré 10x10m

## BUT DU JEU

- Faire 15 passes = 1pt
- Traverser le terrain = 1pt

## EFFECTIF

● 6 joueurs

● 6 joueurs

● 2 jokers

## REGLES

- Jeu au sol obligatoire
- Séquence 1 : interdit de faire une passe dans le même carré
- Séquence 2 : si je fais une passe dans un carré, le receveur à une touche de balle
- Séquence 3 : règle de la séquence 2 + si je joue dans le même couloir, le receveur à une touche de balle
- Séquence 4 : règle de la séquence 3 + possibilité de marquer un point directement en trouvant une passe diagonale qui saute une zone (flèche en rouge sur le dessin)

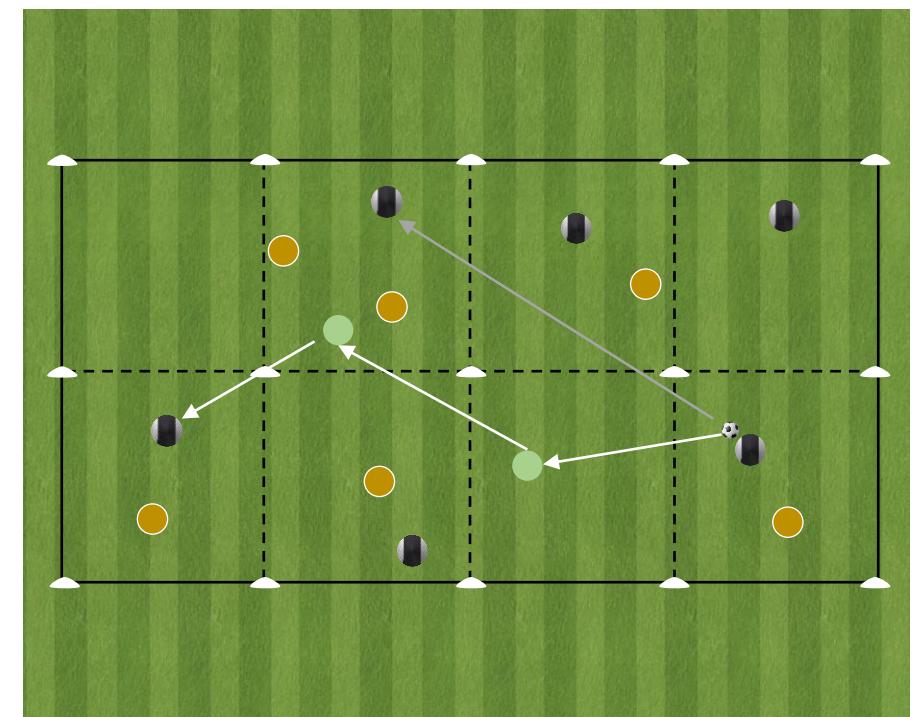
## TEMPS DE JEU

⌚ 20 minutes temps effectif  
4 séquences de 5 minutes

## TRAVAIL INTEGRÉ

Athlétique : force

Mental : confiance

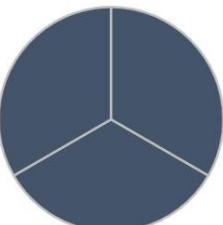


—→  
Déplacement  
joueur

—→  
Déplacement  
ballon

~~~~~→  
Déplacement
joueur / ballon

DIFFICULTÉ



VARIABLES

Complexifiantes

- Enlever un joker

Simplifiantes

- Agrandir le terrain en largeur puis profondeur
- Passer en jeu totalement libre

LE COIN DE L'ÉDUCATEUR



COMPORTEMENTS ATTENDUS

- **Le porteur de balle :** Voir loin et vite
- **Le porteur de balle :** S'orienter de trois quarts pour pouvoir enchaîner vers l'avant
- **Le porteur de balle :** Identifier s'il peut donner en appui ou conserver
- **Le non-porteur de balle :** Se déplacer constamment dans un intervalle
- **Le non-porteur de balle :** Identifier les déplacements des autres coéquipiers pour proposer une solution différente

JEU DE PROGRESSION - JOUER ENTRE LES LIGNES

ESPACE



Surface :
40x25m

BUT DU JEU

- Marquer dans le but = 1 point
- Marquer plus de points que l'équipe adverse

EFFECTIF

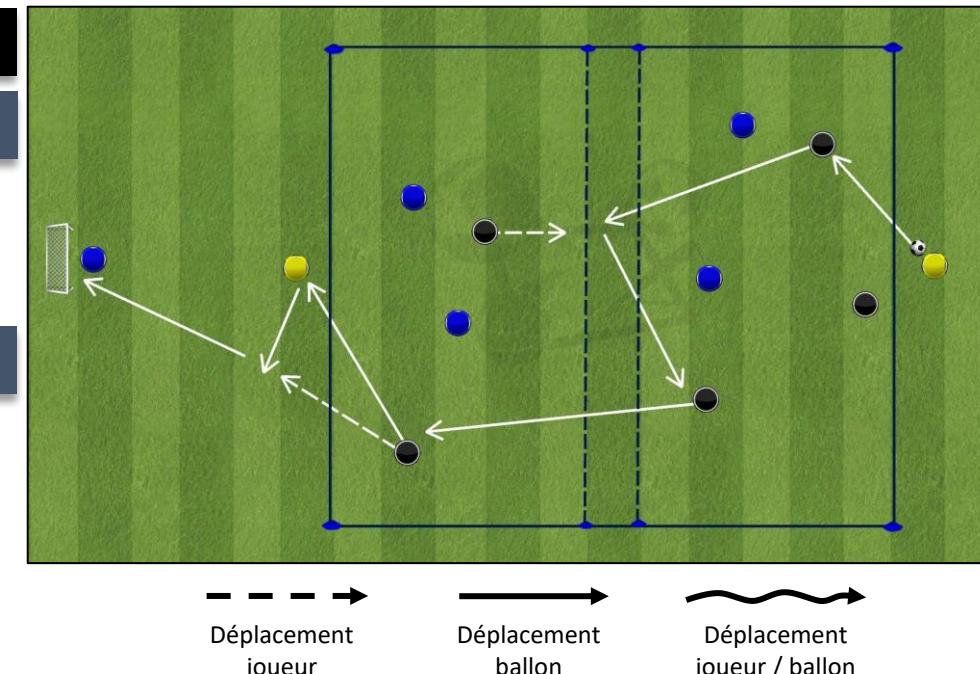
● 5 joueurs ● /
● 5 joueurs ● 2 jokers

REGLES

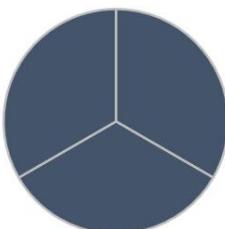
- Jeu au sol obligatoire
- Pour passer de la zone DEF à OFF, on peut trouver un joueur en appui soit dans la zone stationnaire (2 secondes) soit directement la zone offensive
- Le joueur est inattaquable dans la rivière

TEMPS DE JEU

⌚ 12 minutes temps effectif
6 séquences de 2 minutes



DIFFICULTÉ



VARIABLES

Complexifiantes

- Rétrécir le terrain
- Rajouter deux couloirs de jeu : si la passe dans la rivière est dans le même couloir = 1 touche, sinon libre

Simplifiantes

- Agrandir le terrain en largeur
- Ajouter un joueur libre dans la « rivière »

LE COIN DE L'ÉDUCATEUR



COMPORTEMENTS ATTENDUS

- **Le porteur de balle :** Percevoir les partenaires en appui
- **Le porteur de balle :** Identifier s'il peut donner en appui ou conserver
- **Le non-porteur de balle :** Se déplacer au bon moment dans la rivière
- **Le non-porteur de balle :** Être disponible en appui sur plusieurs couloirs avec ses coéquipiers

JEU DE PROGRESSION - JOUER ENTRE LES LIGNES

ESPACE



Surface :
40*25m

BUT DU JEU

- Franchir la ligne médiane = 1 point
- Marquer dans le but = 1 point de plus
- Marquer plus de points que l'équipe adverse

EFFECTIF

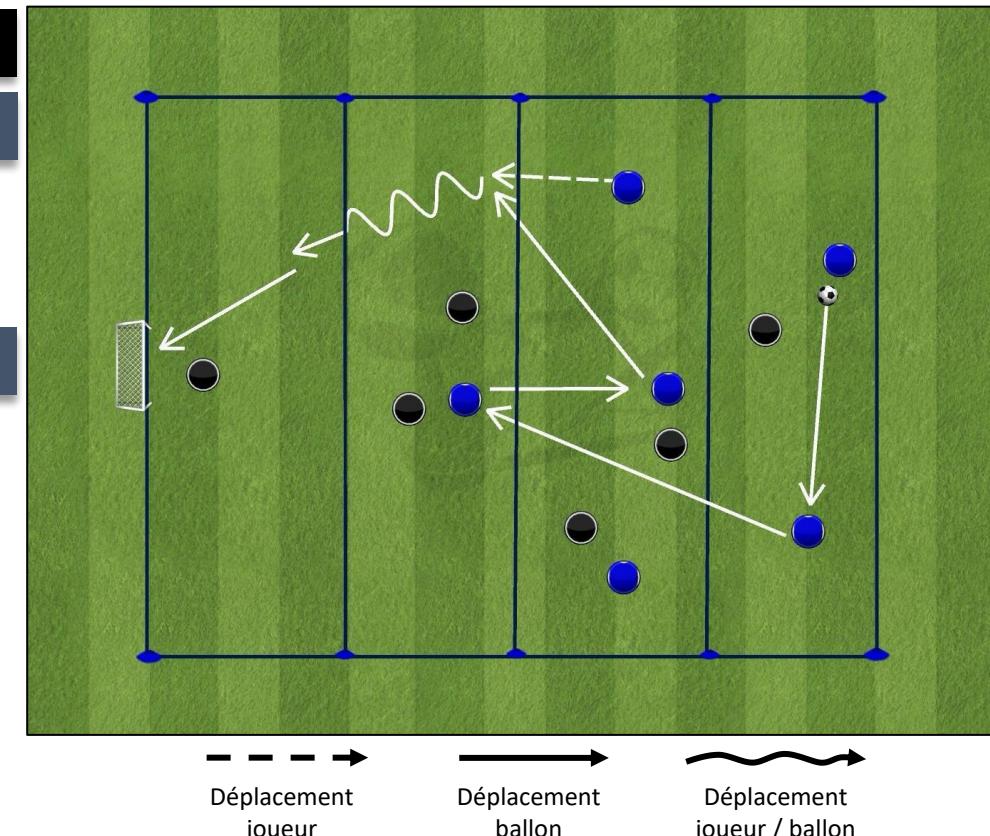
● 6 joueurs ● /
● 6 joueurs ● /

REGLES

- Le ballon part toujours des bleus
- Les défenseurs sont fixes dans leur zone (2-2-1)
- La ligne médiane doit être franchie par la passe uniquement
- Si les noirs récupèrent, 8 secondes pour aller faire un stop-ball derrière la ligne des bleus

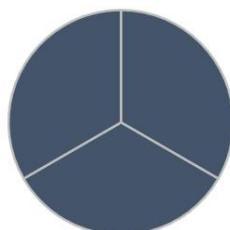
TEMPS DE JEU

⌚ 12 minutes temps effectif
3 séquences de 4 minutes



LE COIN DE L'ÉDUCATEUR

DIFFICULTÉ



VARIABLES

Complexifiantes

- Réduire les dimensions du terrain
- Imposer un temps maximum pour marquer une fois la médiane franchie

Simplifiantes

- Agrandir le terrain en largeur puis profondeur
- Réduire le rapport numérique

COMPORTEMENTS ATTENDUS

- **Le porteur de balle** : Percevoir les partenaires dans les intervalles
- **Le porteur de balle** : S'orienter de trois quarts pour pouvoir enchaîner vers l'avant
- **Le porteur de balle** : Identifier s'il peut donner en appui ou conserver
- **Le non-porteur de balle** : Se déplacer constamment dans un intervalle
- **Le non-porteur de balle** : Identifier les déplacements des autres coéquipiers pour proposer une solution différente



FORMATION JEU DE POSITION

LES JEUX DE POSITION



ARRET
FLASH

POUR

- Un transfert vers le match plus contextualisé
- Un sens de jeu qui introduit les notions d'orientation du corps, d'espace interligne etc
- Les joueurs peuvent évoluer à leur poste
- Idéal pour travailler la sortie de balle

CONTRE

- Moins de répétition technique car plus de joueurs
- Nécessite une forte adaptation de l'entraîneur par rapport à son groupe



FORMATION JEU DE POSITION

LES JEUX DE POSITION



ARRET
FLASH

POUR

- Un transfert vers le match plus contextualisé
- Un sens de jeu qui introduit les notions d'orientation du corps, d'espace interligne etc
- Les joueurs peuvent évoluer à leur poste
- Idéal pour travailler la sortie de balle

CONTRE

- Moins de répétition technique car plus de joueurs
- Nécessite une forte adaptation de l'entraîneur par rapport à son groupe



#4

LES SITUATIONS
CONTEXTUALISÉES

FORMATION JEU DE POSITION

LES SITUATIONS CONTEXTUALISÉES



ARRET
FLASH

MATCHS A THEME - LEURS CARACTERISTIQUES

- Utilisent les espaces de matchs
- Correspondent au sens de jeu du match
- Utilisent des effectifs proches de la réalité

MATCHS A THEME / RELATION DÉFENSEURS - MILIEUX

ESPACE



Surface :
45x40m

EFFECTIF

● 5 joueurs ● 1 GB
● 4 joueurs ● /

TEMPS DE JEU

⌚ 20 minutes
4 séquences de 5 minutes

TRAVAIL INTEGRÉ

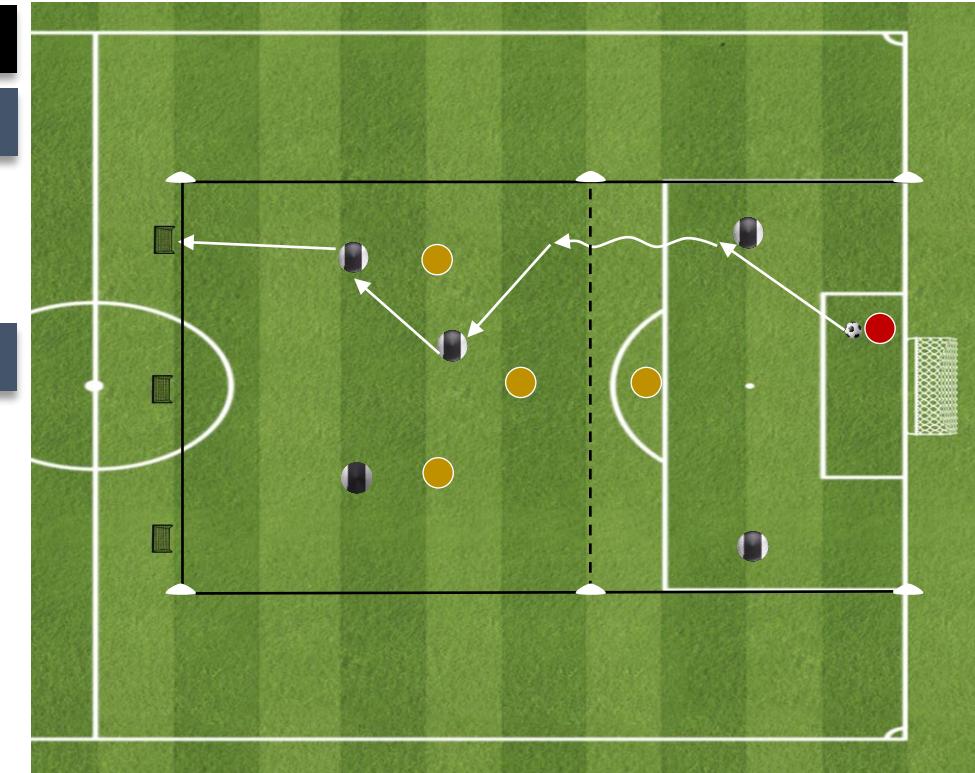
Athlétique : force
Mental : prise d'initiative

BUT DU JEU

- Noir : marquer dans un des 3 buts = 1 pt
- Jaune : récupérer et marquer dans le grand but = 1pt

REGLES

- Le jeu au sol est obligatoire – Chaque ballon part du GB.
- Organisez vos équipes en fonction de votre système (ici les noirs sont en 2-3 car organisé en 1-4-3-3).
- Joueurs fixes dans leur zone. Un défenseur central noir peut apporter une supériorité numérique en conduite dans la zone supérieure.
- A la perte de balle des noirs, les joueurs ne sont plus fixes dans leur zone.
- Pas de règle du hors-jeu.



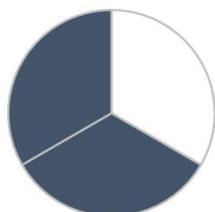
----->
Déplacement
joueur

----->
Déplacement
ballon

~~~~~>  
Déplacement  
joueur / ballon

## LE COIN DE L'ÉDUCATEUR

### DIFFICULTÉ



### VARIABLES

#### Complexifiantes

- Un des 3 milieux de terrain jaunes peut sortir dans la zone supérieure pour tenter de récupérer le ballon
- Si on trouve un milieu noir dos au jeu, il a une touche

#### Simplifiantes

- Agrandir les distances du terrain
- Un milieu noir peut venir décrocher en zone basse

### COMPORTEMENTS ATTENDUS

#### **Défenseurs centraux – GB**

- Voir loin – Trouver des joueurs orientés – Masquer ses intentions.
- Prendre des initiatives en conduite si l'espace le permet.

#### **NON-PORTEURS DE BALLE :**

- Demander dans un couloir de jeu différent pour solliciter des passes à angle.
- Être en mouvement pour se démarquer.
- Se situer dans un intervalle et derrière la ligne de pression.



## MATCHS A THEME / RELATION DÉFENSEURS - MILIEUX

### ESPACE



Surface :  
40\*50m

### EFFECTIF

● 8 joueurs     ● 2 GB  
● 8 joueurs     ● /

### TEMPS DE JEU

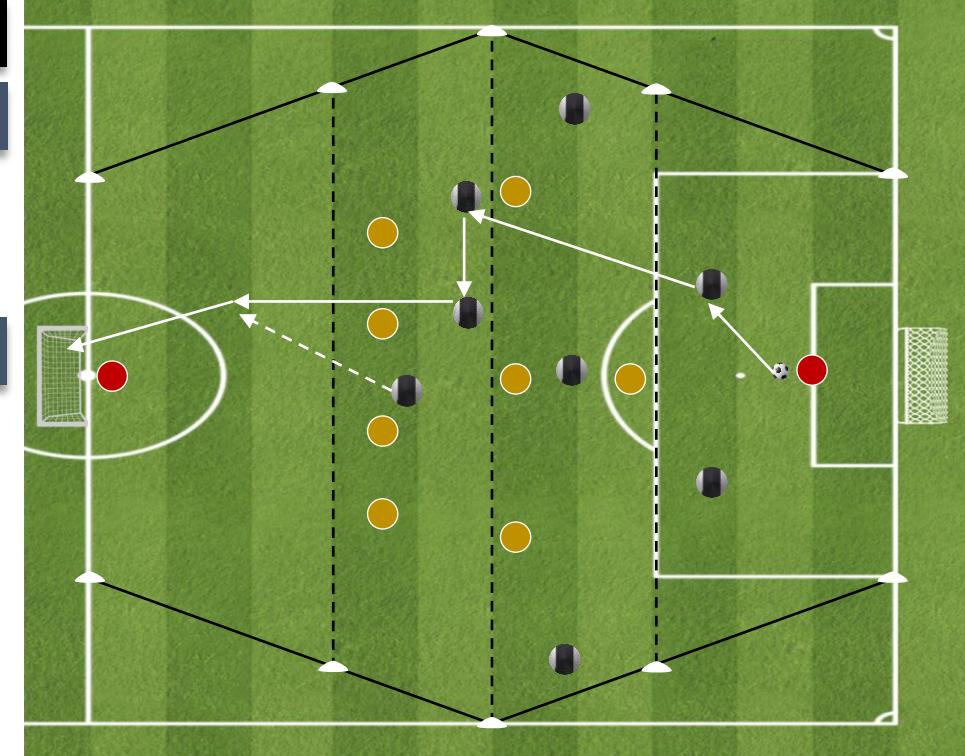
⌚ 20 minutes temps effectif  
5 séquences de 4 minutes

### BUT DU JEU

- Marquer = 1pt

### REGLES

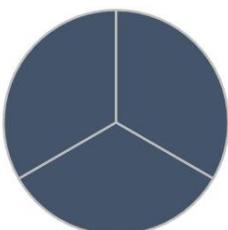
- Jeu au sol obligatoire
- Les zones se franchissent par une passe
- Un seul défenseur peut aller presser en zone haute
- Possibilité de rentrer dans la dernière zone en conduite de balle, mais finition en moins de 3 secondes sinon ballon à l'adversaire



### TRAVAIL INTEGRÉ

Athlétique : endurance  
Mental : prise d'initiative

### DIFFICULTÉ



### VARIABLES

#### Complexifiantes

- Si je ne franchis qu'une seule zone avec ma passe, le receveur n'a qu'une touche de balle
- Simplifiantes
- Agrandir le terrain en largeur puis profondeur
- Réduire le rapport numérique

### COMPORTEMENTS ATTENDUS

- **Le porteur de balle :** Percevoir les partenaires dans les intervalles – Voir loin
- **Le porteur de balle :** S'orienter de trois quarts pour pouvoir enchaîner vers l'avant
- **Le non-porteur de balle :** Se déplacer constamment dans un intervalle
- **Le non-porteur de balle :** Identifier les déplacements des autres coéquipiers pour proposer une solution différente. Être étagé et occuper tous les interlignes



## MATCHS A THEME / RECHERCHE DE L'ESPACE DE PROFONDEUR

### ESPACE



Surface :  
35x45m  
10m de couloir

### EFFECTIF

● 7 joueurs      ● 2 GB  
● 7 joueurs      ● ●

### TEMPS DE JEU

20 minutes  
4 séquences de 5 minutes

### TRAVAIL INTEGRÉ

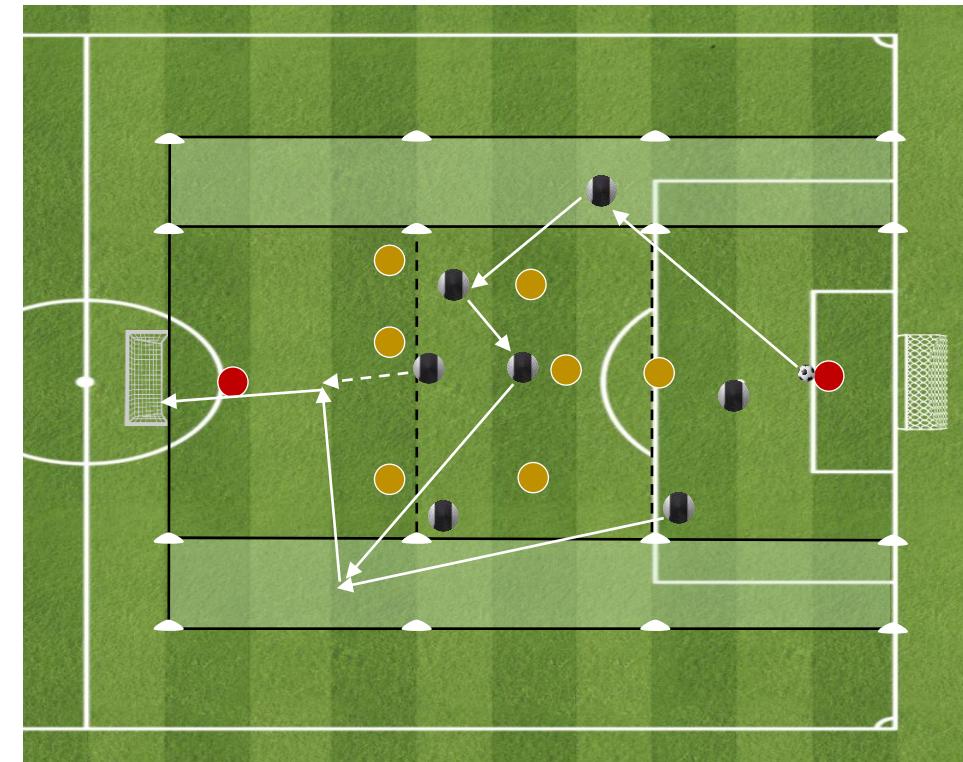
Athlétique : endurance  
Mental : prise d'initiative

### BUT DU JEU

- But = 1pt
- But marqué en ayant joué dans les 3 couloirs = 3pts

### REGLES

- Le jeu part du couloir central. Lorsqu'on joue dans un des 2 couloirs bleus, l'autre s'ouvre pendant 7 secondes.
- Si on ne joue pas dans le couloir à l'opposé, on a que le premier couloir d'ouvert jusqu'à la perte du ballon



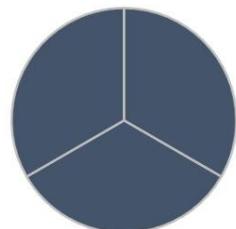
→  
Déplacement  
joueur

→  
Déplacement  
ballon

→  
Déplacement  
joueur / ballon

## LE COIN DE L'ÉDUCATEUR

### DIFFICULTÉ



### VARIABLES

#### Complexifiantes

- Rétrécir le terrain
- Interdire le renversement par du jeu long

#### Simplifiantes

- Agrandir les distances du terrain
- Ajouter des jokers

### COMPORTEMENTS ATTENDUS

- Créer des espaces libres en amenant de la densité adverse dans une zone, par la passe ou par la conduite de balle.
- Si le couloir de jeu direct est libre, progresser par ce couloir.
- S'il est bloqué, changer de rythme pour jouer dans les espaces créés à l'opposé.
- Valoriser le renversement par du jeu court, qui continue de fixer la défense et fait beaucoup plus de dégâts.



# FORMATION JEU DE POSITION

## LES SITUATIONS CONTEXTUALISÉES



ARRET  
FLASH

### POUR

- Contextualisé donc donne des repères aux joueurs
- Permet de travailler au poste
- Des espaces réels donc proches de la réalité athlétiquement
- Permet de travailler avec l'ensemble de l'effectif

### CONTRE

- Nécessite un effectif nombreux
- Nécessite de l'espace
- Un seul ballon pour l'ensemble des joueurs = progression technique limitée



# FORMATION JEU DE POSITION

## LES SITUATIONS CONTEXTUALISÉES



ARRET  
FLASH

### POUR

- Contextualisé donc donne des repères aux joueurs
- Permet de travailler au poste
- Des espaces réels donc proches de la réalité athlétiquement
- Permet de travailler avec l'ensemble de l'effectif

### CONTRE

- Nécessite un effectif nombreux
- Plus difficile car supériorité inexistante ou moindre
- Nécessite de l'espace
- Un seul ballon pour l'ensemble des joueurs = progression technique limitée





---

**LA PRISE  
D'INFORMATIONS**

# FORMATION JEU DE POSITION

## LA PRISE D'INFORMATIONS



ARRÊT  
FLASH



### LA PRISE D'INFORMATIONS

- Réussir à se déplacer tout en prenant les informations extérieures (cible, adversaires, partenaires, zone du terrain)
- Avoir une posture et une orientation de corps permettant de voir le maximum d'indicateurs
  - = Scanner le terrain avant de recevoir le ballon
  - = Pouvoir jouer rapidement après avoir perçu où et à qui donner

# FORMATION JEU DE POSITION

## LA PRISE D'INFORMATIONS

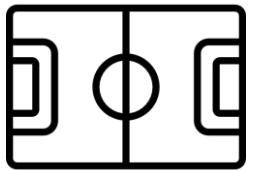


ARRÊT  
FLASH



### POSSIBILITE NUMERO 1

Travailler la prise d'informations à travers le jeu



Espaces petits pour  
réduire le délai de perception



Règles du jeu  
(Nombre de touches, temps...)

# FORMATION JEU DE POSITION

## LA PRISE D'INFORMATIONS



ARRÊT  
FLASH

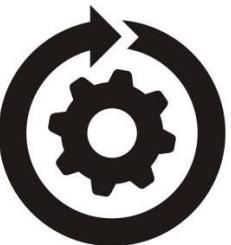


### POSSIBILITE NUMERO 2

Travailler la prise d'informations de manière spécifique



Avoir des petits effectifs  
pour favoriser la répétition



Règles du jeu nombreuses  
= Augmenter la concentration



---

# LE CONTRE PRESSING

# FORMATION JEU DE POSITION

## LE CONTRE PRESSING

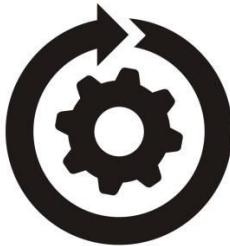


ARRÊT  
FLASH



### PREREQUIS NUMERO 1

Permettre une continuité au jeu



Autoriser les  
transitions multiples



Faire des séquences  
courtes mais intenses



Avoir une très grosse  
source de ballons

# FORMATION JEU DE POSITION

## LE CONTRE PRESSING

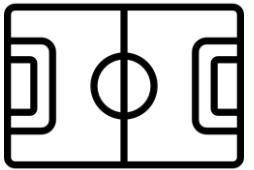


ARRÊT  
FLASH



### PREREQUIS NUMERO 2

Favoriser la perte du ballon en jouant sur l'aménagement du jeu



Dimensions du terrain



Règles du jeu

# FORMATION JEU DE POSITION

## LE CONTRE PRESSING



ARRÊT  
FLASH



### PREREQUIS NUMERO 3

La posture de l'éducateur



Valoriser les  
bons comportements



Réguler le  
Manque d'efforts ou concentration



#5

---

LA  
PLANIFICATION

# FORMATION JEU DE POSITION

LA SEANCE TYPE



ARRÊT  
FLASH

## 1. IDENTIFIER UN PROBLEME DE JEU

LA BASE : LE RONDO

PROCEDE SPECIFIQUE : JEU DE POSITION OU PROGRESSION

PROCEDE TECHNIQUE : EN LIEN AVEC LE PROBLEME DE JEU

SITUATION CONTEXTUALISEE ou MATCH A THEME



## PROCEDES COMPLEMENTAIRES

Prise d'informations

Contre-pressing

# FORMATION JEU DE POSITION

LA SEANCE TYPE



ARRÊT  
FLASH

## 2. PLANIFIER SA SEMAINE

| LUNDI                         | MARDI | MERCREDI                      | JEUDI | VENDREDI                      | SAMEDI | DIMANCHE     |
|-------------------------------|-------|-------------------------------|-------|-------------------------------|--------|--------------|
| Rondo                         |       | Rondo                         |       | Rondo                         |        |              |
| Jeu de position / progression |       | Jeu de position / progression |       | Jeu de position / progression |        |              |
| Ou travail technique          |       | Ou travail technique          |       | Travail de finition           |        | <b>MATCH</b> |
| Petits effectifs              |       | Effectifs grands              |       | Match à thème Espace moyen    |        |              |
| Match à thème Espace petit    |       | Match à thème Espace grand    |       |                               |        |              |



PROCEDES COMPLEMENTAIRES

# FORMATION JEU DE POSITION

## LA SEANCE TYPE

---



- **Se sortir du schéma FFF**
- **Beaucoup de possibilités à tester !**



ARRÊT  
FLASH



#6

---

VOS QUESTIONS !