

COLLECTIF OFFENSIF · ARTICLE

L'ATTAQUE PLACÉE DANS LES CATÉGORIES JEUNES

PAR ERIC DESNOUX



SOMMAIRE

A - INTRODUCTION : CLASSIFICATION DES ATTAQUES PLACÉES

- Le jeu à base de principes
- Les systèmes de jeu
- Le jeu semi-ouvert

B - NOTRE CHOIX D'ATTAQUE PLACÉE : LE JEU EN FIXATION-PASSE

- Les principes et éléments techniques « clés » du jeu en fixation-passe
- Et si le porteur de balle n'enchaîne pas d'action à réception du ballon ?
- Les principales situations de jeu rencontrées
- Les limitations du jeu en fixation-passe et ses possibilités d'utilisation
- Une forme de jeu qui devient une véritable plaidoirie pour le tir.....
- L'étape suivante : apprendre progressivement à sélectionner ses tirs
- Quelques exemples d'exercices et de situations de jeu que nous utilisons régulièrement
- Utilisation des formes de jeu en surnombre offensif dans l'apprentissage de la notion de fixation
- Formes de jeu favorisant le développement de la lecture de jeu et l'apprentissage de la sélection des tirs
- Exercices favorisant le développement de la visée (« l'accroche visuelle ») dans les tirs
- Exercices de tirs extraits de situations réelles de jeu
- Conclusion

Cet article est le fruit d'une réflexion basée sur un retour d'expérience de quatre saisons passées au B.C. Maurepas (78) à la tête de la même équipe, de benjamines 1ère année à minimes filles 2ème année. Ce fut une belle aventure humaine et sportive qui, bien qu'en démarrant avec un groupe de joueuses à peine débrouillées, nous a conduit à évoluer les deux dernières saisons en Championnat de France Minimes Filles (groupe B puis groupe A). Nous nous sommes efforcés de retracer la démarche et la logique d'apprentissage suivies pour construire petit à petit notre projet offensif, en particulier au niveau du choix et de la mise en place d'une attaque placée. C'est ce que nous vous présentons ci-dessous.

A – INTRODUCTION : CLASSIFICATION DES ATTAQUES PLACÉES

Il existe de nombreuses formes d'attaques placées. Afin de pouvoir plus facilement les répertorier, nous les avons classées en trois grandes familles.

◆ Le jeu à base de principes

Ces attaques sont basées sur des principes de jeu communs à toute l'équipe, qui définissent des règles simples de circulation du ballon et des joueuses, et qui seront parfois spécifiques aux postes de jeu. Les formes de jeu du type « motion », « passing game » ou encore le « jeu en fixation-passe » font parties de cette famille. Ces formes d'attaques que l'on peut qualifier d'ouvertes laissent beaucoup de libertés aux joueuses qui devront faire constamment appel à la lecture de jeu pour réaliser les bons choix dans les actions à réaliser. De ce fait, les choix des tirs ne sont pas prévisibles et cela générera dans le jeu, au départ, beaucoup de déchets et de balles perdues. La rentabilité en compétition ne pourra donc être atteinte qu'à moyen / long terme, et ceci en fonction du savoir-faire technique initial des joueuses. En choisissant une forme d'attaque basée sur des principes, on donne clairement la priorité à la formation et au développement personnel de la joueuse.

Exemple d'attaque à base de principes : le « passer-couper-équilibrer » (Figures 1 à 4)

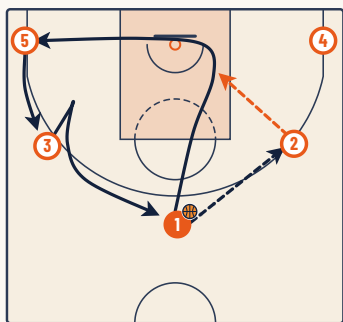


Figure 1 – 1 passe à 2, coupe puis ressort dans le coin opposé ; 3 et 5 équilibrent.

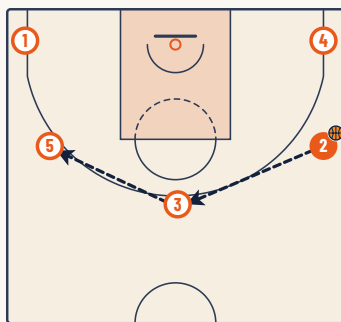


Figure 2 – Transfert à l'opposé 2 passe à 3

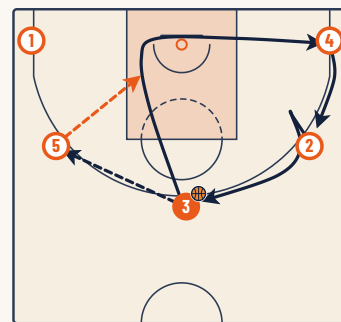


Figure 3 – 3 passe à 5, coupe puis ressort dans le coin opposé ; 2 et 4 équilibrent.

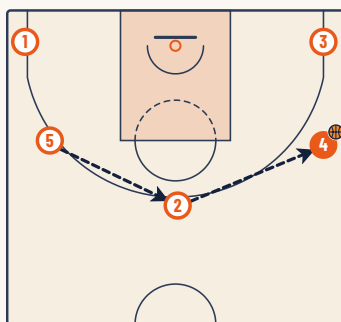


Figure 4 – Transfert à l'opposé 5 passe à 2 qui passe à 4

◆ Les systèmes de jeu

Ces attaques comportent une structure de départ à partir de laquelle les déplacements des joueuses et du ballon seront programmés avec peu ou pas d'alternatives possibles. Les systèmes de jeu visent à jouer des options clairement

prioritaires, à emmener le ballon à un endroit précis, à un moment précis, pour un duel précis.

Ces formes d'attaques laissent peu de liberté et de créativité aux joueuses. Les choix de tirs sont prévisibles car ils s'inscrivent dans un schéma tactique précis, comportant généralement un certain nombre d'écrans. Les systèmes de jeu sont utilisés quand on donne clairement la priorité à la compétition avec comme objectif une rentabilité à court terme. Pour une équipe ne possédant pas un solide bagage technique et une connaissance du jeu suffisante, ces formes offensives ont tendance à stéréotyper les joueuses, qui s'enferment bien malgré elles dans la récitation pure et dure des actions à réaliser. Pour rester performant dans le temps, un système de jeu devra lui aussi se jouer en « lecture » car la défense finira par s'adapter et anticipera les mouvements offensifs, rendant parfois l'attaque totalement inopérante.

Exemple d'un système de jeu : attaque de zone en continuité (source : Pierre Vincent) (Figures 5 à 9)

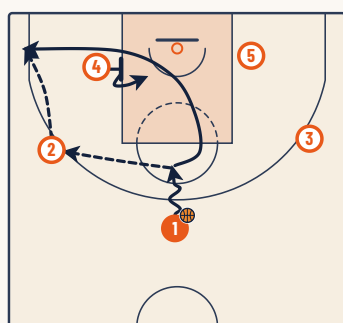


Figure 5 – 1 passe à 2, coupe puis ressort dans le coin en bénéficiant d'un écran de 4 (surnombre offensif, jeu en triangle); 2 passe à 1

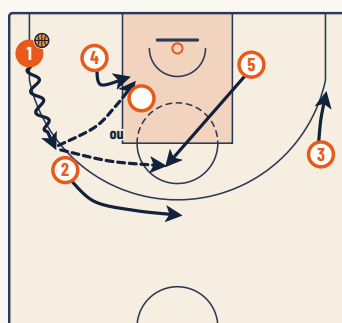


Figure 6 – 1 chasse 2 en remontant en dribble dans l'aile (2 se replace dans l'axe central); 5 monte au poste haut. 1 peut passer à 4 ou à 5.

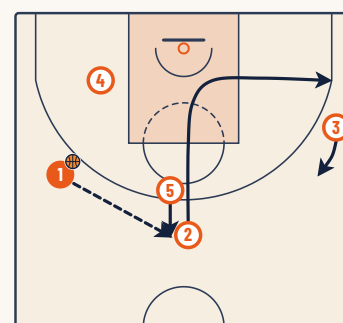


Figure 7 – 2 coupe alors vers le panier et ressort dans le coin opposé au ballon; 5 sort pour servir de relais dans le transfert de balle de 1 vers 3. 1 passe à 5

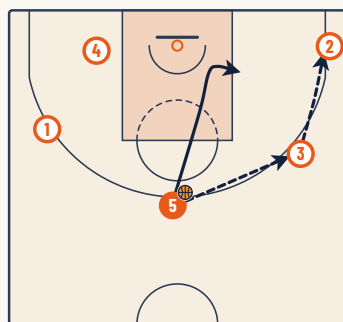


Figure 8 – Après sa passe, 5 coupe vers le panier puis prend la position préférentielle; 3 passe ensuite à 2 et on se retrouve à nouveau en situation de surnombre offensif (figure 6).

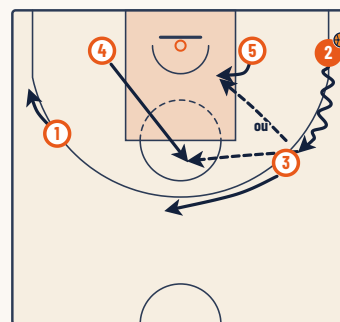


Figure 9 – Et on continue le système (continuité), etc....

◆ Le jeu semi-ouvert

Se situant à mi-chemin entre le jeu à base de principes et les systèmes de jeu, le jeu semi-ouvert comporte une structure de départ imposée à partir de laquelle les joueuses doivent réaliser des choix dans les actions possibles à réaliser. Les différentes alternatives possibles, qui seront prédéfinies à l'avance, seront donc parfaitement connues des joueuses qui devront identifier la meilleure option de jeu en fonction des réactions défensives. Cette forme de jeu fait donc d'avantage appel à la lecture de jeu que dans le cas des systèmes de jeu et laisse plus de libertés aux joueuses. Elle est également avantageuse d'un point de vue de la formation, car elle s'appuie généralement sur les principes du jeu à 2 et du jeu à 3. Elle n'est cependant pas incompatible avec la notion de jeu en première intention.

Exemples de situations de jeu « semi-ouvertes » (Figures 10 à 12)

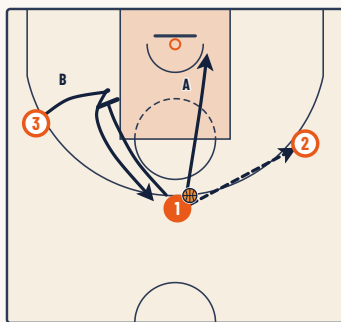


Figure 10 – 1 passe à 2 et dispose de 2 options :
A – couper au panier après sa passe
B – porter un écran à 3 à l'opposé

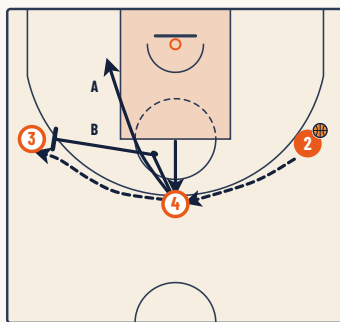


Figure 11 – 4 se démarque au delà de la ligne des 3 points ; 2 passe à 4 ; si 4 ne joue pas le 1 contre 1, 4 passe à 3 et dispose alors de 2 options :
A – couper vers le panier, puis prendre la position préférentielle au poste médian
B – Jouer en pick en roll avec 3

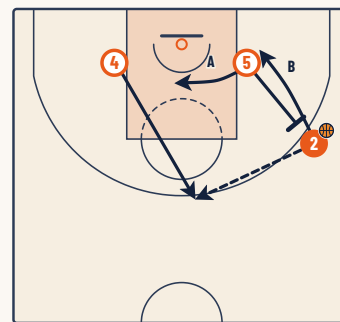


Figure 12 – 4 coupe et sort au delà de la ligne des 3 points ; 2 passe à 4 ; 5 dispose alors de 2 options :
A – « flasher » au cœur de la zone réservée pour rechercher la relation de passe 4-5
B – porter un écran dans le dos du défenseur de 2 qui jouera en backdoor

LES GRANDS TYPES D'ATTAQUE PLACÉE

Jeu à base de principes

- « Fixer-passer »
- « Passer-couper »
- Motions
- Passing Game

Jeu Semi-ouvert

- Structure de départ imposée avec des évolutions / alternatives connues des joueurs

Systèmes de jeu

- Structure de départ avec déplacements programmés et peu ou pas d'alternatives possibles

LIBERTÉ

- Beaucoup de libertés
- Fait appel à des règles / principes
- Choix des tirs non prévisibles
- Fait appel constamment à lecture de jeu
- Fait appel à la créativité
- Favorise la prise d'initiatives
- Priorité à la formation
- Rentabilité à long terme
- Durée de vie longue
- Difficile à coacher en compétition

CONTRÔLE

- Peu de libertés
- Fait appel à un schéma tactique
- Choix des tirs prévisibles
- Fait peu appel à la lecture de jeu
- Fait peu appel à la créativité
- Limite la prise d'initiatives
- Priorité à la compétition
- Rentabilité à court terme
- Durée de vie courte
- Facile à coacher en compétition

B – NOTRE CHOIX D'ATTAQUE PLACÉE : LE JEU EN FIXATION-PASSE

Voici la question que nous nous sommes posée : Quelle forme d'attaque placée peut on mettre en place avec un groupe de benjamines ou de minimes filles, dont les savoir-faire techniques et tactiques sont encore assez limités ?

Si l'on se réfère à la classification décrite ci-dessus, pour des raisons évidentes, notre choix s'est naturellement porté sur une forme de jeu à base de principes car nos priorités étaient avant tout la formation de la joueuse et l'apprentissage du

jeu en lecture. Comme beaucoup d'entraîneurs, nous aurions pu, dans cette catégorie d'âge, adopter une forme de jeu du type « passer-couper-équilibrer » en nous basant sur des actions de démarquages successifs des non porteurs de balle (Figures 13 à 16). Cette forme de jeu possède d'indéniables atouts, comme la possibilité de recevoir des ballons à proximité du panier pour des tirs à priori plus faciles ou encore, sur le plan de la formation, l'apprentissage du jeu sans ballon (démarquages, mouvements coordonnés des non porteurs de balle, etc.). Cependant, à notre humble avis, les formes de jeu du type « passer-couper-équilibrer » ont également un inconvénient : celui de « limiter » les actions offensives du porteur de balle, qui a souvent tendance, bien malgré elle, à se contenter d'un simple rôle de passeuse dans le jeu.

La plus répandue des formes de jeu à base de principes : « passer-couper-équilibrer »

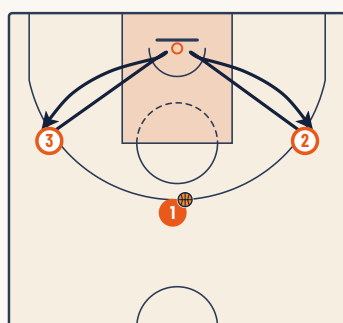


Figure 13 – Démarquage des ailiers

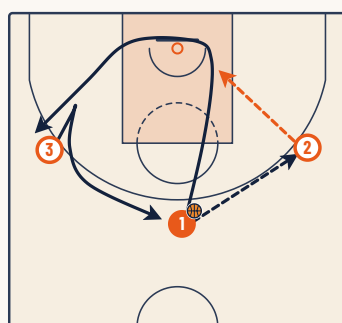


Figure 14 – Passer-couper-équilibrer

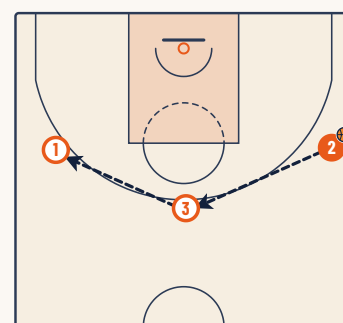


Figure 15 – Transfert à l'opposé

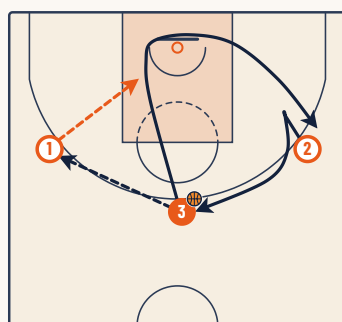


Figure 16 – Passer-couper-équilibrer

Sachant que nous souhaitons donner à nos joueuses une totale liberté de tirer et les inciter à le faire, nous avons plutôt cherché à construire une forme de jeu simple, pouvant servir de support à l'expression du tir. Nous nous sommes donc plutôt orientés vers une forme de jeu en « **fixation-passe** », tout simplement parce que selon nous, elle privilégie d'avantage le jeu en « première » intention dès réception du ballon et les actions de 1 contre 1 du porteur de balle. De plus, elle permet de développer l'agressivité offensive ainsi que la prise de responsabilités dans les tirs ouverts, ce qui, au premier abord, n'est pas une chose forcément innée chez les jeunes, en particulier chez les filles.

Exemples de situation de jeu en fixation passe (Figures 17 à 19)

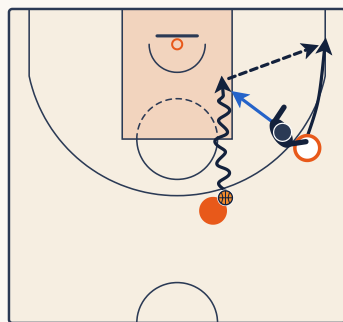


Figure 17 – Relation arrière - ailière

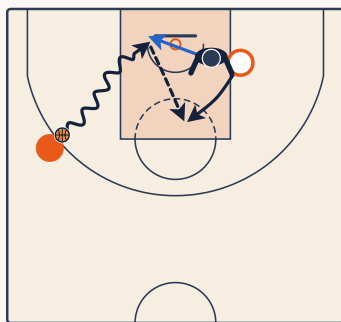


Figure 18 – Relation ailière - intérieure

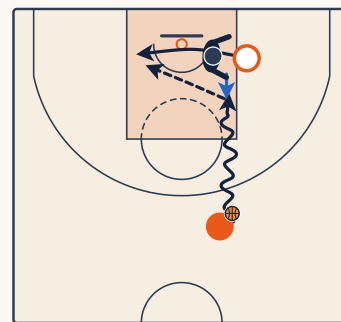


Figure 19 – Relation arrière - intérieure

Il ne se s'agit pas de tomber dans le faux débat de savoir laquelle de ces deux formes de jeu il est préférable d'utiliser. Plus qu'une question de choix, c'est avant tout une question de priorités et d'orientations à définir dans le jeu, et qui varient suivant les entraîneurs. Ces deux principes d'attaque placée sont même en définitif assez complémentaires : le jeu en « fixation-passe » privilégie les actions des porteurs de balle alors que le jeu en « passer-couper » privilégie d'avantage les actions des non porteurs de balle. Ces deux formes de jeu n'étant pas antagonistes, il est donc parfaitement envisageable de les alterner ou de les associer dans le jeu.

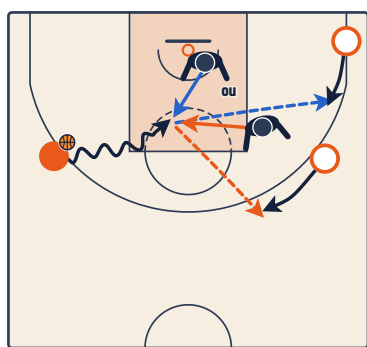
◆ Les principes et éléments techniques « clés » du jeu en fixation-passe

Dans notre principe de jeu en fixation-passe, nous privilégierons **l'agressivité offensive du porteur de balle** ainsi que la **continuité et l'enchaînement des actions de jeu**.

La joueuse en possession du ballon aura toute liberté pour jouer le 1 contre 1 dans le couloir de jeu direct et se créer son propre tir ou jouer en fixation-passe. A chaque réception du ballon, le porteur de balle aura le choix entre tirer, attaquer en dribble dès réception du ballon (ou encore réaliser une feinte de tir puis attaquer en dribble) ou tout simplement passer.

Il sera donc nécessaire d'apprendre aux joueuses à recevoir le ballon et à enchaîner une action sans marquer de temps d'arrêt. L'idée est de conserver et d'accentuer les décalages et les retards défensifs de façon à pouvoir trouver une solution de tir ouvert à proximité ou à longue distance du panier.

Si elle ne peut pas tirer, la joueuse en possession du ballon cherchera à déborder son adversaire de façon à déclencher une aide défensive (on attire un défenseur), puis si elle se trouve dans l'impossibilité de tirer (on a « fixé » un défenseur), passera de préférence le ballon à la joueuse libérée par l'aide défensive qui s'efforcera d'ouvrir une ligne de passe adéquate (Figure 20). A chaque situation de jeu rencontrée, Il existera donc des mouvements et des déplacements coordonnés entre le porteur de balle et des partenaires non porteurs de balle (une ou deux partenaires en général).



Le porteur de balle cherchera en priorité à réaliser une passe à la joueuse libérée par l'intervention d'une aide défensive.

La priorité du porteur de balle doit être d'aller marquer le panier et non pas fixer pour faire une passe. Il faut « fixer avant de passer » et non pas « passer avant de fixer ». La passe ne vient qu'en 2^{ème} intention si le tir s'avère impossible ou trop difficile à réaliser. Au départ, nos joueuses avaient tendance à fixer-passer de façon mécanique ; elles ne tenaient pas compte des déplacements défensifs et ne choisissaient pas mais reproduisaient des actions facilement prévisibles par la défense adverse en oubliant que leur priorité devait être avant tout de tirer.

Dans le jeu en fixation-passe, les pertes de balles sont souvent dues à des passes réalisées au mauvais endroit au mauvais moment car les partenaires restent souvent spectatrices de l'action alors qu'elles devraient systématiquement se préparer à recevoir le ballon en se déplaçant pour optimiser les angles de passe (on parle aussi de fenêtre de passe).

Dans ce principe de jeu, le jeu sans ballon se traduit donc principalement par l'ouverture des lignes de passes, qui oblige le défenseur en aide à faire un choix : suivre sa joueuse ou intervenir en aide sur le porteur de balle. **Le jeu sans ballon caractérise souvent les meilleures équipes et notamment les plus adroites, car c'est lui qui permet de mettre les joueuses dans les meilleures conditions possibles pour tirer.** On insistera donc sur la qualité des passes, qui seront réalisées à 2 mains, le ballon protégé par le corps avec de préférence les 2 appuis au sol (notamment chez les jeunes).

En définitif, pour parvenir à bien jouer ensemble, les joueuses devront non seulement apprendre à synchroniser leurs actions les unes par rapport aux autres (timing – notion de temps) mais également organiser leurs placements et leurs déplacements sur le terrain (spacing – notion d'espace), afin de favoriser les relations de passes avec le porteur de balle. Spacing et Timing restent donc une fois de plus les deux principaux éléments clés d'une attaque placée performante.

D'un point de vue **technique**, nous avons dû développer chez nos joueuses des aptitudes du type : **attraper-tirer** et **attraper-partir en dribble**.

Attraper-tirer

Ce type d'enchaînement peut se réaliser de 2 façons différentes suivant la nature du tir. S'il s'agit d'un tir de pied ferme (généralement les tirs longue distance en basket féminin), la joueuse aura les pieds au sol au moment de la réception du ballon. Elle attrapera le ballon en étant fléchie et s'orientera vers le panier, de préférence en « engager » car c'est l'action de pivoter qui, selon nous, favorise le meilleur équilibre pour le tir. La joueuse déclenchera alors son tir qu'elle transformera tout naturellement en « feinte de tir + départ en dribble » ou dans le cas où un défenseur interviendrait plus tôt que prévu. S'il s'agit d'un tir en suspension, au moment de la réception de la passe, la joueuse réalisera un petit sursaut (pré-appel) en rentrant dans la balle, ce qui favorisera l'obtention d'une bonne dynamique et d'un bon rythme lors de la prise du tir.

Attraper-partir en dribble

Pour cet enchaînement, la joueuse réalisera un pré-appel en sautant pour rentrer dans la balle au moment de la réception du ballon. Elle posera ensuite ses appuis alternativement sur le sol, avec le pied intérieur en premier, tout en cherchant à s'orienter vers le panier. La joueuse attaquera ensuite dans le sens de la course ou à l'opposé sans marquer

de temps d'arrêt. Ce type d'action permet de conserver l'avantage pris sur le défenseur, limite les risques d'interceptions et permet d'anticiper voire de déclencher les aides défensives de son choix.

◆ Et si le porteur de balle n'enchaîne pas d'action à réception du ballon ?

Lorsqu'une joueuse extérieure n'enchaîne pas d'action offensive de tir ou de dribble dès la réception du ballon, alors cette dernière n'est plus prioritaire dans le jeu direct. Nous privilégierons alors les **actions des joueuses non porteur de balle**.

Dans le cas des **joueuses extérieures**, nous solliciterons en priorité les joueuses situées du côté opposé au ballon ; ces dernières se démarqueront pour rentrer dans le jeu direct en coupant vers le panier (Figures 21 à 23). Ce type de déplacement a l'avantage d'être assez difficilement contestable par les défenseurs placés en aide, qui, de par la nature du jeu en fixation-passe, sont souvent plus attentives aux actions de 1 contre 1 du porteur de balle qu'aux déplacements des joueuses dont elles ont respectivement la charge.

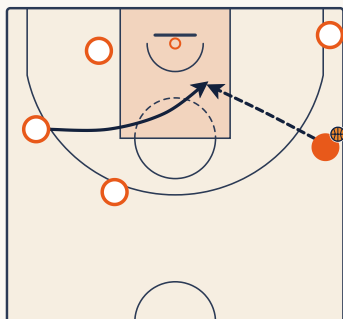


Figure 21 — Coupe d'une ailnière

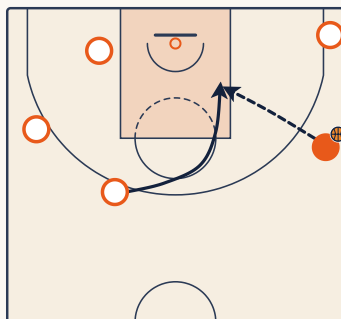


Figure 22 — Coupe d'une arrière

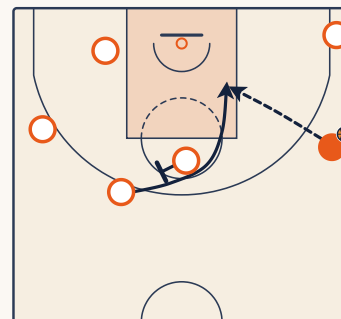


Figure 23 — Coupe d'une arrière avec écran du poste haut

Dans le cas des **joueuses intérieures**, dans notre principe de jeu, nous avons préféré n'utiliser qu'une seule joueuse intérieure. Cela permet aux joueuses extérieures de disposer de plus d'espace pour s'exprimer offensivement et à notre joueuse intérieure de disposer de toute la raquette pour pouvoir évoluer. Les actions offensives de la joueuse intérieure seront des mouvements de type « flash » au cœur de la raquette (figures 24 et 25), ou, très classiquement, des actions de jeu posté dos au panier (poste médian).

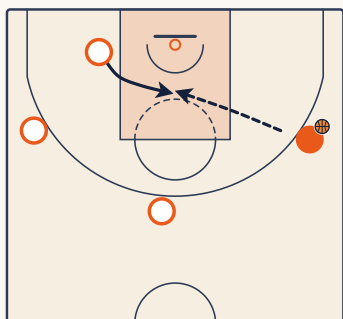


Figure 24 — « Flash » du poste bas au cœur de la zone réservée

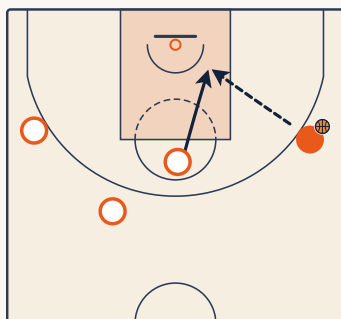


Figure 25 — « Flash » du poste haut au cœur de la zone réservée

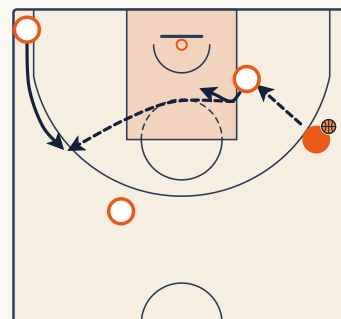


Figure 26 — Passe de transfert dans la diagonale opposée

Lorsque le ballon arrivera à la joueuse intérieure, les objectifs de cette joueuse seront fidèles à ceux de notre principe de jeu : la priorité n° 1 de cette joueuse sera de jouer le 1 contre 1 pour tirer ou réaliser une fixation et passer à une joueuse extérieure. Cette dernière pourra couper dans la raquette ou s'efforcera d'ouvrir une ligne de passe. Dans le cas d'une

attaque vers le centre de la raquette, l'ailière opposée se positionnera dans la diagonale située à l'opposée de la joueuse intérieure, position qui favorise grandement les passes de transfert et la prise de tirs longue distance (Figure 26).

◆ Les principales situations de jeu rencontrées

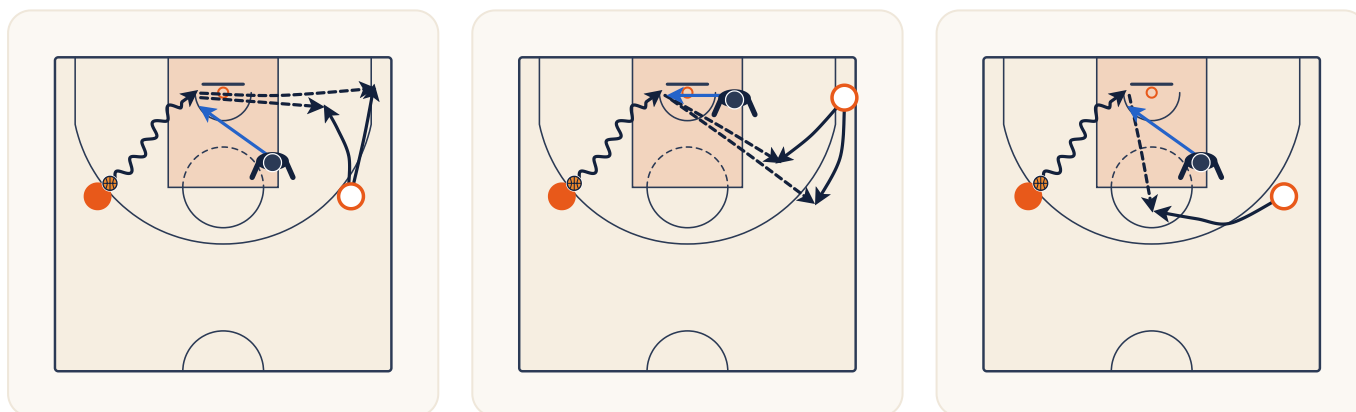
Dans notre principe de jeu, à chaque réception du ballon, une joueuse sera confrontée à une cascade de choix successifs : tirer (si le défenseur est suffisamment éloigné), attaquer le panier en dribble (si le défenseur est proche) ou passer à une partenaire mieux démarquée. Dans le cas d'une attaque en dribble, la priorité sera bien évidemment de tirer, mais le porteur de balle cherchera à sanctionner toute intervention d'une aide défensive en passant le ballon en priorité à la partenaire libérée par l'aide. La nouvelle joueuse en possession du ballon se trouvera alors confrontée à la même cascade de choix possibles.....et ainsi de suite, jusqu'à trouver une solution de tir ouvert.

Comme nous l'avons déjà expliqué, les joueuses non porteur de balle, que ce soient des joueuses extérieures ou intérieures, s'efforceront d'ouvrir des lignes de passes et leurs déplacements correspondront à un certain nombre de **règles de coordination offensive**.

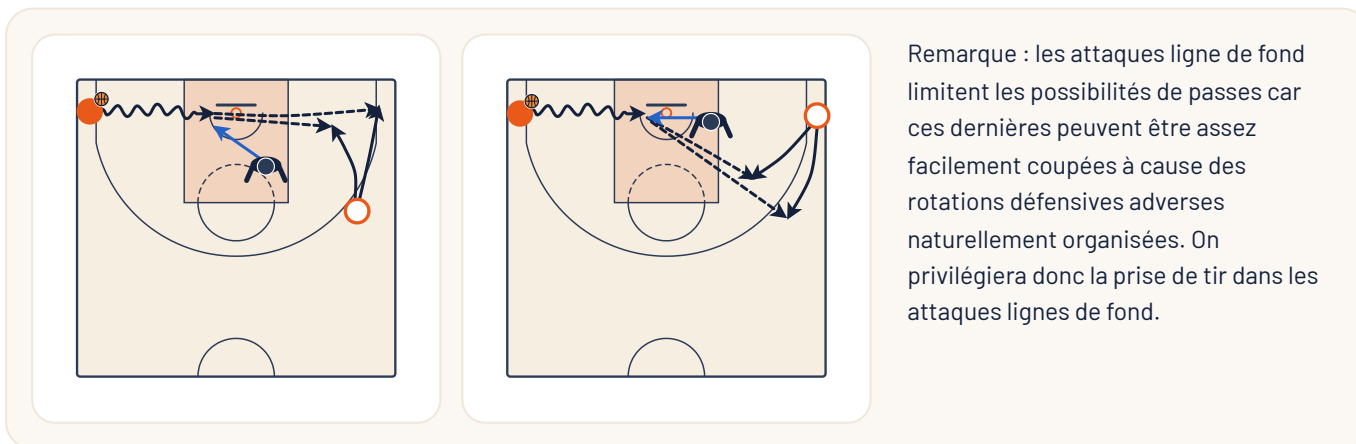
Nous avons essayé de recenser les principales situations de jeu à 2 possibles, en différenciant le profil des joueuses (extérieures, intérieures), le placement initial de la partenaire (côté ballon ou côté opposé) et le « lieu » de l'attaque en dribble (en ligne de fond, au centre, dans l'axe).

Relation entre 2 joueuses extérieures (Figure 27 à 37)

Attaques vers la ligne de fond depuis l'aile

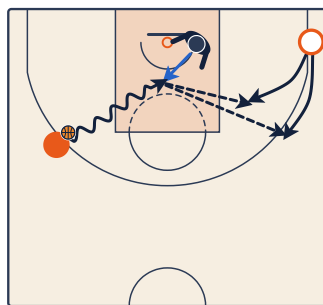
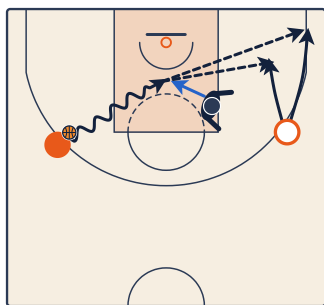


Attaques vers la ligne de fond depuis le corner

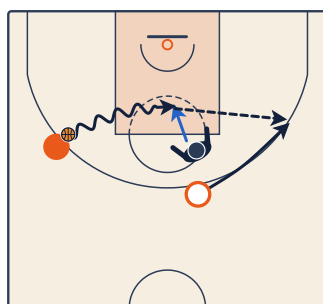
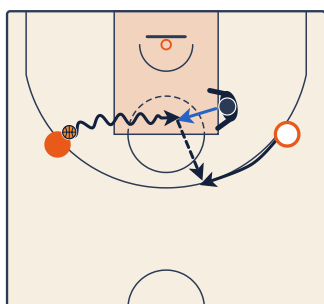


Remarque : les attaques ligne de fond limitent les possibilités de passes car ces dernières peuvent être assez facilement coupées à cause des rotations défensives adverses naturellement organisées. On privilégiera donc la prise de tir dans les attaques lignes de fond.

Attaques au centre depuis l'aile

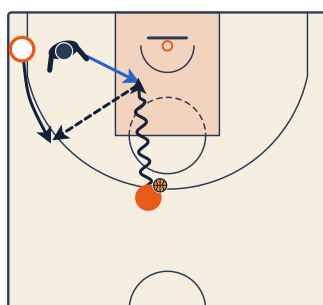
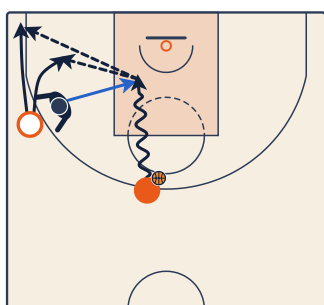


Attaque en profondeur (le défenseur est débordé) : on préférera un déplacement dans le sens de l'attaque



Attaque latérale (le défenseur contrôle l'attaquant) : on préférera un déplacement qui donnera un soutien au porteur de balle

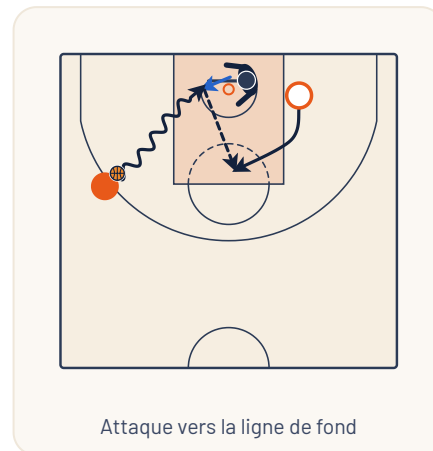
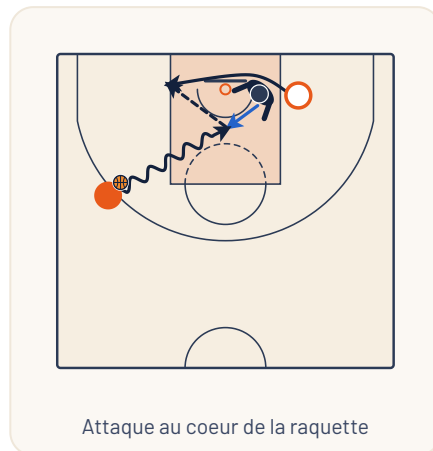
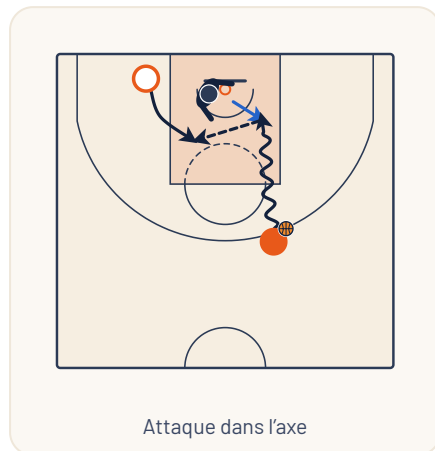
Attaques dans l'axe



Remarque : Les attaques au cœur de la raquette offrent quant à elles de nombreuses possibilités de passes mais les prises de tir peuvent être plus délicates, si la joueuse n'a pas un niveau technique suffisant.

Relation entre 1 joueuse extérieure et une joueuse intérieure (Figures 38 à 43)

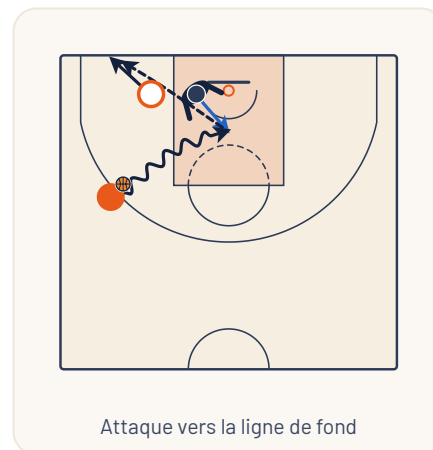
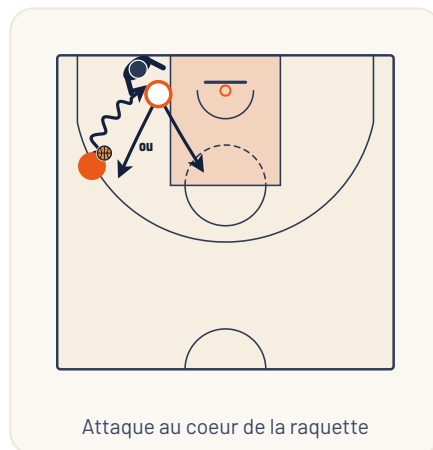
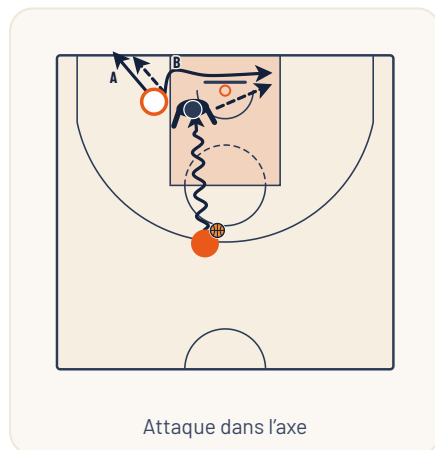
Attaques à l'opposé de la joueuse intérieure



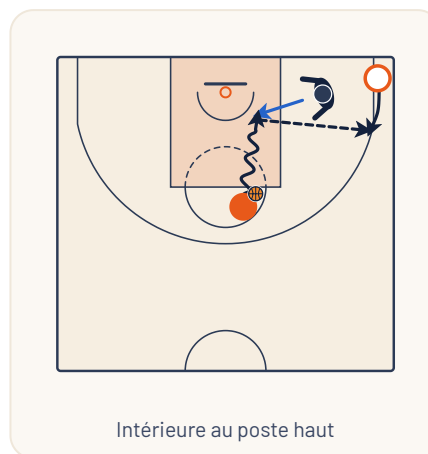
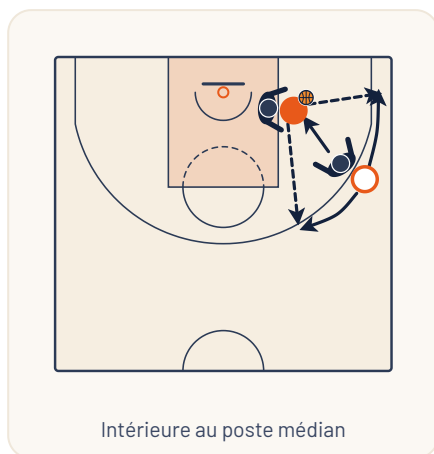
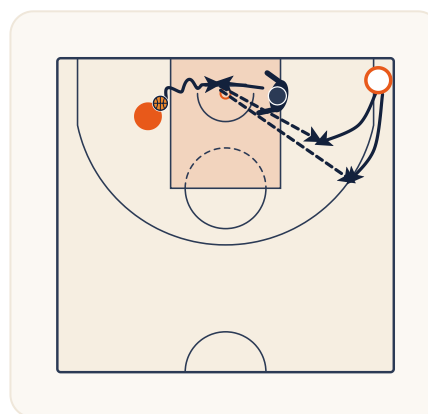
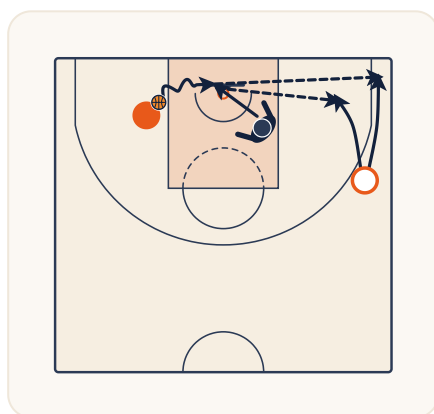
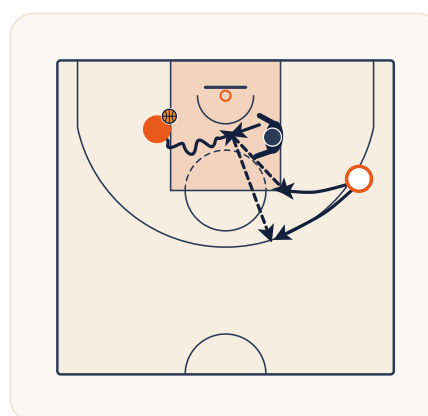
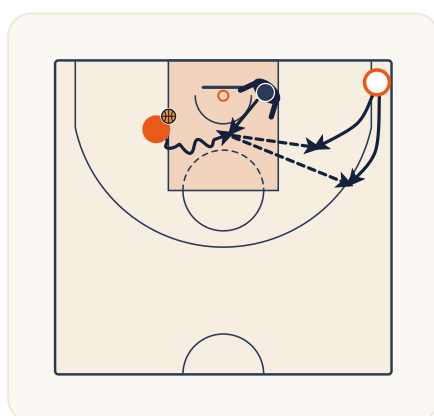
Remarque : On constate qu'il est tout à fait possible d'intégrer les joueuses intérieures dans un principe de jeu de type fixation-passe, qui par sa nature, semble plutôt destiné aux joueuses extérieures.

Cependant, on notera que les joueuses intérieures auront, dans ce cas, un registre de jeu qui se rapprochera de celui des joueuses extérieures, puisqu'elles recevront la plupart du temps le ballon de face ou de profil par rapport au panier (jamais de dos). Cependant leur champ d'action, la zone réservée et sa périphérie, sera bien évidemment différent de celui des joueuses extérieures.

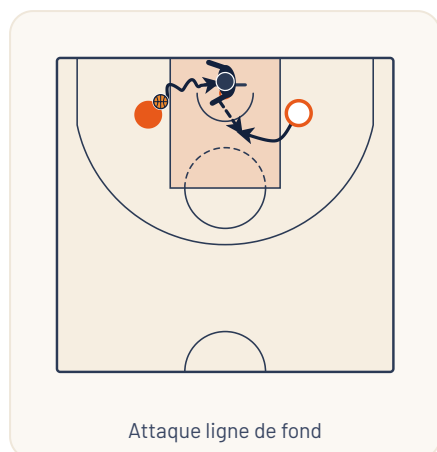
Attaques du côté de la joueuse intérieure



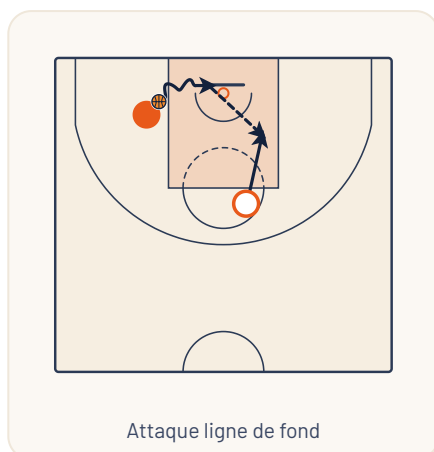
Remarque : Lors d'une attaque dans l'axe, il existe 2 options : s'écarter dans le short corner si l'aide défensive est déclenchée tardivement (option A) et couper sous le cercle si l'aide défensive est déclenchée très tôt (option B)

Relation entre 1 joueuse intérieure et une joueuse extérieure (Figures 44 à 49)**Attaques du côté de la joueuse extérieure****Attaques à l'opposé de la joueuse extérieure****Attaque en ligne de fond****Attaque au centre (au coeur de la raquette)****Relation entre 2 joueuses intérieures (Figures 50 à 55)**

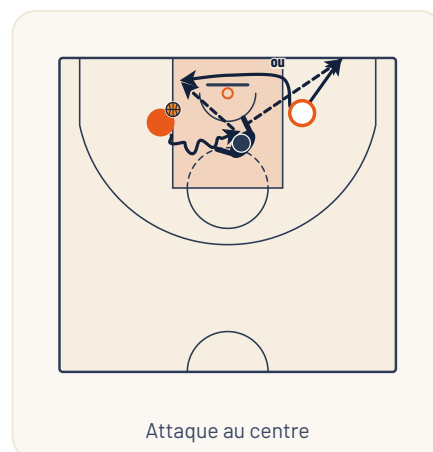
Même si nous avons choisi de n'utiliser qu'une seule joueuse intérieure, il existe bien évidemment des relations de type fixation-passe entre 2 joueuses intérieures. Ces dernières seront initialement positionnées au poste médian ou au poste haut.



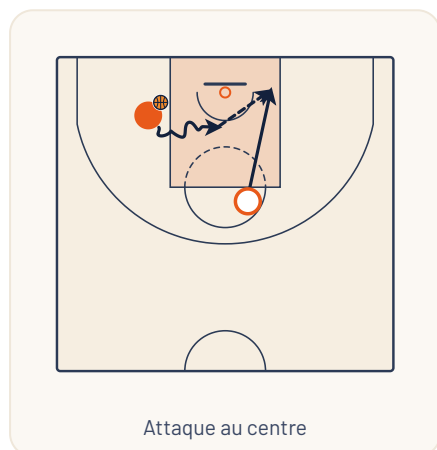
Attaque ligne de fond



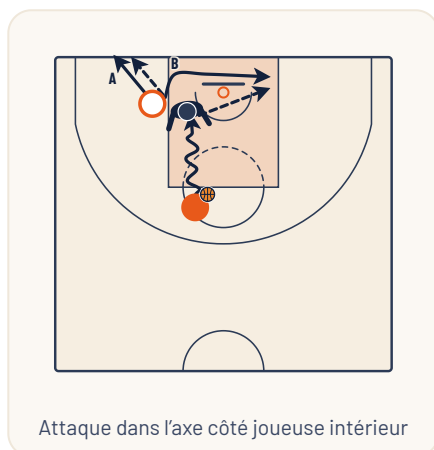
Attaque ligne de fond



Attaque au centre



Attaque au centre



Attaque dans l'axe côté joueuse intérieur



Attaque dans l'axe à l'opposé de l'intérieur

◆ Les limitations du jeu en fixation-passe et ses possibilités d'utilisation

Les enchaînements de type fixation-passe représentent l'inconvénient de se faire succéder des actions agressives de dribbles au cœur d'une défense déjà resserrée par la présence des aides défensives. C'est pourquoi **intercaler une passe entre deux actions de fixation-passe** peut être intéressant car les actions de dribbles s'effectueront contre une défense plus écartée, ce qui les rendra d'autant plus performantes.

De ce fait, l'exploitation d'une fixation peut donc être **directe** : dans ce cas, la joueuse bénéficiant du décalage tirera ou attaquera le cercle (Figure 56) ; mais elle peut être aussi **indirecte** (on dit aussi différée) : la joueuse passera le ballon à une partenaire mieux démarquée, qui elle-même à son tour enchaînera une action offensive : tir, départ en dribble, passe (Figure 57).

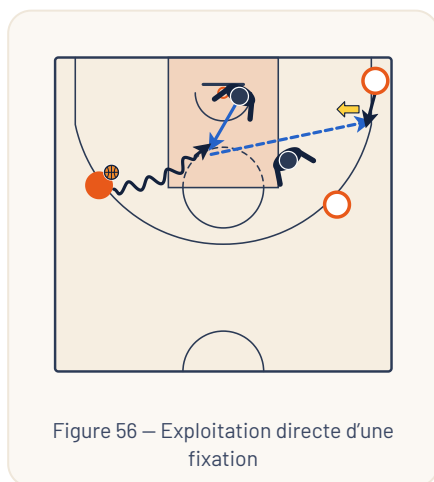


Figure 56 — Exploitation directe d'une fixation

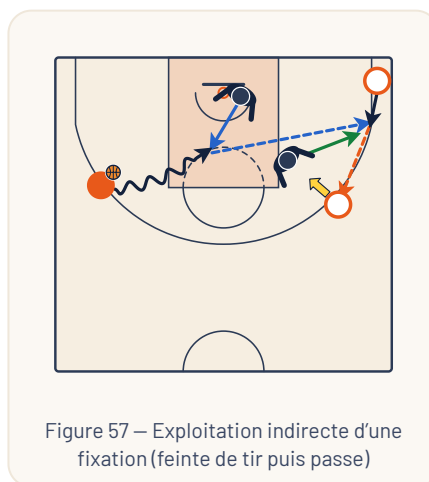


Figure 57 — Exploitation indirecte d'une fixation (feinte de tir puis passe)

Quelle que soit l'option choisie, ce qui est plus important, c'est la capacité des joueuses à **enchaîner des actions de jeu**, d'où la nécessité de **lire le jeu** et d'être capable d'**anticiper**. L'idéal est d'avoir choisi quoi faire, quelle action réaliser avant même d'avoir reçu le ballon....

De par sa nature, le jeu en fixation-passe est une attaque placée « passe-partout », qui peut s'utiliser aussi bien face à une défense fille à fille que face à une défense de zone. Mais pour que cette attaque reste performante, il convient de l'exploiter de façon sensiblement différente suivant la nature de la défense rencontrée. Lorsqu'on attaque face à une défense fille à fille, les enchaînements de type **fixation-passe / fixation passe / passe** semblent intéressants à exploiter. Par contre, lorsqu'on attaque face à une défense de zone, qui est, par nature, une défense plus compacte, les enchaînements de type **fixation-passe / passe / passe** nous paraissent plus appropriés.

◆ Une forme de jeu qui devient une véritable plaidoirie pour le tir.....

Concernant le tir, les meilleures tactiques de jeu et une bonne gestuelle technique ne servent à rien s'il n'y a pas une véritable envie, une réelle volonté de la part des joueuses qui acceptent de **prendre les tirs ouverts** à l'entraînement comme en compétition. En effet, les joueuses qui sont adroites, celles qui marquent régulièrement, sont celles qui ont avant tout **l'intention de tirer**. Il est donc nécessaire de se conditionner, de se préparer mentalement au tir, avant même de rentrer en possession du ballon. Les joueuses doivent avoir intégré cette possibilité et par conséquent, se préparer physiquement et techniquement à tirer, en s'orientant systématiquement face à la cible au moment de la réception du ballon.

Malheureusement, la simple intention de tirer ne suffit pas : il faut aussi avoir la **volonté de marquer**. **Le tir est essentiel dans le jeu comme la confiance l'est dans le tir**. Chaque tir est différent, et ce n'est pas parce qu'on a manqué les 2 premiers, que le 3ème ne rentrera pas. Et ce n'est que grâce à cette détermination qu'une joueuse deviendra progressivement adroite. En basket-ball, on ne tire pas pour tirer. On tire pour marquer. L'approche mentale est donc un élément déterminant dans la formation de la joueuse car l'adresse est fugitive et cette dernière est directement influencée par la confiance qu'une joueuse a en elle-même, ainsi que dans sa capacité à marquer.

Il faut donc forcer très tôt les jeunes à tirer, afin de développer progressivement chez eux un véritable instinct pour le tir. Et tant pis si dans les premiers temps, cela génère pas mal de déchets dans le jeu et se fait au détriment d'une bonne **sélection des tirs**. C'est pourquoi, en ce qui nous concerne, dès la catégorie benjamines, lorsque les enfants commencent à disposer de la force et de la coordination nécessaires pour pouvoir tirer à une certaine distance du panier, nous appliquerons le postulat suivant : « **Un tir ouvert est un tir que la joueuse doit prendre** ».

◆ L'étape suivante : apprendre progressivement à sélectionner ses tirs

Une fois que l'on a développé les intentions de tirs, il faut progressivement apprendre aux joueuses à sélectionner leurs tirs. Pour cela il leur faudra répondre à plusieurs questions, que nous avons classées par ordre d'importance croissante (cette classification est inspirée de celle proposée par Grégory Halin).

1- Suis je dans de bonnes conditions pour tirer ?

On regardera la qualité de la passe qui précède le tir, l'équilibre lors de la réception du ballon et la distance séparant la joueuse du panier. Chez les joueuses expérimentées, ces dernières préféreront privilégier la prise de tirs depuis leurs spots préférés, dans leur « jardin » comme l'on a coutume de dire, c'est-à-dire à partir de positions où elles sont plus particulièrement adroites et se sentent en confiance.

2- Ai-je le temps de tirer ?

La joueuse rentrant en possession du ballon aura préalablement fait une photographie de son environnement et prendra en compte la situation de jeu et la position des défenseurs. Cependant, **il est moins important d'apprendre à tirer vite que de savoir prendre le temps de tirer**, surtout dans les tirs longue distance. Chaque joueuse a son propre rythme de tir et devra en prendre conscience si elle veut pouvoir se retrouver dans des conditions optimales pour tirer. Et si le tir n'est pas suffisamment ouvert, on ne cherchera pas à tirer plus vite. On réalisera une passe ou un départ un dribble, tout simplement.

Cependant, dès que l'on a décidé de tirer, il faut déclencher son tir sans se préoccuper de l'intervention possible d'un défenseur car il est bien connu que **le doute et l'hésitation sont les principaux ennemis de l'adresse**. La détermination et la concentration des joueuses doivent se lire dans leur regard. La joueuse fixera le cercle (ou un point du cercle) et ne le lâchera pas des yeux tant que le ballon ne l'aura pas atteint. Les bons tireurs ne quittent jamais leur cible des yeux, même si un défenseur tente d'intervenir pour réaliser un contre : c'est ce que l'on appelle **l'accroche visuelle**.

Plutôt que d'apprendre à tirer plus vite, et afin de permettre aux joueuses de disposer du maximum de temps possible pour déclencher leur tir, nous préférons les entraîner à **mieux se préparer à tirer** : pour cela, elles devront recevoir le ballon jambes fléchies (en plaçant leurs genoux « sous la balle » au moment de la réception du ballon), en s'orientant rapidement vers le panier et en fixant la cible le plus tôt possible.

3- Quelle est la situation de jeu rencontrée ?

La joueuse qui se prépare à tirer aura préalablement déterminé où sont positionnées ses partenaires afin d'évaluer qui sera susceptible de jouer le rebond offensif, et qui pourra assurer le repli défensif en cas de contre attaque adverse. Si l'on constate un trop fort déséquilibre « rebond /repli », il sera peut être judicieux de ne pas tirer.

4- Lors d'un match : quel est le contexte de la rencontre au moment du tir ?

Les situations de jeu rencontrées en compétition peuvent avoir une influence sur la sélection des tirs. Nous rentrons dans le domaine de la stratégie où l'entraîneur devra prendre en compte le contexte du match, le score, le temps restant à jouer, et attribuerai si nécessaire la responsabilité du tir à une ou deux joueuses particulières en suivant un schéma tactique bien précis.

◆ Quelques exemples d'exercices et de situations de jeu que nous utilisons régulièrement

Enchaînement d'actions offensives à réception du ballon

A - Suite à une action de démarquage d'une joueuse extérieure

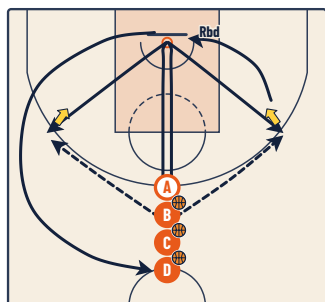


Figure 58

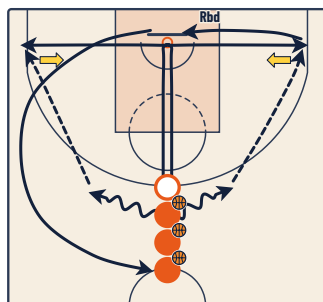


Figure 59

Organisation : une colonne de joueuses avec ballons (sauf la première joueuse de la colonne)

Déroulement : la joueuse sans ballon va se placer sous le cercle, puis sprinte pour réaliser un démarquage dans l'aile (Figure 58) ou dans le corner (Figure 59). A réception du ballon, la joueuse enchaîne une action offensive. Après son tir, elle récupère son ballon et va se replacer dans la colonne. Après sa passe, la partenaire exécute le même mouvement, mais du côté opposé. Et ainsi de suite...

Enchaînements techniques : réception + tir ; réception + départ en dribble + tir ; réception + feinte de tir + départ en dribble + tir

Éléments techniques :

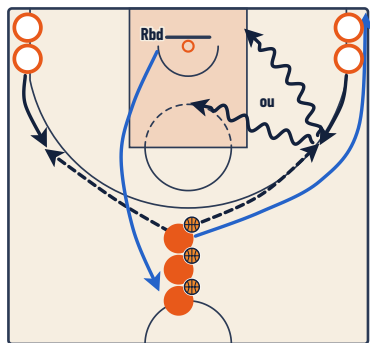
Arrêts à réception du ballon : arrêts alternatifs en engagé, en effacé ; arrêt simultané face au passeur

Départs en dribble : croisé, direct, en enroulé

Feintes : de tir, de départ

Tirs : en course, en suspension

B - Perfectionnement de l'enchaînement « attraper-partir en dribble »



Organisation : une colonne de joueuses avec ballon dans l'axe central et une colonne de joueuses dans chaque coin du terrain

Déroulement : la joueuse dans le coin, remonte le long de la ligne des 3 points (simulation de l'ouverture d'une ligne passe) et attaquera en dribble dans le sens de la course ou à l'opposé sans s'arrêter dès réception du ballon (la passe s'effectuera directement ou suite à un décalage en dribble). La joueuse qui a tiré récupère son ballon et va se placer dans la colonne du milieu. La passeuse va se placer dans la colonne du côté où elle a fait sa passe. On travaillera alternativement côté droit - côté gauche.

Eléments techniques :

Notion de « pré-appel », pose des appuis de façon alternative (pied intérieur en premier), partir en dribble sans marquer de temps d'arrêt.

Enchaînement d'actions offensives dans des situations de 1 contre 1 et de 2 contre 2

C - Situations de 1 contre 1 (évolution de l'exercice A présenté ci-dessus)

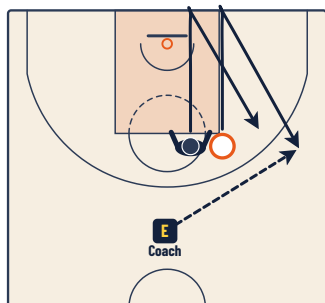


Figure 61

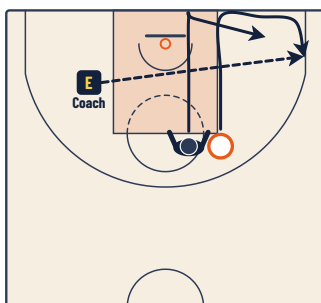


Figure 62

Organisation : 2 joueuses sont placées sur la ligne des lancer-francs, dans le coin de la raquette et face à la ligne de fond. La joueuse placée à l'extérieur attaque, l'autre défend.

Déroulement : Au signal de l'entraîneur, les 2 joueuses sprintent pour aller poser un pied sur la ligne de fond puis ressortent dans l'aile ou dans le corner (variante). L'entraîneur fait la passe à la joueuse qui attaque ; cette dernière joue le 1 contre 1 dès réception du ballon.

Eléments techniques : Lire très tôt le jeu de façon à analyser très vite les intentions du défenseur. Proposer un enchaînement technique adapté à la situation rencontrée.

D – Situation de 2 contre 2 (évolution de l'exercice C présenté ci-dessus)

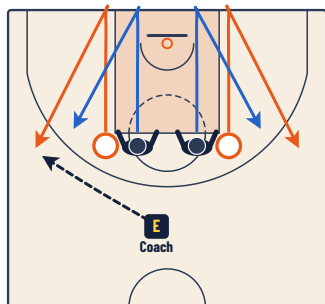


Figure 63

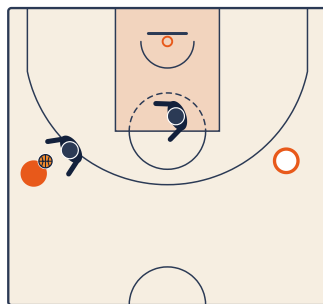


Figure 64

Organisation : 2 groupes de 2 joueuses sont placées sur la ligne des lancer-francs, dans le coin de la raquette et face à la ligne de fond. Les joueuses placées à l'extérieur attaquent, les autres défendent.

Déroulement : Au signal de l'entraîneur, les 4 joueuses sprintent pour aller poser un pied sur la ligne de fond puis ressortent dans l'aile. L'entraîneur fait la passe à l'une des 2 joueuses qui attaquent ; on joue à 2 contre 2 sur le thème du jeu en fixation passe.

Éléments techniques :

Lire très tôt le jeu de façon à analyser très vite les intentions du défenseur. Pour le porteur de balle : proposer un enchaînement technique adapté à la situation rencontrée. Pour le non porteur de balle : mobiliser l'attention de son défenseur et en cas d'aide défensive, se déplacer de façon à « ouvrir » les lignes de passes afin de pouvoir à son tour enchaîner une action offensive dès réception du ballon. Le jeu à deux contre deux avec un attaquant évoluant sur chaque quart de terrain permet de perfectionner les relations de fixation-passe entre joueuses extérieures ainsi que les déplacements des joueuses sans ballon.

◆ Utilisation des formes de jeu en surnombre offensif dans l'apprentissage de la notion de fixation

E - Situation de 2 contre 1 et de 3 contre 2

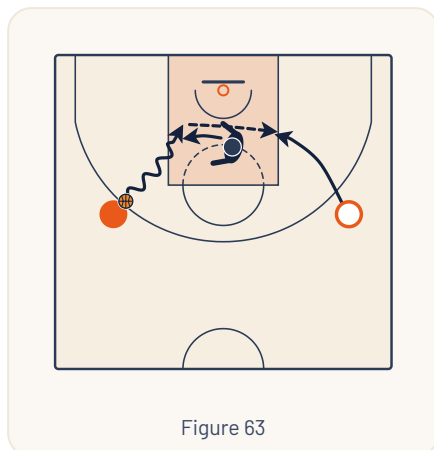


Figure 63

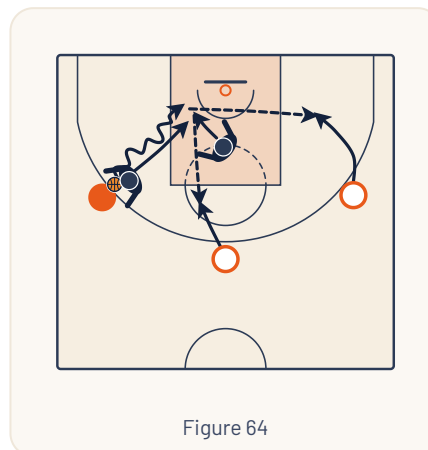


Figure 64

Situation de 2 contre 1 : c'est la forme de jeu la plus simple pour l'apprentissage de la notion de fixation : c'est en cherchant à marquer le panier que l'on sera à même de réaliser une passe décisive

Situation de 3 contre 2 : l'existence d'un surnombre offensif permet d'offrir à chaque fois 2 solutions de passe au porteur de balle lorsqu'elle réalise une action de fixation (le porteur de balle doit gagner d'abord son duel puis forcer l'aide défensive à intervenir)

◆ Formes de jeu favorisant le développement de la lecture de jeu et l'apprentissage de la sélection des tirs

F - Jeu à 4 contre 3 avec 4 joueuses extérieures

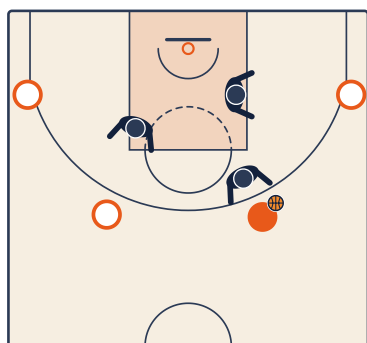


Figure 65

Règles du jeu : Les attaquantes peuvent pénétrer dans la zone réservée et tirer (en course ou en suspension), tant qu'elles n'ont pas été touchées par une défenseuse dans la zone réservée; dans ce cas, elles n'ont plus le droit de tirer et doivent obligatoirement passer le ballon. Quant aux tirs extérieurs, ce seront des tirs du type «attraper-tirer».

G - Jeu à 4 contre 3 avec 3 joueuses extérieures et 1 joueuse intérieure

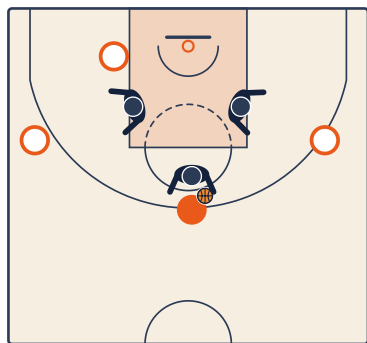


Figure 66

Règles du jeu : Les attaquantes sont formées de 3 joueuses extérieures et d'une joueuse intérieure. Les 3 joueuses extérieures ne peuvent tirer qu'à l'extérieur de la zone réservée. On pourra autoriser ou non l'utilisation d'un ou de deux dribbles pour les joueuses extérieures avant de tirer ou de passer. Quant à la joueuse intérieure, elle ne peut recevoir le ballon qu'à l'extérieur de la raquette au poste bas ou médian ; elle ne peut tirer qu'après avoir réalisé un dribble au minimum mais peut passer le ballon à n'importe laquelle de ses partenaires. Les défenseuses jouent à 3 contre 4 et peuvent neutraliser la joueuse intérieure si elles la touchent lorsqu'elle est active balle en main dans la raquette. Dans ce cas, elle ne peut plus tirer et doit passer obligatoirement le ballon.

Ces 2 formes de jeu, qui se jouent en surnombre offensif, favorisent la prise de tirs dès réception du ballon (attraper – tirer ou catch en shoot en anglais). Elles permettent également de perfectionner le jeu de passe et force les joueuses à réaliser de bons choix dans leurs tirs (sélection des tirs). Bien évidemment, la qualité du jeu de passe est un élément essentiel qui conditionne grandement la réussite dans les prises de tirs.

◆ Exercices favorisant le développement de la visée (« l'accroche visuelle ») dans les tirs

H - Perfectionnement du tir après une action de pivoter (anticipation de l'accroche visuelle))

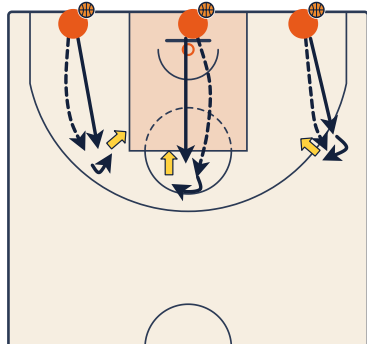


Figure 69

Organisation : Les joueuses ont chacune un ballon et se répartissent dans 3 colonnes en ligne de fond.

Déroulement : Les joueuses lancent leur ballon devant elles, en lui donnant un léger effet rétroactif. Elles courent derrière leur ballon, l'attrapent, pivotent et tirent. L'idée est de tourner la tête pour fixer la cible le plus tôt possible, car nous pensons que plus tôt la joueuse « accrochera » la cible du regard, plus vite cette dernière se « stabilisera » dans l'espace (donc dans son esprit) et plus la joueuse sera adroite.

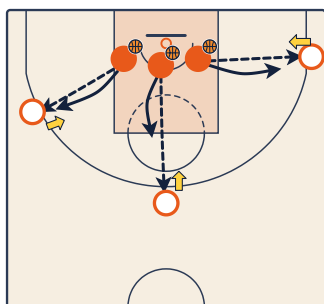


Figure 70 – « Attraper-tirer » de face

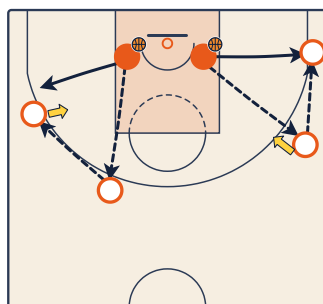


Figure 71 – « Attraper-tirer » après passe latérale

Organisation : une balle pour deux joueuses. Un tireur et une rebondeuse/passeuse/défenseuse. Série de 10 tirs tentés puis on échange les rôles.

Déroulement : La joueuse qui passe le ballon va gêner le tir après sa passe en tentant de contrer sa partenaire (mais sans faire de faute).

Variante : Utilisation d'une passeuse relais qui oblige la tireuse à recevoir le ballon latéralement. La rebondeuse / défenseuse démarre au moment où le ballon quitte les mains de la passeuse-relais.

◆ Exercices de tirs extraits de situations réelles de jeu

Dans les exemples qui suivent, l'organisation est pratiquement toujours la même : une colonne avec ballons, une colonne sans ballon. Le porteur de balle attaque en dribble en direction du plot (fixation du défenseur) puis passe la balle à sa partenaire qui a ouvert une ligne de passe et qui enchaîne un tir à réception du ballon. Le tireur prend son rebond et les 2 joueuses changent de colonne.

J - Exercices de tir : relations de passes entre deux ailières

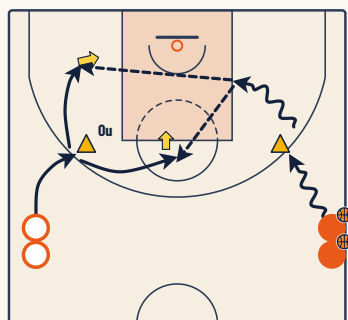


Figure 72

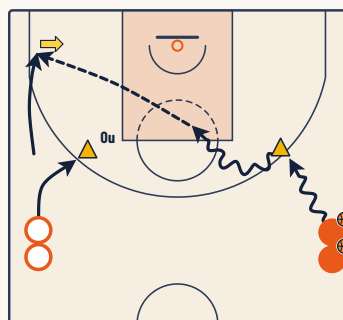


Figure 73

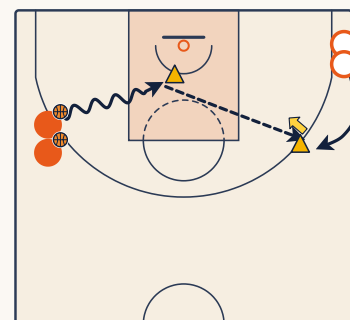


Figure 74

K - Exercices de tir : relations de passes entre une arrière et une ailière

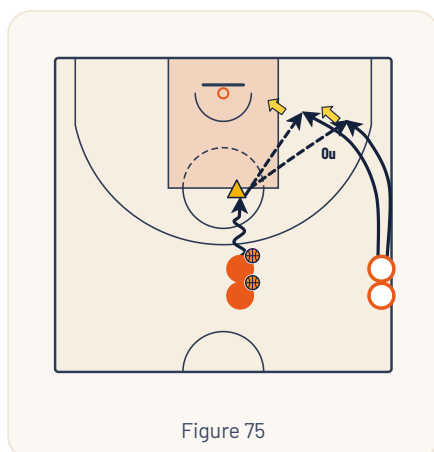


Figure 75

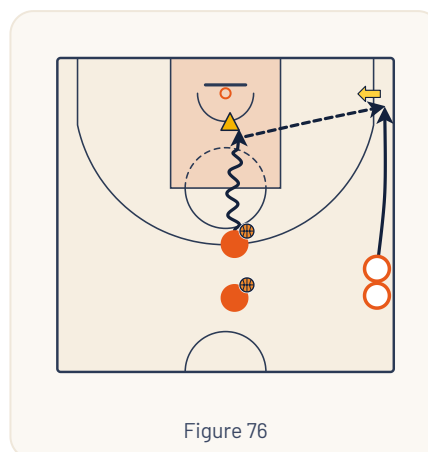


Figure 76

L - Exercice de tir : relations de passes entre une ailière et une intérieure

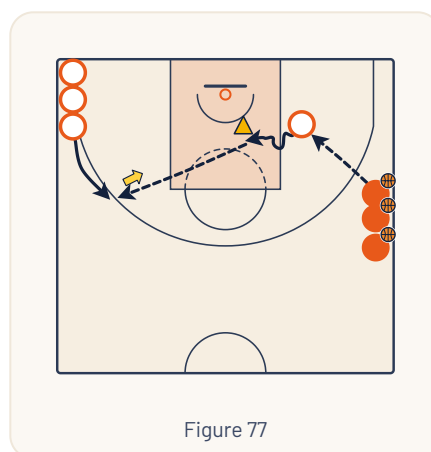


Figure 77

◆ Conclusion

En choisissant cette forme de jeu en fixation-passe, notre objectif était de mettre en place une attaque placée basée sur des déplacements collectifs simples, où l'on privilégie la continuité et l'enchaînement des actions de jeu.

Comme toutes les attaques basées sur des principes de jeu, le jeu en fixation-passe fait énormément appel à la lecture de jeu. En effet, à chaque situation de jeu rencontrée, plusieurs alternatives sont proposées au porteur de balle, qui doit choisir, en anticipant et en analysant très vite, les effets des différentes solutions qui se présentent à lui. Quant aux non porteurs de balle, ils devront chercher en permanence à ouvrir des lignes de passes dans le bon timing, c'est-à-dire de façon coordonnée avec les mouvements et les actions du porteur de balle.

D'un point de vue pédagogique, l'entraîneur doit corriger la pertinence des choix réalisés en fonction du contexte du jeu et en cas de mauvaise lecture du jeu, questionner la joueuse sur son choix et sur ce qu'elle aurait pu faire d'autre, avant de proposer sa propre solution. Si nos joueuses démontrent aujourd'hui de réelles aptitudes dans le jeu de fixation, la qualité du jeu de passes se révèle encore insuffisante. Cela vient souvent d'un problème d'équilibre, et de qualité des appuis au moment de passer. Le problème, c'est qu'un jeu de passe médiocre impacte de façon non négligeable la réussite au tir. En effet, le tir n'est pas un élément isolé dans le jeu. C'est la résultante d'une série d'actions et de comportements qui conduisent à la prise d'un tir et la qualité de ces actions conditionne en grande partie la réussite de ce dernier.

Il sera donc nécessaire de prendre en compte des éléments comme :

- la nature et le rythme des déplacements qui précèdent le tir
- le travail spécifique des appuis et des arrêts lors de la réception du ballon
- la qualité du jeu de passe.

Nous citerons l'expression bien connue des entraîneurs : Pas de bon tir sans une bonne passe. C'est pourquoi, dans les exercices de tirs, nous essayons de placer nos joueuses dans un contexte proche des conditions réelles de jeu. L'idée est de ne pas faire du tir pour du tir, mais que les aspects techniques abordés à l'entraînement soient en relation directe avec les formes de jeu que nous souhaitons mettre en place sur le plan offensif. Cependant, plus la vitesse de jeu est élevée, plus les contraintes liées à la technique individuelle sont importantes et l'anticipation des actions difficile. De ce fait, les mauvaises passes, les tirs précipités ou mal ajustés sont des passages obligatoires lorsque l'on est en phase d'apprentissage.

Ce n'est qu'en prenant de l'expérience et en renforçant leurs savoir-faire techniques que les joueuses arriveront progressivement à lire le jeu et à jouer juste. Et c'est cette lecture de jeu qui permettra aux joueuses d'apprendre progressivement à anticiper, c'est-à-dire prendre une photo de la situation (où sont mes partenaires ? où sont les défenseurs ?), et décider quelle est la meilleure action à réaliser avant même de recevoir le ballon. Les meilleures joueuses, quant à elles, seront capables de tout voir sans rien regarder : elles auront tout naturellement réussi à passer du domaine de la « vision » au domaine de la « perception ».

◆ Références bibliographiques

- « L'adresse, de l'entraînement à la compétition », par Grégory Halin, article extrait du Pivot 122 (octobre-décembre 2005)
- « Les tirs marqués dans le basket-ball féminin de haut niveau », par Grégory Halin, article extrait du Pivot 125 (mai-juin 2006)
- « Basket, méthode d'entraînement », par Pierre Vincent, livre publié aux éditions Chiron
- « Basket, Le formation du joueur », par Pierre Vincent, livre publié aux éditions Chiron
- « Perfectionnement offensif au CFBB : le jeu en fixation-passe », par Jacques Commeres, revue basket-ball magazine n° 714 (mai 2006)



Eric Desnoux

- Titulaire du DEJEPS Spécialité Basket-Ball
- Webmaster du site internet Basketcoach (<http://www.basketcoach.com>)
- Président du Comité Départemental des Yvelines de Basket-Ball (CDYBB)
- Président de la Commission technique du CDYBB
- 1994-2026 Entraîneur au BC Maurepas (78) - Catégories U13 à Seniors, Championnats départementaux, régionaux, nationaux