

LES SYSTÈMES DE JEU DU FOOT À 8 CATÉGORIE U11-U13

Avantages et inconvénients

Les systèmes de jeu, souvent employés dans le foot à 11, sont également présents dans le football d'animation en foot à 8. Installer un système de jeu école de football permet, en effet, de donner un rôle défensif ou offensif aux joueurs en leur affectant une zone de terrain distincte. Cette répartition se fera par le choix du nombre de joueurs par ligne. Pour cela, l'entraîneur prendra en compte les qualités des joueurs dont il dispose. À cet âge-là, il faut malgré tout éviter d'enfermer un joueur à un poste précis et au contraire lui offrir l'occasion de voir différents rôles sur un terrain avec au moins trois systèmes. Pour mieux comprendre leur rôle, les joueurs doivent travailler à l'entraînement sur des procédés où le système sera pris en compte.

Pour un exercice, le jeune joueur développera des enchaînements techniques en fonction de son poste. Pour un jeu ou une situation, les relations par ligne et/ou côté vont lui permettre de trouver des automatismes. Malgré tout, il ne faut jamais oublier pour ces catégories, le côté ludique de l'entraînement.

Système 3-3-1

Offensivement



Les +

- facilite le jeu en triangle (grand nombre de triangle)
- occupation de la largeur et profondeur rationnelle
- permet de trouver des relations appuis/soutien dans toutes les zones
- sur des attaques placées, les latéraux sont souvent seuls ce qui permet de ressortir ou élargir le bloc adverse dans un premier temps pour jouer vers l'avant dans un second temps
- possibilité de jouer sur le point de fixation vers l'avant qu'est l'avant-centre
- possibilité rapide de sortir les ballons sur les côtés
- favorise la créativité et permet de la liberté pour les joueurs offensifs
- favorise l'utilisation et le déséquilibre par les couloirs grâce au dédoublement milieu / défenseur

Défensivement



Les +

- bloc équipe équilibré. Doit permettre d'être en permanence à distance pour ceder
- 2 lignes de force de 3 joueurs, cela favorise donc la gestion de la largeur
- permet les prises à 2 sur les côtés

Les -

- si le milieu axial est efficacement marqué, il sera difficile de passer par l'axe pour progresser
- manque d'appui haut (attaquant isolé)
- sur attaques placées, si les milieux latéraux ne font pas des appels dans l'axe du terrain pour proposer des solutions et libérer l'espace pour les défenseurs latéraux, le jeu reste figé
- manque de profondeur si l'avant-centre décroche de trop
- tendance à se débarrasser du ballon, par manque de relais à l'intérieur du jeu
- manque de présence devant le but.
- projection difficile du milieu axial en zone de finition
- jeu stéréotypé si pas de permutation des joueurs Système très statique

Les -

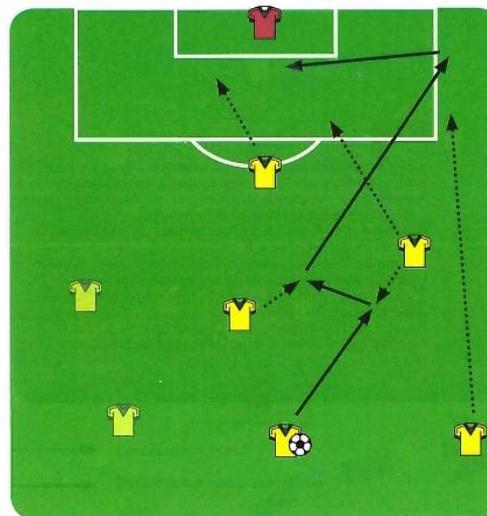
- manque de densité axiale, le milieu axial est seul
- si la perte du ballon
- courses importantes des milieux excéntrés pour conserver le bloc
- le milieu axial ne peut pas venir suppléer son défenseur axial car sinon il laisse un trop gros espace au milieu de terrain
- infériorité dans l'axe du terrain
- seul le milieu de terrain peut sortir sur le porteur de balle pour empêcher les trappes de loin
- danger si l'équipe adverse arrive à se projeter rapidement vers l'avant par l'axe du terrain
- faible réactivité dans la fermeture de l'axe (le milieu de terrain axial est seul)

LES COACHS



Laurent Artola et Kévin Sénas, responsables techniques de jeunes dans leur club, JA Biarritz pour le premier et Ustaritz pour le second, nous proposent de passer trois systèmes à la loupe...

Catégorie U13



.....> Déplacement joueur

—> Déplacement joueur avec ballon

EXERCICE



Espace
1/2 terrain à 8



Effectif
16 joueurs



Durée
15-20 min



On a le ballon
Déséquilibrer/Finir



Objectifs
Trouver le joueur lancé
Apprentissage du dédoublement
Prise de balle et enchaînements
Coordination passeur/receveur



But
Marquer



Consignes
Forme en passe et va
(A -> B -> C -> D -> E)
On met 2 joueurs au poste C et E
C et D se projettent dans la surface
Possibilité de jouer symétriquement de l'autre côté



Variables
(+) Remise C à 1 touche obligatoire
(-) Matérialiser une zone à viser pour la passe en profondeur de B
(+) Imposer une limite de temps pour finir l'action



Veiller à
Être prêt à recevoir le ballon
Orientation du corps pour gagner du temps
Coordination passeur/receveur
Course en banane pour B



Méthode pédagogique
Pédagogie directive :
montrer - faire répéter le geste
corriger

Système 2-3-2

Offensivement



Les +

- proposition de nombreux jeux en triangle quelque soit la zone du terrain
- possibilité de « dézonage » pour les 2 attaquants
- favorise la progression du ballon (angle de passe intéressant)
- offre des appuis et soutiens au porteur
- favorise l'alternance jeu
- possibilité de permutation dans la zone offensive
- invite au jeu combiné dans la recherche du déséquilibre
- présence devant le but
- possibilité rapide de sortir le ballon sur les 2 attaquants

Défensivement



Les +

- possibilité de défense avec un attaquant qui va cadrer et le second se replacer
- possibilité de pressing haut grâce aux deux attaquants et aux deux milieux latéraux
- forte densité axiale avec 5 joueurs

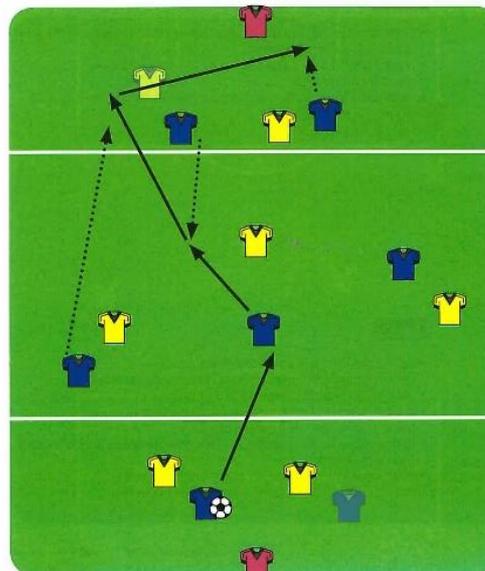
Les -

- tendance à concentrer le jeu dans l'axe
- solutions latérales plus difficiles à trouver
- écrasement de l'équipe si manque de profondeur
- difficile de créer et combiner sur les côtés

Les -

- infériorité numérique dans les couloirs
- si les attaquants sont dépassés, il peut y avoir sur nombre
- risque de surnombre dans la zone centrale du milieu de terrain si, en face, l'équipe joue avec deux milieux
- l'espace dans le dos des milieux latéraux est la zone pouvant mettre en difficulté l'équipe
- la largeur du terrain est plus difficile à gérer lorsque le ballon est dans le dos des milieux de terrain excentrés
- Les centres potentiels adverses ont le temps de s'organiser e/ou de percuter ballon au pied
- gestion de la profondeur dans les couloirs
- dézonage des défenseurs sur les déséquilibres latéraux

Catégorie U13



-▶ Déplacement joueur
- ▶ Déplacement joueur avec ballon

JEU



Espace

50 x 35



Effectif

14 joueurs



Durée

séquence de 3 minutes



On a le ballon

Conserver/progresser



Objectifs

Jouer vers l'avant entre les lignes
Travail du dézonage des attaquants
Recherche des appuis et soutiens au porteur



But

But marqué = 1 point
But marqué après passage dans les 3 zones = 3 points



Consignes

2 vs 1 dans les zones offensives / 3 vs 3 dans la zone médiane
Jeu au sol uniquement. Les joueurs restent fixes dans leur zone, pour attaquer, un attaquant peut venir décrocher dans la zone inférieure pour apporter le surnombre.
On passe dans la zone supérieure en conduite de balle ou par une passe.
(Si conduite : le porteur amène le surnombre et si passe : le passeur peut amener le surnombre).
Les défenseurs sont inattaquables dans leurs zones défensives en possession du ballon



Variables

(+) Le passeur ne peut pas amener le surnombre, c'est un autre joueur qui doit apporter le surnombre
(+) Temps limite pour marquer une fois qu'on est rentré dans la zone offensive
(-) Faire respecter le Hors Jeu en zone offensive



Veiller à

Combiner les déplacements (appui/soutien/apel)
Apporter le surnombre le plus vite possible
Ne pas rester statique
Avoir des solutions de passes vers l'avant mais aussi vers la largeur



Méthode pédagogique

Pédagogie active :
laisser jouer - observer - questionner

Système 2-4-1

Offensivement



Les +

- permet le maintien de la largeur et de la profondeur
- offre du soutien en permanence au porteur de balle
- favorise autant les attaques rapides que les attaques placées
- invite au jeu combiné dans l'axe (relation appui/soutien-3e avec un triangle modulable des 2 milieux + attaquant)
- possibilité de permutation sur les côtés entre deux milieux de terrain
- permet la projection d'un des deux milieux de terrain axiaux
- possibilité de voir les joueurs à plusieurs postes
- possibilité de jouer rapidement vers l'avant avec l'avant-centre qui reste haut sur le terrain
- possibilité de relancer rapidement sur les côtés

Défensivement



Les +

- densité dans l'axe du terrain
- offre une base défensive sécurisante dans l'axe du terrain avec les 2 défenseurs centraux
- possibilité pour un ou deux des 4 milieux de sortir plus haut sur le terrain
- permet d'introduire la notion de couverture et de défense en zone
- permet d'aborder la notion de couverture alternée des axiaux
- permet de travailler le coulisement latéral des défenseurs centraux
- possibilité de voir les joueurs à plusieurs postes
- permet des compensations et soutien dans l'axe

Les -

- isolement de l'attaquant (oblige l'attaquant à prendre le dessus sur son ou ses défenseurs)
- la coordination de l'attaquant avec les autres joueurs doit être de qualité
- manque d'incertitude dans la prise de profondeur si elle n'est prise que par l'attaquant

Les -

- infériorité numérique dans les couloirs (très sollicitant pour les milieux de terrains latéraux)
- gestion de la profondeur dans les couloirs
- le dézonage des joueurs axiaux pour « couper » les attaques adverses sur les côtés
- difficulté sur la compensation si les deux latéraux sont trop haut à la perte de balle
- manque de profondeur si l'avant-centre dézone
- permet difficilement de s'opposer dès la perte

SITUATION



Espace

1/2 terrain à 8



Effectif

5 vs 3



Durée

15-20 min



On a le ballon

Déséquilibrer/finir



Objectifs

Jouer le plus vite possible à l'opposé
Utiliser la largeur et la profondeur du terrain
Alternance entre attaques rapides et attaques placées
Renverser le jeu



But

Pour les jaunes : marquer
Pour les bleus : récupérer et marquer dans un des 2 mini-but



Consignes

Départ de l'action d'une touche. On joue un 5 vs 3. L'action se termine après un but, une frappe non cadrée ou une récupération.
On redémarre l'action systématiquement d'une touche avec les joueurs au poste. On place également les défenseurs.
On joue 8 ballons et on tourne les défenseurs et les postes des attaquants. On travaillera également les départs des 2 côtés.



Variables

Modifier le rapport de force (+ ou - 1 défenseur)
Modifier le système défensif (3 à plat ou 2-1)
(-) Imposer une limite de temps pour finir l'action
(-) Départ d'un ballon au sol
(+) Enlever les repères de départ des joueurs



Veiller à

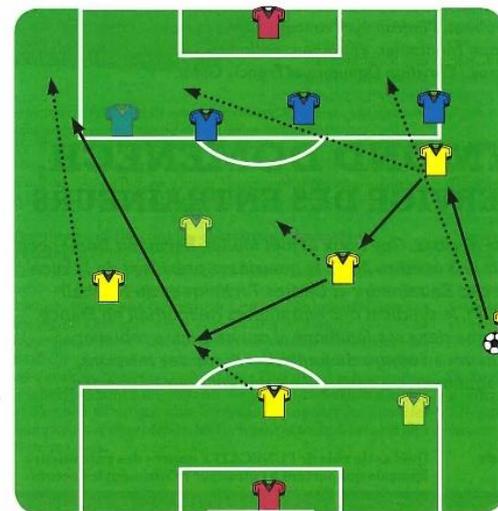
Rapidité d'enchaînement pour aller à l'opposé
Varier les actions (jouer à l'opposé, côté fermé)
Ne pas rester alignés au milieu de terrain
Occuper l'espace en largeur



Méthode pédagogique

Pédagogie active : faire répéter l'action - observer - orienter

Catégorie U13



.....> Déplacement joueur

————> Déplacement joueur avec ballon