

**FORUM MINIBASKET
RHONE METROPOLE DE LYON 2016**

13-02-2016

Villeurbanne

« Le jeu à la Vaudaise »



FORUM MINIBASKET

RHÔNE METROPOLE DE LYON 2016

13-02-2016
Villeurbanne

« Le jeu à la Vaudaise »

Il n'est pas inutile de rappeler que le Vaulx Basket Club est un club de l'Est de Lyon ambitieux et reconnu. Son histoire en fait un des clubs-phares capables de rivaliser avec les autres clubs de France, grâce à sa formation.

Cette formation a longtemps été reconnue tant sur le plan départemental, régional et national, avec le passage de nombreux joueurs et joueuses qui ont trouvé au sein du club et de leurs entraîneurs un véritable tremplin à leur carrière quelle qu'elle soit.

De par son histoire et sa localisation au sein même d'une banlieue lyonnaise, les valeurs du VBC se sont tout naturellement imposées : l'agressivité se devait d'être présente sur le terrain afin de se faire respecter des autres équipes.

Au cours des différentes réunions, des discussions avec des personnes extérieures et certains anciens ; nous avons pris conscience que cette notion d'agressivité dans le jeu disparaissait. Les valeurs de défense dure, à la limite du tolérable, et la vitesse imposée par le jeu rapide n'était plus les marques de fabrique du Vaulx Basket Club.

C'est pourquoi il nous paraît important de revenir à nos bases qui ont longtemps été le fer de lance de notre club et qui en ont fait ce qu'il est aujourd'hui.

Le but de cette demi-journée est avant tout d'échanger sur la façon de faire évoluer nos séances afin de faire progresser nos joueurs sur l'agressivité défensive et la contre-attaque.

L'AGRESSIVITE DEFENSIVE, « COMMENT RECUPERER LA BALLE LE PLUS RAPIDEMENT POSSIBLE ? »

Tout acte défensif s'arrête du moment où l'équipe en défense est en possession du ballon.

Nous partons d'une situation basique de match d'un porteur de balle driblant en direction du cercle, arrêtant son dribble et voulant faire la passe à un coéquipier.

1) Défense sur porteur de balle (PB) en train de dribler, « Contenir, gagner son duel »

U9- U11

Le jeu à tendance à se dérouler sur tout terrain avec de nombreux allers-retours.

L'objectif est d'avoir la volonté d'être toujours face au porteur de balle, en gardant une distance permettant à l'enfant de récupérer la balle en cas de perte de l'adversaire volontaire ou causée.

Dans un deuxième temps, prendre conscience du terrain, s'aider des lignes du terrain de basket pour défendre. Amener le PB dans un endroit du terrain qui va me permettre de lui faire arrêter son dribble rapidement, ou le mettre en situation de perdre la balle ou de lui voler.

U13- U15

Le jeu sous forme d'allers-retours est encore important, mais le jeu « posé » sur demi-terrain représente une majorité du match.

Volonté de ne pas se faire passer, faire arrêter le dribble le plus tôt possible en augmentant la pression défensive, en se montrant, en étant actif. Obliger le joueur à tourner le dos au jeu.

U17- U18- U20- Séniors

Jeu essentiellement placé sur demi-terrain.

Orientation ligne de fond, interdire l'axe, fermer tout accès dans la raquette, amener le joueur le plus loin possible du cercle.

2) Défense sur PB ayant arrêté son dribble, « mettre un maximum de pression »

U9- U11

Monter à la balle, obliger le joueur à tourner le dos au jeu.

U13- U15

Mettre la pression en suivant le ballon (action des bras) pour gêner un maximum la passe.

U17- U18- U20- Séniors

Pression sur le porteur de balle, choix stratégique en fonction du côté fort et côté faible. Cadrer les appuis en fonction d'où doit aller ou ne pas aller la balle.

3) Défense sur NPB à une ligne de passe, « intercepter la balle »

U9- U11

Insister sur le positionnement, la vision de la balle par rapport au joueur. Position intermédiaire en flottement entre les deux joueurs avec la volonté de surgir pour prendre la balle en allant chercher en direction du receveur de la passe. Interdiction au back-door le joueur doit passer devant.

U13- U15

Position plus proche du joueur NPB, contestation de la passe. Gagner son duel, donner les informations techniques pour bien se placer et être efficace (main, sur la ligne de passe, vision, appuis, ...)

U17- U18- U20- Séniors

En contestation du déplacement du joueur NPB, collaboration collective en fonction de la stratégie choisie et des aides mises en place. Choix ouvert à la balle/ouvert au joueur/position intermédiaire

Chez les filles, mais aussi chez de nombreux garçons, la génération actuelle beaucoup plus « faindante » qu'auparavant ; le principal problème est donner le goût à l'effort, de faire aimer la défense.

Pour cela on interviendra plus sur le côté ludique, technique (qui marche beaucoup chez les filles), mais aussi sur la sanction, la récompense.

LA CONTRE-ATTAQUE : « COMMENT MARQUER LE PLUS RAPIDEMENT ? »

Toute contre-attaque débute du moment où l'équipe qui défendait est en possession du ballon, et s'anticipe au moment du gain de celui-ci.

L'apprentissage du jeu rapide et de la contre-attaque au cours du cursus du joueur est, pour nous, basé sur l'efficacité de poser une difficulté à l'adversaire en occupant des espaces appropriés afin de faire évoluer la balle vers la cible. C'est pourquoi la notion de couloirs de contre-attaque nous semble être une étape importante dans la formation du joueur ou de la joueuse.

U9- U11 (2c0, 1c0, 2c1)

Aucun rôle, aucun poste imposé aux joueurs.

2 couloirs (terrain coupé en deux dans sa longueur) :

- Le couloir d'aide, dans lequel le joueur monte le ballon en dribble ou en faisant une passe à son coéquipier situé seul devant lui. Du côté ballon, jeu en passe et va.
- Le couloir de démarquage, à l'opposé, dans lequel le joueur doit se démarquer en profondeur, en back door, pour jouer dans le dos de la défense en changeant de rythme, en accélérant.

U13- U15 (2c0, 2c1, 3c2)

Pas de poste imposé dès le gain de la balle, mais des rôles en fonction de certaines situations.

Utilisation du dribble en priorité car problème de force dans la transmission de la balle, mais ceci doit être un axe fort de travail. (Base-ball passe, passe sur le dribble, ...)

3 couloirs :

- le couloir du « monteur de balle » axe (prolongement des 3 cercles)
- les couloirs des « coureurs » (les deux côtés) qui doivent donner une solution au porteur de balle pour faire avancer la balle en direction de la cible rapidement et en contrant la défense adverse.

U17- U18- U20- Séniors (3c2, 4c3, 5c4, 5c5)

Responsabilités en fonction des postes de jeu, organisation.

5 couloirs (axe, couloirs intermédiaires, couloirs le long des lignes de touches), dans lesquels doivent s'organiser le PB, les 2 coureurs, les 2 traillers.

Le but étant de créer un surnombre par rapport à la défense, et de se servir de la transition entre le repli défensif et le placement des défenseurs pour trouver la meilleure solution pour marquer.

Libre à chacun d'utiliser les couloirs qu'il souhaite pour chaque joueur en fonction de sa stratégie collective.

L'acte de transiter qui représente le passage de défense à attaque ou d'attaque à défense reste un acte prioritaire de travail dans toutes les catégories, car plus ce temps de passage se fera rapidement plus l'ascendant sur l'équipe adverse sera importante.

Chez les jeunes joueurs, ce sera le travail sur le temps de réaction, la vitesse de compréhension, les signes sur lesquels s'appuyer.

Chez les joueurs plus confirmés, ceci se perfectionnera au niveau des répétitions de situations, dans l'efficacité des gestes et attitudes sur un plan technique et tactique.