

DOSSIER: L'ATTAQUE PLACEE CHEZ LES JEUNES.

Second petit dossier destiné aux entraîneurs du BVT afin de continuer à bosser dans la continuité pour nos jeunes joueurs... On doit prendre conscience que l'attaque placée doit constituer la seconde lame derrière une priorité accordée au jeu rapide (dossier précédent). Cependant, plus les niveaux augmentent, plus les rapports de force s'égalisent et conduisent les joueurs à faire la différence sur les attaques placées... Il existe différents types d'attaques placées:

-le jeu par «systèmes» qui consiste à travailler des déplacements à l'avance. Ce type de jeu est important quand on souhaite du résultat immédiat mais laisse très peu la place à la spontanéité chez les jeunes. C'est pour cela qu'on ne le mettra pas en place avant cadets, cadettes.

-le jeu «semi-ouvert». Il consiste à automatiser certaines bases de jeu à 2 et 3. Ces bases sont des fondamentaux du basket et doivent être abordées dès benjamins-es. Elles aident à acquérir une certaine culture basket et doivent donner lieu à certains automatismes...

-le jeu «par principe», qu'on va privilégier chez nos jeunes puisque il laisse l'initiative aux joueurs. Il permet de développer chez les joueurs la notion de lecture du jeu (faire un choix, prise d'informations). On va pencher pour un jeu de type «fixation-passe» qui laisse la priorité au joueur avec la balle : prise de tir, fixation par le dribble, tir ou passe pour un joueur libre (ouvert)... L'objectif de ce jeu basé sur les qualités techniques des joueurs et de créer du mouvement simple et d'avoir en résultat des positions de tir faciles (importance du tir et de l'adresse). Par ce type de collectif, on privilégie la formation du joueur. L'entraîneur fixe son cadre de jeu mais laisse les initiatives aux joueurs.

1. Le jeu par principe type «fixation-passe».

Ce principe de jeu à le mérite de permettre aux joueurs de travailler chaque fondamental du basket offensif sur chaque action de jeu. On va tenter d'instaurer ce principe tout en sachant que c'est un travail de longue haleine et que, les premiers temps, on risquera d'observer du déchet technique dans nos équipes. Le listing des capacités techniques à développer est standard mais il conviendra de travailler ces facettes du jeu dans le cadre de notre projet: chaque fondamental s'incorpore dans le travail de fixation-passe...

1.1. Les fondamentaux offensifs à travailler.

-Les relations de passes.

Travailler les bases des relations de passe est fondamental afin de **construire un bon collectif**. Le principe est simple, en partant du principe que **le porteur de balle est garant du ballon** (décideur du fait de passer ou non): **je privilégie les passes pour les joueurs qui demandent le ballon** et qui, si possible, sont encore en mouvement (attaquer la balle, création d'espace par rapport à la défense).. Travailler les relations de passes (qualitativement) permettra d'éliminer pas mal de déchets sur le jeu. Instaurer des règles simples va structurer votre collectif offensif et diminuer les pertes de balles (le joueur qui ne demandera pas la balle ne l'aura pas).

-Mobilité et travail de démarquage.

Le basket est un sport de changements de rythme. Le joueur qui n'accélère pas pour avoir la balle en cas de défense présente, pourra courir pendant des jours. On part de ce principe et on travaille l'intelligence des déplacements: **accélérer pour demander la balle afin de créer un espace de jeu entre le défenseur et l'attaquant**. Tout le jeu en fixation-passe sera défini par cette notion d'espace. Créer de l'espace sur mon démarquage afin de pouvoir **être capable d'enchaîner un tir rapide** (prise d'appuis face au cercle si possible dès la prise de balle : triple menace). J'accélère quand je peux avoir la balle et je la demande. **La notion de changement de rythme est centrale** dans un travail de collectif (porteur, non porteur, déplacement du ballon...).

-Maîtrise des appuis offensifs.

C'est la base du basket, savoir jouer avec ses appuis, s'arrêter, partir en dribble... On travaillera les différentes prises d'appuis (arrêts alternatifs ou simultanés) après déplacement (voir accélération du joueur). L'objectif dans le jeu en fixation-passe sera de **s'arrêter rapidement à la prise de balle face au cercle et être capable d'enchaîner soit un tir**, soit un départ en fonction de ce que donne la défense (elle monte je peux la passer, elle reste à 2 mètres je peux tirer ou prendre la position). Le travail d'arrêts après courses contradictoires est aussi indispensable.

-Maîtrise de l'attraper dribble ou attraper tirer.

Fondamental important à travailler. **Les enchaînements d'action: attraper-dribbler et attraper-tirer** avec pour objectif de progressivement travailler en vitesse et éviter des pertes de balles bêtes (les joueurs qui contrôlent les ballons à une main perdent souvent plus de balle)... On comprend dans ce travail la notion de tirages de coudes (passer la balle en protection à réception du ballon).

-Vitesse de réaction et prises d'informations.

Le jeu en fixation-passes étant basé sur la vitesse, il est indispensable de travailler cette **vitesse de réaction**... Le but étant pour nos joueurs de prendre des infos avant les prises de balles (sur le placement de la défense, des co-équipiers...). **Plus nos joueurs prendront d'infos avant de prendre le balles, plus ils réagiront rapidement** sur les choix à faire lors de la prise de balle (tir, dribble, passe?).

-Le tir.

L'adresse est l'élément central sur le travail de jeu en fixation-passes puisqu'elle est l'aboutissement de tout le principe: **trouver un tir facile**. L'objectif de l'entraîneur sera de mettre en confiance ses joueurs, de les encourager à prendre des tirs ouverts et ne pas douter en cas d'échec. Pour en arriver là, il va falloir que **le tir soit central dans nos séances d'entraînement** (les gamins qui ne tirent pas ne seront jamais adroit): travail de gestuelle, tirs en rythme, avec opposition...

1.2. Les objectifs individuels et collectifs en fonction des catégories.

Au niveau des objectifs individuels, on cherchera à ce que chacun des joueurs sur le terrain puisse être capable, à chaque fois qu'il aura le ballon, de **prendre une position de tir rapide** (par un gros travail de démarquage et accélération ou par une bonne passe de fixation) afin d'être dangereux immédiatement pour la défense: **je reçois la balle face au cercle, je regarde la cible je vois ce qui se passe autour et je suis capable de tirer** (être capable de changer les attitudes du défenseur). Suite à cette attitude, le joueur aura différents choix: prendre le tir si celui-ci est ouvert, attaquer le cercle ou fixer l'aide pour libérer si le défenseur monte, passer le ballon (travail de la lecture du jeu). On encouragera les tirs extérieurs car si on souhaite que nos jeunes soient plus adroits, il faut qu'ils tirent d'avantage (à l'entraînement mais aussi en match). Si les tirs sont ouverts: laisser tirer, c'est que le job de fixation a été bien fait.

Les objectifs collectifs évolueront en fonction des catégories et des niveaux de jeu en sachant que l'objectif principal sera commun: mobilité sur le jeu placé par des

mouvements simples (mettre la défense en mouvement et libérer les espaces de jeu) sur lesquels on greffera le principe de jeu en fixe-passe.

1.2.1. Principes de jeu en poussins(es).

A ce niveau, on va rester hyper basique avec un simple principe de jeu après passe (passe et va)... Les joueurs doivent être capables de **couper vers le cercle après une passe** puis de sortir dans un espace libre (côté fort ou faible). On insiste surtout sur l'occupation des espaces (commencer à s'espacer, jouer large).

La **création d'un bon collectif** passe par instaurer de bons signaux sur le terrain. Le porteur est garant du ballon et reste le seul décideur du fait de passer ou non. Les joueurs qui veulent la balle doivent constituer des cibles visibles (appel de balle franc et course de démarquage)...

Ces 2 idées principales peuvent suffire à vos jeunes joueurs pour pratiquer du bon basket: mouvement après passe + choix de passes cohérents. Individuellement, on introduit la notion de jeu dans le couloir «direct» et on demande déjà aux joueurs d'éviter de tourner le dos au panier, recevoir la balle face au cercle et pourquoi pas prendre la position de tir (ou position 3 menaces)...

1.2.2. Principes de jeu en benjamins(es).

On partira du même principe basique observé chez les poussins pour une équipe de benjamins débutants. Pour une équipe de benjamins confirmés, on accentuera la notion de création d'espace (être capable de prendre la balle en accélérant si possible) et de vitesse d'exécution. Objectifs individuels:

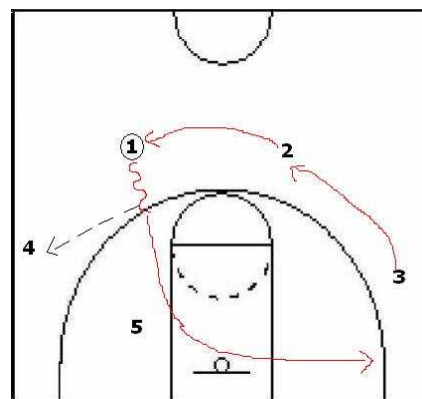
- création d'espace** par rapport au défenseur.

- prise de position de tir si possible à réception** du ballon pour faire monter le défenseur ou fixation rapide par le dribble (prise d'infos avant la prise de balle).

- tir extérieur, dribble agressif de fixation (attirer l'aide défensive) + **lecture de jeu pour tir ou passe**.

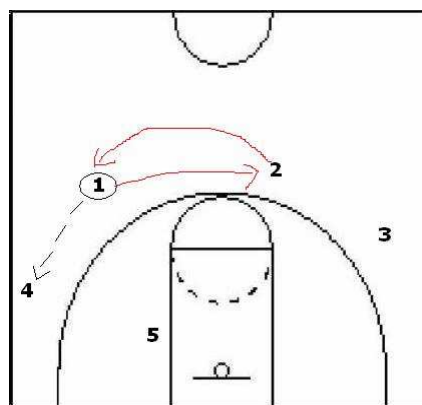
- Prendre la défense à **contre pied** (la défense monte, j'enchaîne le dribble).

Au niveau des principes de jeu collectifs. On part du principe qu'il faut enfermer un minimum de joueurs dans le secteur intérieur donc, évoluer si possible avec 4 joueurs extérieurs. On garde le même **principe de mobilité** des joueurs avec une base simple mise en place: les joueurs situés en tête de raquette qui font la passe provoquent le mouvement, les autres équilibrent (même si rien n'est figé et qu'on peut imaginer des coupes au panier à partir des ailes)... On donne 2 solutions de mouvement au passeur:



solution 1

Solution 1: 1 fixe sur 1 ou 2 dribbles (objectif 1 jouer au panier) attire l'aide défensive et passe à 4. 1 coupe en passe et va puis ressort à l'opposé du ballon. 2 et 3 équilibrent, 4 peut ainsi donner une balle à 2 qui sera en mouvement.



solution 2

Solution 2: 1 passe à 4 (avec dribble de fixe ou non d'ailleurs) puis part opposé prendre la place de 2 qui équilibre...

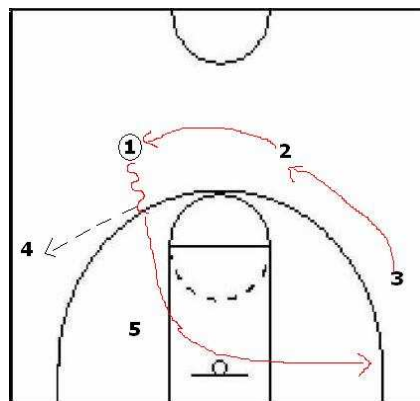
Ce sont 2 situations de départ à mettre en place mais il faut partir du principe que les joueurs ne sont pas des robots et il ne faut donc pas couper les prises d'initiatives (si 4 décide de couper après sa passe). Il est par contre important d'occuper les espaces clés du terrain rationnellement.

En évoluant avec 4 extérieurs, on laisse plus de place au joueur qui jouera plus proche du cercle (n° 5) qui aura alors tout loisir de jouer face au cercle le même rôle que les autres joueurs: attaquer sur 1 premier pas, fixer, tirer, passer...

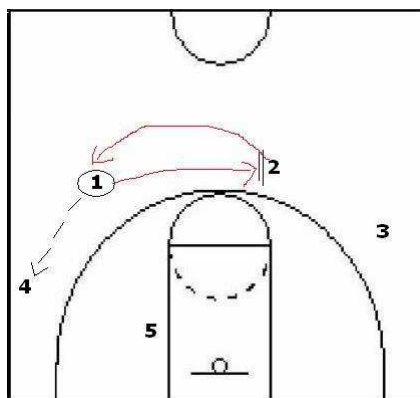
On enchaîne ainsi les situations de fixe-passe tout en prenant bien soin de jouer large, d'occuper tout le $\frac{1}{2}$ terrain dans un souci d'étrier la défense adverse et de libérer des espaces (du coup mettre en difficulté les aides défensives). Si chaque joueur est capable, sur une prise de balle, de tirer, partir en dribble pour tirer ou passer, l'équipe sera forcément plus efficace.

1.2.3. Principes de jeu en minimes.

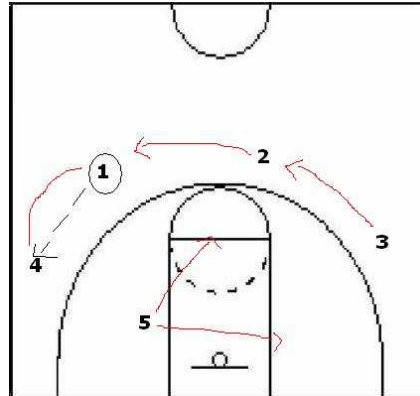
On garde les mêmes principes qu'en benjamins tout en insistant de plus en plus sur la lecture du jeu (prendre les bonnes infos, faire les bons choix de passes)... On donne cependant une troisième solution au passeur situé en tête de raquette tout en sachant qu'on intègre les écrans sur non porteur dans la solution n°2 précédente.



Solution 1, coupe de 1 après sa passe, et ressort côté opposé. Equilibre de 2 et 3.



Solution 2, passe de 1 puis écran au joueur 2 qui équilibre...



Solution 3

Dans cette troisième solution, 1 passe à 4 puis fait un passe et suit pour un main à main ou pick and roll avec 4. 2 et 3 équilibrent et 5 libère l'espace.

Conclusion: proposer un jeu par principe type fixe-passe permettra à nos joueurs d'évoluer dans leurs fondamentaux individuels et de rester dans des principes spontanés en sachant que des principes sont instaurés mais que l'objectif est que les joueurs puissent rapidement enchaîner: prise de balle avec création d'espace par rapport au défenseur, et choix d'action (tir, dribble, passe). Les grands principes du jeu en fixation passe sont:

- mobilité et spontanéité des joueurs.
- espaces dans le jeu et création d'espace.
- jouer avec le défenseur (il ne monte pas, je tire ou position, il monte je le passe pour aller marquer ou attirer l'aide défensive et passer).
- vitesse de choix.
- confiance dans les tirs (je tire pour marquer).
- on laisse priorité au porteur puis on propose des solutions.
- 1 fixation toutes les 2 passes (en moyenne) pour écarter la défense.
- mettre la défense en mouvement par mobilité offensive et jouer les contre-pieds...

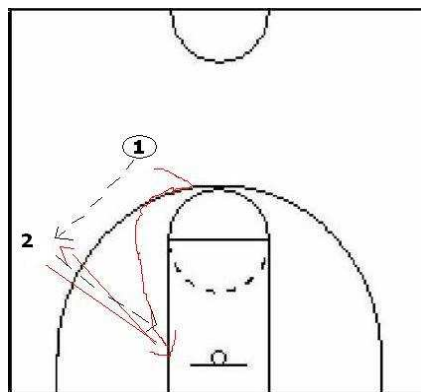
Attention: il est super important de **ne pas enfermer un joueur dans un poste précis** chez les jeunes joueurs. Chaque joueur doit être capable d'évoluer un peu partout sur le terrain et de s'adapter à diverses situations. Eviter autant que possible le jeu dos au panier (**préférez les joueurs qui restent face au cercle**: travail du pivot effacé).

2. Le jeu placé «semi-ouvert».

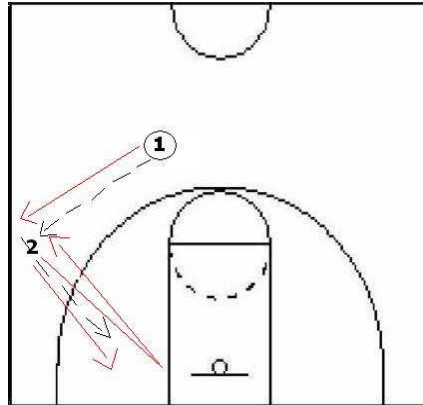
Ce type de jeu consiste à mettre en place des situations de jeu à 2 et à 3 sur $\frac{1}{4}$ de terrain qui constituent la base du collectif. Il est important d'aborder ce type de travail dès benjamins car il fait partie de la culture basket. Sans trop nous attarder dessus, nous allons dénombrer quelques situations de jeu à 2 puis à 3 qui peuvent être travaillées sous forme d'enchaînements lors des entraînements.

Ce ne sont pas des systèmes, mais des bases que les joueurs pourront reconnaître en match et ainsi apporter certaines solutions offensives à un problème posé par une défense.

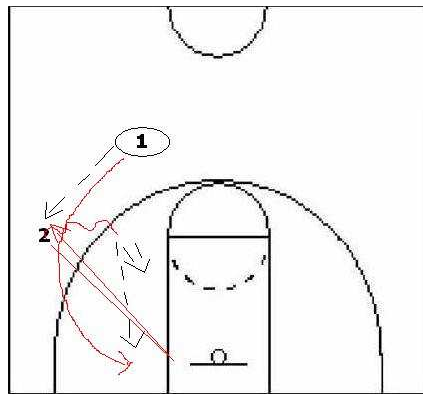
1.2. Situations de jeu à 2.



2 se démarque vers le cercle puis sort à l'ailé en accélérant. 1 passe à 2, aiguille puis enchaîne au cercle. Passe et va classique.



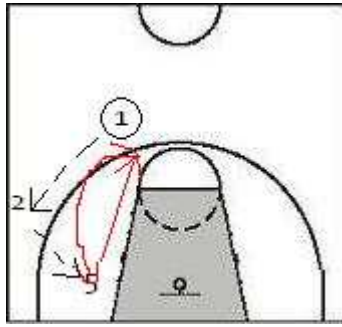
2 se démarque vers le cercle sort à l'aile en accélérant. 1 passe à 2, suit sa passe. 2 fait un main à main puis ouvre vers le cercle. 1 peut tirer, jouer ou passer à 2...



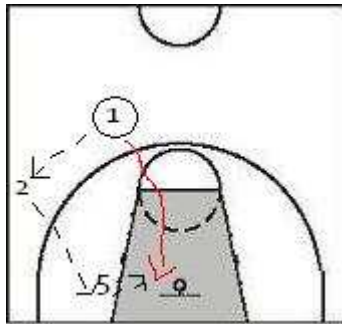
2 se démarque vers le cercle puis sort en accélérant. 1 passe et suit sa balle (sans écran puis avec dès minimes région) passe devant 2 pour se diriger vers le panier. 2 profite de la course de 1 et fixe en dribble vers le milieu du terrain pour tirer ou passer à 1. Autre forme de passe et suit.

1.3. Situations de jeu à 3.

Ces situations se présentent sur des $\frac{1}{4}$ de terrain et l'objectif est que les joueurs reconnaissent ces phases automatisées... Voici quelques exemples de bases de jeu à 3.



1 passe à 2 (après démarquage, non indiqué), 2 peut jouer avec 5 qui prend la position préférentielle. Si 5 n'as pas la balle, il libère l'espace et monte en tête de raquette. 2 peut ainsi jouer le 1c1 ou attendre la coupe de 1 qui viendra prendre l'espace libre... Cette situation est à décomposer (5 peut avoir la balle et tirer, 2 peut jouer 1c1, 1 peut avoir la balle sur la coupe...)



1 passe à 2 (après démarquage), 2 joue avec 5 qui a pris la position préférentielle dos au cercle. 1 coupe au cercle et joue la relation de jeu à 2 avec 5. Idem avec la coupe au cercle de 2 à la place de 1.



1 passe à 2 (après démarquage) puis suit sa balle pour 1 main à main avec 2. Simultanément au main à main, 5 libère l'espace pour la tête de raquette et 2 ouvre au cercle. 1 peut jouer avec 2, tirer ou donner à 5 en tête de raquette.

On peut décliner ces situations de jeu à 2 et à 3 à l'infini, mais si nos joueurs sont capables de maîtriser les situations de fixe-passes simples, on avancera dans leur apprentissage des fondamentaux individuels.

3. Construire une séance pour le travail du jeu en fixe-passe.

Voici quelques petits exercices qui vous permettront de construire assez facilement une séance de travail sur le jeu en fixation passe à n'importe quel niveau. Il conviendra juste d'adapter certains d'entre eux.

-Echauffement tir extérieur :



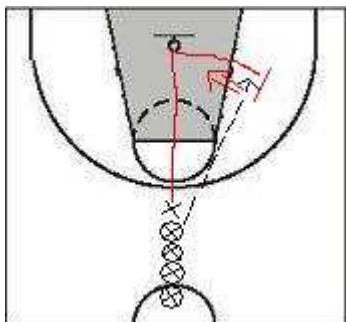
-un défenseur en ligne de fond avec 1 ballon, 1 attaquant sans ballon vers le milieu de terrain. L'attaque accélère et demande sa balle par un appel. Le défenseur fait la passe et monte défendre en veillant à préparer ses appuis défensifs.

-A réception de la balle, l'attaquant s'arrête (arrêt au choix) puis fait son choix : tir ou premier pas agressif en fonction du placement de la défense.

-Objectifs : pour l'attaque, enchaîner le choix juste après l'arrêt. On insiste sur la prise d'appuis et l'attitude à la prise de balle : je reçois la balle, je prends position de tir si possible ensuite je joue avec la défense. Elle monte rapidement, j'engage mon premier pas, elle ne monte pas je tire.

-La phase 1 de cet exercice se fera sans défenseur, on travaillera prise de balle et armer du tir pour 1 joueur à 10 paniers.

-Travail des prises d'attitudes après arrêt sur course contradictoire :



-Joueurs en file indienne derrière les 3 points. 1^{er} joueur sans ballon. Le premier joueur va chercher un démarquage sous le cercle. Il prend l'information sur la situation du ballon puis accélère pour ressortir et se démarquer. Il reçoit une passe d'un de ses partenaires dès qu'il la demande et s'arrête rapidement face au cercle (3 menaces ou position de tir en fonction du placement d'un potentiel défenseur).

-Faire une série de tirs directs (prise d'appuis + tir rapide), une série avec prise d'appuis, 1 dribble de fixe + 1 arrêt + tir.

-Jeu 1c1 avec passeur en continuité, travail des repères du jeu en fixe-passe :



-4 colonnes de joueurs, 2 en tête de raquette avec les ballons, 1 dans chaque aile. Les passeurs sont en tête de raquette, 1 attaquant et 1 défenseur dans chaque aile. Rotations : attaque, défense, passe à l'opposé...

-Travail 1c1 avec passeur avec pour objectifs : prendre des repères sur le jeu en fixe-passes.

-L'attaque se démarque en tentant de trouver une position de tir à réception de balle (création d'espace par changement de rythme). L'attaque à 2 dribbles pour jouer le panier.

-Objectifs : être capable de lire la défense pour y adapter son attitude offensive, prise d'informations :

.je me démarque, je crée de l'espace par rapport au défenseur : je prends la position de tir et je fais mon choix en fonction de l'action de la défense. Elle monte, j'enchaîne mon premier pas. Elle ne monte pas, je tire.

.je me démarque et ne crée pas d'espace par rapport au défenseur : j'enchaîne avec 1 dribble rapide pour me débarrasser de lui et fixer la défense.

-Jeu à 2c2 demi-terrain, automatisation du jeu en fixe-passe :

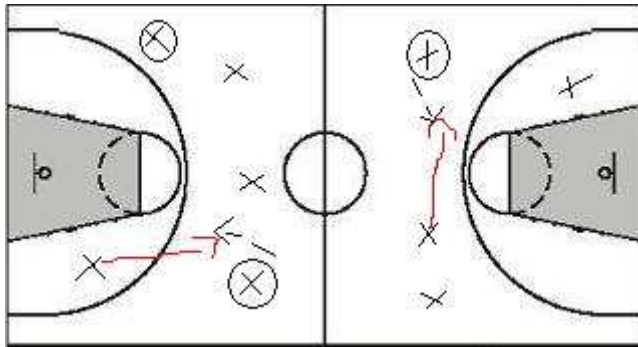


-4 colonnes, 2 colonnes défenseurs en ligne de fond, 2 colonnes attaque dans les corners du milieu de terrain, les ballons peuvent être mis en jeu par la défense (passe à l'attaque qui s'arrête sur les prises de balles), ou par l'attaque qui vient en dribbles.

-A partir des 3 pts, l'attaque dispose d'1 dribble par joueuse et par possession pour marquer face à la défense. On cherche à automatiser les situations de fixe-passes pour trouver un tir simple.

-Objectifs : être capable d'enchaîner un choix rapide par rapport à la défense (tir ou position et dribble de fixe pour le porteur, le bon déplacement pour le non-porteur). Laisser la priorité au porteur du ballon dans un premier temps avant de donner une solution de passe rapide. Enchaîner après sa passe (coupe, pick...). Aggressivité offensive, chercher à aller au cercle.

-Jeu évolutif vers match - automatiser le principe de fixe-passe :



-3 ballons pour 10 joueurs sur le terrain. Les joueurs s'échangent des passes (sans dribble) et doivent s'arrêter à réception de celle-ci (sim ou alt). Les joueurs adoptent une position triple menace ou position de tir (s'ils sont proche du panier) puis enchaînent une bonne passe à un partenaire qui

aura accéléré et demandé la balle (cible). On insiste sur la qualité des arrêts et sur l'attitude des porteurs de balle. Le joueur qui fait la passe doit de suite être disponible pour un autre ballon.

-Idem sauf que les joueurs peuvent enchaîner 1 dribble de départ pour passer...

-On fait 2 équipes et on garde 2 balles. La défense aura 40 secondes pour intercepter un maximum de ballons à l'attaque. L'attaque doit échanger ses balles, donner des solutions rapides en accélérant et travailler sur le pivoter pour protéger la balle du défenseur (possibilité d'un dribble de dégagement)...

-Jeu $\frac{1}{2}$ terrain évolutif vers le jeu en fixe-passe :

.sans dribble, les joueurs doivent trouver une position de tir extérieure zone réservée en tentant de créer de l'espace par rapport à la défense (accélérer sur les démarquages et prise de position rapide face au cercle dès la réception du ballon).

.on demande aux joueurs qui viennent de passer de proposer une solution après la passe (coupe au cercle et sortie à l'opposé de la balle, écran opposé du ballon, passe et suit...) afin d'instaurer le mouvement perpétuel offensif.

.on laisse 1 dribble par joueur et par possession. Idem sauf que le porteur peut, à réception de balle, tirer s'il s'est créé de l'espace ou jouer avec la défense (fixer si elle monte pour attirer l'aide défensive). On insiste sur la notion de lecture de jeu pour le porteur et pour les non-porteurs qui devront sortir des lignes de passe de la défense pour proposer une solution simple. Les passes après fixation se feront (en général) pour un partenaire situé à une certaine distance (3-4 mètres) afin de faire bouger la défense et obliger les adversaires à courir pour reprendre leur joueur.

.on impose le dribble de fixation toutes les 2 passes dans un souci d'étirer la défense avant de la fixer.