Nouveau système de jeu :

5-3-2 en phase défensive / 3-5-2 en phase offensive

LES ASPECTS DEFENSIFS / 5-3-2

En situation de défense c'est à dire **sans ballon**, le travail défensif se réalise dans un cadre général en appliquant les déroulements tactiques suivants :

1. Les marquages que réalisent l'équipe, sauf disposition adverse, seront des marquages zonaux ***(faire attention à bien rester en ligne de 5 pour la ligne défensive).***
2. Repli à des positions de départ dans son propre camp, ou bien à des positions déterminées d'avance par l'entraîneur.
3. Pour que l'équipe puisse réaliser un repli le plus correct possible, l'équipe doit prévoir le contre adverse dans son placement ou bien obliger l'équipe adverse à initier son jeu *depuis une attaque statique* ou dans le cas où cela ne serait pas possible, *la rendre sans possibilité de contre-attaque.*
4. Les joueurs doivent demeurer dans leur ligne à une distance suffisamment courte pour pouvoir réaliser une couverture au partenaire et couvrir l'espace maximum possible, et toujours prenant comme référence le basculement de position du ballon
5. L'espace entre les lignes doit très être réduit. **La distance entre la défense et les milieux du terrain ne doit pas être de plus de 8 à 10 mètres.** Entre les milieux de terrain et le meneur de jeu elle doit être en moyenne entre 5 ou 6 mètres, cette même distance moyenne doit exister entre le meneur de jeu et les avants.
6. Une fois, les positions défensives prises et ce en toute clarté, chacun des joueurs doit montrer une très grande agressivité pour défendre sa zone, à l'égal du degré de solidarité avec ses partenaires dans le déroulement des principes tactiques défensifs.

Pour le déroulement correct du système, les joueurs doivent réaliser à la perfection les principes tactiques défensifs pour lesquels chacun des joueurs qui sera sur le terrain de jeu aura un rôle collectif et individuel. Il devra accorder, toujours de manière rationnelle, la position qu'il occupe dans le champ de jeu, à moment déterminé, et le positionnement du ballon

PRESSING

Dès que l'équipe n'est plus en possession du ballon, c'est l'action qui se réalise sur un, plusieurs ou la totalité des joueurs adverses pour ne leurs laisser aucune liberté d'action et, ainsi, casser le jeu dès son origine et avoir la possibilité de récupérer le ballon au plus vite.

Quand faisons-nous le pressing ?

1. Lorsque le ballon est non encore contrôlé par le joueur.
2. Lorsque l'adversaire fait un mauvais contrôle.
3. Lorsque le joueur est de dos.

Comment faisons-nous le pressing ?

1. Monter et harceler, ***ne pas se jeter***, ne pas se laisser déborder.
2. S'assurer qu'un partenaire effectue la couverture ou qu'un autre intercepte les passes possibles.

Où réaliserons-nous le pressing ?

Normalement sur les côtés où il y a plus de possibilités de succès, puisque l'attaquant a moins d'options et d'espace où jouer le ballon.

REPLI DEFENSIF

C'est l'action de recul des joueurs, lorsque le ballon est perdu, dans les zones ou à des positions recommandées, avec pour finalité fondamentale d'organiser la défense dans la forme la plus adéquate et la plus efficace possible. Les joueurs pourront effectuer des replis à des positions de départ ou des replis à des positions marquées. Dans notre cas on repassera en **5-3-2** au moment où le ballon sera perdu et cela le plus rapidement possible

MARQUAGE

Actions que réalisent les joueurs d'une équipe sur leurs adversaires lorsque ceux-ci sont en possession du ballon ou qu'ils s'apprêtent de le recevoir.

Dans ce système les joueurs réalisent un **Marquage Zonal** de tout l'équipe et ce dans le cadre d'une répartition des tâches et des espaces ou des zones. L'essentiels sera de faire prévaloir l'agressivité à défendre cette zone comme si c'était l'ultime zone précédant le but.

COUVERTURES

C'est l'action que réalise un joueur en étant en situation d'aide au partenaire qui peut être débordé.

DÉDOUBLEMENTS DÉFENSIFS

Ce sont des actions tactiques réalisées par des partenaires de la même ligne ou de lignes différentes de l'équipe. Ces actions permettent avant tout, **de maintenir l'occupation rationnelle du terrain** de jeu*, Elles consistent à couvrir l'espace derrière le partenaire lorsqu'il perd le ballon et, le cas échéant, à prendre la position du partenaire qui est couvert.*

ASPECTS OFFENSIFS / 3-5-2

Dans le travail offensif, des aspects obligés sont réalisés dans le cadre général tactique, dont les déroulements sont les suivants :

1. **Le principal objectif de l'équipe sera de maintenir la possession du ballon, avec comme raison essentielle : "avoir le contrôle du jeu et de la partie".**
2. **Les milieux tant droit que gauche, utilisent bien les parties extérieures du terrain, " mangeant la chaux des lignes de touches " pour favoriser les espaces et bien rechercher la réception d'une passe en profondeur ou d'un duel un contre un avec l'adversaire.**
3. **Le milieu AXE servira de référence et aide lorsque l'adversaire effectue une pression " asphyxiante " contre notre équipe, en tentant de jouer très rapidement dans l'espace libre, et sans chercher les complications.**

4. **La ligne des 3 milieux de terrain (milieu axe + les défenseurs gauches et droits) appuiera le jeu d'attaque, en lançant soit les milieux sur les côtés cherchant la passe dans le dos des adversaires ou bien au moyen d'une passe longue pour jouer le deuxième ballon.**
5. **Le milieu axe sera la liaison entre les milieux de terrain et les avants, et en outre il s'intégrera à l'attaque comme troisième attaquant, créant un surnombre pour les deux avants avec une total liberté de mouvements en attaque.**
6. **Les deux avants cherchent des appuis constants, et bien entendu à finir l'action offensive**
7. **Les arrière latéraux restent toujours en couverture mais sur les consigne du coach il peuvent se créer une possibilité de dédoublement avec les milieux gauches ou droit, afin de profiter de l'effet de surprise de l'équipe adverse (Ce n'est pas cependant pas objectif prioritaire et ils ne se doivent pas multiplier les allées et venues en attaque)**

   Dans le domaine offensif, pour le déroulement correct du système, les principes tactiques offensifs devront être réalisés à la perfection par chacun des joueurs qui sera sur le terrain de jeu et aura un rôle collectif et individuel en accordant toujours de manière rationnelle, la position qu'il occupe dans le champ de jeu, à moment déterminé, et le positionnement du ballon

DEMARQUAGE

C'est l'action que réalise un joueur pour échapper de la surveillance d'un adversaire lorsque notre équipe a le ballon. La direction, la manière et le moment opportun du démarquage du joueur détermine le moment et le type de la passe

DEMARQUAGE D'APPUI :

Action du joueur lorsqu'il s'échappe de la surveillance de l'adversaire pour aller en appui du partenaire qui porte le ballon pour lui faciliter l'action

DEMARQUAGE DE RUPTURE :

Échapper à un adversaire et contourner son partenaire qui porte le ballon, en cherchant la progression dans l'espace et en réduisant la distance avec le gardien de but adverse

LE RYTHME DE JEU

Ce sont les efforts et les actions réalisés dans une partie calculée en 'intensité apparente. Le rythme de jeu peut être lent, d'intensité moyenne ou d'intensité haute. Nous devrons toujours tenter de réaliser celui qui nous convient le mieux en fonction de la partie et du résultat lui-même.

ESPACES LIBRES

Lieu du champ de jeu qui est resté abandonné par un partenaire du possesseur du ballon et son adversaire au marquage, ou par mauvais placement de l'adversaire.

Les espaces libres sont :

1. CRÉÉS (en entraînant avec soit le joueur au marquage ou par décrochage de l'adversaire)
2. OCCUPÉS (un partenaire se déplaçant vers l'espace libre)
3. EXPLOITES (lorsque le ballon parvient dans des bonnes conditions dans cet espace pour être joué)

LES DÉDOUBLEMENTS OFFENSIFS

Des actions médiantes dans lesquelles deux ou plusieurs joueurs d'une même ligne ou de différentes lignes de l'équipe qui possède le ballon échangent leurs positions, occupant le poste d'un partenaire qui est allé à l'attaque, entretenant l'équilibre rationnel de lignes.

Dès le moment de la perte de la possession du ballon, le joueur qui partait en attaque devra retourner, le plus rapidement possible, reprendre son poste et s'il est déjà occupé par son partenaire, celui-ci se repositionnera sur son poste d'origine.

CONSERVATION DU BALLON / CONTROLE DU JEU

Ce sont les actions réitérées, les déploiements et les manœuvres, qui se réalisent pour disposer de l'initiative du jeu sans perdre la possession du ballon.

APPLICATIONS AU JEU PAR POSTE

LE GARDIEN

1. Il doit dominer l'aire de la surface de réparation.
2. La situation qui sera la sienne dépendra d'où se trouve le ballon, il accompagne dans sa montée l'équipe lorsqu'elle dispose du ballon, équilibrant les lignes et lorsque nôtre équipe se replie en défense il fait de même gardant le même équilibre
3. Lorsque son équipe joue haut, il fonctionne comme un libero.
4. Il place la forme générale de l'équipe et en particulier la défense, rectifiant le positionnement et animant constamment.
5. Il doit être le générateur continu de confiance et de sécurité pour ses partenaires

LES LATÉRAUX

Dans l'aspect défensif

1. Ils feront un marquage zonal, lequel supporte une grande agressivité.
2. Ils réalisassent des couvertures à l'intérieur de la bande extérieure ainsi que dans l'axe central de sa même ligne
3. Ils réalisassent un glissement d'un côté à l'autre du terrain en fonction de la position du ballon.

Dans l'aspect offensif

1. Ils restent en couverture avec l'arrière central mais peuvent rechercher l'amplitude dans les espaces pour favoriser le jeu d'attaque s'ouvrant bien les extérieurs du terrain pour initier le jeu attaque par les ailes
2. Ils réalisassent des dédoublements offensifs de l'extérieur vers l'intérieur.

3. En cas d'incorporation à l'attaque à la hauteur de la surface de réparation adverse, ils cherchent le centre pour un des deux avants.
4. En cas de non incorporation à l'attaque, ils accompagnent le mouvement de l'équipe pour entretenir les lignes le plus compacte possible et éviter des contrattaques de l'équipe adverse.

LE DEFENSEUR CENTRAL

Les aspects défensifs

1. Il dirige le reste de la défense dans son placement.
2. Il montre une conviction hors de tout doute.
3. Il réalise un repli dans l'axe du terrain sauf instructions contraires, mais à mesure que le ballon se rapproche de son but.
4. Il réalise le glissement vers le lieu où se trouve le ballon, avec l'objectif de laisser le moins des espaces possible et handicaper ainsi la progression de l'équipe adverse.

Les aspects offensifs

1. Il accompagne la sortie de l'équipe en attaque pour éviter une possible contre-attaque de l'équipe adverse en cas de perte du ballon.
2. Il initie le jeu d'attaque, distribuant le ballon selon qu'il considère qu'i faut relancer sur les côtés ou sur une pointe.
3. Lorsque le ballon est joué sur un des côtés, il réalise une aide en appui sur ce même côté pour couvrir si le ballon était perdu sous la pression adverse.
4. Il doit dans la mesure du possible chercher le jeu court ou le contrôle, pouvant l'alterner avec des passes longues à l'un des deux intérieurs si le pressing de l'équipe adverse l'y oblige ou bien par l'occupation d'un espace libre pour un partenaire qui se démarque.
5. Il reste toujours en couverture associé aux latéraux.

LE MILIEU AXE

Dans l'aspect défensif

1. Il joue devant la ligne des 5 défenseurs, ne laissant pas trop de distance pour éviter l'incursion de l'équipe adverse
2. Il effectue le glissement vers le ballon pour aider à faire la pression, surtout s'il est sur un côté.
3. Il doit garder l'axe du terrain pour éviter la création d'un espace libre qui puisse être occupé par un adversaire
4. Il montre une conviction hors de tout doute.
5. Dans le cas de perte de ballon jouée rapidement pour tenter la réalisation d'une contre-attaque, il devra effectuer un recul frein.

Dans l'aspect offensif

1. Lorsque le jeu d'attaque s'initie à partir de la défense, il sera la liaison avec le milieu de terrain, venant chercher le ballon de la ligne des 3 défenseurs
2. Il servira d'appui à quiconque des joueurs du milieu de terrain pour lorsqu'ils retardent le ballon, imprimant un rythme rapide au ballon et à pouvoir en un minimum de touches de balle possible imprimer un rythme de jeu rapide.
3. Accompagne le jeu d'attaque en sortant avec le reste de l'équipe joignant les lignes pour éviter ainsi en cas de perte de balle la contre-attaque de l'équipe adverse.

LES MILIEUX GAUCHES & DROITS

Dans l'aspect défensif

1. Ils réalisent un repli vers des positions de marquage, pour reformer le bloc - équipe et initier la pression sur l'équipe adverse pour récupérer le ballon.
2. Glissement vers le lieu où se situe le ballon, réalisation des marquages zonaux.
3. Ils réalisent des dédoublements défensifs avec le latéral ainsi qu'une aide permanente pour favoriser la récupération du ballon et ils permutent avec les partenaires de la même ligne ou de la de défense pour équilibrer l'équipe si cela est nécessaire.

Dans l'aspect offensif

1. Lorsque notre équipe récupère le ballon nous recherchons rapidement la profondeur dans un jeu s'ouvrant sur les côtés, pour passer dans le dos à l'adversaire, il est donc important qu'ils s'écartent rapidement vers l'avant et la ligne de touche pour permettre aux défenseurs gauche et droit de s'insérer dans la ligne du milieu.
2. Lorsque le jeu d'attaque se déroule sur l'aile du terrain adverse, il aura l'obligation de chercher le centre au deuxième poteau.
3. Il cherche le un contre un pour affronter le gardien de but ou bien pour effectuer un centre vers les attaquants.
4. Il favorisera l'incorporation à l'attaque du latéral de son côté, cherchant ainsi les deux contre un.
5. Obligation de venir en attaque pour la finition.

LE MILIEU CENTRAL GAUCHE & DROIT

Dans l'aspect défensif

1. Ils réalisent le replie avec le reste de l'équipe à des positions définies plus avant, se plaçant dans la ligne défensive afin de former une ligne de 5 défenseurs.
2. Il effectue un glissement vers la position du ballon participant ainsi à la pression sur l'équipe adverse
3. Il montre une conviction hors de tout doute

Dans l'aspect offensif

1. Ils servent de liaison dans le jeu d'attaque entre la défense ou le milieu AXE et les attaquants.
2. Ils recherchent sélectivement le jeu long par les côtés pour trouver les milieux gauches ou droits ou les attaquants.
3. Ils accompagnent le jeu d'attaque pour réduire les espaces et pour éviter la contre-attaque en cas de perte de la balle, ainsi que comme appui pour relancer en seconde balle.
4. Dans la conclusion du jeu ils se situent dans l'axe pour rechercher au cas où ,à frapper au but.

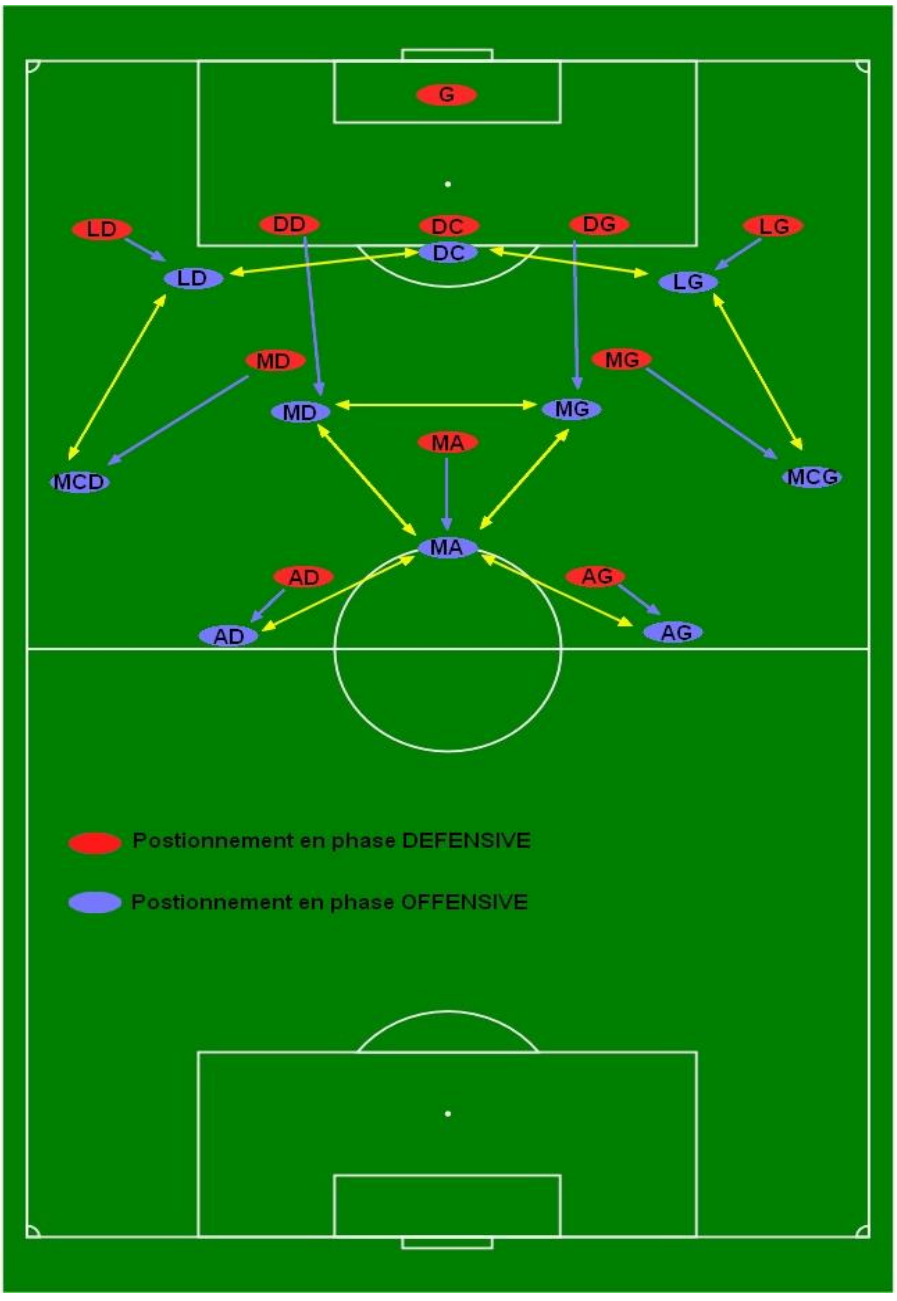
LES ATTAQUANTS

Dans l'aspect défensif

1. Le joueur le plus près du ballon fait pression afin de favoriser le repli du reste de l'équipe pendant que l'autre attaquant s'est replié avec le reste de l'équipe en recherchant le côté opposé.

2. Ils essayent de faire en sorte que l'équipe adverse initie le jeu par un des côtés en commençant la pression de l'intérieur vers ce côté, afin de permettre à son équipe de se replacer dans l'axe du but et ce le plus rapidement possible de façon à reformer le bloc-équipe.

Dans l'aspect offensif

3. Assurer la finition du jeu collectif.
4. Effectuer des courses croisées pour éviter le marquage facile des défenseurs.
5. Un viendra en appui du milieu AXE ou des milieux cotés et de l'autre recherchera la position de tir.
6. Si la balle que va recevoir un attaquant est aérienne, l'autre se situera de manière à récupérer la déviation dans le sens du jeu...

SYNTHESE DES TRANSITIONS OFFENSIVES & DEFENSIVES