

LA CONTRE ATTAQUE

Christophe EVANO (ATD 35)

« En France, nous avons sans doute perdu la culture de la passe, et les ailiers n'ont pas sprinté. »

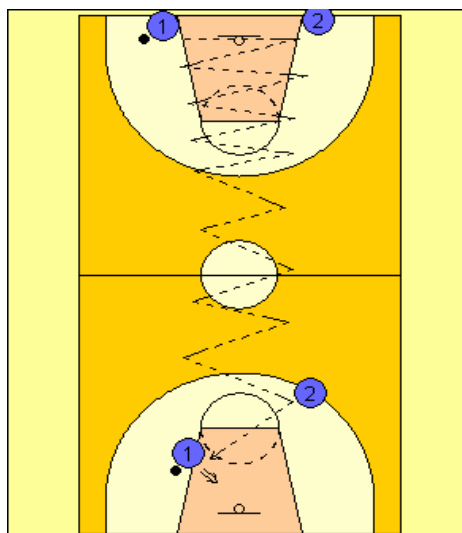
Analyse de **Claude Bergeaud** sur la difficulté pour l'Equipe de France à jouer la contre attaque lors des championnats du monde Masculins.

Définition : C'est le moyen le plus **facile** et le plus **rapide** pour marquer un panier, c'est aussi ne pas donner l'occasion à la défense de se replacer en attaquant rapidement. De plus, pour les catégories de jeunes, la vitesse est la qualité athlétique prédominante.

Principes : développer un « esprit », celui d'avoir envie de jouer vite en respectant certains principes :

- ↳ TOUT LE MONDE court,
- ↳ amener le plus VITE possible le ballon VERS L'AVANT (le chemin le plus court c'est tout droit),
- ↳ PASSER (passes tendues) plutôt que dribbler (une passe va plus vite qu'un dribble),
- ↳ respecter une distance de passe de 3-4 mètres entre les joueurs (c'est la bonne distance pour éviter les pertes de balle),
- ↳ capter le ballon à 2 MAINS
- ↳ COURIR après ma passe
- ↳ AGRESSIVITE en fin de CA pour le porteur de balle (déborder son joueur) et pour le non-porteur (offrir une ligne de passe en passant devant son DEF),
- ↳ finir par un tir proche du panier car on recherche le surnombre (3c2, 2c1..).

SITUATIONS



Situation 1 - 2c0 sans dribbles

Déroulement :

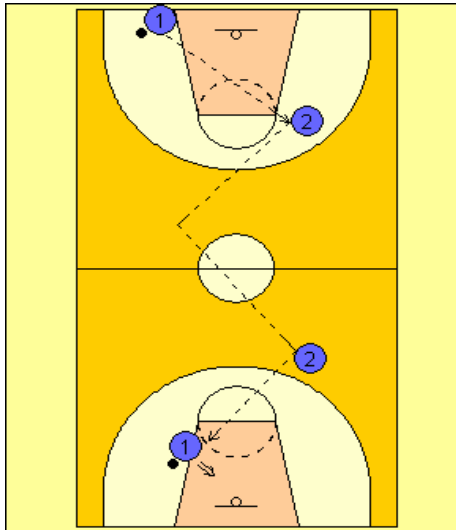
Traverser le terrain en passes uniquement et terminer par un tir en course.

Consignes :

- capter le ballon à 2 mains
- distance de passe (repères : largeur des cercles)

Constat :

Multiplication de passes latérales et non vers l'avant.



Situation 2 - 2c0 sans dribbles

Déroulement :

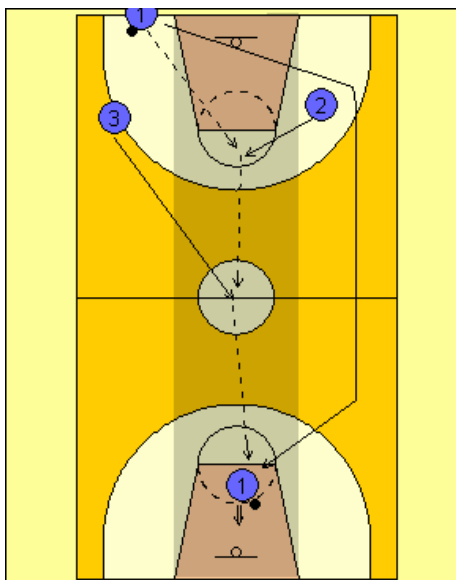
Idem que l'exercice précédent.

Consignes :

- capter le ballon à 2 mains
- distance de passe (repères : largeur des cercles)
- sprinter après ma passe
- dernière passe au niveau des 3 points

Constat :

On doit pouvoir traverser le terrain en 3-4 passes maximum.



Situation 3 - 3c0 sans dribbles

Déroulement :

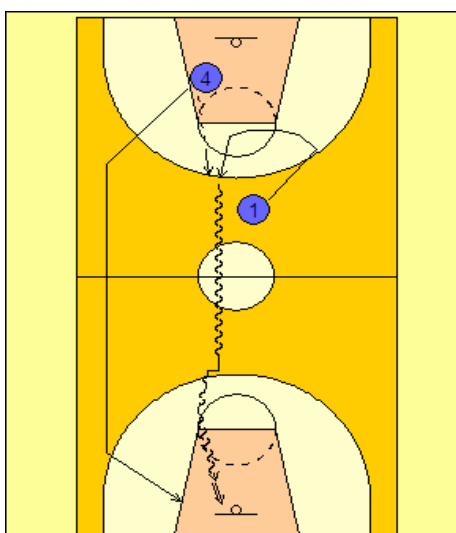
1 fait une remise en jeu. Les 2 autres joueurs se placent de façon à ce que le porteur de balle ait toujours une solution de passe à droite et à gauche.

Consignes :

- capter le ballon à 2 mains
- recevoir dans le couloir de jeu direct
- attention aux marchers
- sprinter après ma passe
- dernière passe au niveau des 3 points

Constat :

On doit pouvoir traverser le terrain en 3-4 passes maximum.



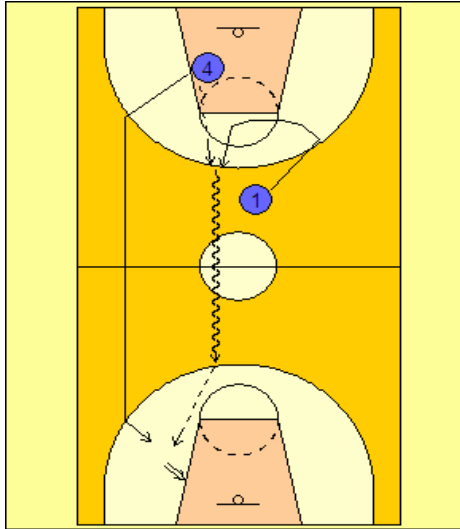
Situation 4 - Organiser la sortie de balle à 2c0

Déroulement :

4 fait une claquette, 1 est à 3-4 mètres du rebondeur (derrière la ligne à 3 pts). Dès que 4 prend le rebond, 1 se démarque à l'opposé pour revenir chercher le ballon. 1 dribble et termine par un tir en course.

Consignes :

- capter le ballon à 2 mains
- recevoir dans le couloir de jeu direct
- recevoir en mouvement
- regard porté vers le panier opposé pour passer directement à un joueur libre ou voir si un DEF joue le passage en force.
- départ en dribble en engageant pied et main extérieures (ici pied gauche-main gauche)



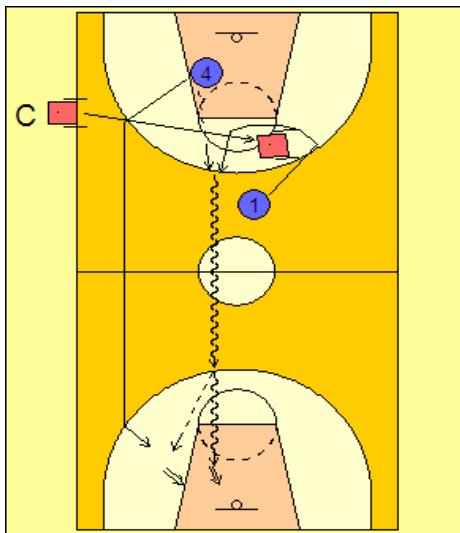
Situation 5 – Organiser la sortie de balle à 2c0

Déroulement :

Idem que l'exercice précédent mais 1 passe à 4 qui termine par un tir en course sans dribbles.

Consignes :

- Idem que l'exercice précédent
- dernière passe au niveau des 3 points
- attention à l'angle du tir pour 4 (couper au panier à 45°)



Situation 6 – Organiser la sortie de balle à 2c1

Déroulement :

Idem que l'exercice précédent mais si le coach pousse le joueur, celui va contester la passe de 4 sur 1.

Consignes :

- 1 doit passer devant le DEF

Constat :

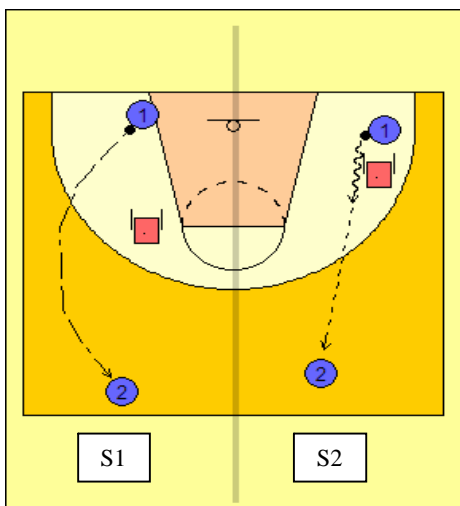
Le DEF anticipe car il sait que la consigne pour l'ATT est de passer devant en priorité :

⇒ si DEF à plat = je passe devant

⇒ si DEF conteste ma venue au ballon = contacter le DEF, l'amener vers le ballon pour ensuite partir vers l'avant (passe lobée de 4)

⇒ si DEF recule = contacter puis m'écarter sur le côté.

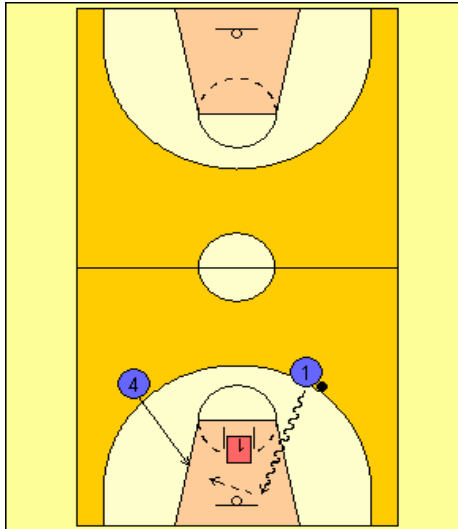
Quand faire la passe



Même si l'objectif est d'aller vite vers l'avant et plutôt en passes, le dribble peut être utilisé dans certains cas :

- si le DEF est entre moi et mon attaquant (S1), je peux faire la passe dans de bonnes conditions donc pas de dribbles.

- si le DEF est en pression sur le porteur de balle (S2), il est difficile de faire une bonne passe dans le bon rythme ⇒ je dois dribbler pour **passer** le DEF (agressivité) et ainsi me libérer de la pression pour ensuite faire la passe.



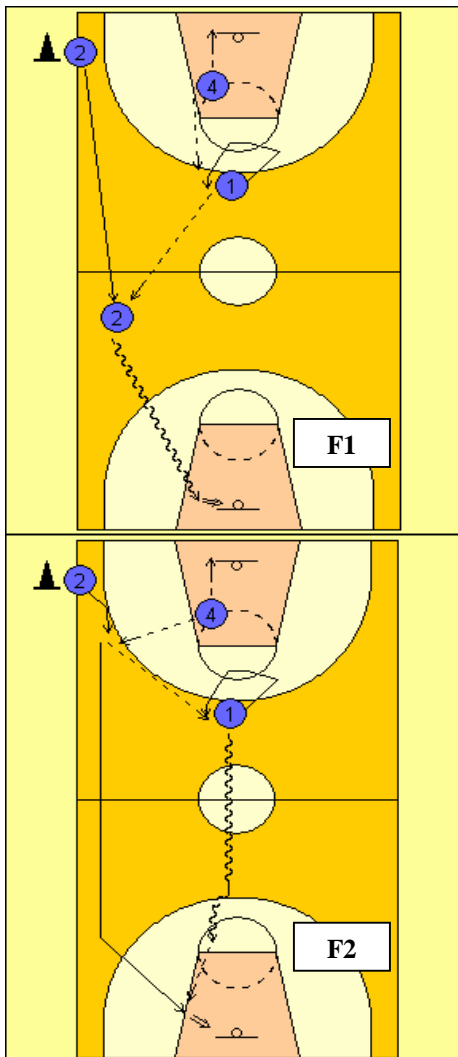
Situation 7 - Gestion du 2c1

Constat :

Beaucoup de passes sans fixation préalable, ou de passes dans la raquette = balle perdue dans 90% des cas.

Consignes :

- Le porteur de balle qui franchit la ligne à 3 points en dribble doit aller au panier avec l'envie de tirer (agressivité dans l'attaque du cercle et dans le regard vers le cercle).
- La seule passe autorisée est lorsque le DEF va au contre (il n'est donc plus en appui au sol). Il faudra développer l'aisance gestuelle en l'air (être capable d'aller au tir et au dernier moment de passer la balle dans mon saut et sous les épaules du DEF ou derrière le DEF).



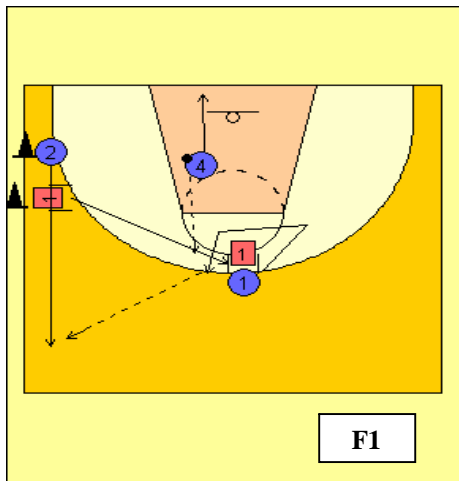
Situation 8 - Organiser la sortie de balle à 3c0

Déroulement :

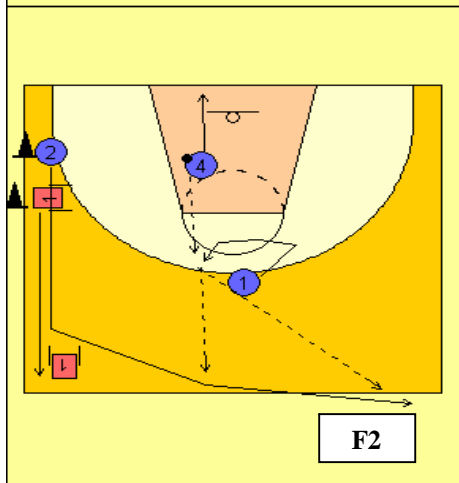
4 fait une claquette et sort la balle sur 1 (FIG 1) ou sur 2 (FIG 2). On termine par un tir de 1 ou de 2

Consignes :

- 1 et 2 doivent capter le ballon à **2 mains**, en **mouvement** et en engageant **pied et main extérieures** sur le 1^{er} dribble. Si la passe de 4 vers 1 est coupée, on peut utiliser le relais de passe offert par 2 (FIG 2) qui cherchera à passer à 1 dans le couloir du milieu le plus vite possible. Après sa passe, 2 restera large dans son couloir et coupera vers le panier à 45°.



F1



F2

Situation 9 – Organiser la sortie de balle à 3c1

Déroulement :

Idem que l'exercice précédent, mais le DEF choisit de défendre sur 1 (gêner la sortie de balle), ou sur 2.

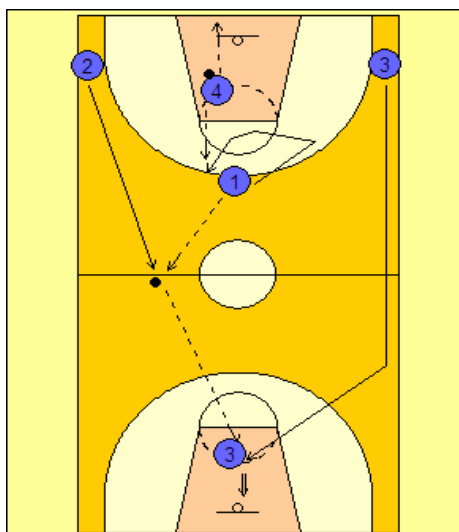
Constats :

- 2 court loin devant alors qu'il doit proposer côté ballon une ligne de passe à 4 mètres maximum,
- quand 1 a la balle, 2 continue sa course dans le couloir en reste derrière le DEF = pas de passes possibles et risques d'interceptions.

Consignes :

Chercher en priorité à passer devant le DEF.

- **Si DEF sur 1 :** passe de 4 sur 1 car il est devant, et 1 recherchera à passer son DEF sur 2 dans de bonnes conditions (si pression sur le porteur, impossible de faire une bonne passe donc utilisation du dribble de dégagement).
- **Si DEF sur 2 :** sortie de balle sur de 4 sur 1, 2 recherche à passer devant son DEF et à offrir une ligne de passe dans le couloir de jeu direct. S'il n'a pas reçu le ballon, il continue sa course (pour attirer son DEF), et libère ainsi un espace pour de 1c0 pour 1 = 2c1.



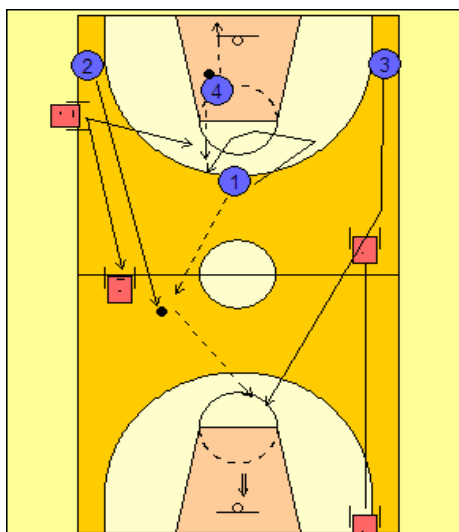
Situation 10 – Organiser la sortie de balle à 4c0

Déroulement :

On rajoute un 2^{ème} joueur extérieur

Consignes :

Sortie de balle de 4 sur 2 ou 1, l'ailier côté ballon reste en soutien de passe (3-4 mètres), l'autre ailier sprint devant et offre une passe devant en coupant dans le couloir de jeu direct.



Situation 11 – Organiser la sortie de balle à 4c2

Déroulement :

On rajoute 2 DEF. Celui en ligne de fond doit mettre un pied dans le terrain adverse et DEF, l'autre choisi de DEF sur la sortie de balle ou sur l'ailier.

Consignes :

- Recevoir la balle en mouvement
- Passer devant le DEF
- Attraper le ballon à 2 mains
- agressivité balle en main