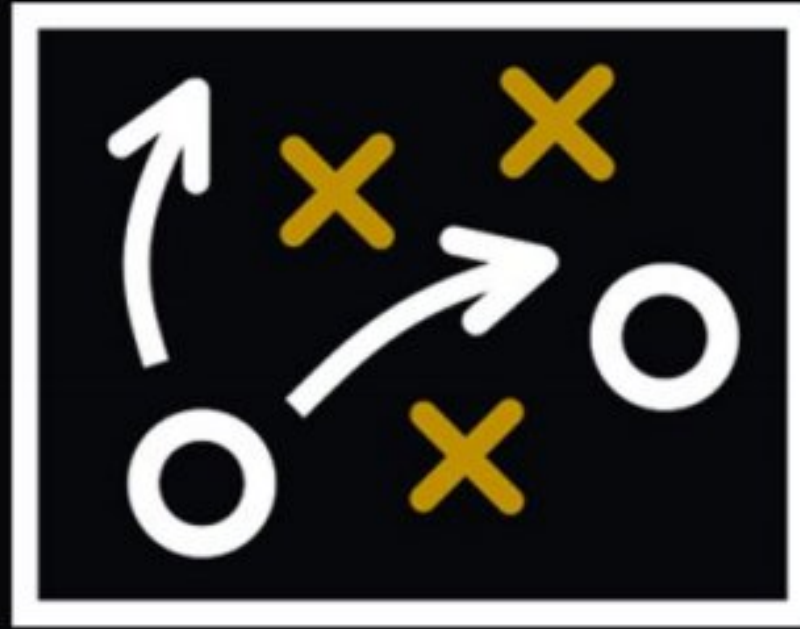


BONTAZ ACADEMY COACHING

ADRIEN DELVECCHIO



LES SYSTÈMES DE JEU

3-4-3



SOMMAIRE



Cliquez directement sur le numéro du chapitre pour y accéder instantanément

1

Qui sommes-nous ?	3
Nos médias	4

2

Préambule	7
Bases et dérivés	8

3

Animation défensive

Le rôle des attaquants.....	11
Le rôle des milieux	16
Le rôle des pistons	20
Le rôle des défenseurs	25
Les différentes animations	34

4

Le point de vue d'un joueur professionnel

L'interview d'Adrien Thomasson	51
--------------------------------------	----

5

Animation offensive

Les sorties de balle	57
Le rôle des ailiers	66
Le rôle des milieux	70
Le rôle des pistons	74



SOMMAIRE



Cliquez directement sur le numéro du chapitre pour y accéder instantanément

5

Transition

La perte de balle	80
La récupération du ballon	87

6

Les rapports de forces

Contre un 442.....	96
Contre un 343	101
Contre un 352.....	106

7

Quels profils pour un 343?

Les défenseurs	114
Les milieux	115
Les ailiers	116
Les attaquants	117

8

Les 343 de légendes

Les Pays-Bas de Rinus Michels	120
Le Barca de Cruyff	121
Le Chelsea de Tuchel	122
Le Leverkusen de Xabi Alonso	123



QUI SOMMES-NOUS ?



BONTAZ

Centre de formation piloté par le **FC Annecy (Ligue 2)**, la Bontaz ACADEMY est une section sportive FFF située en Haute-Savoie qui compte plus de **360** joueurs et joueuses collège et lycée encadrés par **25** entraîneurs professionnels.

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



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

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



NOS MÉDIAS



**Retrouvez-nous sur tous nos réseaux
« Bontaz Academy Coaching »**



Ainsi que tous nos livres numériques
<https://www.bontazacademy-coaching.com>





LES BASES DU 3-4-3

PRÉAMBULE

Après ma première collaboration avec Romain pour le livre sur le 4-4-2, j'ai tout de suite voulu recommencer ce travail tellement enrichissant de documentation sur un nouveau système de jeu.

Après plusieurs mois de visionnage de matchs professionnels, couplé à mon expérience d'entraîneur, j'ai la grande fierté de vous présenter cet e book sur le 3-4-3 !



Déjà bien ancré à haut niveau avec de nombreux techniciens l'utilisant au quotidien, le 3-4-3 convainc de plus en plus d'entraîneurs amateurs qui n'hésitent plus à s'en servir comme système principal. Par le passé, j'ai moi-même pu être réticent à l'utiliser car cette organisation peu commune me paraissait complexe. C'est pour cela qu'il m'est paru essentiel d'écrire cet e-book pour essayer de rendre cette organisation accessible à tous!

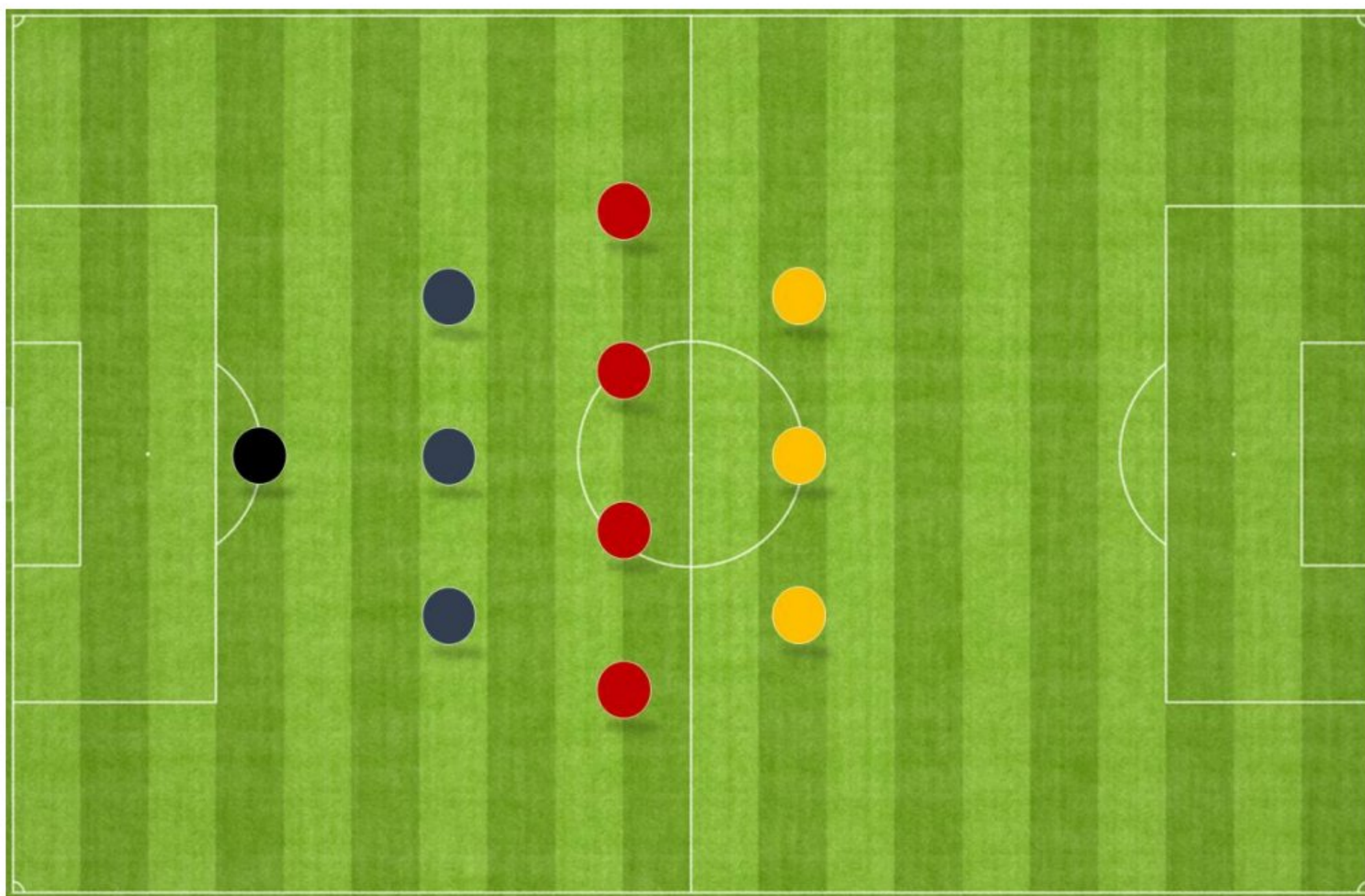
De l'animation du pressing à la répartition des espaces en passant par la transition, vous trouverez dans ce livre toutes les ressources nécessaires pour bien comprendre les enjeux prioritaires de ce système de jeu.

BONNE LECTURE !



Le 3-4-3 – LES BASES

Le 1-3-4-3 comprend un gardien, une ligne de 3 défenseurs, une ligne de 4 milieux et 3 attaquants.



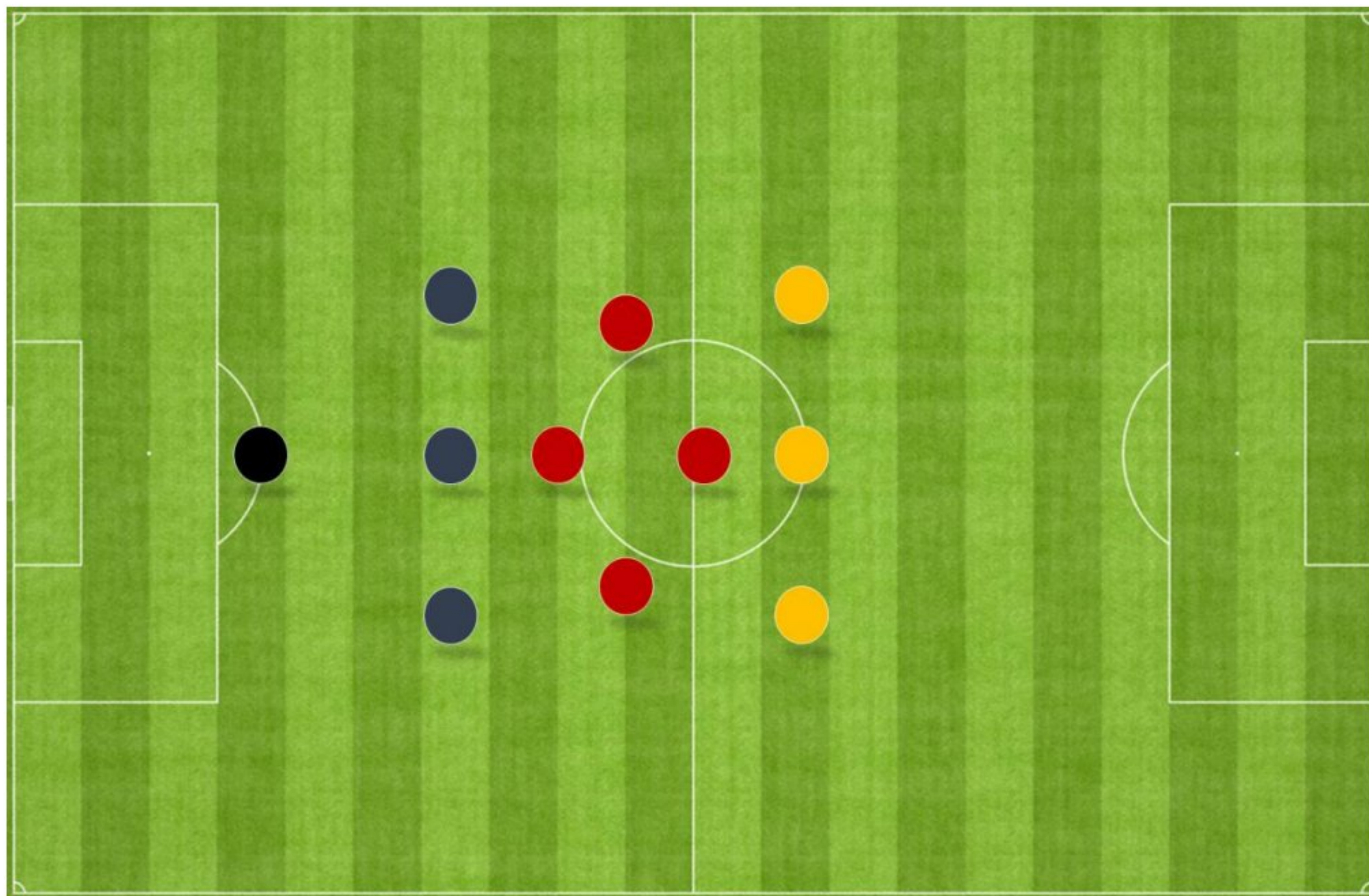
Ce système se démarque par :

- sa défense à 3, de plus en plus utilisée, avec des principes tactiques à bien maîtriser
- son ADN résolument tourné vers l'offensive, avec une possibilité d'avoir 5 voir 6 joueurs à caractère offensif.

Dans ce livre, nous allons développer le 3-4-3 à plat, qui consiste à avoir une ligne de 4 milieux de terrains avec des joueurs à la même hauteur en position de base. C'est le système le plus utilisé mais pas le seul.

Le 3-4-3 – SYSTÈMES DÉRIVÉS

3-4-3 LOSANGE



Animation souvent utilisée dans les années 70 et 80 notamment par les Pays Bas de Michels et le Barca de Cruyff, le 3-4-3 en losange concentre la ligne de milieu de terrain dans l'axe du terrain, avec une occupation des couloirs souvent demandée aux ailiers.

Ce système, représentant les débuts du football total, est aujourd'hui rarement utilisé. C'est pourquoi nous n'allons pas nous attarder sur cette organisation



ANIMATION DÉFENSIVE

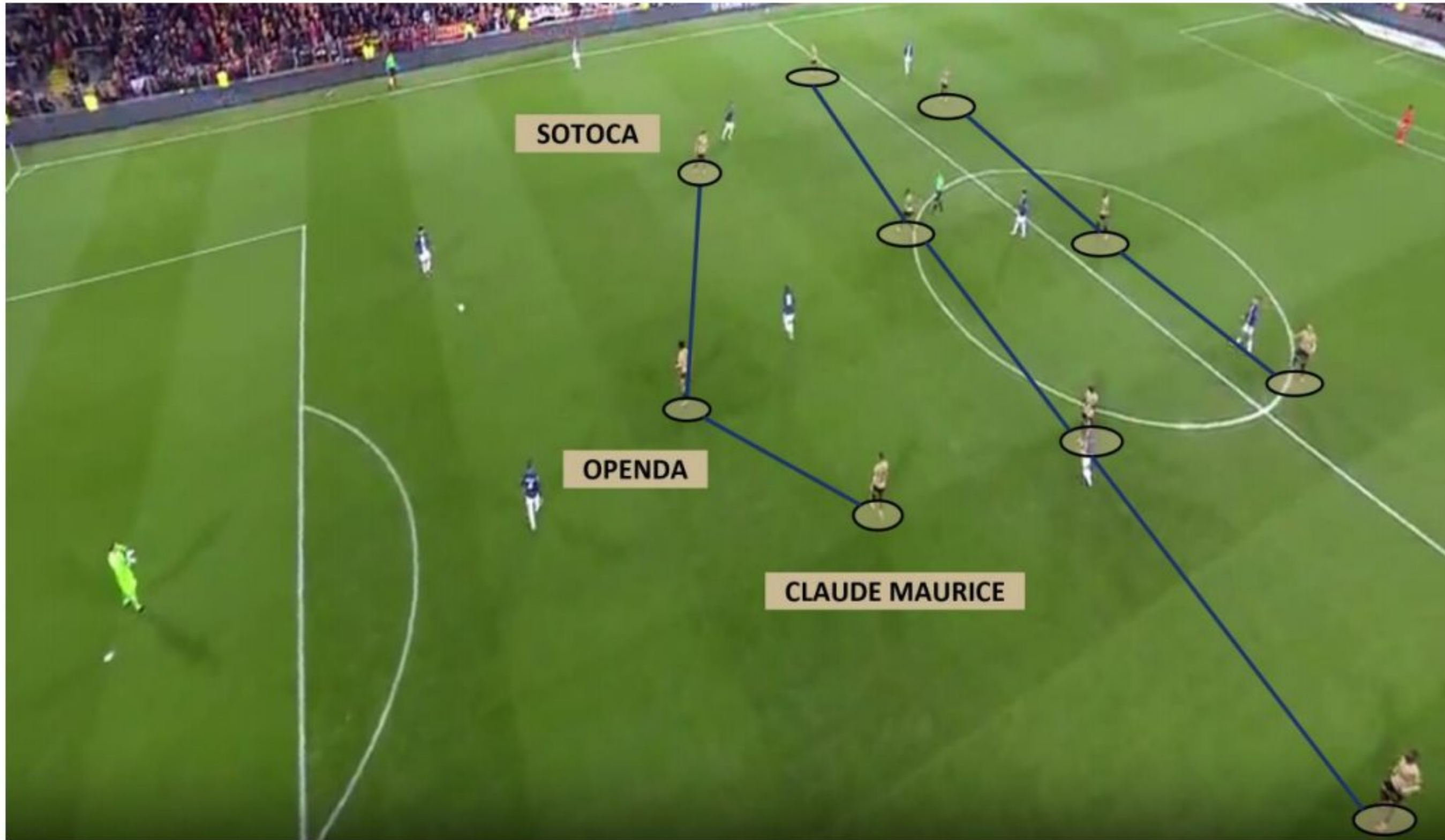


#3.1

LE RÔLE DES ATTAQUANTS

ANIMATION DEF – LES ATTAQUANTS

Le rôle principal des attaquants sera de ne pas se faire « percer » et d'orienter le pressing sur les côtés. Ils devront être très proches l'un de l'autre.



Lens joue en 3-4-3 contre le PSG. On voit très bien que le positionnement de Sotoca, Openda et Claude Maurice est très compact en largeur. La ligne fait environ 18 mètres de large et le placement d'Openda, légèrement devant les 2 autres, rend difficile la passe à l'intérieur pour Marquinhos. Ce dernier sécurise en jouant latéralement sur Ramos et les Lensois peuvent avancer.



Lorsque l'on n'a pas le ballon, les attaquants sont appelés « première ligne de pression ». Cette ligne pourra avoir plusieurs objectifs : soit orienter pour récupérer dans une zone press, ou alors harceler pour tenter de récupérer très haut.

ANIMATION DEF – LES ATTAQUANTS

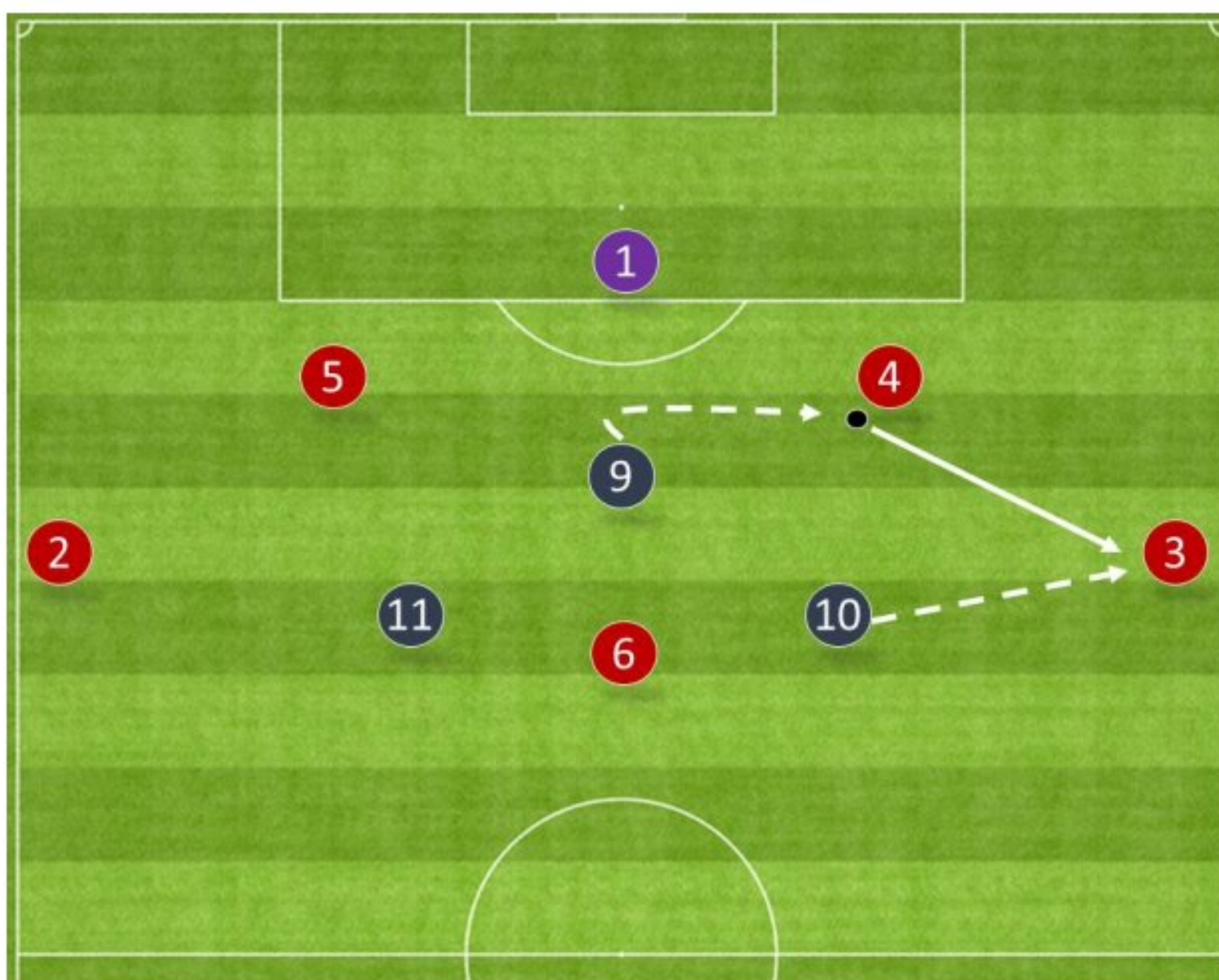
Sur un placement classique, le 9 doit être en avant des 2 autres joueurs.



La distance entre chacun doit être **idéalement de 12m en largeur de 6 à 8m en profondeur.**

Ce positionnement permet d'orienter majoritairement l'adversaire sur les côtés.

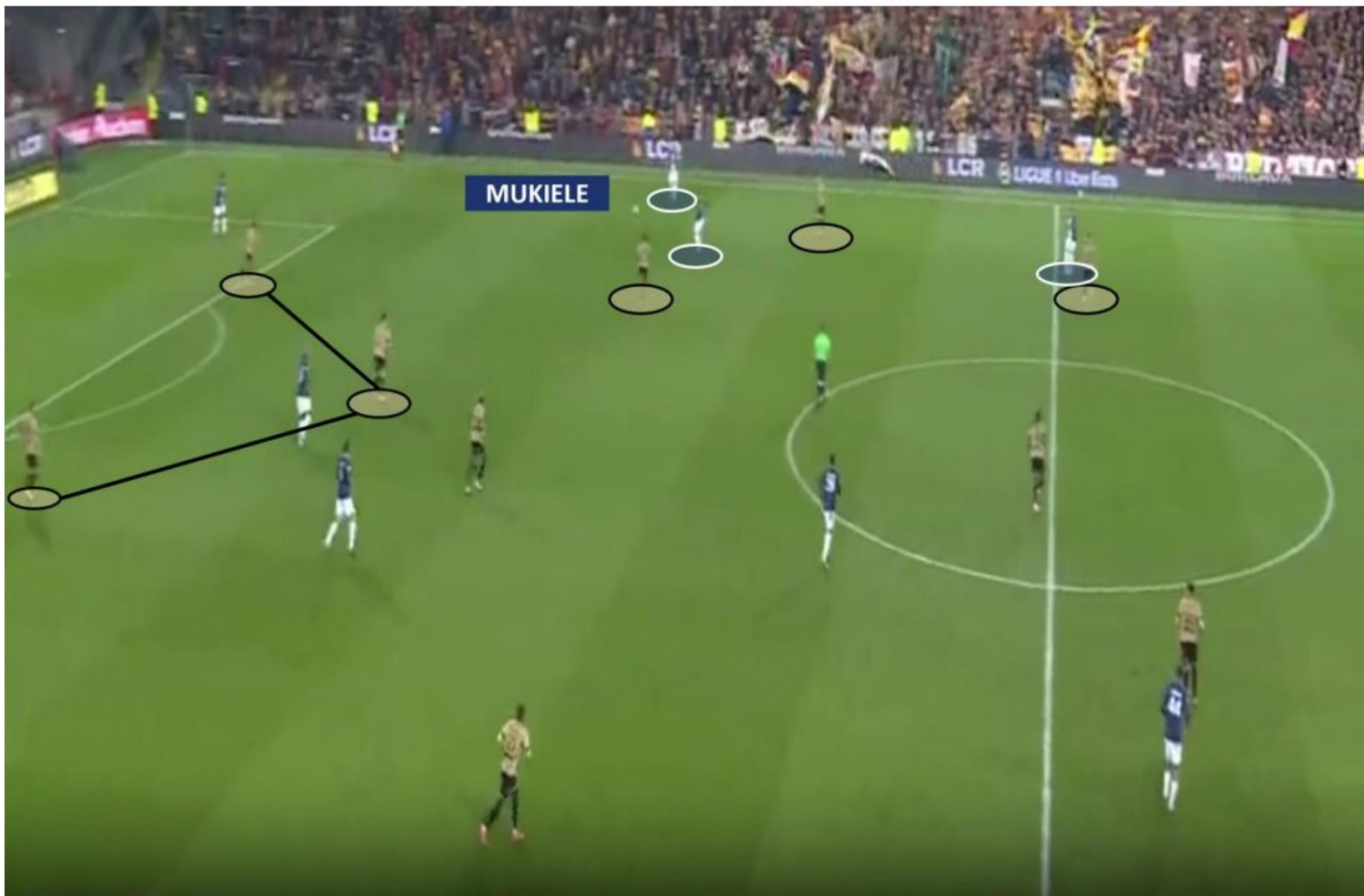
On cherchera par la suite à emmener les adversaires sur le côté.



Pour cela, l'idéal est de laisser le 9 gérer seul la charnière centrale et proposer une course arrondie pour fermer le retour. L'adversaire jouera sur le côté et notre ailier peut cadrer sur le temps de passe.

ANIMATION DEF – LES ATTAQUANTS

Si on décide d'être un peu plus haut et agressif, on peut demander à notre avant-centre de reculer et à nos ailiers de s'occuper de la charnière centrale. On sera alors proche d'un 3-5-2.



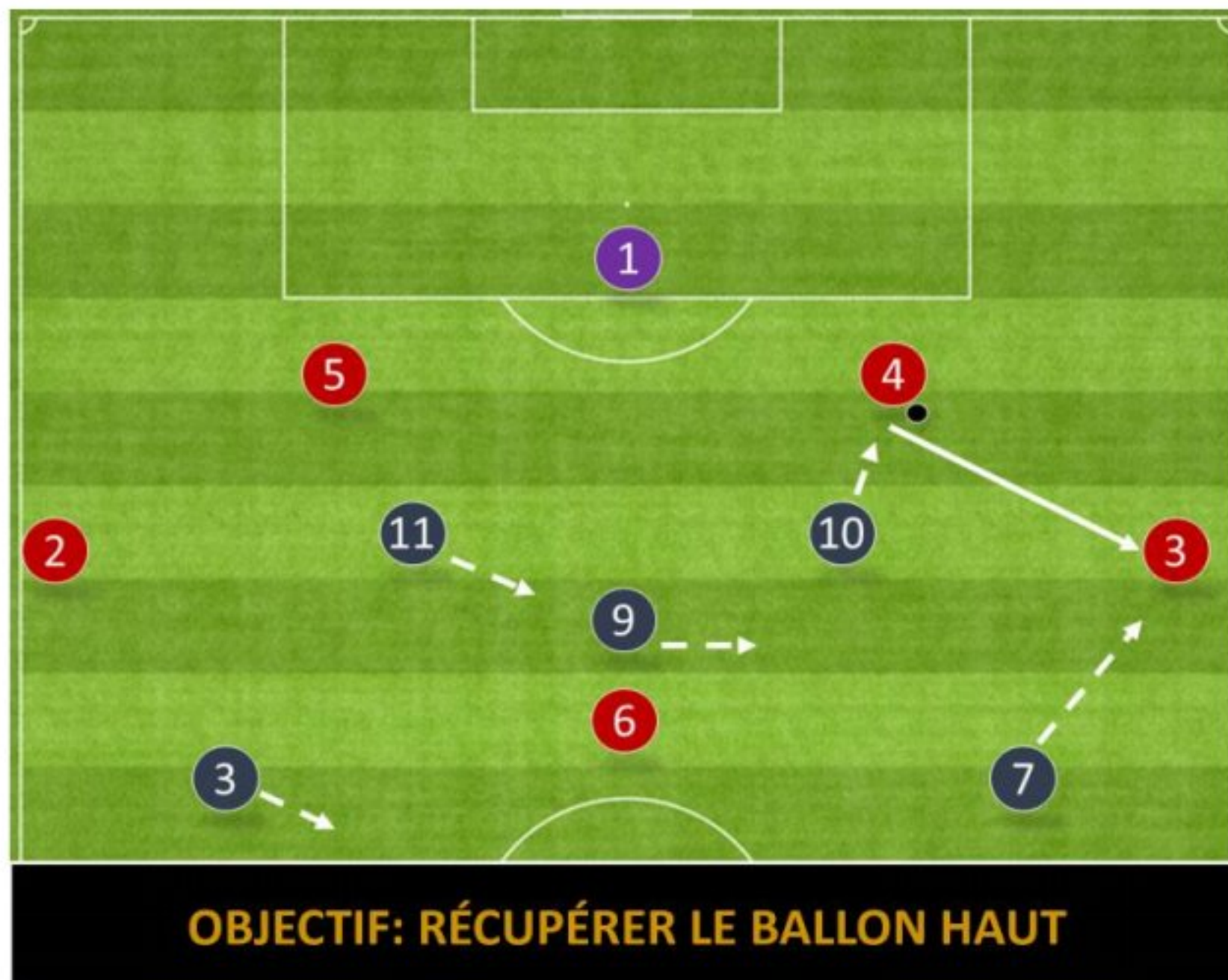
Lens décide de déclencher son pressing et les 2 ailiers resserrent dans l'axe pour sortir presser sur la charnière. Naturellement, l'espace dans l'axe est plutôt restreint, les Parisiens jouent donc sur Mukiele. Les Lensois sont en bonne position pour récupérer car ils ont un 3c3 à jouer en avançant sur le côté.



Ce type d'animation permet d'avoir des joueurs plus haut sur le terrain avec une prise de risque plus élevée mais plus d'ambition en terme de récupération.

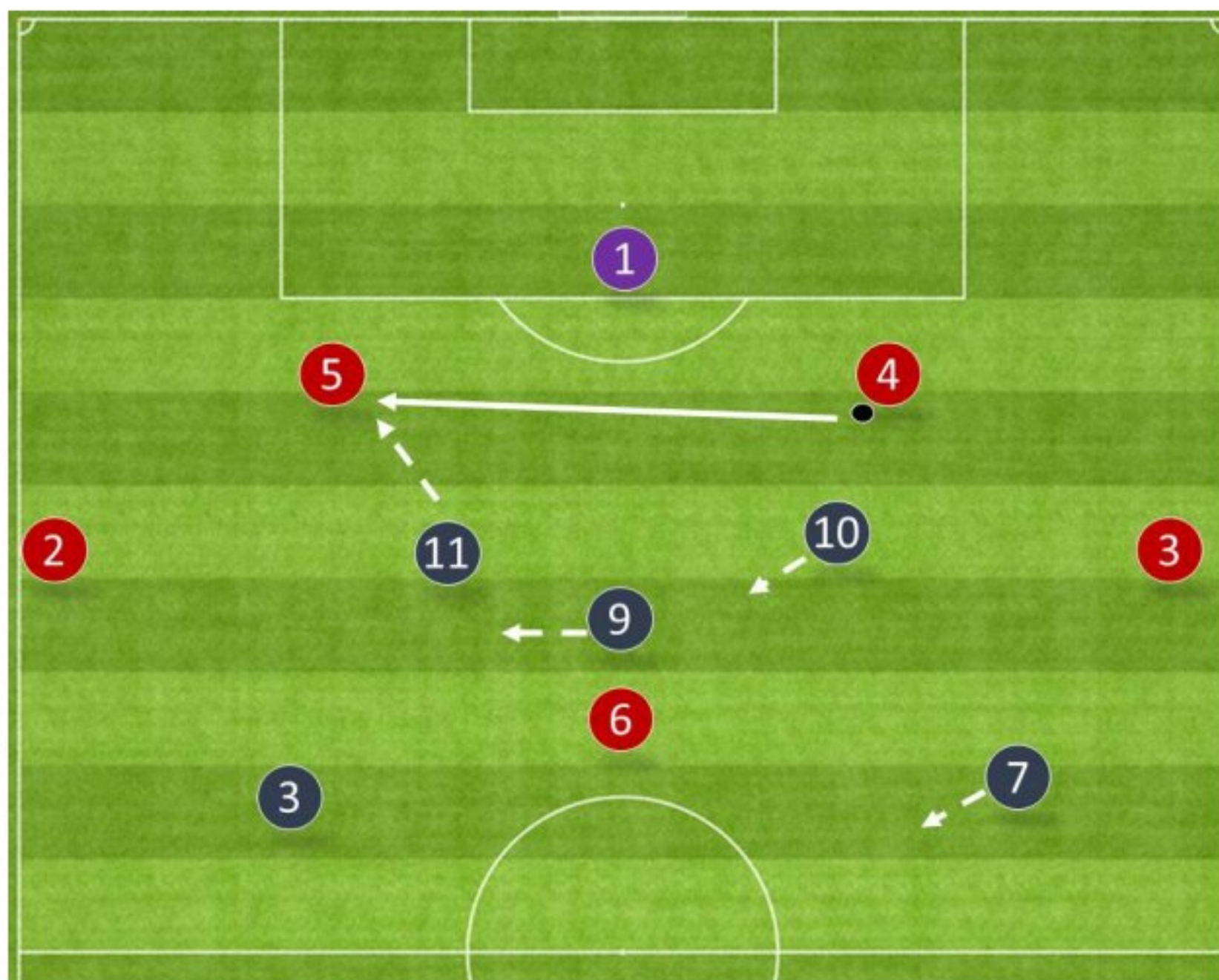
ANIMATION DEF – LES ATTAQUANTS

Sur ce type de pressing, on voit que le 9 est reculé et les ailiers plus haut.



L'objectif sera d'avoir un attaquant dans chaque zone où il y a un joueur adverse. On a donc notre n°10 qui sort cadrer le porteur et les autres qui se tiennent prêts en cas de passe axiale.

Second cas où le central décide de jouer avec le n°5 .



Cette organisation permet rapidement au n°11 de cadrer fort sur le n°5 adverse. Les 2 autres attaquants coulisent à l'intérieur pour protéger l'axe et l'adversaire est mis sans arrêt sous pression.



#3.2

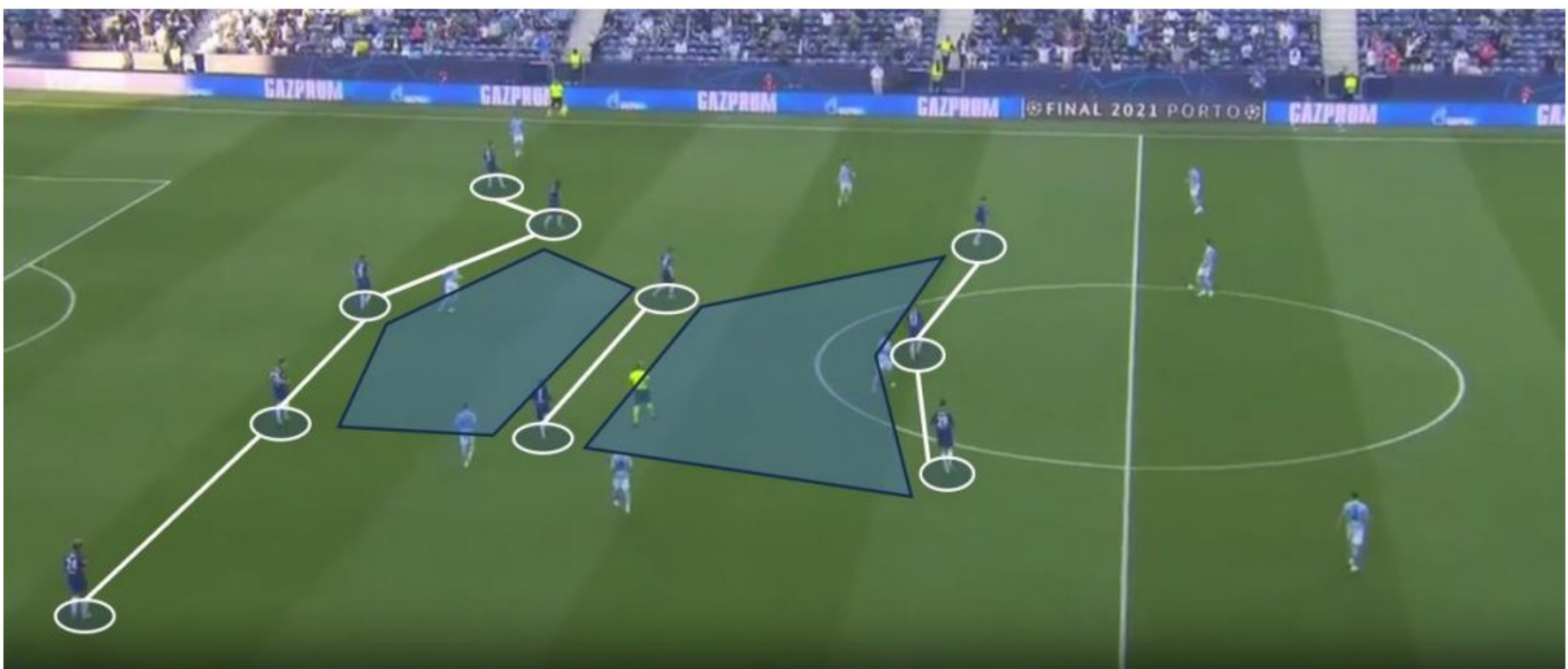
LE RÔLE DES MILIEUX

ANIMATION DEF – LES MILIEUX AXIAUX

Les milieux axiaux appartiennent à la ligne de 4 des milieux de terrain. Ils sont placés devant la défense et doivent respecter une distance en profondeur entre la ligne des défenseurs et la ligne des attaquants. Sur cet exemple, on voit Kanté et Jorginho se situer à 8m des défenseurs centraux et environ à 15m l'un de l'autre.



Sur la vue d'ensemble ci-dessous, on voit le positionnement parfait des milieux axiaux de Chelsea. Ils sont **équidistants de la ligne d'attaque et de la ligne de défenseurs** (les pistons sont ici très bas et forment une ligne de 5) et à une dizaine de mètres l'un de l'autre.



ANIMATION DEF – LES MILIEUX AXIAUX

Leur mission principale sera de réussir à couvrir tout l'espace axial, tout en arrivant à cadrer les milieux de terrain axiaux s'ils sont servis.

Abdul Samed est sorti sur Sow et Mendy le couvre. Séville décide donc de jouer latéralement



Sur le temps de passe entre les centraux espagnols, Mendy avance sur Fernando pour pouvoir intervenir en cas de passe dans l'intervalle. Abdul Samed continue son effort et vient couvrir Mendy.

Séville décide une nouvelle fois de jouer latéralement grâce au bon placement des milieux Lensois.



ANIMATION DEF – LES MILIEUX AXIAUX

Sur le temps de passe, Abdul Samed fait un 3^{ème} effort en identifiant que Sow est touchable entre les lignes. Il avance pour dissuader le central de Séville d'essayer de le trouver et pourra intervenir en cas de passe dans l'axe.



Sergio Ramos reçoit le ballon sous pression et il est risqué pour lui de faire la passe à Sow. Il décide donc de dégager et Lens récupère le ballon. A noter la posture de Mendy qui, au moment du jeu long, court déjà vers son but pour resserrer les lignes!



Une des qualités prioritaires pour pouvoir être milieu axial dans ce système sera la capacité à répéter les efforts et l'intelligence défensive.



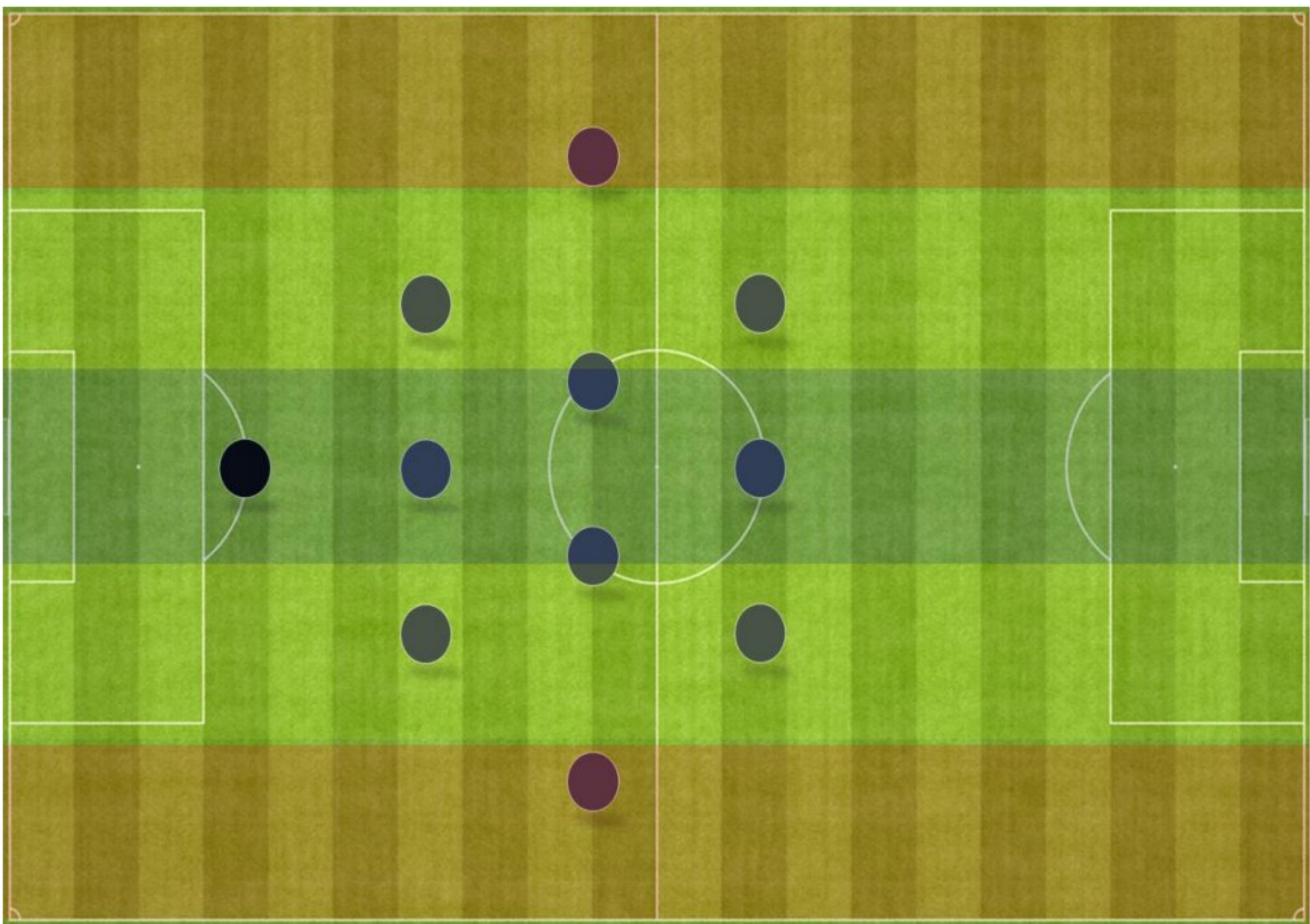
#3.3

LE RÔLE DES PISTONS

ANIMATION DEF – LES PISTONS

Le piston est le rôle le plus caractéristique du 3-4-3. C'est un joueur qui aura pour mission principale de gérer tout son couloir. Ce qui est délicat, c'est que si les latéraux et les excentrés gèrent le couloir à 2 dans un système à 4 défenseurs, le piston lui devra ici le gérer seul ou avec des compensations!

Cela veut dire qu'il devra être capable de s'adapter selon la situation et prendre la bonne décision en fonction des indicateurs qu'il perçoit. Mais comment savoir ce qu'il doit faire ?



Placé seul dans les couloirs excentrés, ici en rouge, le piston devra s'organiser pour gérer cet espace quand le ballon y sera. Voyons les situations qu'il lui sera demander d'affronter.

ANIMATION DEF – LES PISTONS

Face à une défense à 4, le piston aura toujours cette question à se poser : **sortir haut sur le latéral ou gérer l'ailier qui s'écarte?**

Sur ce ballon, Fulgini indique à Machado en position de piston de rester pour gérer l'ailier car il peut cadrer Juanlu.

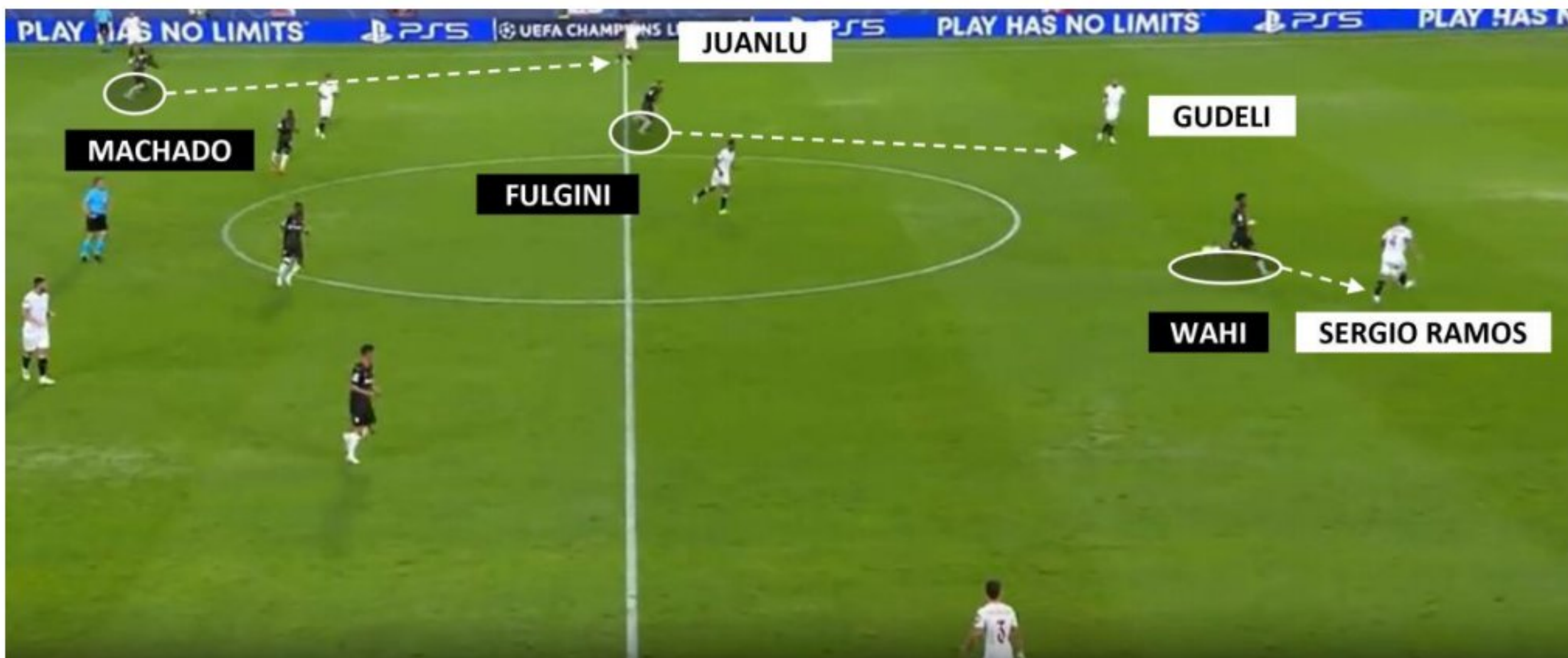


Fulgini se fait éliminer par la percussive de Juanlu mais le placement initial de Machado permet à Lens d'être équilibré. Il se retrouve à défendre comme si c'était un latéral et peut contrôler l'appel de Lamela tout en fermant l'intervalle avec Medina.



ANIMATION DEF – LES PISTONS

Wahi déclenche le pressing sur Sergio Ramos qui joue sur Gudeli. Fulgini décide d'avancer sur Gudeli, c'est un starter pour Machado qui doit avancer cette fois ci sur Juanlu!



Juanlu reçoit le ballon et il est directement harcelé par Machado. Dans son dos, c'est Medina qui contrôle Lemina, les Lensois sont en 2 contre 2 dans le couloir, ce qui reste un rapport de force équilibré.



Le piston devra s'adapter à la situation qu'il a face à lui en fonction du placement de ses partenaires et de ses adversaires. Il pourra intervenir **comme un latéral ou comme un ailier.**

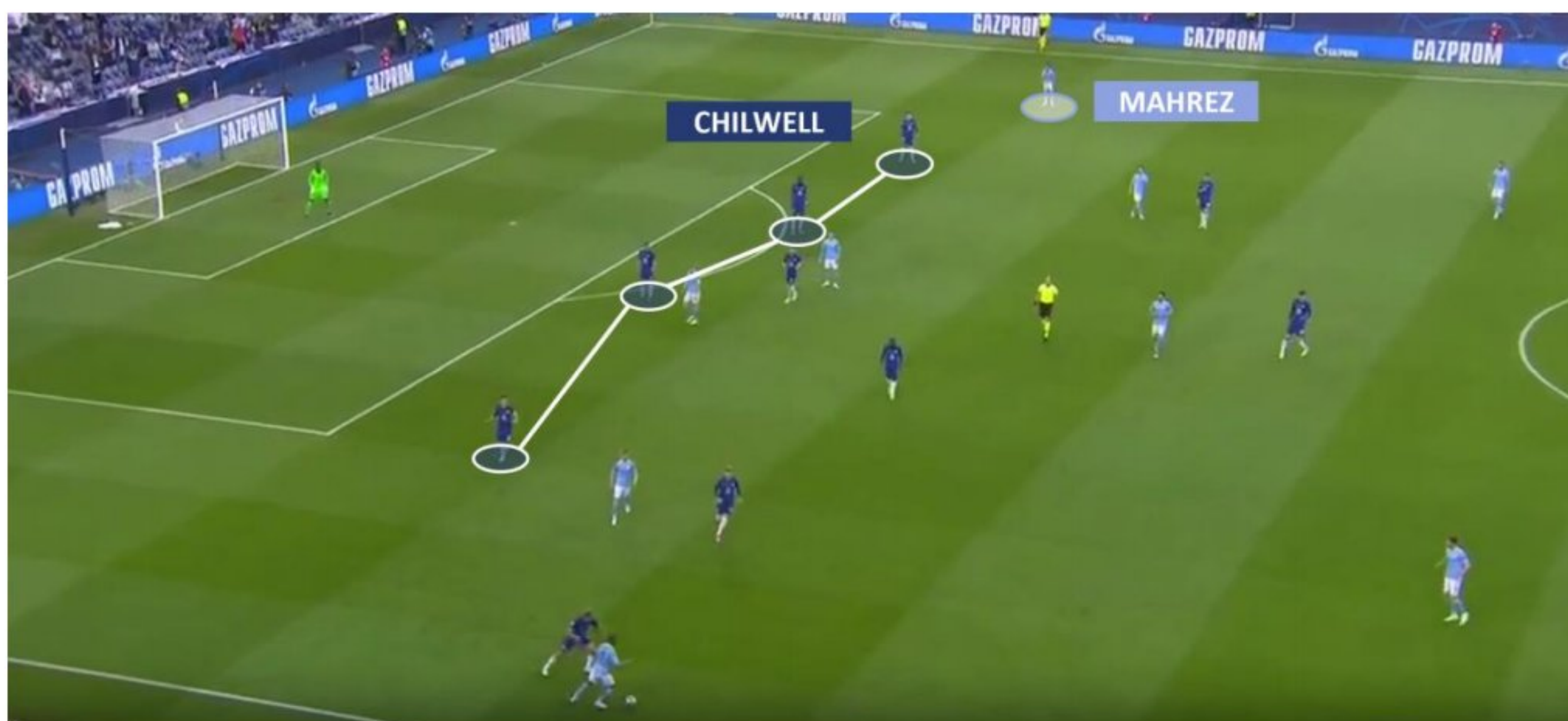
ANIMATION DEF – LES PISTONS

A l'opposé, le piston devra resserrer dans l'axe pour mettre un maximum de densité sur l'axe ballon-but.

Chilwell et James sont les pistons lors de la finale de LDC contre City. Sur ce ballon, ils sont au niveau des centraux et Ruben décide de jouer sur Sterling. James cadre sur le temps de passe.



Bien que Mahrez soit écarté, Chilwell reste à l'intérieur. En cas de changement de côté de City, il aura largement le temps de cadrer sur le temps de passe. **Il est intégré à la ligne défensive comme un latéral!**





#3.4

LE RÔLE DES DÉFENSEURS

ANIMATION DEF – LES DÉFENSEURS

Les défenseurs forment une ligne de 3 joueurs entre la ligne de milieu et le gardien de but. C'est le dernier rempart avant la cage.



Les systèmes à 3 défenseurs sont de plus en plus utilisés mais restent tout de même moins maîtrisés par les joueurs et moins « naturels ». **Il sera donc primordial d'apporter des repères de distance en largeur et profondeur pour que les défenseurs sachent comment s'organiser.** Sur cette image, les centraux de Lens couvrent une largeur d'environ 30 mètres soit 15 mètres entre chaque joueur. Les standards en largeur selon les types d'animation varient entre 12 et 15 mètres.

En ce qui concerne la profondeur, cela dépendra beaucoup de la hauteur de bloc. Mais de manière générale, on peut demander de respecter une distance entre la ligne de défenseurs et la ligne de milieux de terrain de 8 à 12 mètres.

Dans la suite de ce chapitre, on distinguera les défenseurs centraux excentrés (ici Medina et Gradit) du défenseur central axial (Danso).

ANIMATION DEF – LES DÉFENSEURS

Voyons les principes de bases des défenseurs centraux excentrés (sur la défense à 3, les défenseurs à droite et à gauche). **La principale difficulté sera de s'adapter aux déplacements de son piston pour ne pas se faire piéger sur les côtés.** Medina joue défenseur central gauche dans le 3-4-3 de Lens. Sur cette action, Séville joue sur Juanlu. Machado, en position de piston gauche, décide de ne pas sortir et de gérer Lamela.

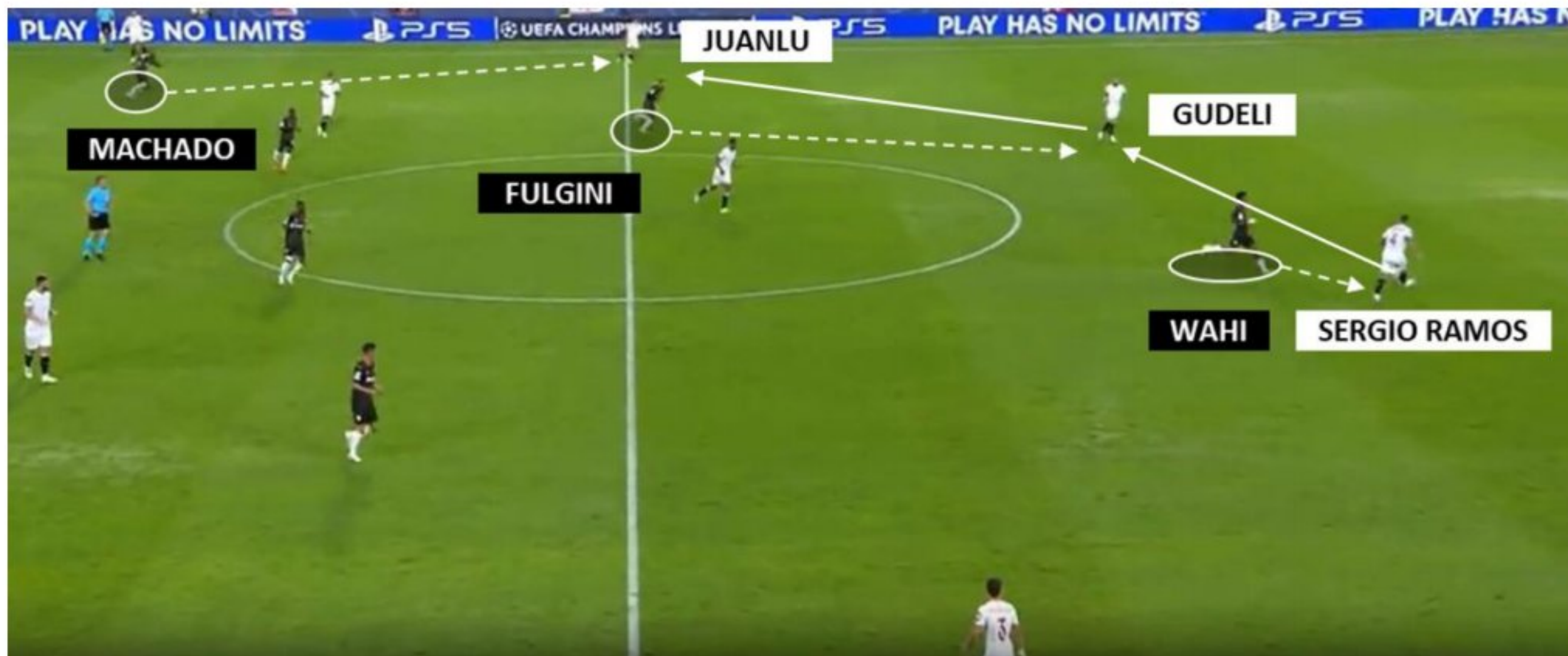


Medina coulisse sur la largeur mais reste en place dans sa ligne. Il couvre Machado en cas de perte du duel contre Lemina. C'est une position sécurisante qui amène beaucoup de stabilité, mais qui ne permet pas de récupérer le ballon. Séville joue donc vers l'arrière.

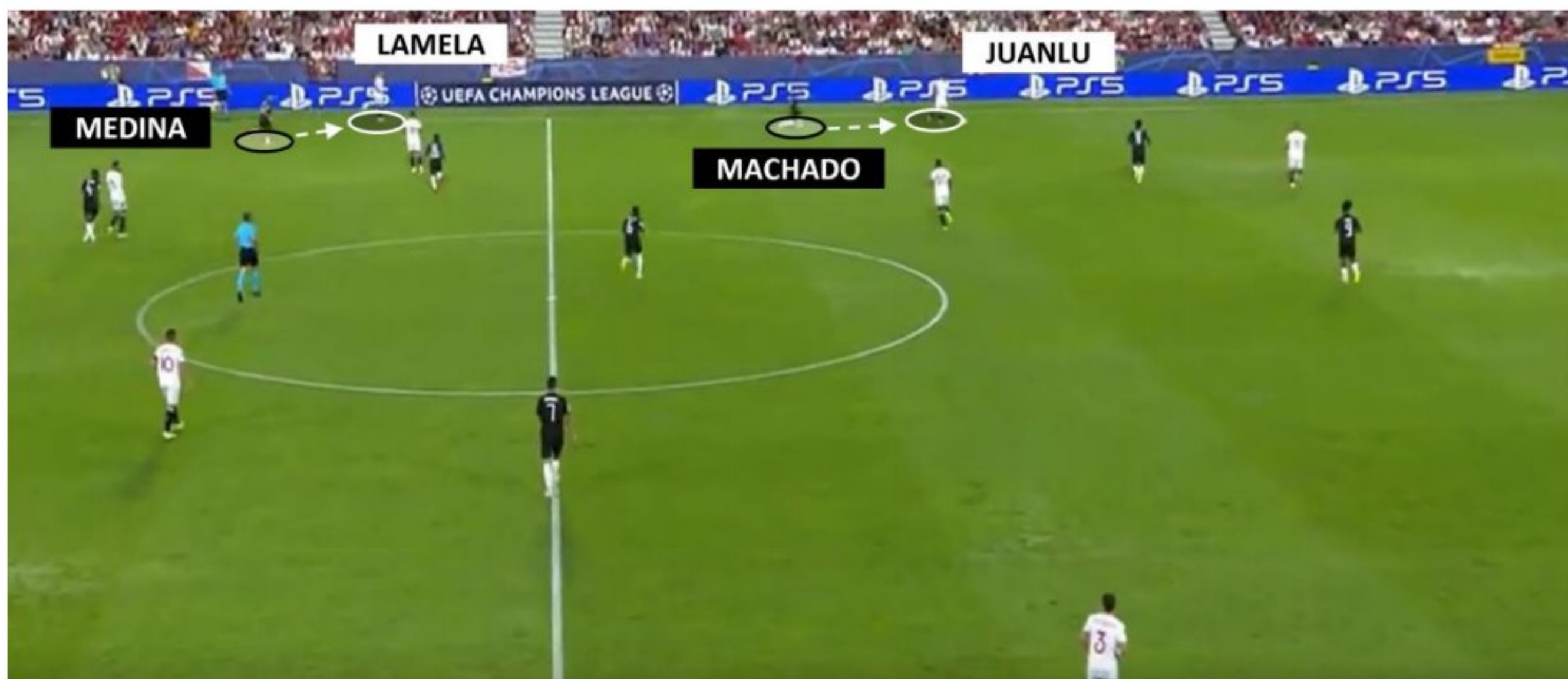


ANIMATION DEF – LES DÉFENSEURS

Si le piston sort plus haut, il faudra s'adapter. Reprenons l'image expliquée sur le chapitre des pistons. Lens décide de sortir presser haut. Machado sort donc cette fois-ci sur Juanlu, sur le temps de passe.



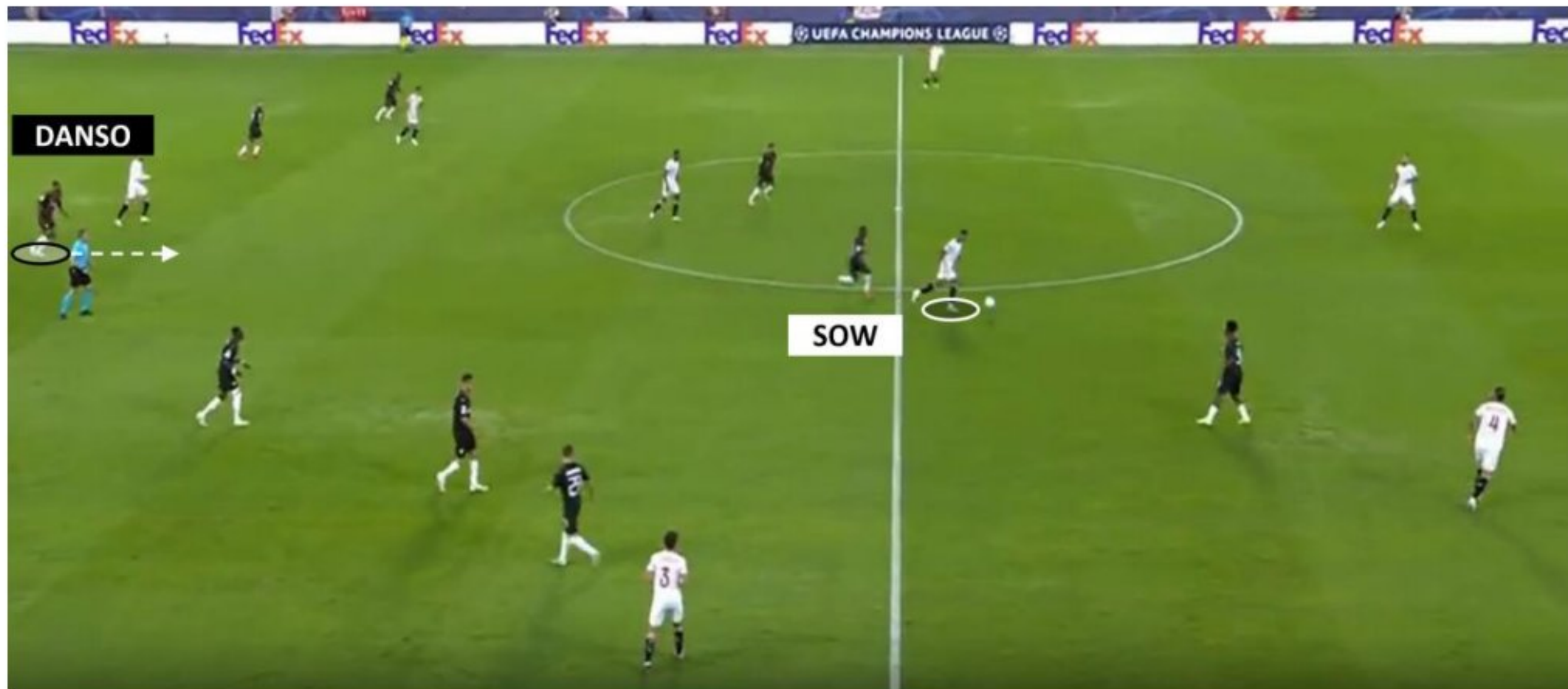
Medina est donc obligé de coulisser dans le couloir de Lamela pour le gérer en cas de passe de Juanlu. **Il est placé comme un latéral dans un système à 4 défenseurs !**



Comme le piston, le central excentré devra s'adapter en fonction des indicateurs qu'il perçoit.

ANIMATION DEF – LES DÉFENSEURS

Le défenseur central axial aura un rôle se rapprochant d'une charnière centrale à 2. Il devra notamment gérer la hauteur de son bloc et commander sa défense pour garder une bonne distance entre les lignes.



Sow reçoit le ballon mais il est pressé. Il fait une prise de balle vers l'arrière. C'est un starter pour Danso qui commence à remonter.



Sow fait une passe vers l'arrière. Danso fait signe avec ses bras pour que son bloc remonte. Il commande à lui tout seul sa défense et ses milieux et s'assure de la bonne compacité de son bloc.

ANIMATION DEF – LES DÉFENSEURS

Il faudra qu'il gère l'attaquant dans sa zone tout en étant capable de défendre la profondeur en cas de passe profonde.



Fernando est face au jeu avec du temps pour jouer. La passe entre lui et En-Nesyri est possible. Danso est donc obligé d'être très proche de En-Nesyri pour pouvoir intervenir en cas de passe.

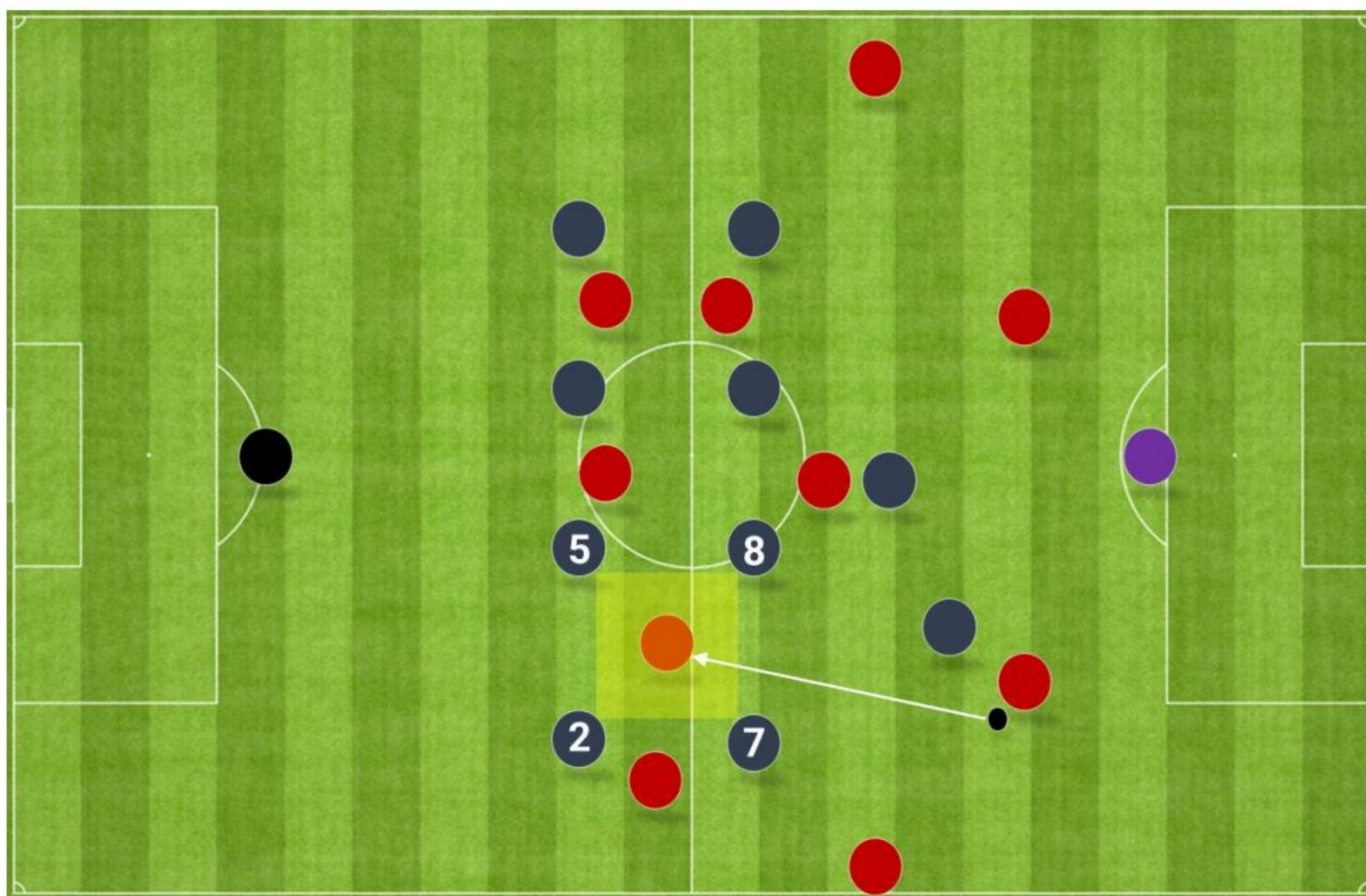


Fernando décide finalement de jouer dans la profondeur sur Lamela qui a déclenché un appel. Danso a très vite réagi et il court déjà dans la profondeur pour tenter de récupérer le ballon (ou à minima d'être dans la zone de Lamela pour l'empêcher de progresser).

RÉPARTITION DES COULOIRS DE JEU

Un des gros avantages d'un système à 3 défenseurs est la répartition défensive des couloirs de jeu.

Sur un système à 4, lorsqu'un adversaire décide de se placer dans les half spaces, plus précisément dans les carrés (voir notre livre sur le jeu de position pour comprendre le placement dans les carrés), il est toujours difficile de définir qui va devoir intervenir sur ce joueur s'il est servi entre les lignes.

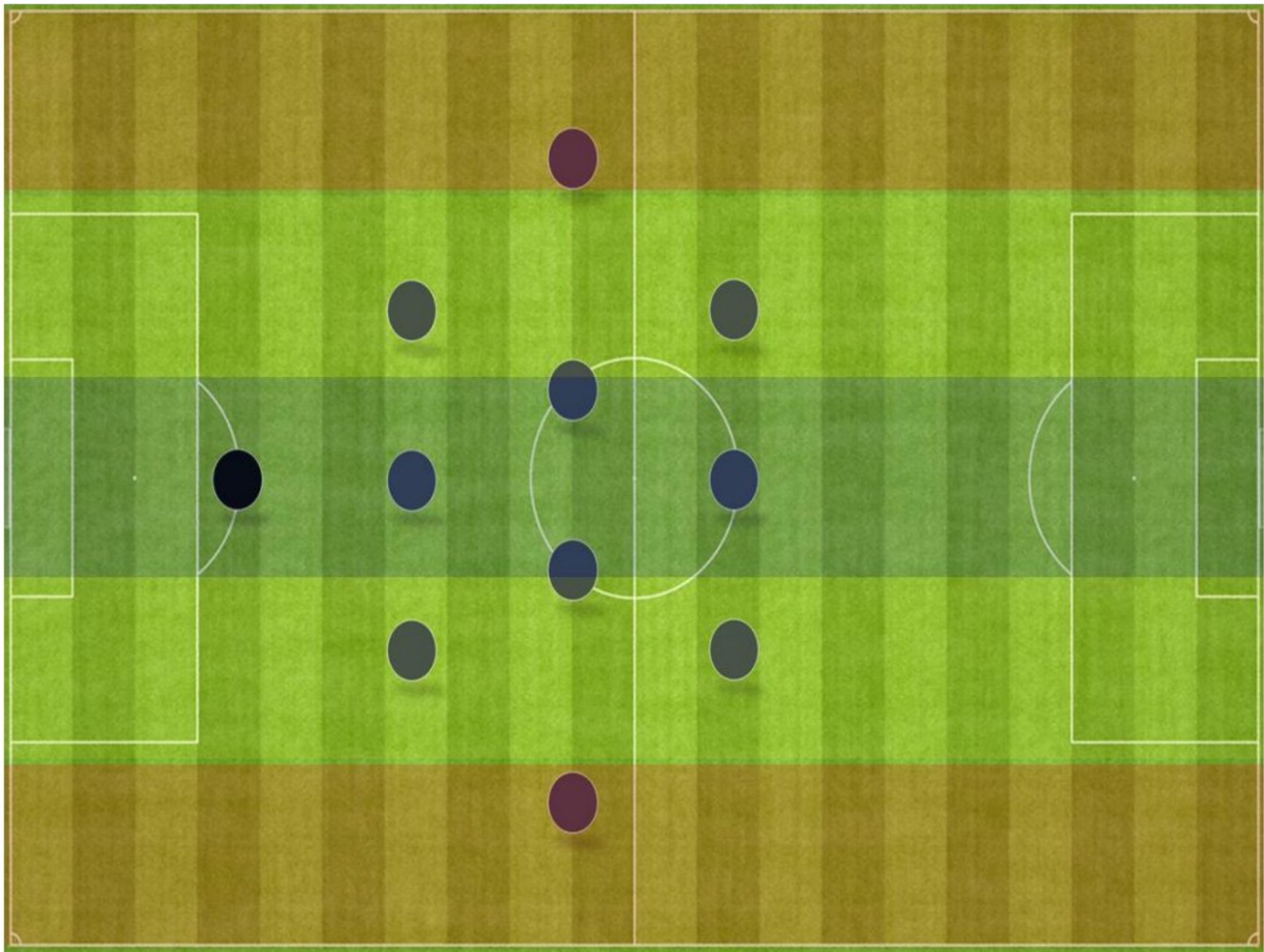


Sur le schéma ci-dessus, le milieu rouge se met parfaitement au milieu du carré formé par les joueurs n° 5, 2, 8 et 7. Lorsqu'il recevra le ballon, il sera difficile pour les bleus de savoir qui devra intervenir, puisqu'il est positionné à égale distance des 4 joueurs.

Cette incertitude peut amener un gros temps d'avance pour l'adversaire qui peut se transformer en situation dangereuse pour nous.

RÉPARTITION DES COULOIRS DE JEU

Sur le 3-4-3, il est beaucoup plus intuitif de savoir quel joueur doit sortir lors d'une passe entre les lignes. En voici les raisons.



Si on repart de l'organisation de base, on se rend compte que les 3 défenseurs centraux couplés aux pistons sont naturellement répartis dans les 5 couloirs de jeu. **Il est donc très facile de définir une organisation rationnelle pour savoir qui fait quoi.**

ZONE
CENTRALE

Défenseur Central Axial

DEMI-ESPACE

Défenseur Central Excentré

COULOIR

Piston

**Cette organisation
sera à adapter en
fonction de vos
objectifs mais peut
servir de base.**

RÉPARTITION DES COULOIRS DE JEU

Reprenons l'exemple du match de Lens qui affronte Séville en Ligue des Champions dans son 3-4-3 habituel.



Ocampos se situe entre les lignes et sollicite le ballon. Sergio Ramos le sert. Gradit le voit et démarre sa course de cadrage.



Au moment où Ocampos reçoit le ballon, Gradit l'impacte fort et le déstabilise. Il perd le ballon et Lens se projette pour une contre-attaque.



#3.5

LES DIFFÉRENTES ANIMATIONS

DIFFÉRENTS TYPES D'ANIMATION

Après avoir vu les différentes interactions qu'il peut y avoir au sein d'une même ligne, il sera intéressant de décortiquer les différents types d'animation défensive que vous pourrez mettre en place avec ce système. Sa flexibilité et son positionnement « atypique » par rapport aux systèmes classiques vous permettront de proposer différentes animations au cours d'une saison, voir au cours d'un même match, en partant du principe qu'elles soient travaillées et maîtrisées.

OBJECTIFS COLLECTIFS

**PRESSING HAUT
TOUT TERRAIN**

**BLOC MEDIAN
ZONE PRESS**

**BLOC BAS
PROJECTION**

ORGANISATIONS POSSIBLES

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

**3-4-3
3-4-1-2
5-2-3**

**5-2-3
5-4-1**



Retrouvez l'explication en vidéo de ces différentes animations sur notre chaîne Youtube avec le lien ci-dessous:

https://www.youtube.com/watch?v=mc-HwIP_KJA&t=211s

LE PRESSING HAUT

Si vous souhaitez organiser un pressing haut, il faudra respecter les principes de base applicables à n'importe quel type de système où l'on cherche à presser sur le terrain.

Faire chaque
course à haute
intensité

Défendre en
avançant et sur les
temps de passes

Etre prêt à
défendre l'espace
dans son dos

Partant du postulat que ces principes seront respectés durant toute la durée où vous souhaitez presser haut, il y a 2 solutions d'animation avec des avantages et des inconvénients pour chacune.

PRESSING HAUT

3-4-3
CLASSIQUE

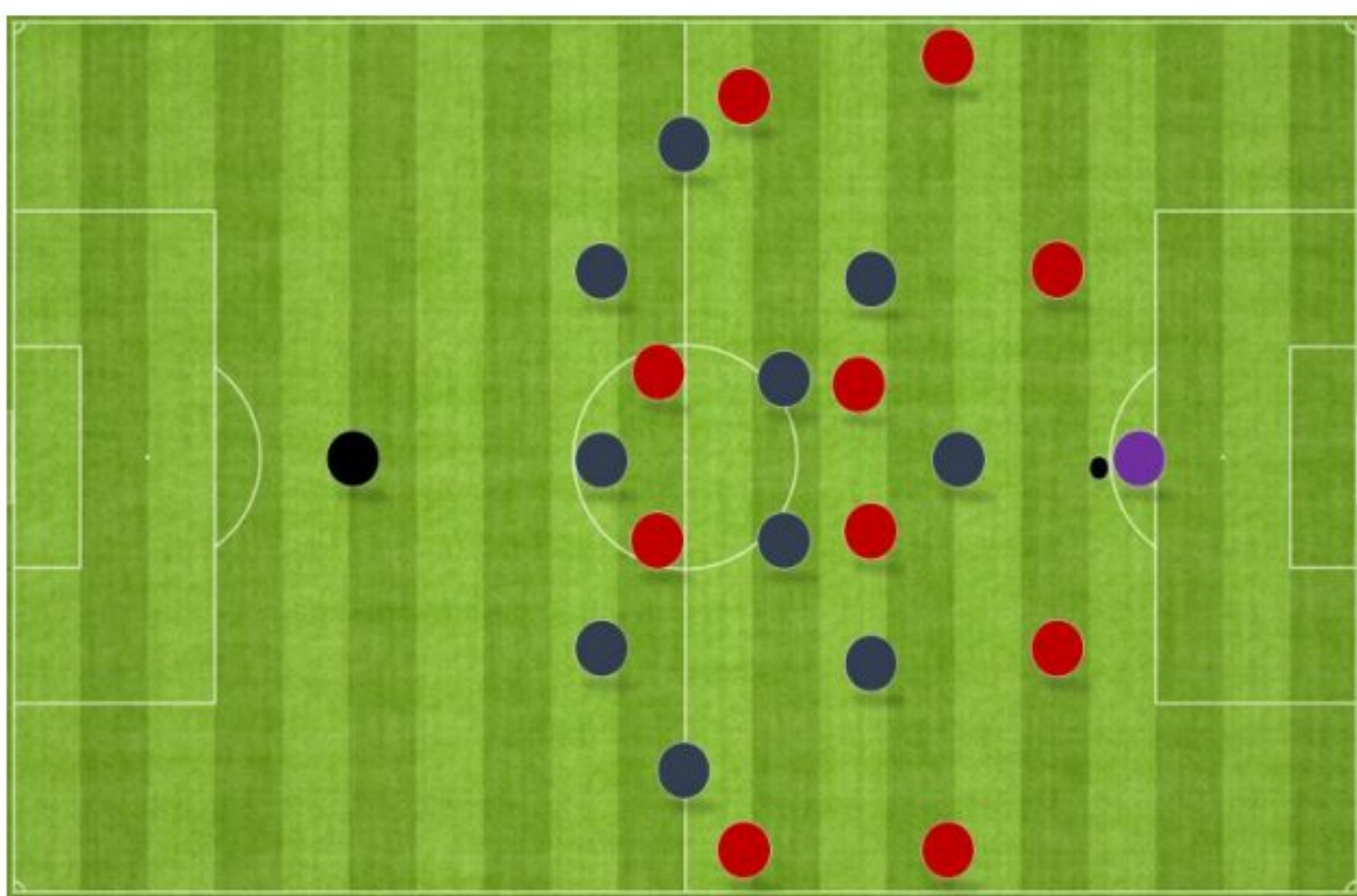
3-4-1-2
COMME UN
3-5-2

LE PRESSING HAUT

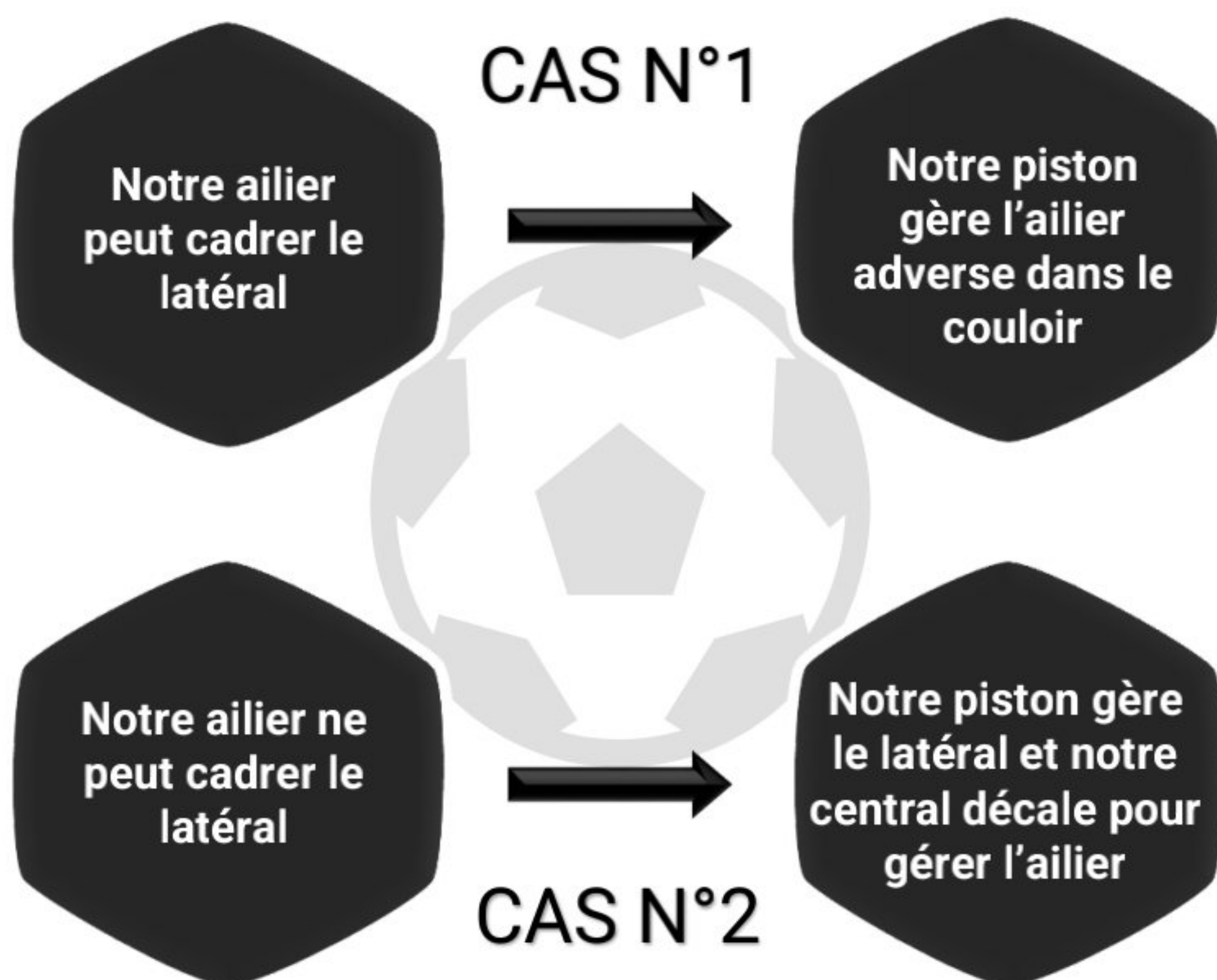
Animation N°1: 3-4-3 classique

La 1^{ère} solution sera de respecter l'organisation naturelle du 3-4-3, avec nos 3 attaquants positionnés comme dans un 4-3-3.

Idéalement, il faudra que les ailiers soient resserrés pour ne pas prendre de passe à l'intérieur, tout en étant capables de cadrer le latéral adverse.



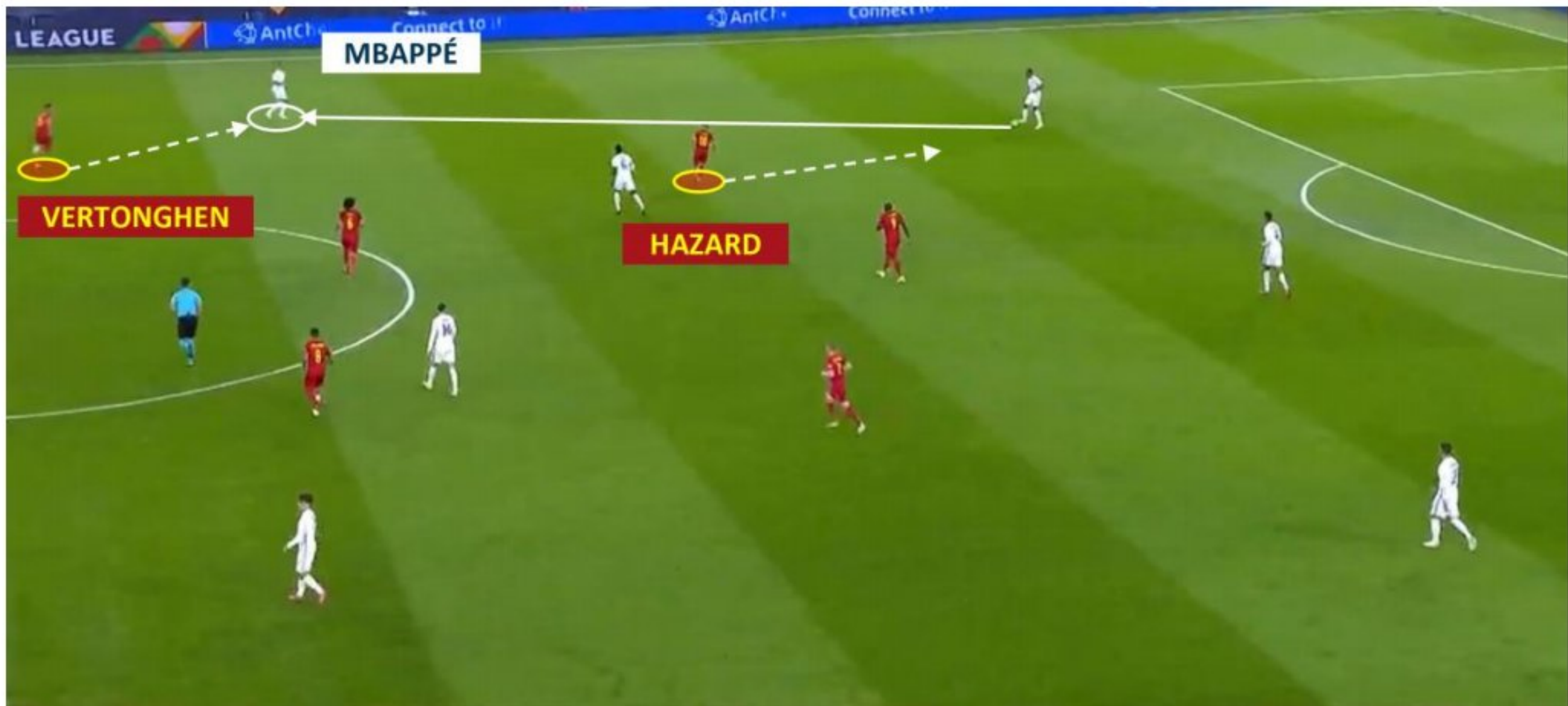
Dans cette animation, les déplacements clés seront sur les côtés. **En effet, la hauteur du piston sera à définir selon les mouvements de son ailier et selon la hauteur du latéral adverse.** On peut donc avoir les 2 mouvements suivants.



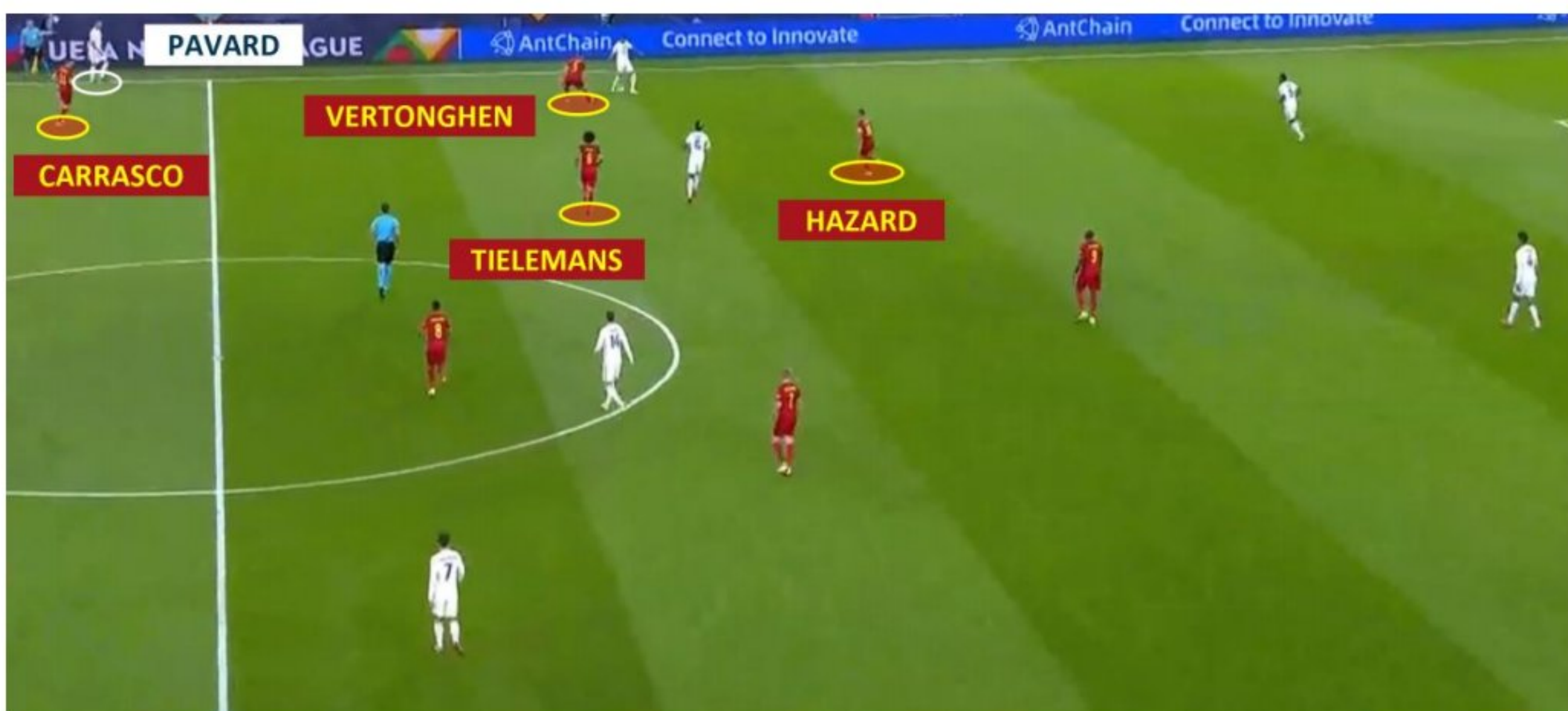
LE PRESSING HAUT

Animation n°1 - Cas n°1

Hazard presse Koundé qui joue latéralement. Vertonghen sort sur Mbappé en position de piston (quasiment positionné comme un latéral)



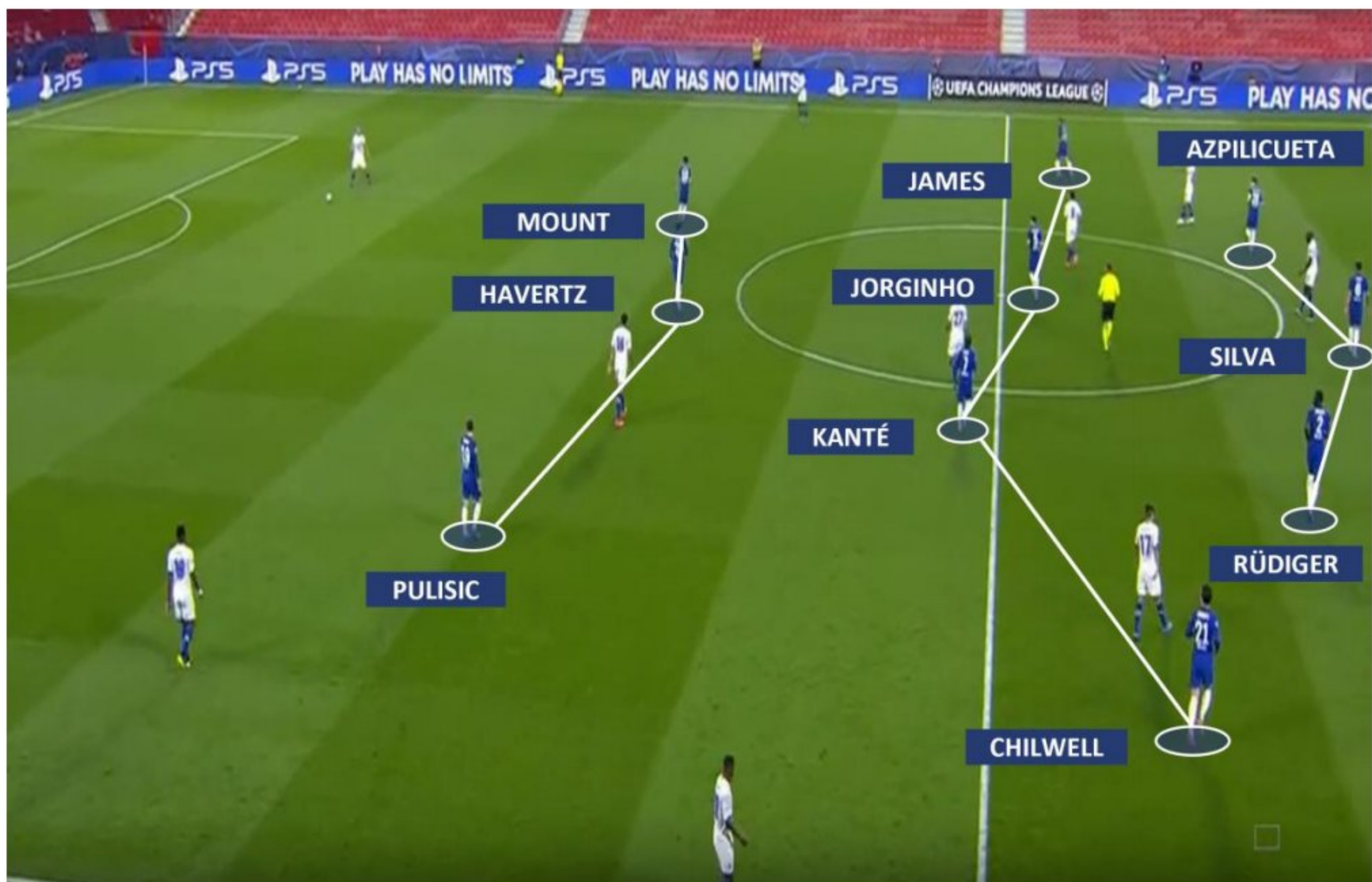
Carrasco en position de central gauche sur cette action, a coulé pour être dans la zone de Pavard. Les Belges sont donc à 4 sur le côté et peuvent déclencher leur pressing sereinement.



LE PRESSING HAUT

Animation n°1 - Cas n°2

Lors du quart de finale de Ligue des Champions 2021, Chelsea aligne son traditionnel 3-4-3 contre Porto qui évolue en 4-3-3. Les Anglais se sont imposés 2-0 au Portugal à l'aller.



Le bloc des Blues est en position médiane haute avec ses 3 attaquants positionnés à 35 mètres des buts de Marchesin. Il est plutôt compact avec la ligne des milieux de terrain positionnée au milieu des 2 autres lignes, sur environ 25 mètres.

Pour que les prochains dessins soient plus lisibles, nous vous mettons l'ensemble des noms des joueurs sur cette page pour ne pas le réitérer ensuite.

LE PRESSING HAUT

Animation n°1 - Cas n°2

Les 3 attaquants sont très compacts et ferment les lignes de passes à l'intérieur. Havertz sort cadrer Pepe et le force à jouer sur le côté. La position de Mount, très à l'intérieur ne lui permet pas de cadrer Sanusi. C'est donc James qui cadre sur Sanusi. On est bien dans le second cas.



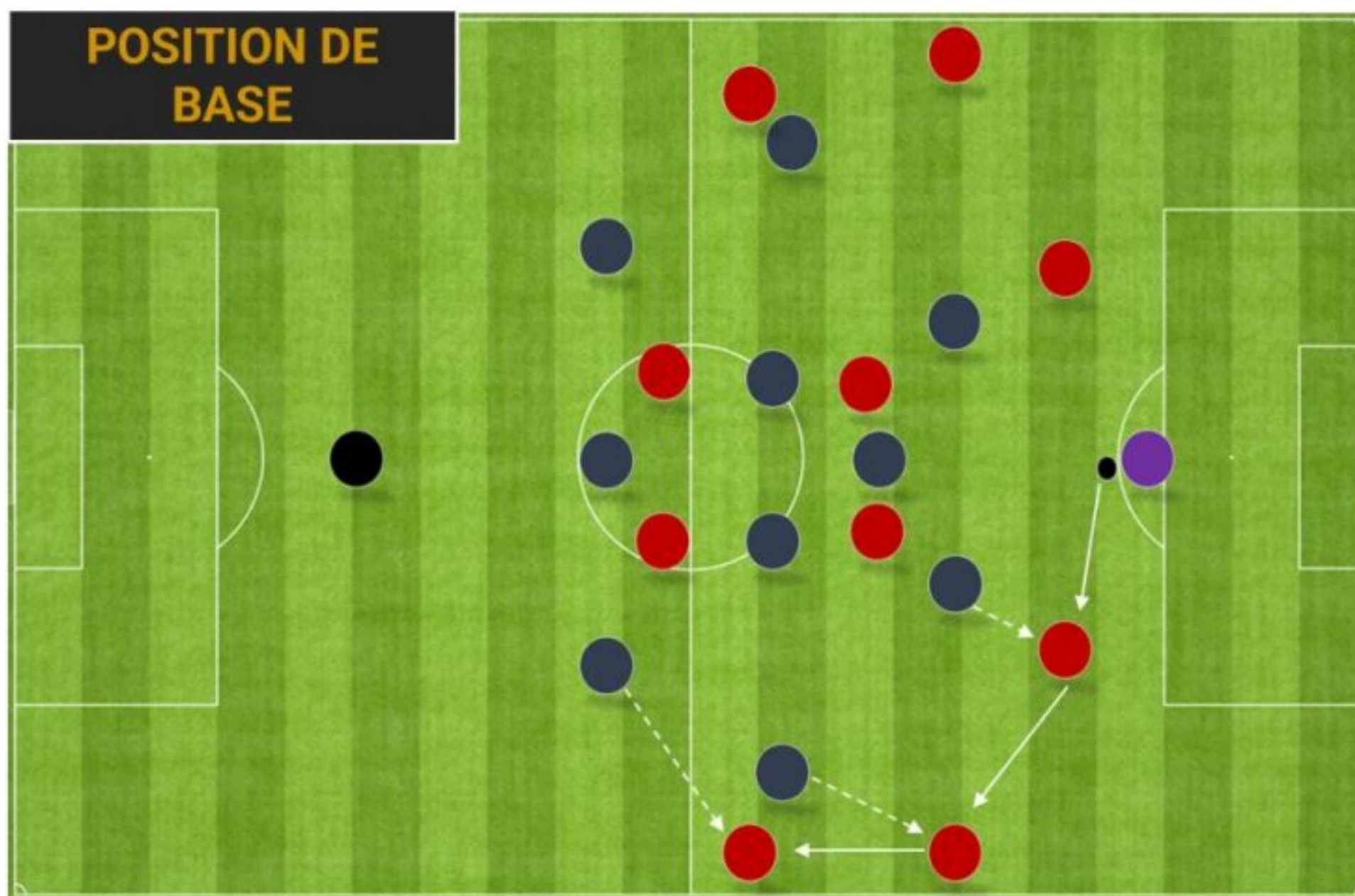
James a cadré à très haute intensité et arrive au moment où Sanusi reçoit le ballon. Havertz a fermé le retour sur Pepe. Mount et Jorginho ont coulé pour fermer l'axe. Azpilicieta est dans la zone d'Otavio et Kanté dans celle d'Oliveira. Sanusi n'a aucune solution et perd le ballon!



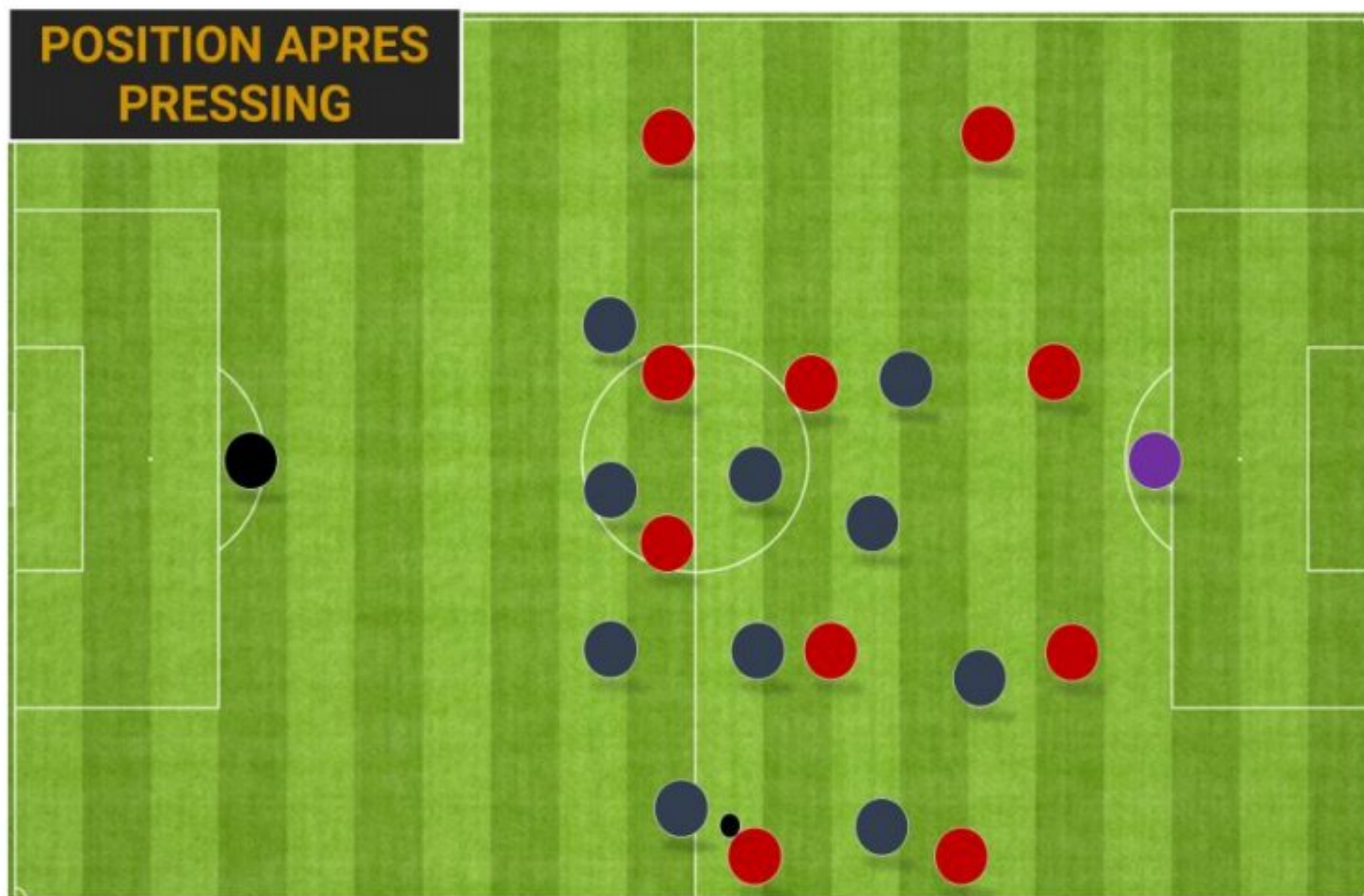
A noter la position de Chilwell qui a intégré à l'opposé la ligne défensive.

3-4-1-2 COMME UN 3-5-2

La nouvelle position de notre avant-centre dissuadera l'adversaire à jouer dans l'axe. **En cas de passe sur le latéral, c'est systématiquement notre piston qui viendra le presser, et notre défenseur central excentré côté ballon qui viendra cadrer dans la zone de l'ailier.**



Les joueurs à l'opposé resserrent pour avoir un maximum de présence entre le ballon et le but et garder un bloc compact malgré le déplacement du central.

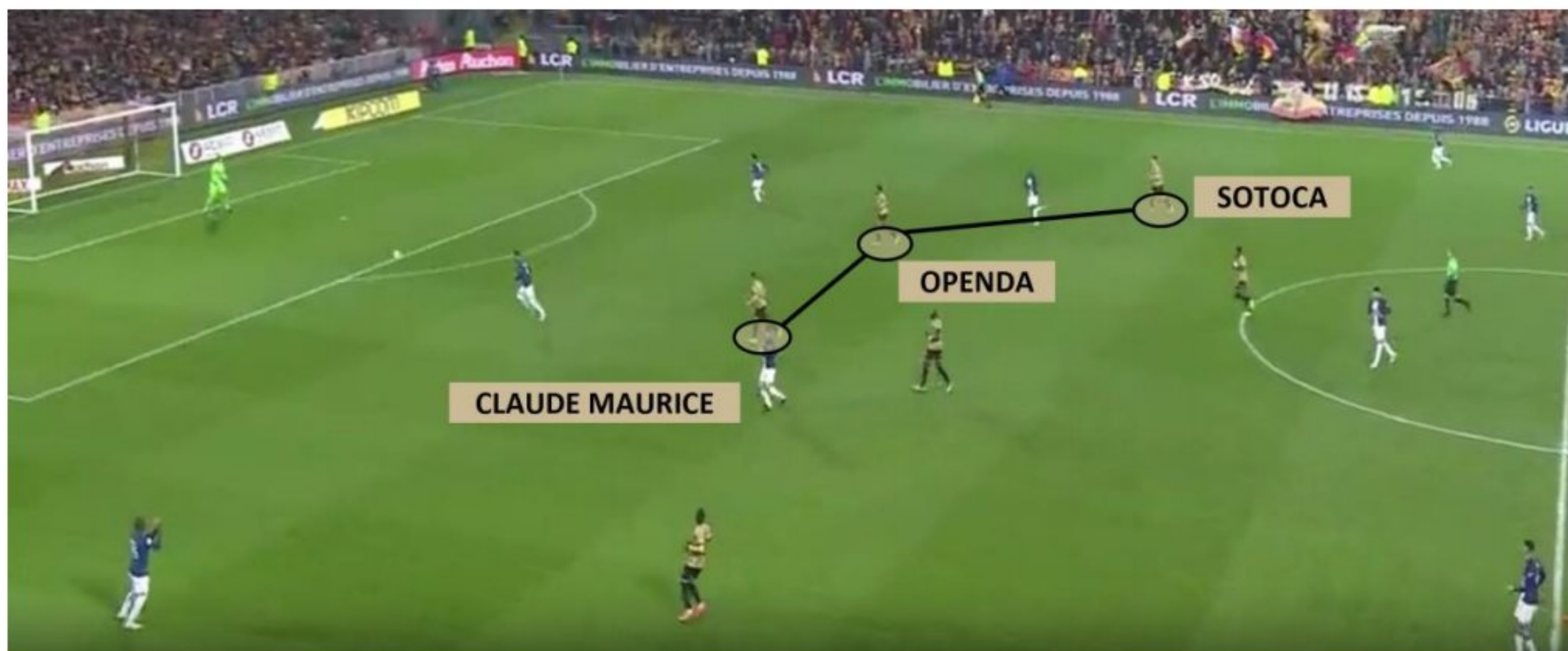


En suivant ce type de mouvement, on se retrouve avec une grosse densité de joueurs « côté ballon » avec des rapports de force favorables permettant d'être agressif sur le porteur du ballon.

3-4-1-2 COMME UN 3-5-2

Animation n°2

Lens est au pressing avec ses 3 attaquants et cherche à récupérer le ballon très haut contre le PSG. Leur organisation est jusque-là classique.



Sotoca voit que son équipe avance et veut fermer l'intérieur. Il indique avec un geste du bras à Openda de sortir sur Marquinhos.

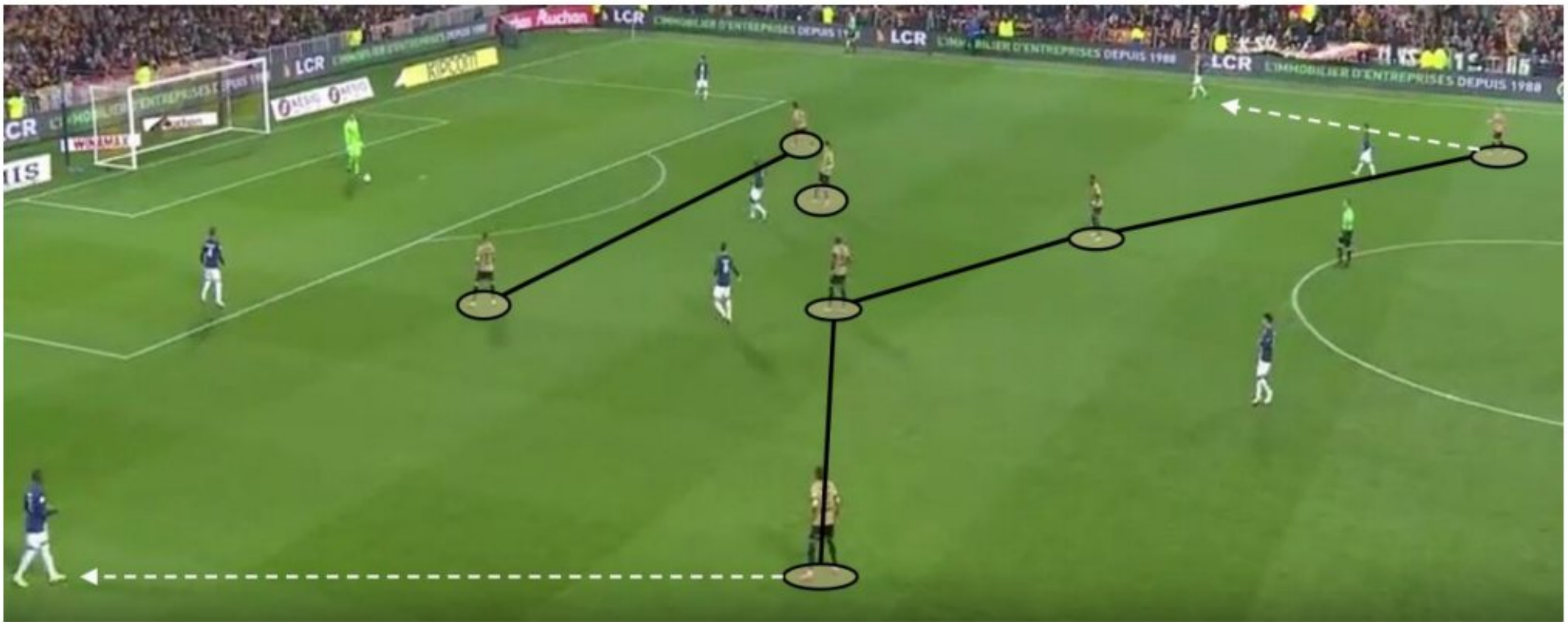


Quant à lui, il va se déplacer vers l'intérieur pour fermer la relation axiale entre Donnarumma et Danilo.

3-4-1-2 COMME UN 3-5-2

Animation n°2

Les Lensois se transforment donc en 3-4-1-2! Les lignes de passes dans l'axe sont coupées et les pistons peuvent intervenir sur les latéraux sur le temps de passe.



Donnarumma décide de jouer couloir gauche sur Hakimi. Frankowski et Abdul Samed sont dans la bonne zone et récupèrent le ballon !



A noter la position des 3 défenseurs centraux, très hauts et prêts à intervenir en étant au marquage des Parisiens.

LE BLOC MÉDIAN

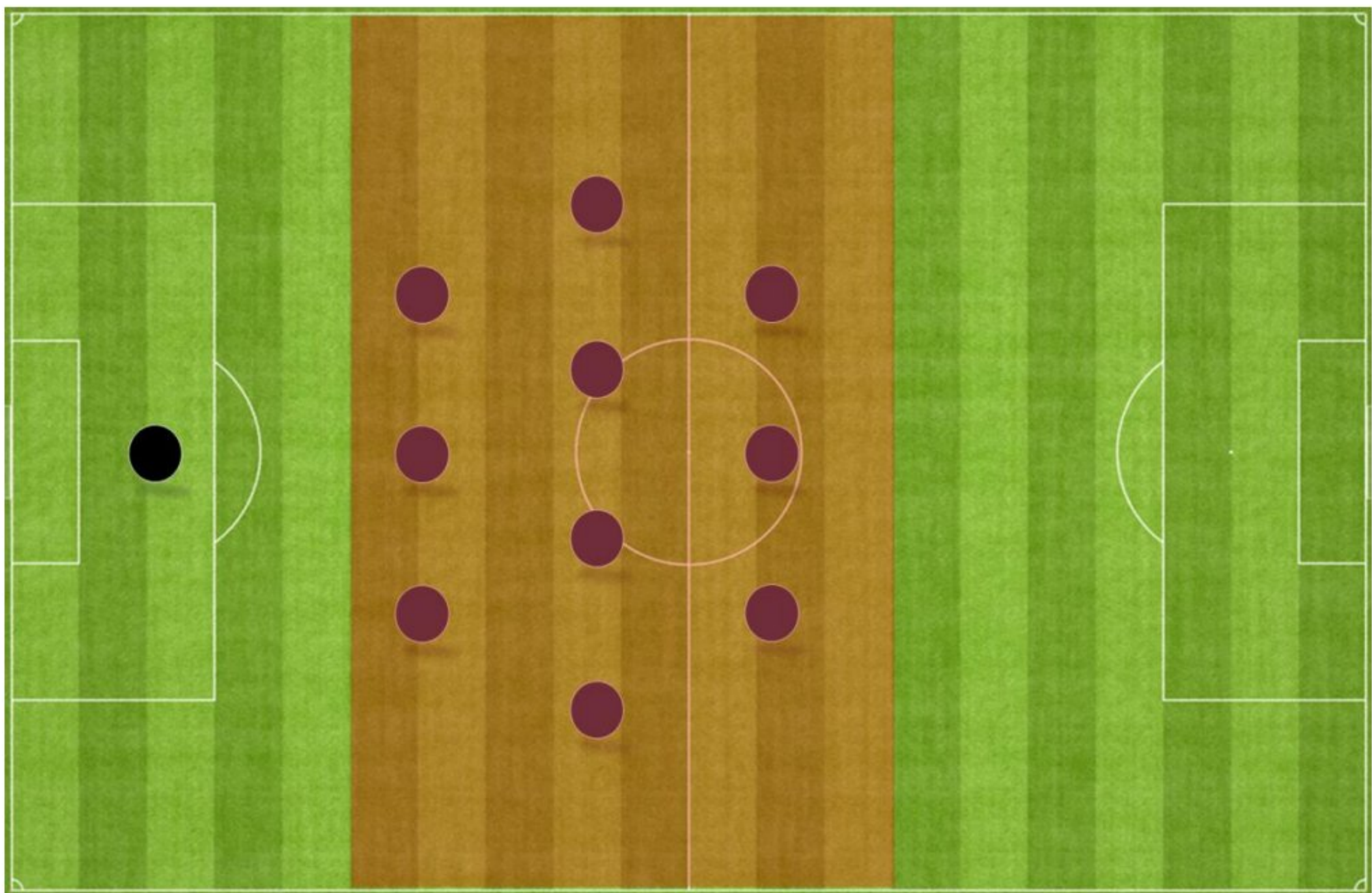
Concernant le bloc médian, vous pouvez tout à fait utiliser le 3-4-3. Il faudra définir des consignes claires et surtout veiller à faire respecter les points suivants :

Avoir un bloc compact en largeur et profondeur

Définir des starters et des zones préférentielles de récupération

Gérer la profondeur tout en gardant la compacité du bloc

Un bloc médian se situe dans la zone en rouge ci-dessus, avec les défenseurs à 30m du but et les attaquants pas plus haut que la fin du rond central.

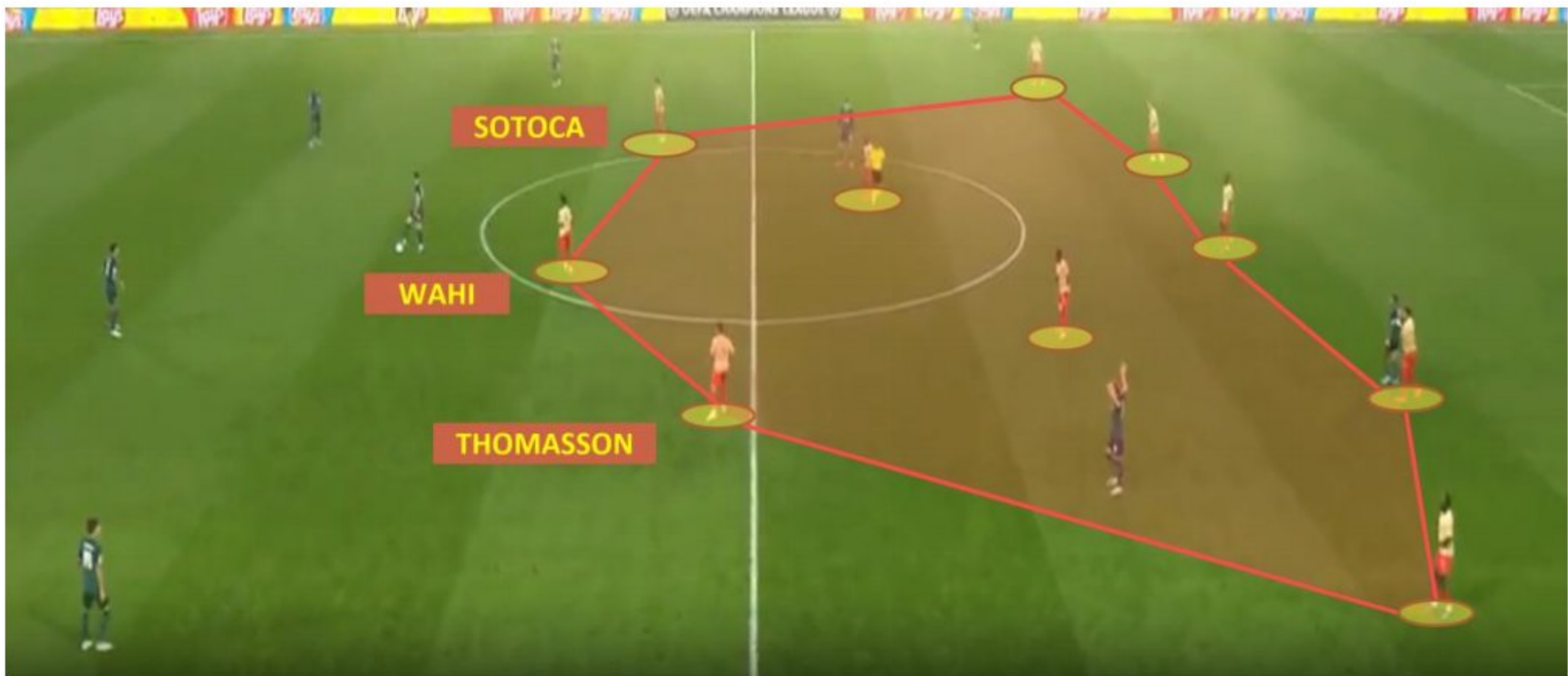


Idéalement, sur ce type d'animation, on cherchera à garder les défenseurs centraux dans la ligne défensive pour mieux défendre la profondeur. On gèrera donc au maximum le couloir à 2 avec le piston et l'ailier.

LE BLOC MÉDIAN

Sur cette situation, on reconnaît les repères du bloc médian en 3-4-3.

Sotoca, Wahi et Thomasson sont très compacts dans l'axe pour empêcher Arsenal de trouver cette zone



Wahi décide de déclencher le pressing collectif. Il arrondi sa course pour orienter le pressing sur le côté. **C'est le starter pour les Lensois et tout le monde se met à avancer.** A noter la posture de Danso qui prend le commandement de son équipe et ordonne à tout le monde d'avancer.



LE BLOC MÉDIAN

Arsenal trouve Rice dans l'interligne bas. Abdul Samed vient le harceler et le force à faire une passe latérale. Lens ferme énormément de lignes de passes, défend en avançant et met son adversaire en crise de temps.



Sur le temps de passe, Machado sort très fort sur Saka. Il est sous pression et perd le ballon!



Ne pas confondre médian et attentiste! La position de départ nous amène à resserrer nos lignes et à ne pas courir sans arrêt. Néanmoins, sur les starters définis, **l'intensité des courses doit être au maximum!**

LE BLOC BAS

Un bloc bas se situe forcément dans notre camp. Les défenseurs sont très proches de notre surface, voire dans notre surface par moment. L'espace entre les lignes est de maximum 8 mètres. Il requiert aussi plusieurs principes à respecter.

Réduire les distances entre les lignes

Être très fort en 1c1 dans la surface de réparation

Être mentalement capable de subir tout en restant concentré

Dans le cadre de notre système de base, la position des pistons sera forcément plus basse et on parlera de défense à 5. Vous pouvez alors choisir entre 2 types d'animations.

BLOC BAS

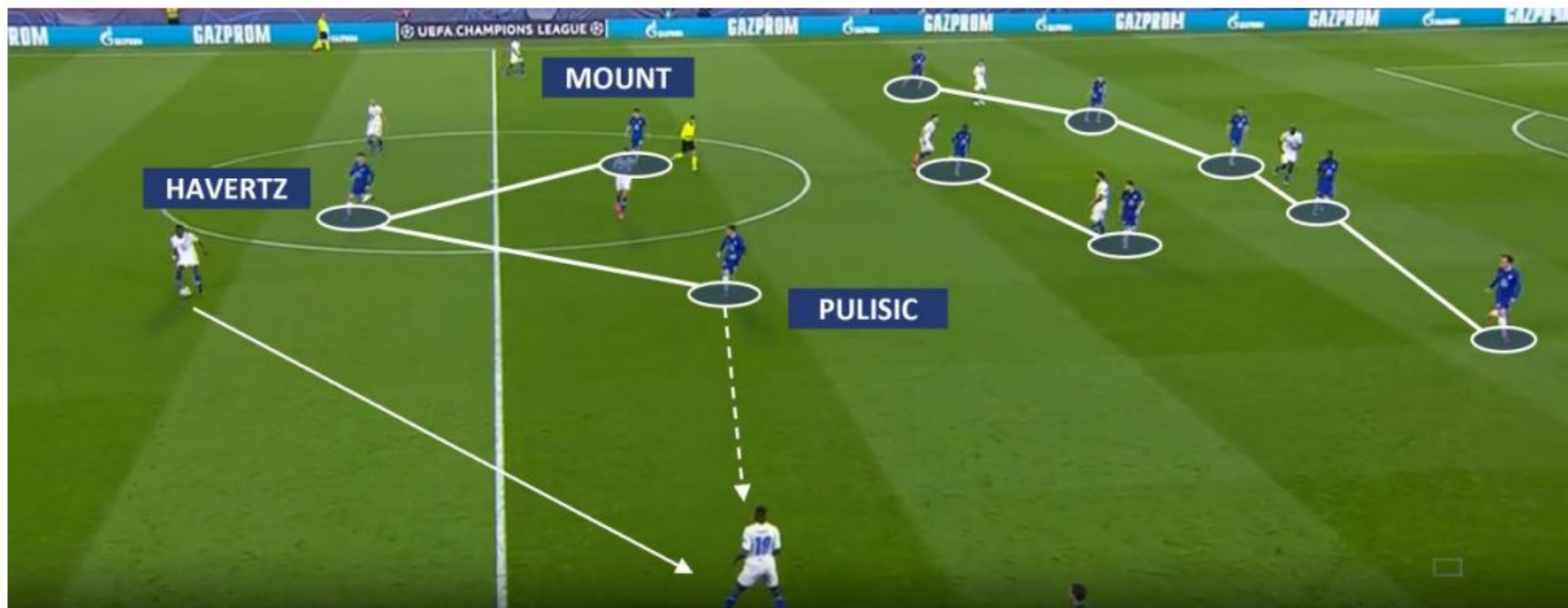
5-2-3

5-4-1

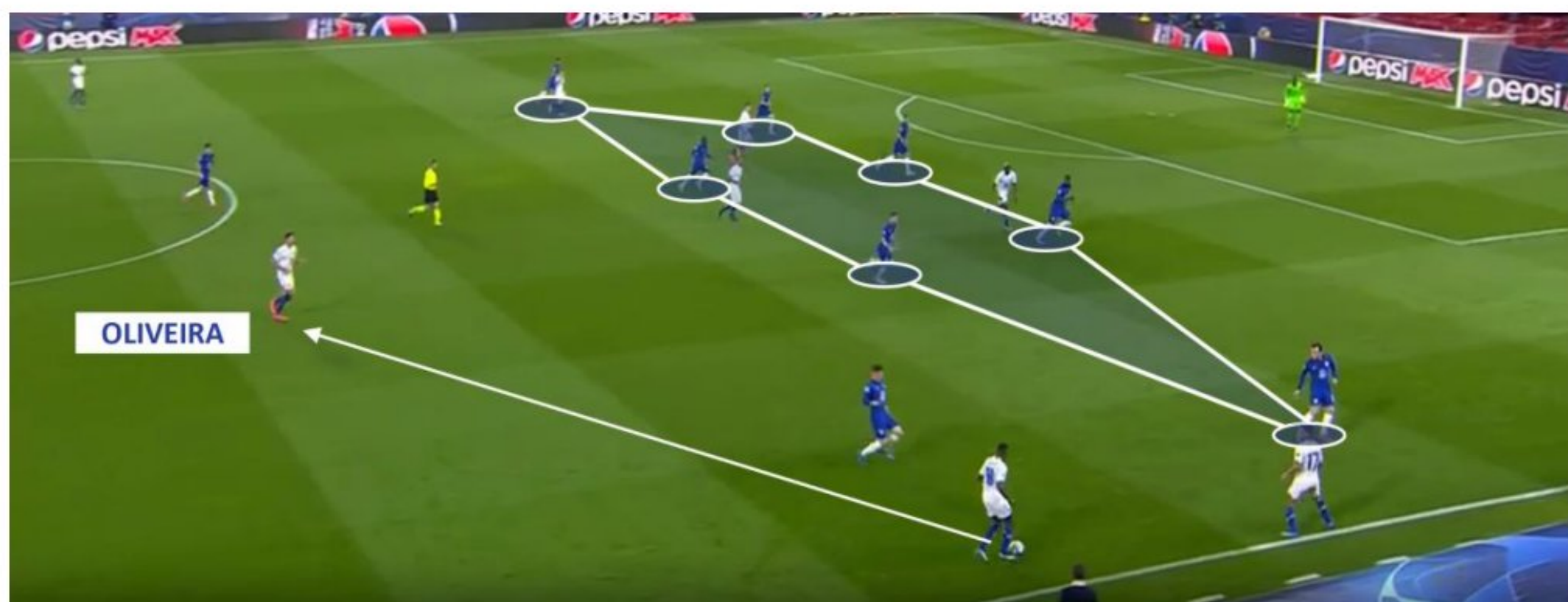


LE 5-2-3

Chelsea a 2 buts d'avance dans cette double confrontation et décide de laisser le jeu à Porto. Ils sont positionnés en bloc « médian-bas » avec les pistons au même niveau que les défenseurs centraux, en 5-2-3.



Les 3 attaquants sont très resserrés pour forcer Porto à jouer sur les côtés. Pulisic cadre très fort sur le temps de passe.



Chelsea coulisse et resserre l'espace entre ses lignes. Difficile pour les Portugais de trouver une progression intéressante. Manafa joue vers l'arrière sur Oliveira.

LE 5-2-3

Havertz, en position d'avant-centre, continue son effort et vient mettre la pression sur Oliveira. Celui-ci est obligé de jouer vers l'avant alors que le bloc londonien est toujours en place et compact. **Observez la rigueur des Blues, avec 10 joueurs sous la ligne du ballon et seulement Havertz au-dessus, qui est tout de même concerné par la tâche défensive puisqu'il vient presser Oliveira!**



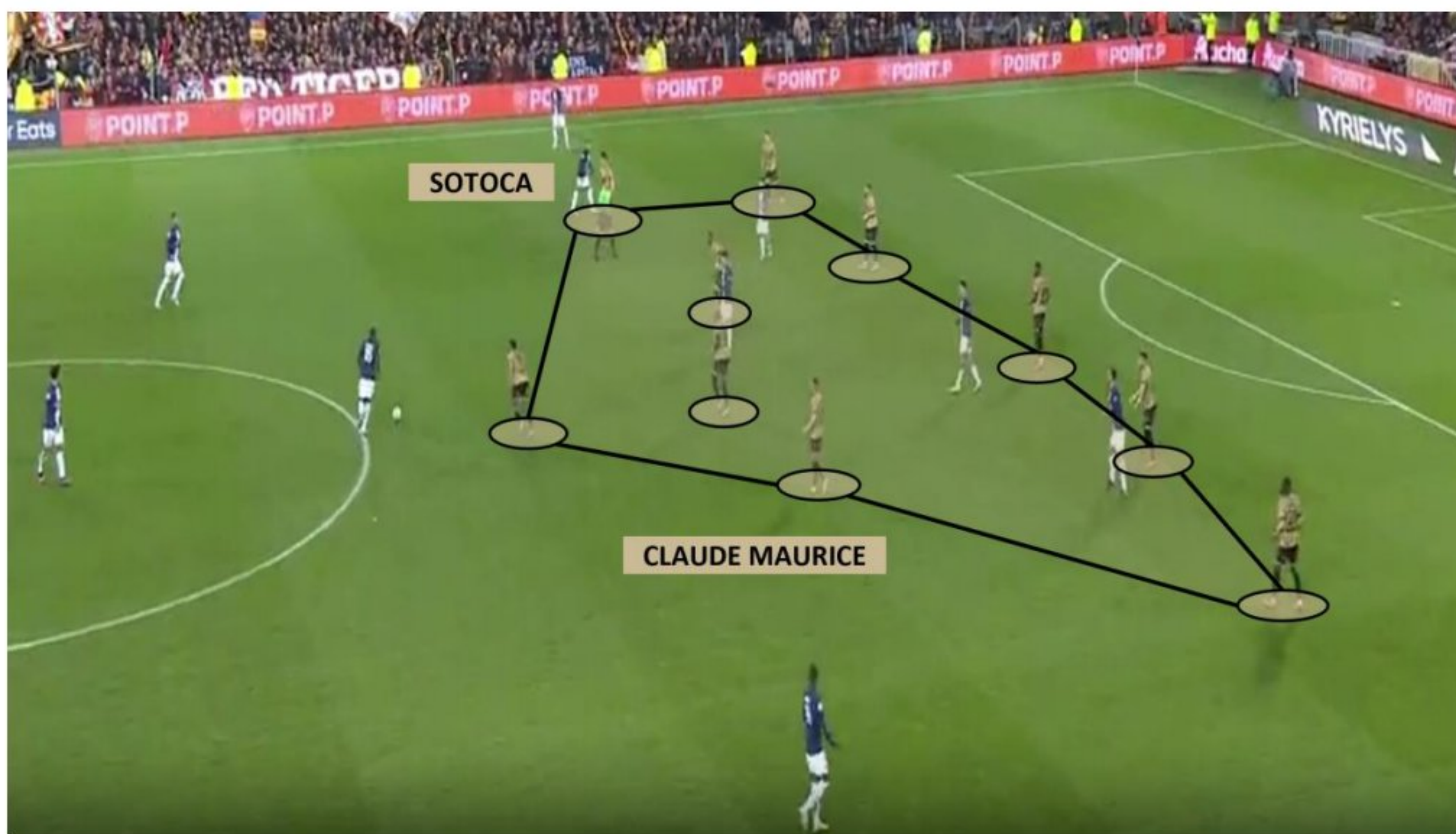
Oliveira force et les Blues récupèrent le ballon avec les 11 joueurs dans leurs 30 derniers mètres !



Cette animation sera la déformation naturelle du 3-4-3 lorsqu'on cherchera à défendre proche de son but avec l'ensemble de nos joueurs. **Les distances entre les lignes seront primordiales pour ne laisser aucun espace à votre adversaire.**

LE 5-4-1

Contre le PSG, Lens vient d'inscrire son second but et mène 2-1. Les Parisiens poussent et les Sangs et Or sont forcés de reculer. **Les joueurs de Haise décident alors de s'organiser pendant quelques minutes en 5-4-1 pour réduire les espaces et casser le rythme d'une rencontre à très haute intensité.**



Sotoca et Claude Maurice, positionnés au départ comme ailiers dans le 3-4-3, se mettent au niveau des milieux de terrain axiaux et resserrent très à l'intérieur. L'intervalle entre eux et leur milieu axial est très petit, Paris peut difficilement trouver des joueurs à l'intérieur du bloc Lensois. La progression parisienne est donc vouée à être de droite à gauche pour tenter d'ouvrir un espace.

Cette animation, énergivore sur le plan athlétique et mental, augmente les chances de récupérer le ballon en reconnaissant les bons starters et en étant très agressif dans la surface.

Soyez toutefois vigilant et assurez-vous que votre groupe soit capable d'appliquer une grosse rigueur et d'avoir une grande concentration.



L'INTERVIEW

JOUEUR

LE 343 – LA VISION DU JOUEUR

Le RC Lens étant le meilleur exemple français dans ce système, nous avons souhaité obtenir le ressenti d'un de ses joueurs !

Du haut de ses 30 ans et ses dix ans en Ligue 1, **Adrien Thomasson** a connu de nombreux systèmes et animations. Arrivé à Lens en janvier 2023, il évolue depuis dans le fameux 343 de Franck Haise.

Merci à lui pour sa disponibilité !



- **Adrien, bonjour ! Tout d'abord, peux-tu nous présenter ton parcours brièvement ?**

J'ai commencé à jouer à l'âge de 5 ans dans le club de Bourg Saint Maurice en Savoie jusqu'à mes 14 ans. J'ai intégré ensuite la section sportive du FC Annecy. Puis j'ai eu la chance de signer à Evian Thonon Gaillard où j'ai fait mes débuts en Ligue 1 à 18 ans. Je suis resté quatre ans au club dont un an de prêt à Vannes à 20 ans.

Puis à 21 ans j'ai signé à Nantes où j'ai passé 4 saisons puis 3 saisons et demi à Strasbourg avant d'intégrer le RC Lens en 2023.

LE 343 – LA VISION DU JOUEUR

- As-tu déjà joué dans un 343 avant le RC Lens ?

J'avais déjà joué en 352 à Strasbourg avec Julien Stephan. Nous terminons 6e de Ligue cette saison, ce qui m'avait donné une bonne expérience d'un système à 3 défenseurs. Mais c'est réellement Lens le premier club dans lequel j'évolue en 343.

« La finalité est de récupérer des ballons très haut sur le terrain ! »

”

- Quels sont les profils de joueurs importants selon toi ?

Comme tous les systèmes, je pense que tout d'abord il faut avoir les profils adaptés. Ce système demande vraiment des caractéristiques particulières. Notamment aux postes de défenseur central, où il faut des joueurs courageux dans la sortie du ballon.

Également au poste de piston où il faut des joueurs capables d'apporter offensivement mais aussi d'être fort sans ballon.

Le RC Lens et le coach sont ainsi très impliqués dans le recrutement pour que les joueurs collent parfaitement aux caractéristiques souhaitées. Tous les joueurs ne peuvent en effet pas forcément s'adapter à ce dispositif.

- Quelles sont les forces du système selon toi ?

Une fois que l'on a ces profils, la force du système est de pouvoir amener beaucoup de monde offensivement tout en gardant un bon équilibre défensif. Sans ballon, cela nous permet de pratiquer quasiment du 1v1 sur l'ensemble du terrain et d'exercer un pressing vraiment intense.

La finalité est de récupérer des ballons très haut sur le terrain et de se procurer énormément de situations ensuite.



LE 343 – LA VISION DU JOUEUR

- Vois-tu au contraire des faiblesses ?

J'en vois une notamment quand on évolue contre des équipes en 4231 ou 442 avec des ailiers qui sont très haut sur le terrain. Cela leur permet de fixer nos pistons ce qui nous empêche d'exercer un véritable pressing assez haut.

- Comment tu te sens dans ce dispositif ?

Je me sens très à l'aise car j'évolue derrière l'attaquant avec un autre « animateur ». J'ai du coup beaucoup de libertés, je ne suis pas cantonné à une position précise. J'ai la possibilité de me déplacer sur toute la largeur du terrain, d'être entre les lignes, c'est un vrai plaisir ! Ce poste me permet d'être aussi bien dans la construction du jeu qu'à la finition, cette position est un luxe pour moi.



LE 343 – LA VISION DU JOUEUR



- Comment vous entraînez-vous à jouer dans ce dispositif ?

Nous travaillons énormément à l'entraînement ce dispositif. Nous faisons beaucoup d'oppositions à 11 contre 11 pour répéter, c'est un vrai travail quotidien.

Le coach et l'équipe jouent depuis quelques temps dans ce système mais nous continuons à travailler sur le dispositif tous les jours, c'est la clé du succès selon moi.

« Tous les joueurs ne peuvent en effet pas forcément s'adapter à ce dispositif. »

- Y a-t-il des équipes qui t'ont fait rêvé ou qui t'ont inspiré dans ce dispositif ?

Je dirais que la première équipe qui m'a impressionné dans ce système est l'Atalanta Bergame en 2020 quand ils atteignent les quarts de finale de Ligue des Champions.

Ensuite, l'Inter Milan la saison dernière qui a atteint la finale de C1.

De manière générale, j'ai toujours été fan des équipes portées vers l'avant qui utilisaient les systèmes à trois ! J'aime moins son utilisation pour verrouiller.



ANIMATION OFFENSIVE

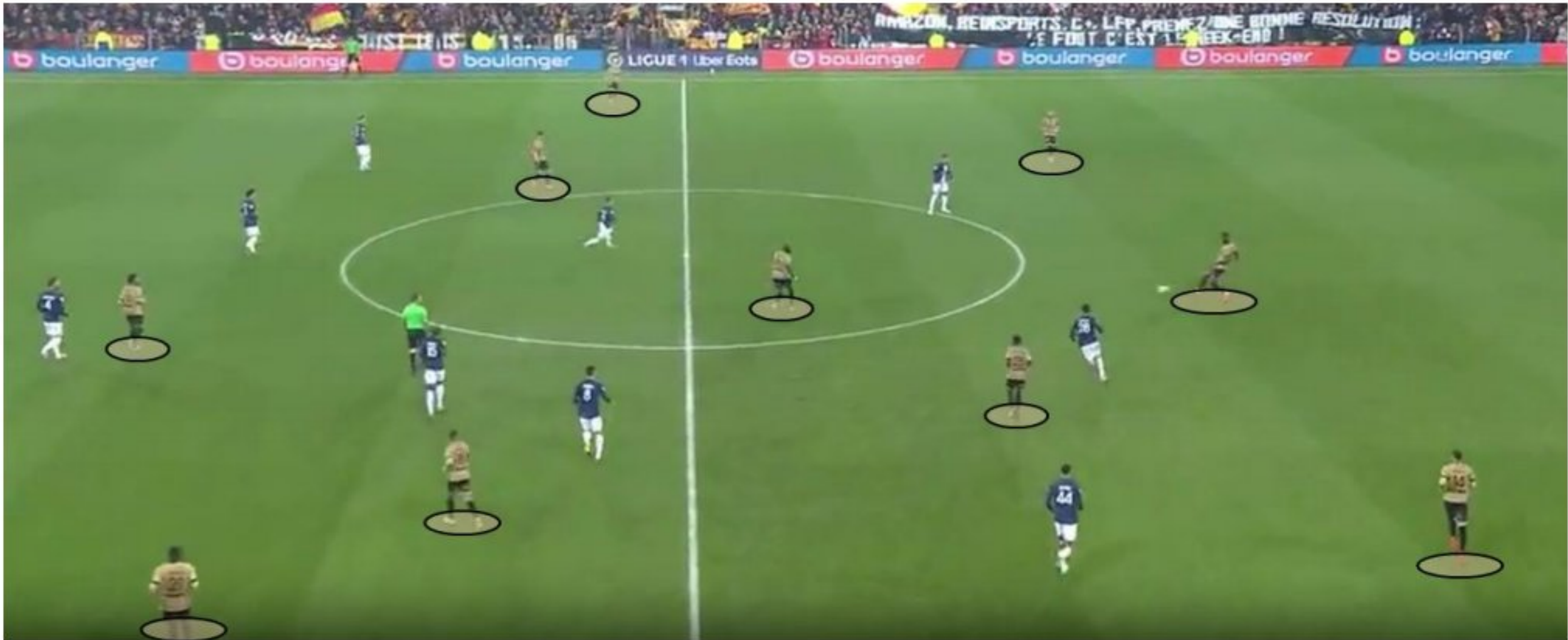


#5.1

LES SORTIES DE BALLE

L'OCCUPATION DES ESPACES

Avec le ballon, ce système se déclinera de manière spontanée en 1-3-4-2-1 et occupera naturellement les 5 couloirs et les différentes zones de jeu. Sur cette image où Lens est à la relance, on voit que chaque joueur occupe un espace pour que le porteur de balle ait un maximum de lignes de passes envisageables.



En déclinant l'organisation Lensoise sur le schéma de droite, on voit parfaitement l'équilibre dans l'occupation des espaces!

Chaque couloir est occupé et il y a des joueurs dans chaque interligne!

Couloirs -> 2 joueurs

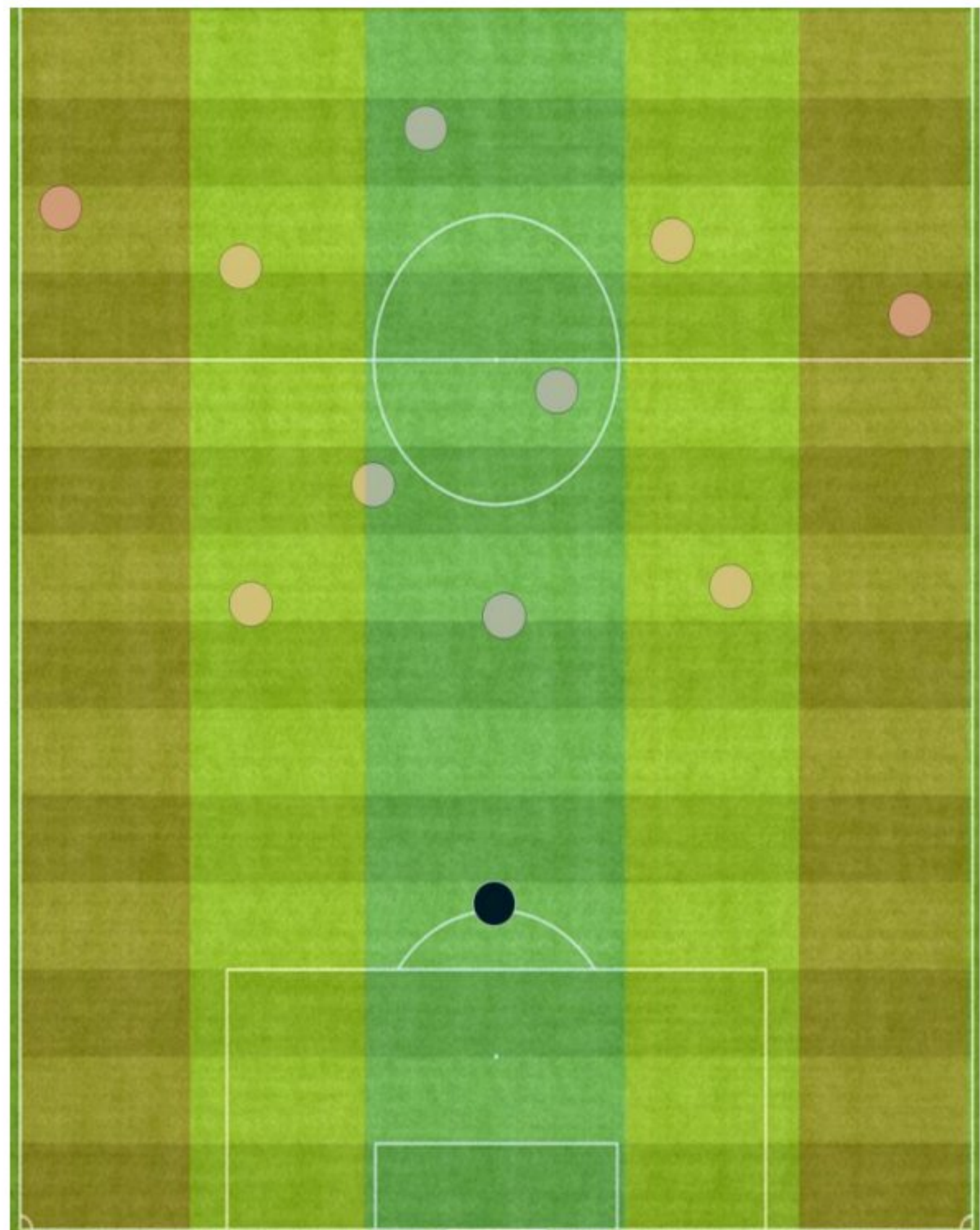
Half space -> 2 joueurs

Couloir central -> 3 joueurs

Interligne bas -> 2 joueurs

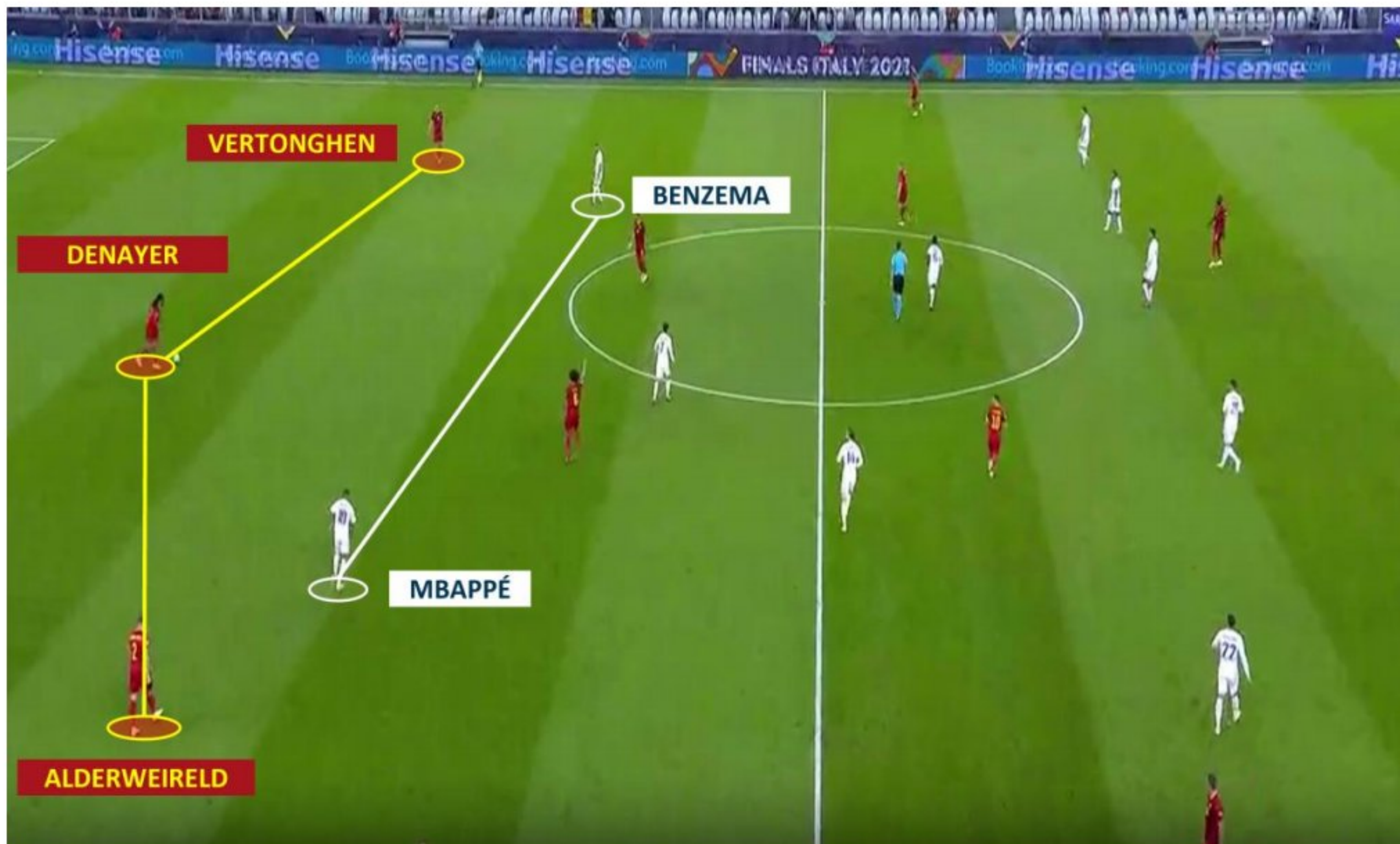
Interligne haut -> 2 joueurs

Profondeur -> 1 joueur



LES SORTIES DE BALLE

Un des vrais atouts de ce système est de bénéficier de 3 défenseurs centraux pour relancer. **Cela vous garantit une supériorité positionnelle pour pouvoir relancer court dans beaucoup de circonstances.**

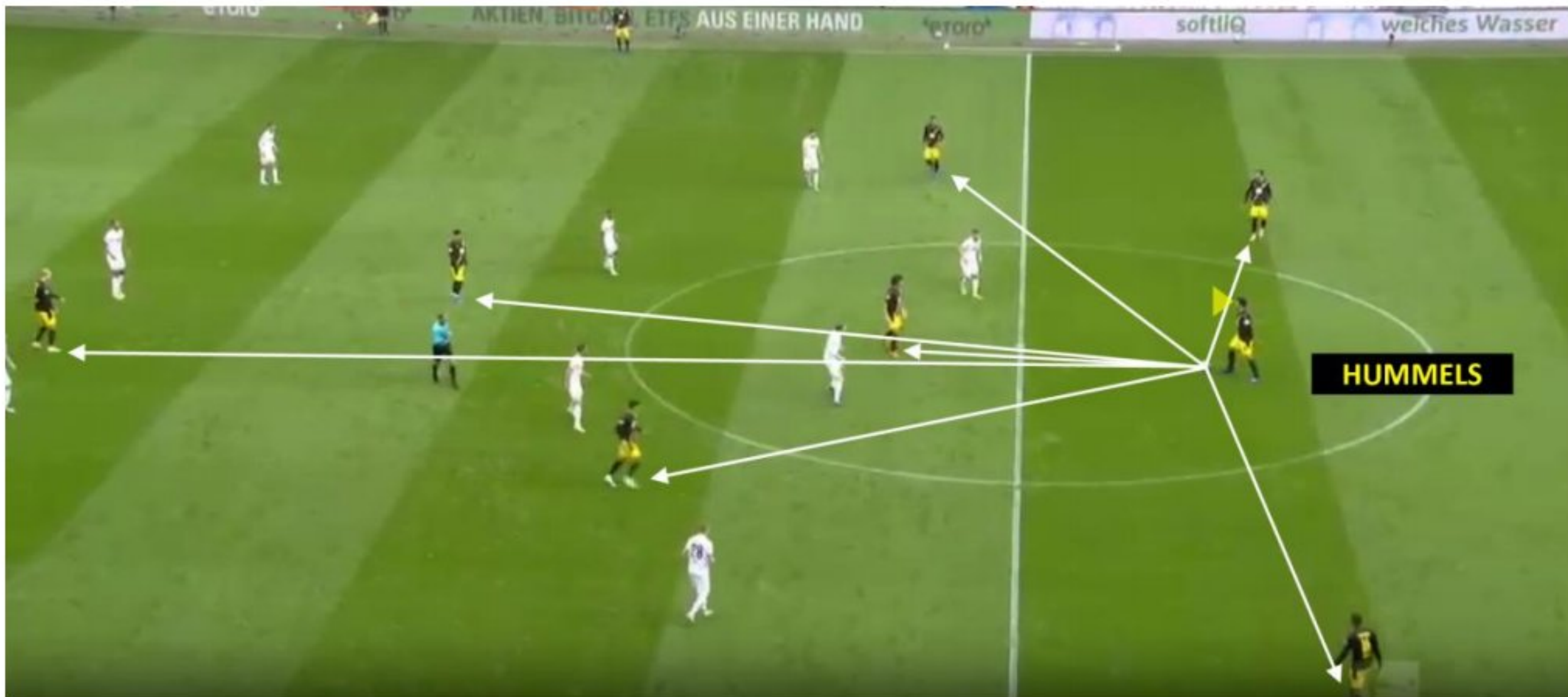


Sur cette image, on voit les 3 défenseurs belges faire face à Mbappé et Benzema qui constituent la 1^{ère} ligne de pression du 3-5-2 français. Les 3 belges sont répartis sur 40 mètres de large ce qui rend la pression française difficile à réaliser. De plus, la structure des 2 lignes amène une supériorité de +1 pour les belges. On a donc une situation favorable pour relancer avec du temps et de l'espace.

Denayer est positionné légèrement en retrait d'Alderweireld et de Vertonghen pour ouvrir un angle de passe. Cela permet d'avoir une relation entre les 3 joueurs facilitée et rend encore une fois la pression pour l'adversaire plus difficile à organiser.

L'IMPORTANCE DU CENTRAL AXIAL

Sur les sorties de balle, le défenseur central axial aura un rôle majeur et sera considéré comme le métronome de l'équipe. Sa position lui permettra naturellement d'avoir une multitude de solutions. **Il devra avoir une grosse qualité de perception et une qualité technique très élevée.**



Hummels a 7 solutions au sol. Il doit scanner très vite son environnement pour savoir s'il peut faire progresser son équipe.



Il choisit l'option la plus difficile et trouve Haaland dans les pieds et élimine 6 adversaires ! C'est la passe parfaite !

L'IMPORTANCE DU CENTRAL AXIAL

Très souvent sollicité en soutien, le DC axial devra être capable d'imprimer le tempo de la relance. S'il touche trop le ballon, le bloc adverse aura le temps de coulisser sans être en danger. Il faudra donc être capable d'enchaîner rapidement pour grappiller de précieux mètres.



Dortmund a fixé Augsburg en jouant sur sa droite. Ils ressortent le ballon et jouent en soutien sur Hummels qui est déjà orienté et qui a pris les informations. Il joue en une touche de balle.



Grâce à sa vitesse d'exécution, Dortmund se retrouve en 4 touches de balles collectives à l'opposé, avec beaucoup d'espace à exploiter!

RENVERSEMENT PAR DU JEU LONG

La présence de 3 défenseurs naturellement dans l'axe peut inciter les pistons à avoir une position assez haute, même à l'opposé. Avec un jeu long de qualité, on peut rapidement trouver nos pistons dans de bonnes conditions dans le camp adverse.



Chelsea fixe à l'intérieur mais Jorginho ne peut avancer. Il joue en soutien sur Silva qui voit le départ de Chilwell. Il arme et joue long en 2 touches de balle dans le dos des Citizens.



Chilwell remise pour Mount et les Blues se retrouvent à 25 mètres du but de City dans une position exploitable!

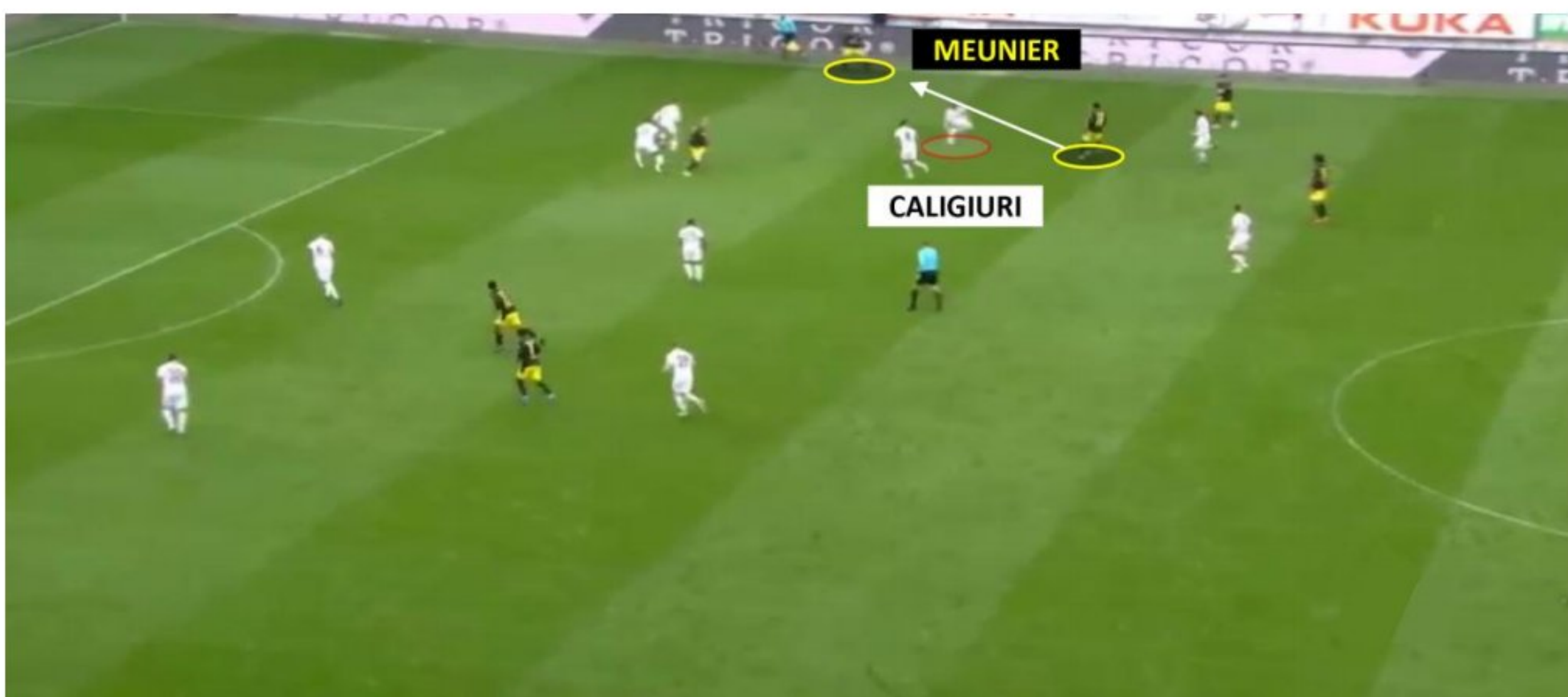
FIXER PAR LA CONDUITE

Les DC excentrés auront quant à eux moins de solutions de passes. En revanche, étant naturellement dans les demi-espaces avec le ballon, ils pourront facilement progresser en conduite en posant des problèmes à l'adversaire.

Can reçoit le ballon de Meunier en soutien et voit ses adversaires remonter. Il est cadré par Niedelerchner et casse son pressing en conduite.



Il élimine son adversaire et se retrouve dans l'interligne. Cela fixe Caligiuri et Meunier se retrouve seul. Il est servi avec un temps d'avance!



L'APPORT DU GARDIEN DE BUT

De plus en plus utilisé comme le premier relanceur dans le football moderne, **le gardien pourra intégrer la ligne défensive pour créer une structure à 4!**

Vous pourrez donc bénéficier d'une supériorité supplémentaire vous permettant de faire face à de nombreux pressing.



Sur cette action, on voit Gradit se mettre au niveau de Samba, alors que Medina et Danso prennent la largeur. On retrouve une structure proche d'une défense à 4, avec des distances plus resserrées.

Lens se donne ainsi du temps supplémentaire dans la relance pour essayer de contrer le pressing très haut des Gunners.



En utilisant ce positionnement, le gardien de but sera intégré totalement dans la relance de l'équipe et devra donc avoir une qualité de pied et de perception égale à ses défenseurs.

On peut presque dire que l'équipe est organisée en 4-4-3!



#5.2

LE RÔLE DES AILIERS