



CENTRE DE FORMATION **ESBVA LM 2009/2010**

**EVOLUTIONS SUR LE THEME DE
L'UTILISATION DES ECRANS NON
PORTEUR EN CASCADE POUR
JOUEUSES EXTERIEURES**
**(thème réalisé après 10 j de reprise en
Août 2009)**

PROFIL DE DEPART DE L'ÉQUIPE



- ▶ Équipe évoluant en NF2 en 2009/2010.
- ▶ Groupe de 12 joueuses (5 intérieures/7 extérieures)
- ▶ 7 joueuses cadettes.
- ▶ 3 joueuses de 21ans ou plus.
- ▶ 2 joueuses de 19 ans.
- ▶ 6 mutées.
- ▶ Joueuses d'un bon niveau individuel mais peu de fondamentaux collectifs.
- ▶ Recherche de l'exploit individuel soit en 1 c1 soit par la demande d'écrans porteurs.
- ▶ Perfectionnement à réaliser sur les poses et l'utilisation des écrans.
- ▶ Sur les écrans non porteurs, pas de prise en compte suffisante des choix défensifs (lecture de jeu): les joueuses restent sur leur qualités stéréotypées: drive ou shoot, sans trop d'alternatives et de variation dans le jeu.
- ▶ Problème de continuité et fluidité dans les systèmes longs: si l'utilisation d'un écran non porteur ne donne rien; demande systématique de pick n roll.

Pourquoi ce thème?

► Contexte:

- 6 mutées: équipe de joueuses ayant peu de vécu ensemble, et aucun collectif.
- Joueuses stéréotypées et catégorisées en driveuses ou shooteuses.
- Moment de la saison: thème abordé en pré saison (août 2009): 1er thème offensif collectif abordé.

► Justifications:

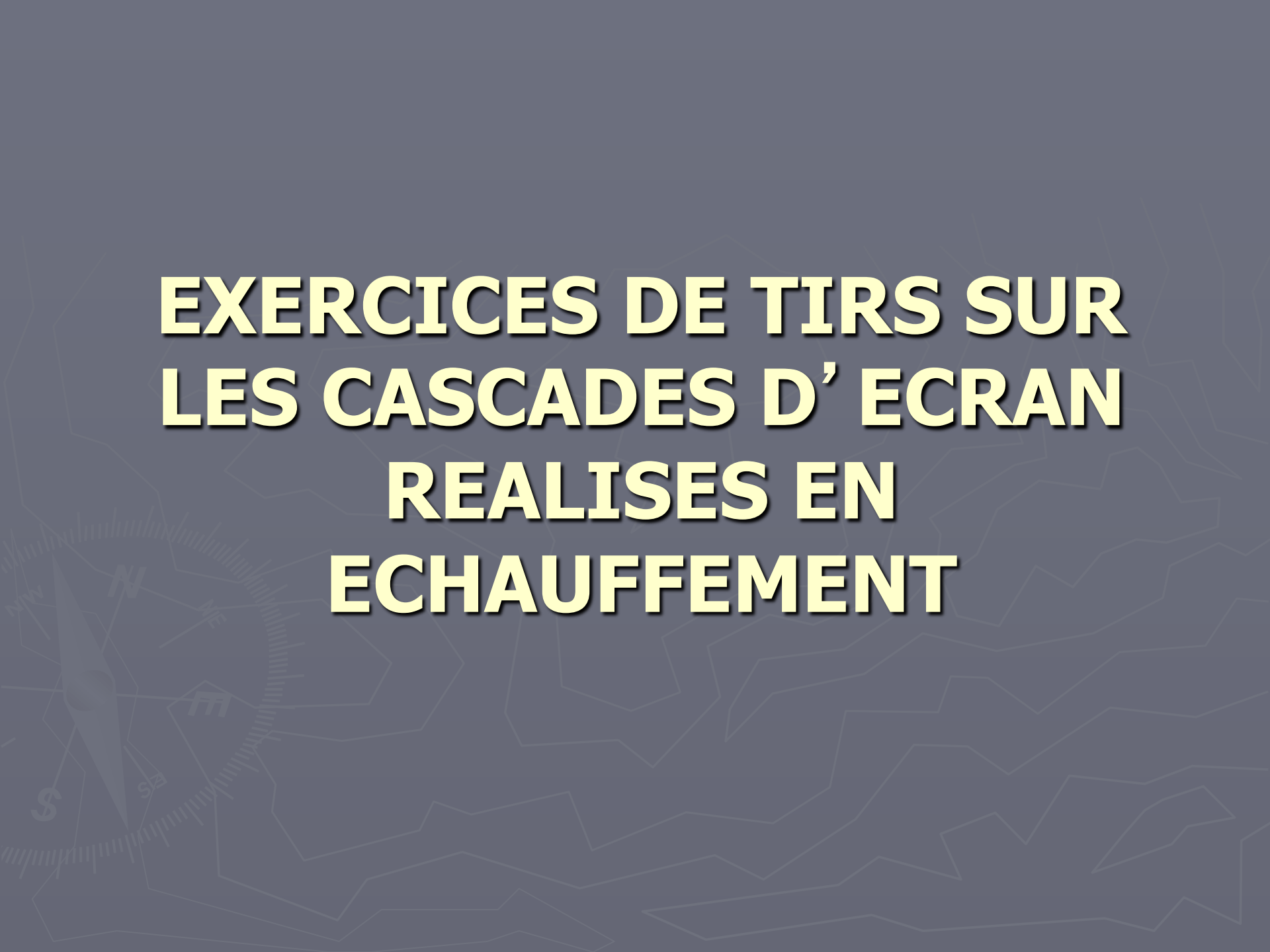
- Travail en premier lieu sur les écrans non porteurs pour mettre en place un collectif de passes avec des systèmes longs.
- Proposer aux joueuses des adaptations dans la continuité du système en fonction de l'exploitation des écrans et des espaces occupés suite à celle-ci.
- Éviter le travail sur pick n roll tout de suite ou en milieu de système: le pick ne viendra qu'en fin de système si aucune solution n'est trouvée.
- Travail sur des **écrans en cascades** pour favoriser l'apprentissage de la lecture de jeu avec un retard plus conséquent du défenseur et permettre aux joueuses de varier leur jeu et d'être dangereuses à la fois sur le drive et le tir.
- Faire prendre conscience que le fait de poser un écran n'est pas un rôle ingrat mais qu'il y a une continuité en fonction des réponses défensives.

OBJECTIFS et ETAPES

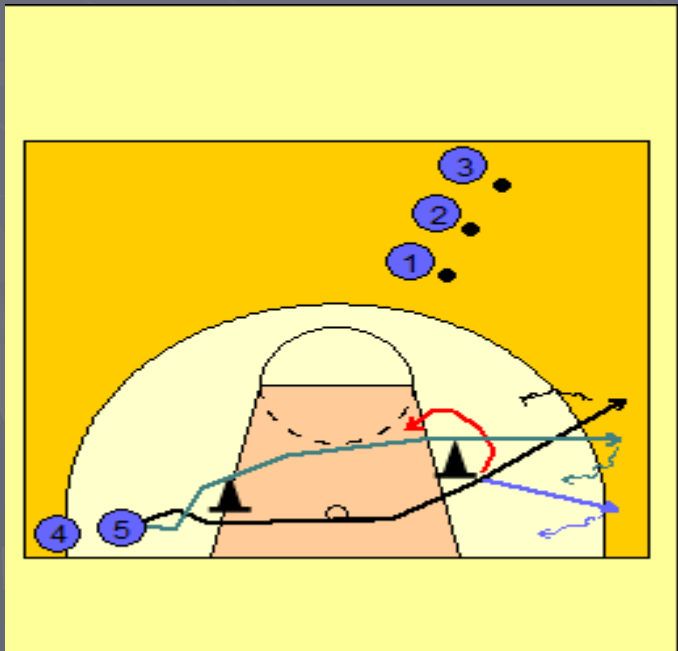
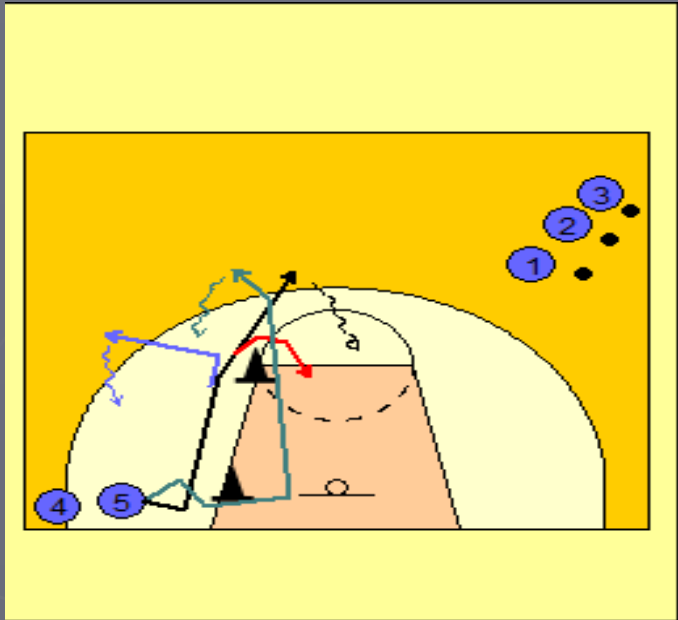
- ▶ **Apprentissages liés à la pose et l'utilisation des écrans non porteur ainsi que l'exploitation des différentes options liées aux choix défensifs.**
- ▶ **Tentative d'application de ces principes en jeu réduit à travers deux systèmes mis en place en début de saison.**
- ▶ **Analyse vidéo avec les joueuses de quelques phases de jeu et défrieffing permettant de mettre en avant les difficultés rencontrées sur les 2 systèmes.**
- ▶ **Quelques adaptations de la continuité des systèmes en 5 c 5 en fonction de la lecture de jeu et de l'exploitation de ces écrans (espaces).**

1 / Apprentissages liés à la pose et l' utilisation des écrans non porteur ainsi que l' exploitation des différentes options liées aux choix défensifs.

- ▶ Travail en 1c0 joueuses extérieures: notion d' utilisation d' écran.
- ▶ Travail en 1c1: lecture de jeu et adaptation des sortie d' écran en fonction des choix défensifs.
- ▶ Travail en 2c0: notion de pose d' écran et ouverture d' écran, et de relations entre utilisateur et poseur.
- ▶ Travail en 2c2 avec passeur puis en 3c3: lecture de jeu des aides défensives du défenseur du poseur d' écran+ mise en situation proche du jeu réel.

The background is a dark blue-grey color. On the left side, there is a faint, light-colored compass rose with a needle pointing towards the top-left. The compass has markings for North (N), South (S), East (E), and West (W). To the right of the compass, there is a faint outline of a map or a geographical area with various lines and shapes.

EXERCICES DE TIRS SUR LES CASCADES D' ECRAN REALISES EN ECHAUFFEMENT



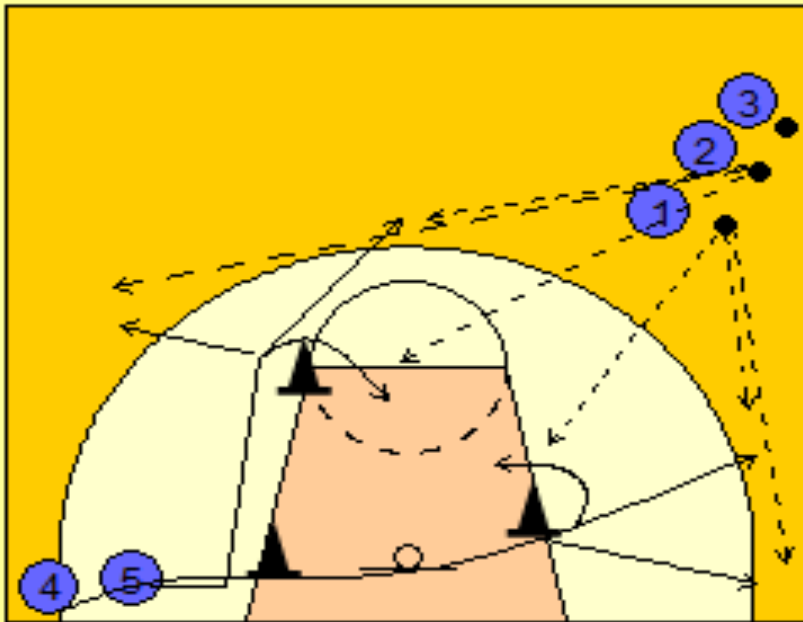
► Progressivité de l'exercice:

- Imposition dans un premier temps des sorties d'écran et les finitions.
- Imposition des appuis (effacés, engagés, enroulés, simultanés face au panier).
- Imposition des enchaînements: réception/tir; réception/dribble(s)/tir; réception/feinte de tir/dribble/tir.
- Puis choix des joueuses.

► Consignes:

- Réduction de distance vers le premier plot à allure faible.
- Feinte sur un ou deux appuis à l'opposé de l'écran+ accélération en passant au ras des plots
- À l'abord du plot haut, augmenter la fréquence des appuis: faire de petits appuis+baissier son centre de gravité (fléchir) et s'orienter face à la balle.
- A l'alignement ballon/ 2eme plot/joueuse (et défenseur plus tard): choisir sa sortie d'écran en réaccélération et en appelant la balle si possible les appuis face au panier, et recevoir en posture de tir.
- Sortie directe: appel de balle main extérieure ou à deux mains face à la balle si appuis simultanés face au panier. Passe directe et sèche.:
 - Si dribbles vers la balle: premier dribble puissant dans la continuité de l'attraper à partir de la main extérieure; dribble surpassant les appuis fictifs du défenseur.
 - Si dribble à l'opposé de la réception, arraché de balle en pivoté effacé et premier dribble puissant au-delà des appuis fictifs du défenseur.
- Curl: appel de balle à deux mains; passe dans la course du curl, soit directe, soit au sol.
- Flare: reculer les appuis face à l'anneau; passe légèrement lobée.

EXERCICE DE TIRS SUITE



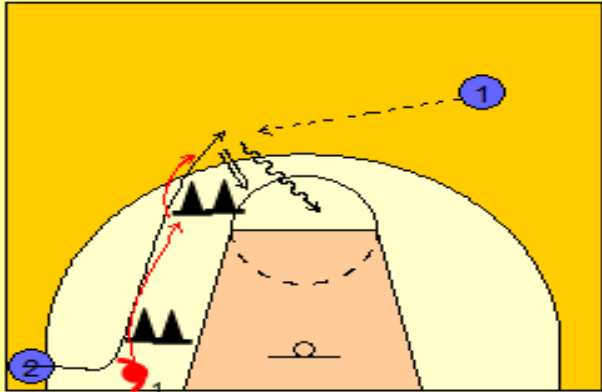
- Variante en alternant sortie vers le haut ou baseline.
- Possibilité de faire cet exercice en tout terrain.
- Mêmes consignes que précédemment.

TRAVAIL EN 1 CONTRE 1 AVEC PASSEUR AVEC PLOTS MATERIALISANT LES ECRANS

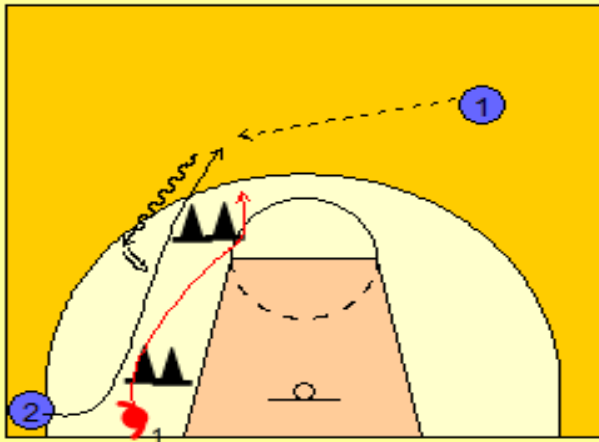
(ex avec écrans verticaux)

- **rappel des consignes en imposant le choix défensif.**
- **puis liberté du défenseur et lecture de jeu de l'attaquant.**

1c1 avec passeur

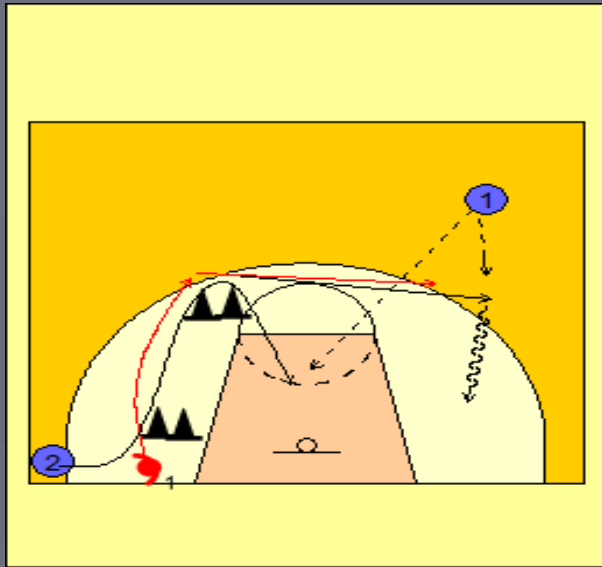


- Le défenseur suit: option sortie directe/tir ou pénétration à l'opposé de la reprise du défenseur (close out).

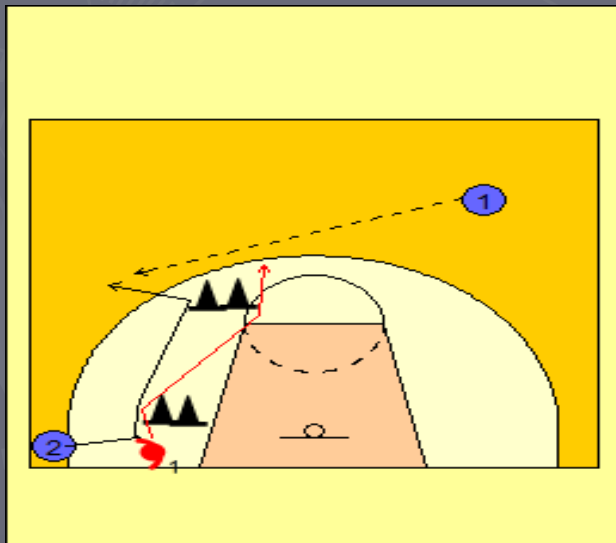


- Le défenseur glisse: option sortie directe/tir ou pénétration à l'opposé de la reprise du défenseur (close out).

1c1 avec passeur

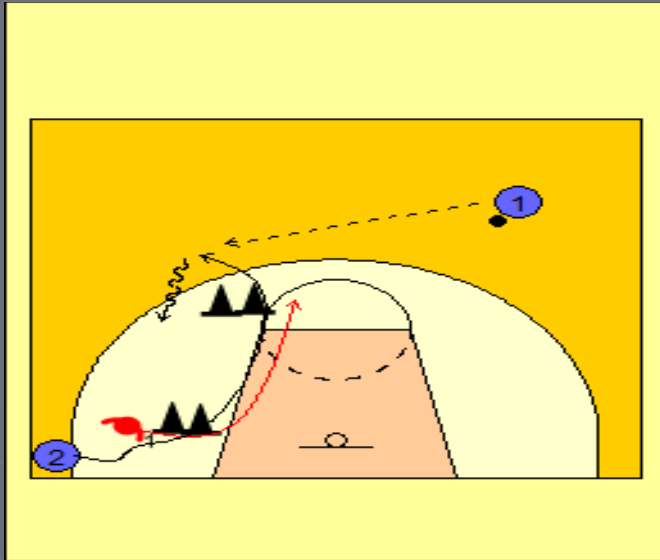


- ▶ Le défenseur suit:
 - Curl au ras
 - Curl plus large puis shoot ou drive à l'opposé du close out.

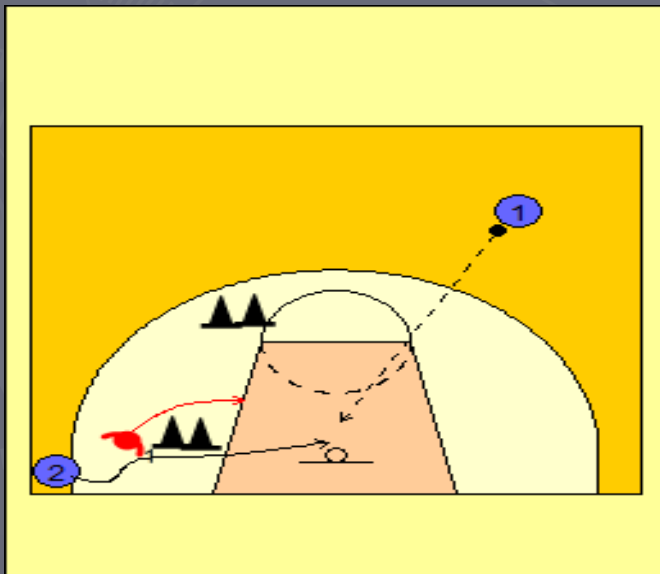


- ▶ Le défenseur glisse: flare de l'attaquant puis tir ou dribble baseline /tir.

1c1 avec passeur



- ▶ Le défenseur « ferme » l'écran bas.
 - Aiguillage de l'attaquant pour passer baseline et recevoir éventuellement sous le panier.
 - Ou remontée vers l'écran haut puis tir ou drive à l'opposé du close out.



**TRAVAIL EN 1 CONTRE 1
AVEC PASSEUR AVEC PLOTS
MATERIALIZANT LES
ECRANS**

**Exercices à réaliser avec
écrans horizontaux.**

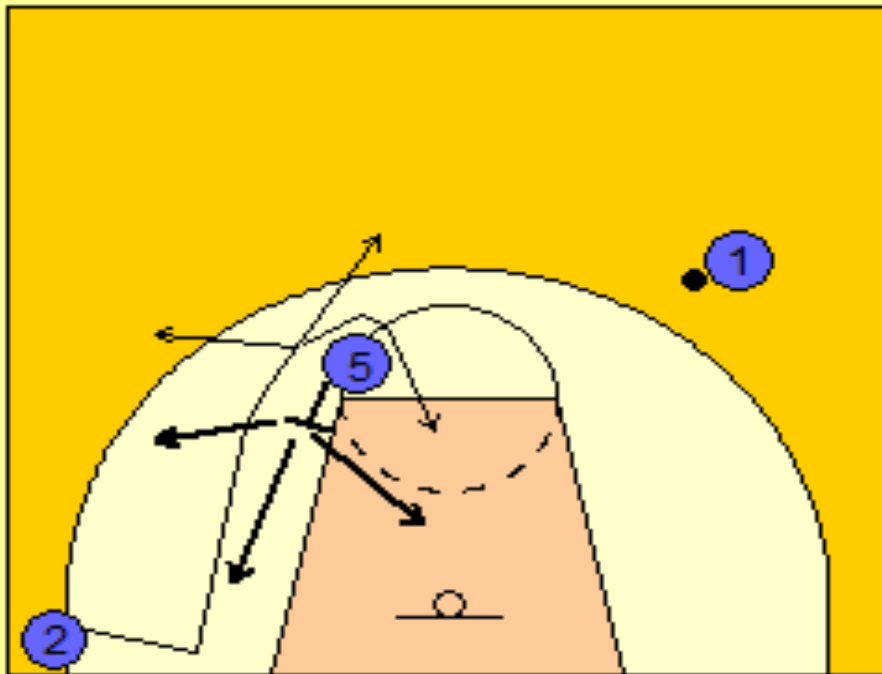
2c0 avec passeur

(le défenseur imaginaire sera matérialisé en rouge).

Travail d'échauffement sur les différentes sorties d'écran et sur les relations qui peuvent découler entre la joueuse extérieure et l'intérieure poseur d'écran.

- D'abord imposer les sorties d'écran et les relations de passes. (toutes les options pour chaque sortie d'écran)
- Puis laisser choisir la joueuse extérieure avec adaptation de l'intérieure en ce qui concerne les angles d'écran et les espaces de passe.
- Exercice à réaliser ensuite avec écrans baseline.

2c0



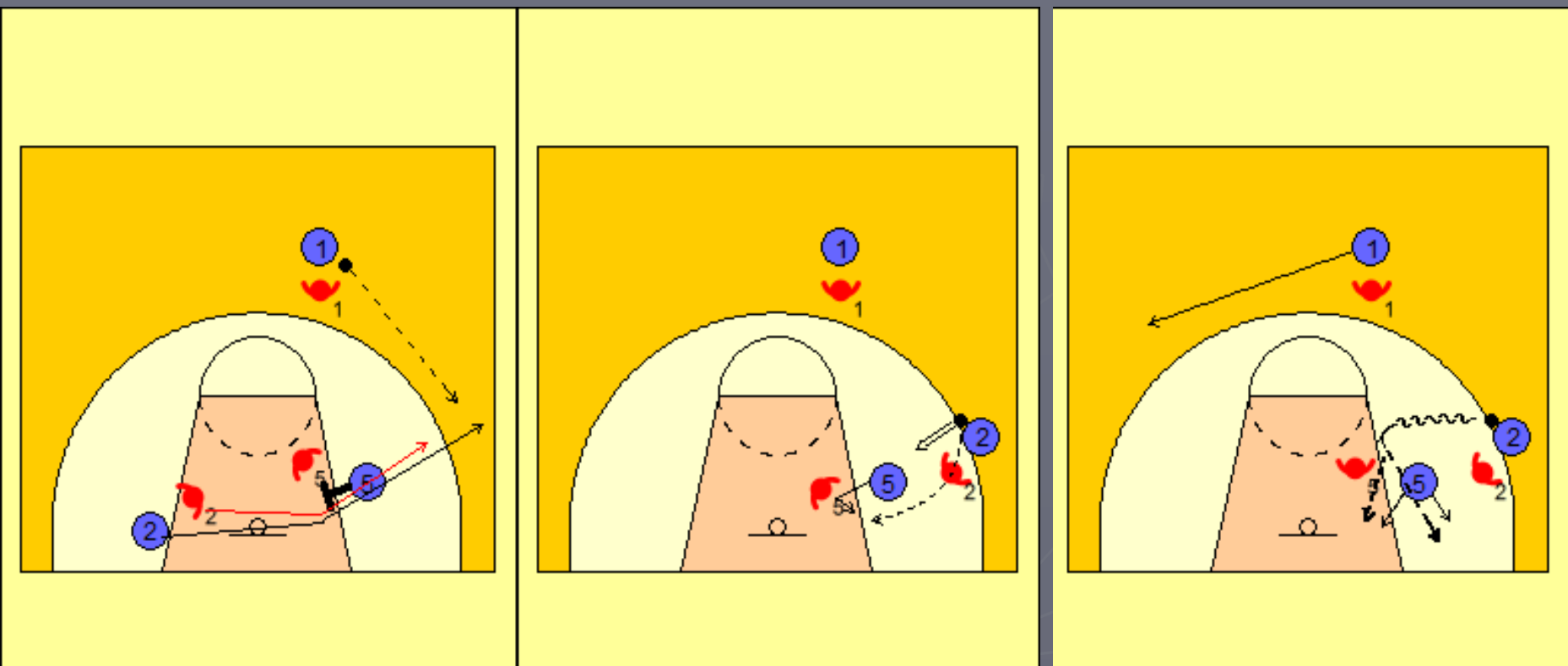
-Imposition des scénario de jeu puis choix de l'utilisateur d'écran.

-Insister sur la pose de l'écran (repères) et les diverses ouvertures en fonction des espaces utilisés par l'ailière.

-Idem avec écran ligne de fond.

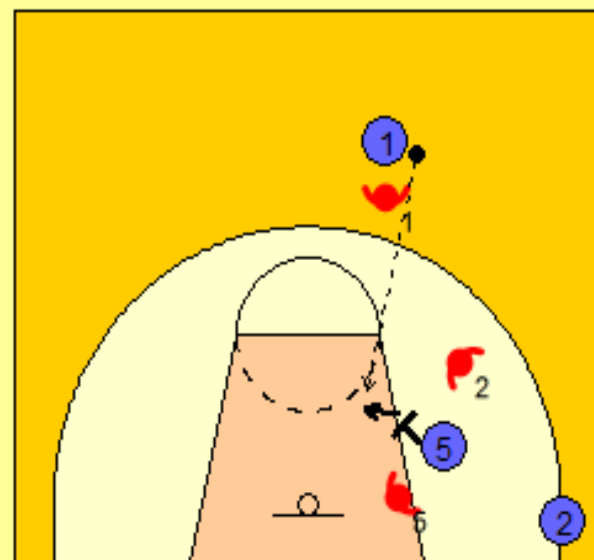
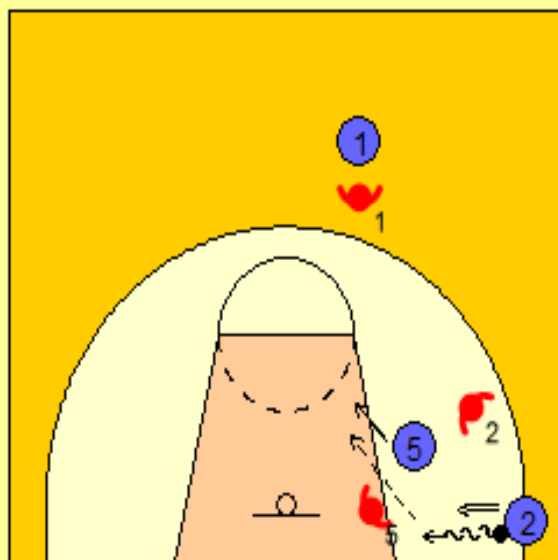
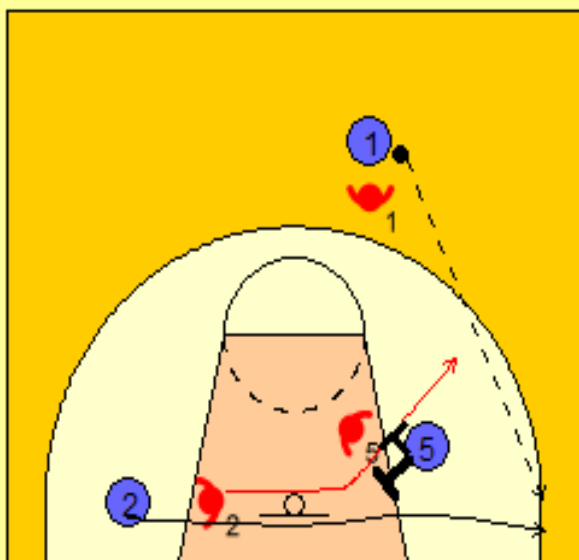
2c2 avec passeur/3c3
(exemple sur les écrans
baseline)

2c2 avec passeur/3c3



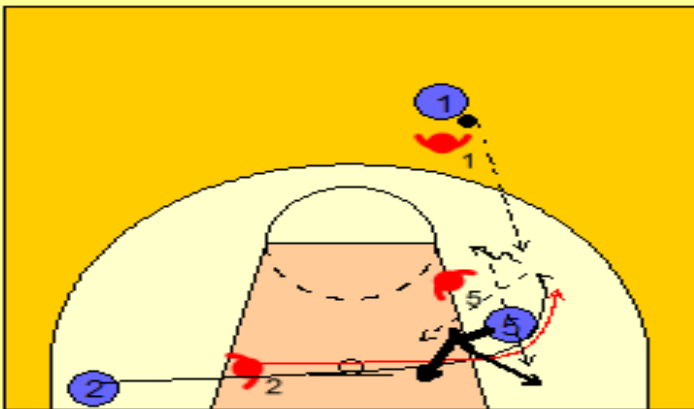
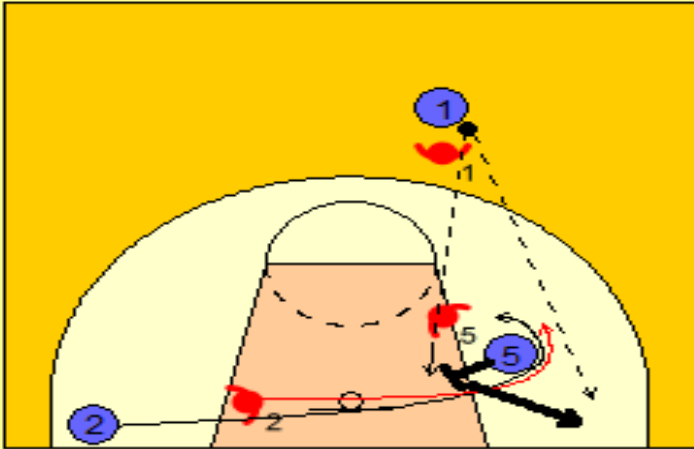
- ▶ **Le défenseur suit.**
- ▶ **Sortie directe de 2.** Ouverture de 5 à la balle.
 - Relation 2-5 en passe avec prise de position de 5.
 - Ou drive dans l'axe (à l'opposé du close out), aide du défenseur de 5 et dans ce cas, 5 plonge à l'anneau ou flare.

2c2 avec passeur/3c3



- **Le défenseur de 2 glisse.** 5 change son angle d'écran en pivoté effacé. Flare de 2 qui reçoit la balle dans le corner pour un shoot ou un drive baseline. Si aide du défenseur de 5: 5 remonte légèrement high post.
- Si le défenseur de 5 anticipe la passe dans le corner, 5 ouvre à la balle.

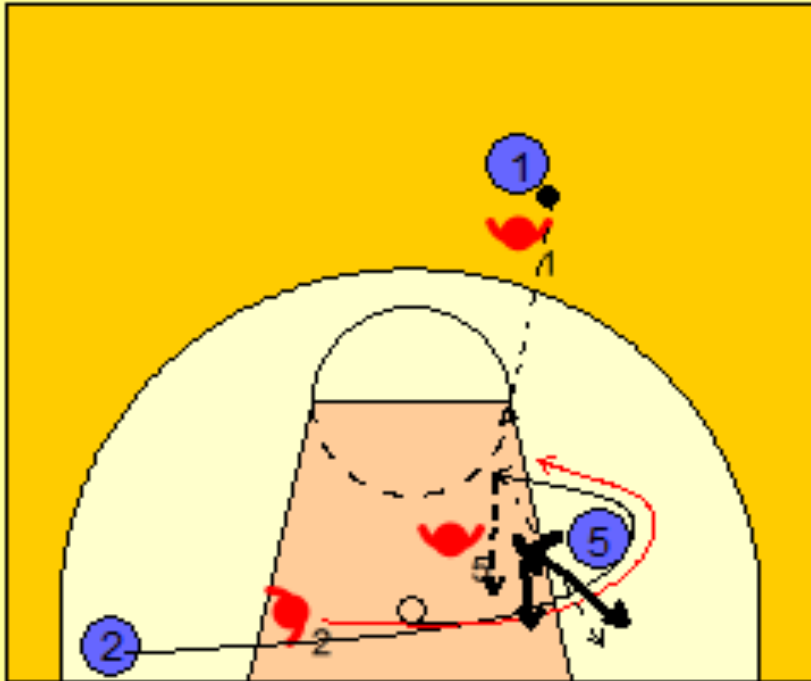
2c2 avec passeur/3c3



- ▶ **Le défenseur de 2 suit. 2 curl. Le défenseur de 5 sort en step out pour dissuader la passe à 2.**
 - Soit 5 sort short corner après son écran pour augmenter la distance de reprise de son défenseur.
 - Soit , si le défenseur monte haut sur son step out, possibilité de passe lobée (surtout en garçons).

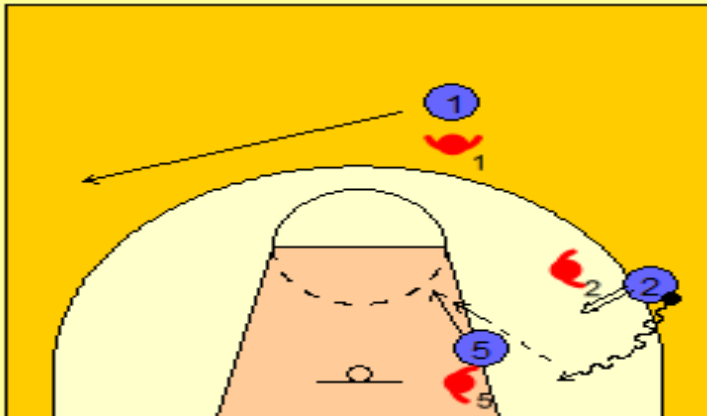
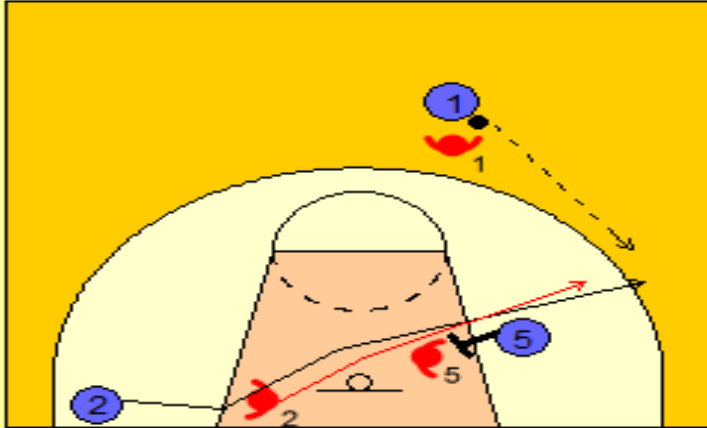
- ▶ **Si 1 parvient à donner à 2:**
 - soit 5 s'engage dans l'espace vers l'anneau pour une passe à terre de 1.
 - Si l'espace est fermé, dribble de recul de 2 pour faire accompagner le défenseur de 5 plus loin. S'écarte alors short corner pour augmenter la distance de reprise. La passe se fera le plus souvent au dessus de la tête suite au dribble de recul.

2c2 avec passeur/3c3



- ▶ Mêmes cas de figure si **le défenseur de 5 aide à plat sur le curl.**
- ▶ NB: nous détaillerons dans le 5 c5 les choix à faire pour le joueur 5 entre ouverture en s'écarter short corner ou ouverture en s'engageant vers l'anneau.

2c2 avec passeur/3c3



- ▶ **Le défenseur de 2 ferme la baseline: 2** aiguille baseline pour changer de rythme et utiliser l'écran par le haut.
- ▶ 5 peut remonter un peu pour effectuer son écran plus haut.
- ▶ 2 peut shooter ou driver baseline.
- ▶ Si aide du défenseur de 5, 5 s'écarte vers le high post.

2/Tentative d' application de ces principes vus en jeu réduit à travers deux systèmes mis en place en pré saison.

▶ Contexte du match:

- Vidéo du 1er match amical et du 1er match de championnat.

▶ Objectifs:

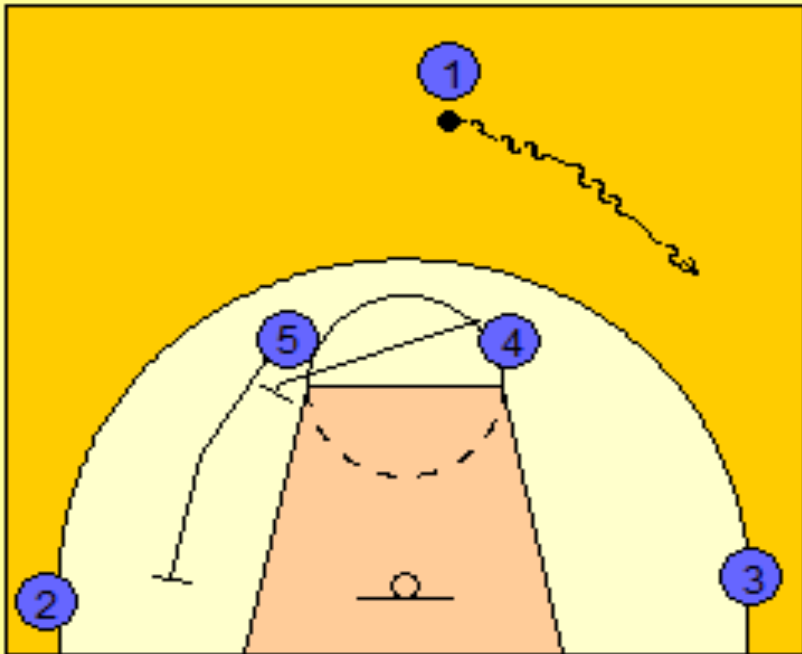
- Appliquer les consignes sur les poses et utilisation des écrans.
- Réinvestir le travail de lecture de jeu réalisé en jeu réduit en 5c5 avec la difficulté de prendre en compte les aides et espaces utilisés par les autres joueurs.

▶ Systèmes mis en place avant le match:

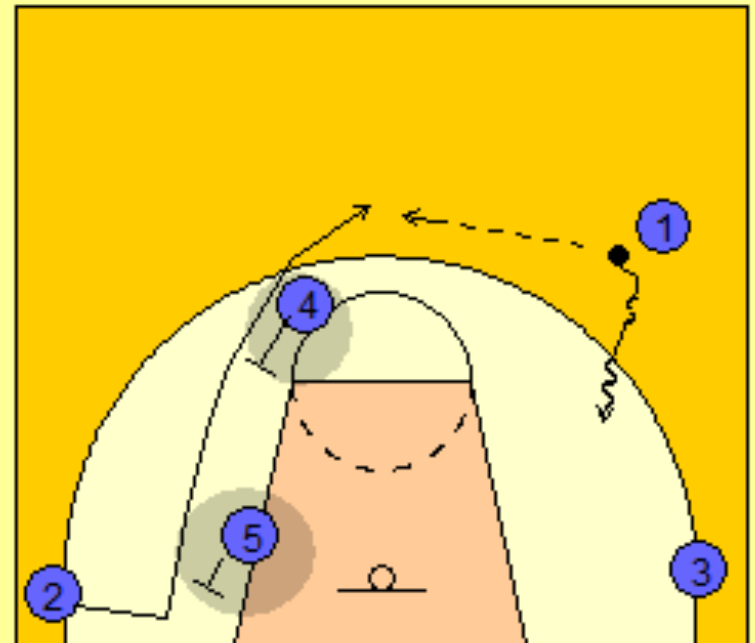
- Système « corne ».
- Système «maillot ».

LE SYSTÈME « CORNE » (cf Equipe de France masculine, V COLLET)

1

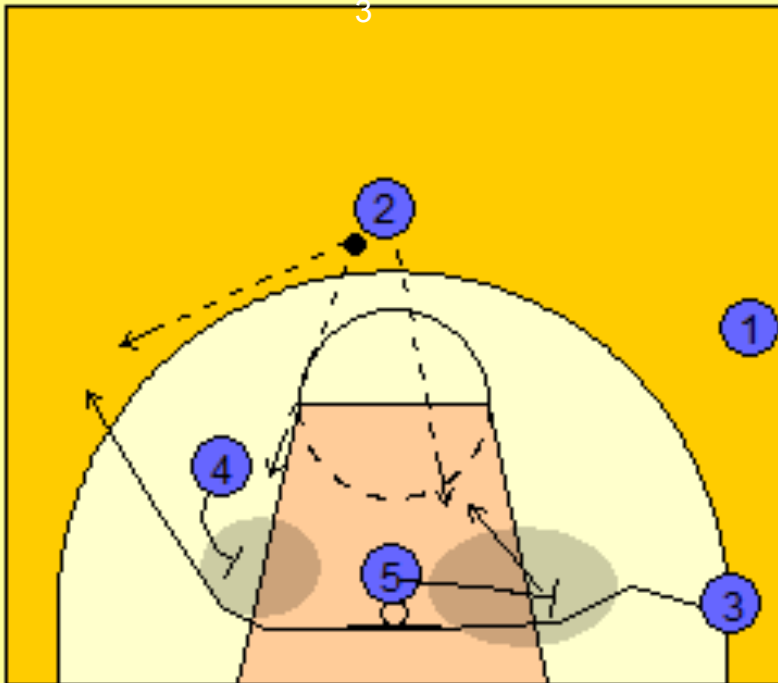


2

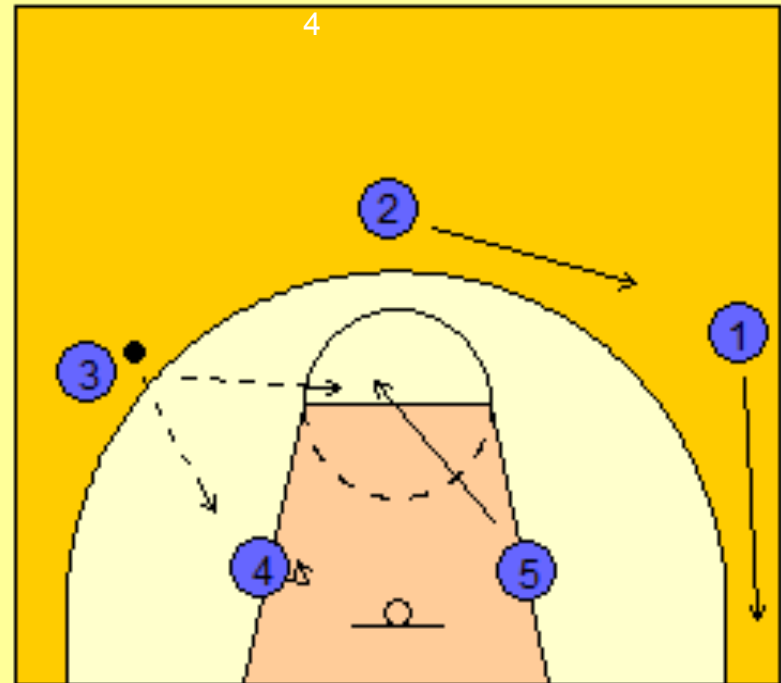


SUITE DU SYSTÈME « CORNE »

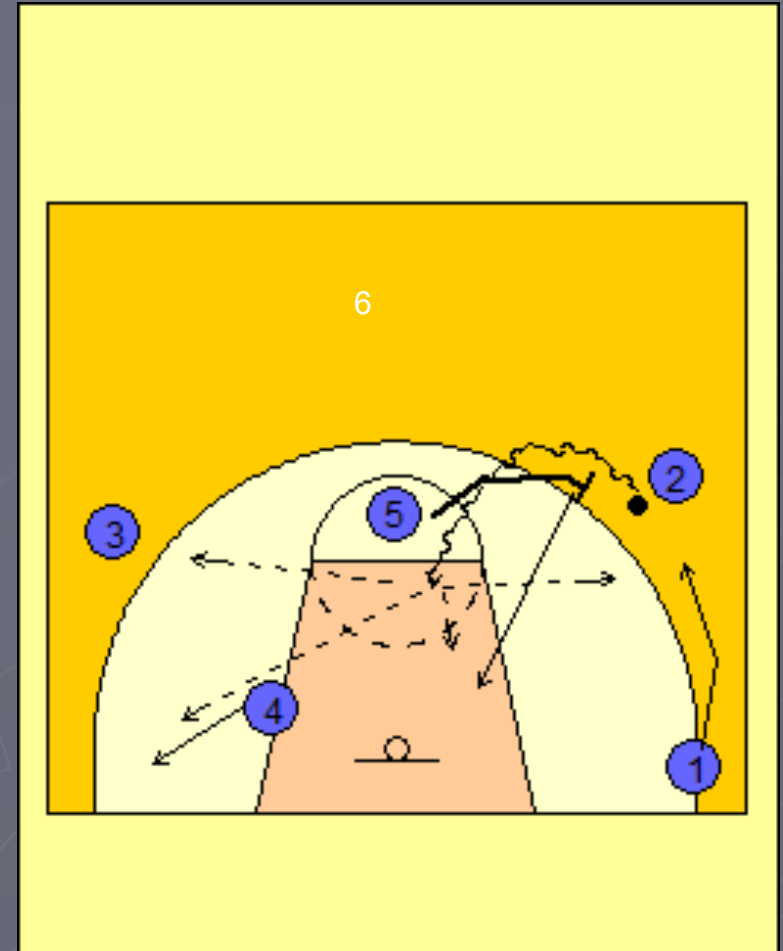
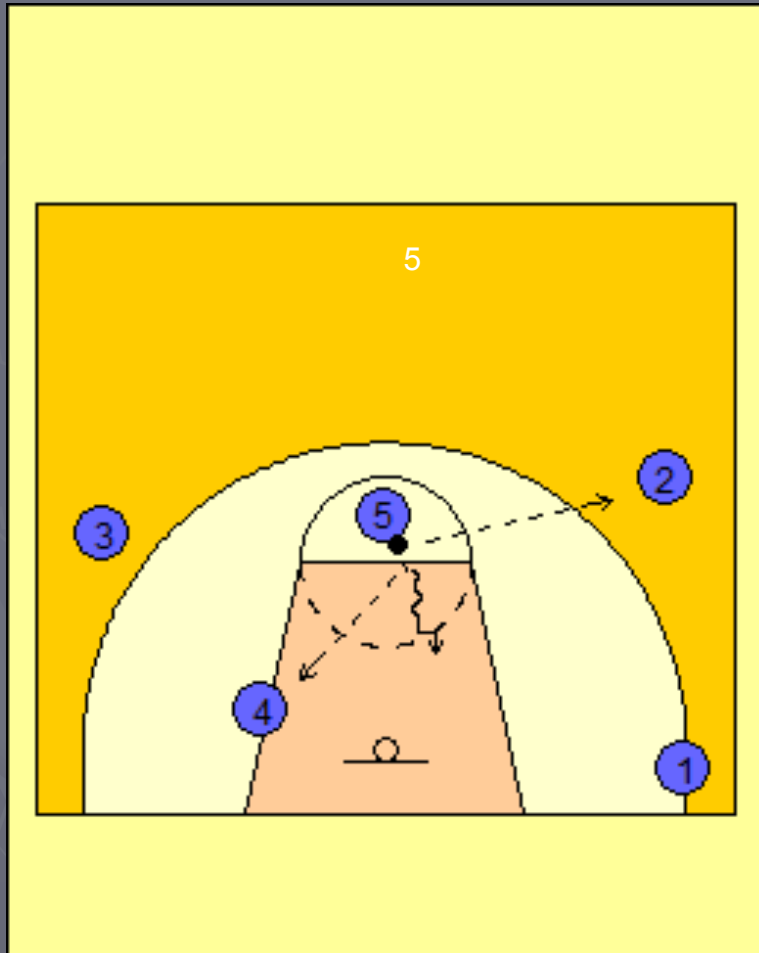
3



4



FIN DU SYSTÈME « CORNE »

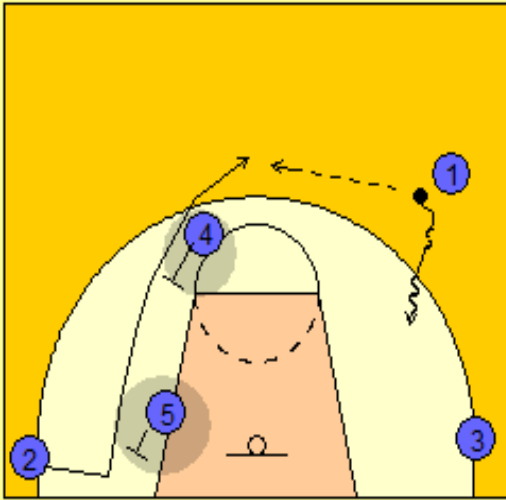


3/Analyse vidéo avec les joueuses de quelques phases de jeu et défriering permettant de mettre en avant les difficultés rencontrées sur les 2 systèmes.

PROBLEMES RENCONTRES

- Première cascade:

- Enchaînement trop rapide du système par la meneuse alors que les ailières ne sont pas encore disposées dans les corners.
- Utilisation et pose correcte trop irrégulière avec parfois absence total d'écran.
- Pour l'aillère: récitation du système vu en 5c0. Elles reçoivent la balle en haut de raquette sans prise en compte de la défense. Difficulté à réinvestir les contenus du 3c3: **respect des espaces facilitant l'enchaînement du système.**
- Idem pour le deuxième poseur d'écran : elle enchaîne la deuxième cascade sans prendre en compte les aides de son défenseur. (absence de flare ou flare tardif et pas assez large).

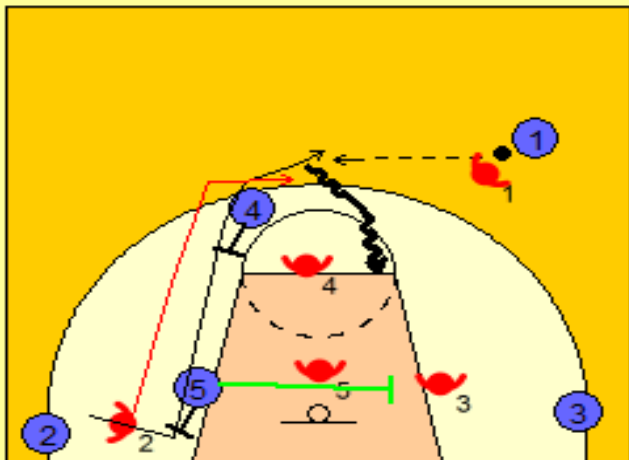


VIDEO

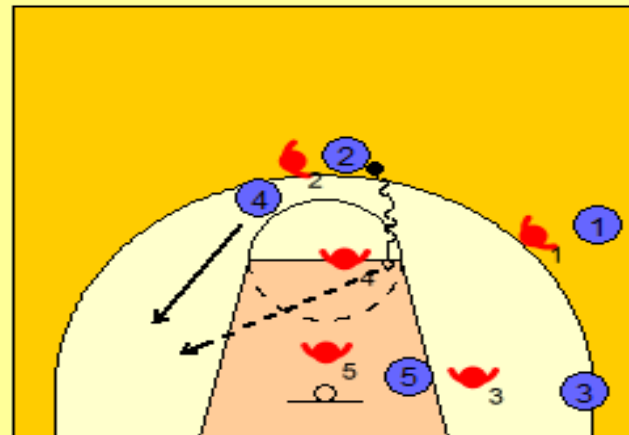


4 / Quelques adaptations de la continuité des systèmes en 5 c 5 en fonction de la lecture de jeu et de l'exploitation de ces écrans (espaces).

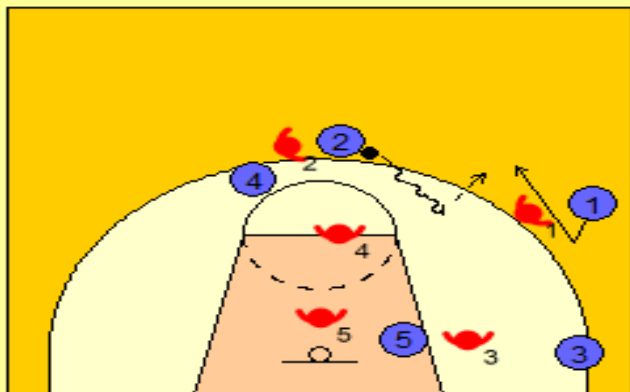
Adaptation du système corne
première cascade d'écrans:
le défenseur 2 suit
le défenseur 4 aide à plat
Dribble de percussion de 2
5 enchaîne son 2eme écran



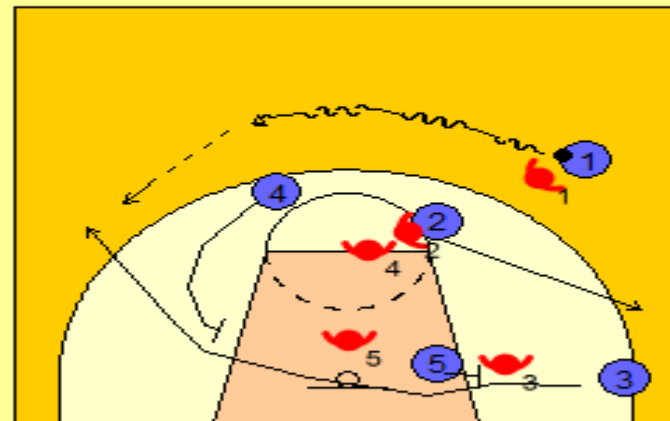
1



2



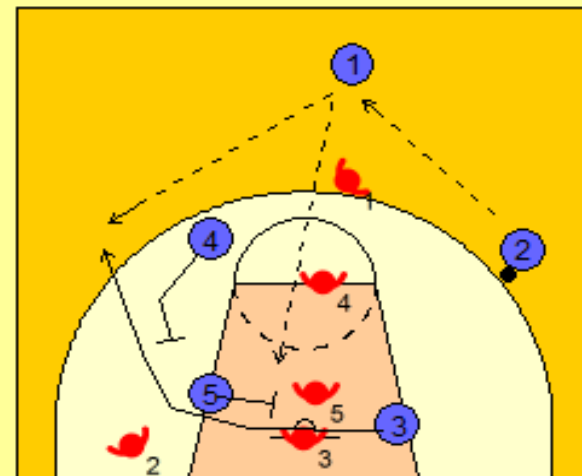
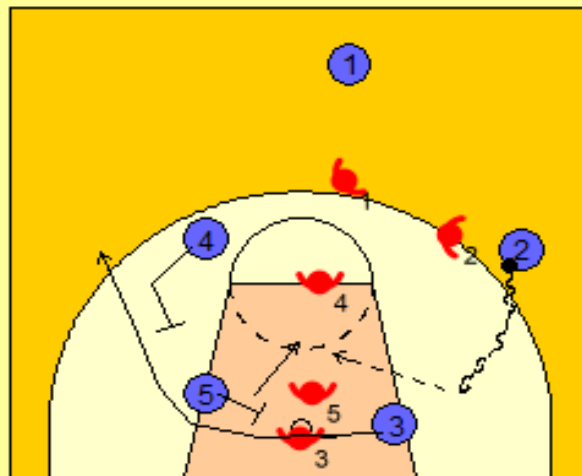
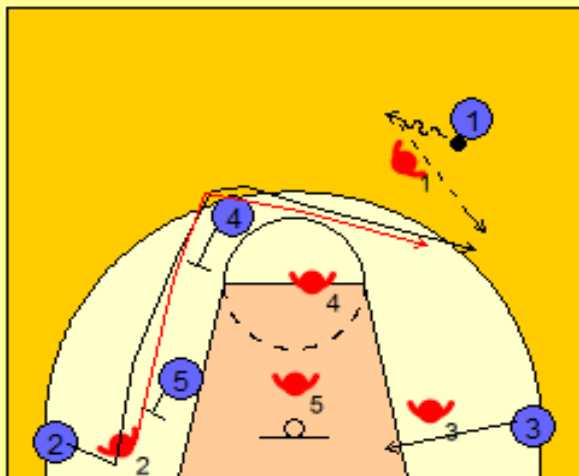
3



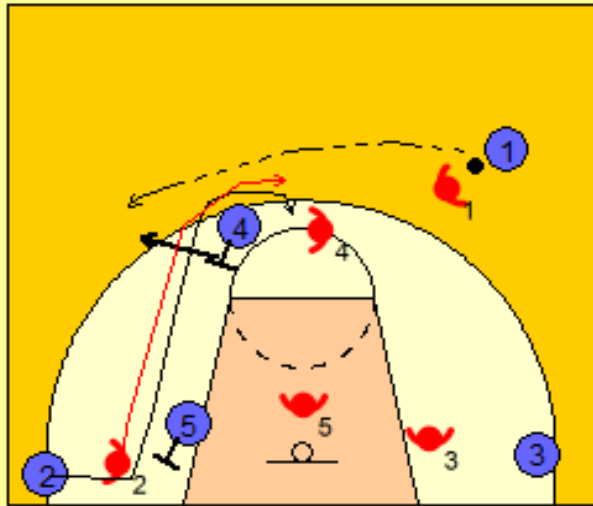
4

Adaptation du système corne
première cascade d'écrans:
le défenseur 2 suit
le défenseur 4 aide à plat
2 curl « large » à 45 ° à l'opposé.

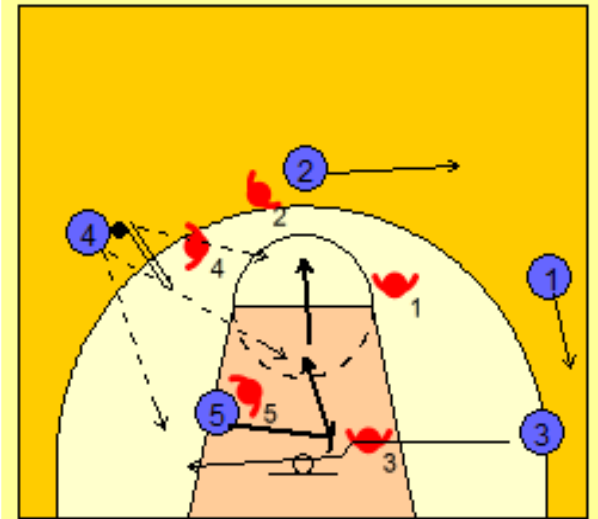
- ▶ A la réception, 2 peut tirer ou drive baseline (close out latéral).
 - 3 doit lire cette sortie et anticiper un clear out (libérer l'espace) pour enchaîner la 2eme cascade et laisser le couloir de 1 c1 à 2.
 - Dans ce cas, le premier écran de 5 est milieu de raquette pour libérer le couloir.
 - Si le défenseur de 5 aide baseline, 5 remonte pour s'ouvrir un angle de passe et être disponible.
- ▶ Si 2 ne trouve pas de solution, il rend la balle à 1 qui enchaîne la passe de la 2eme cascade.



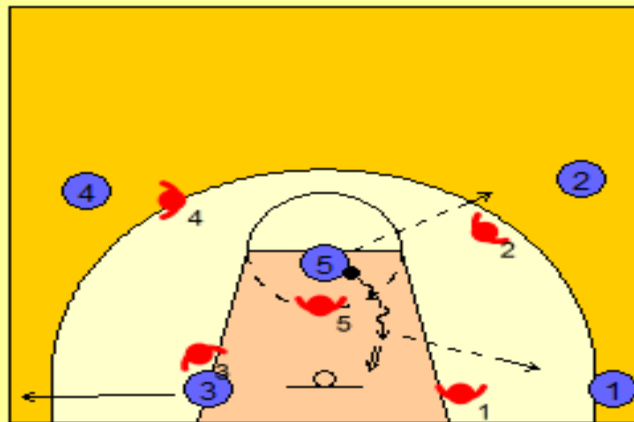
Adaptation du système corne
première cascade d'écrans:
le défenseur 2 suit
le défenseur 4 aide en step out
2 curl mais ne peut recevoir la balle
4 s'écarte après son écran à l'opposé



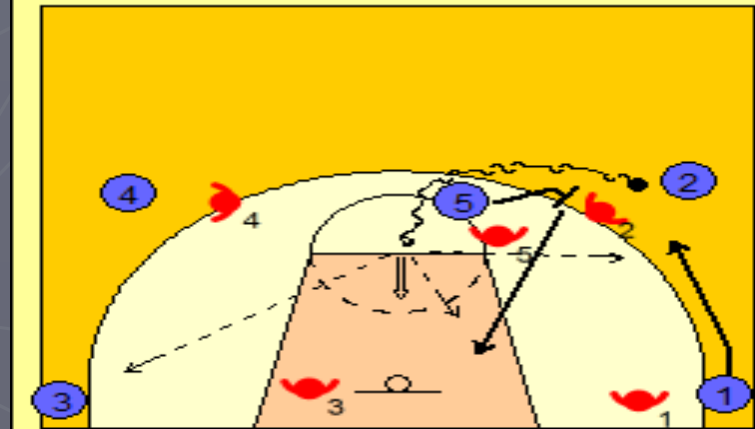
1



2

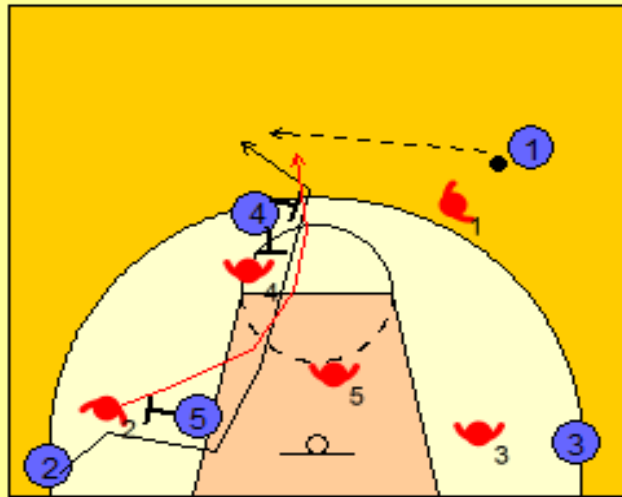


3



4

Adaptation du système corne
première cascade d'écrans:
le défenseur 2 ferme la remontée



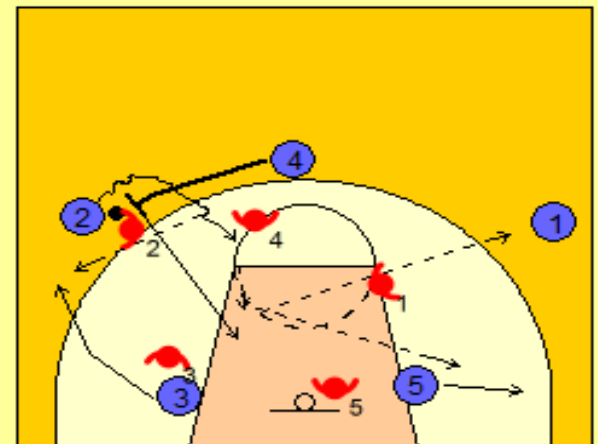
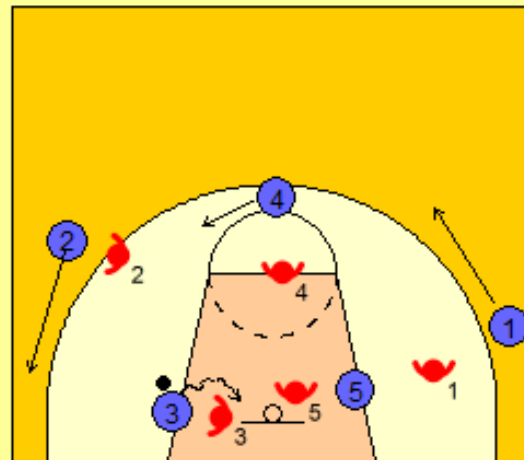
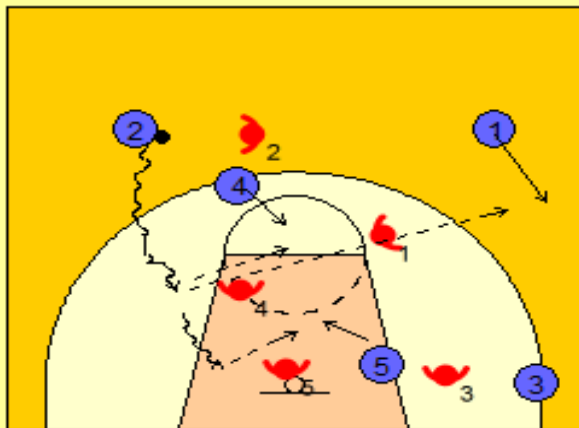
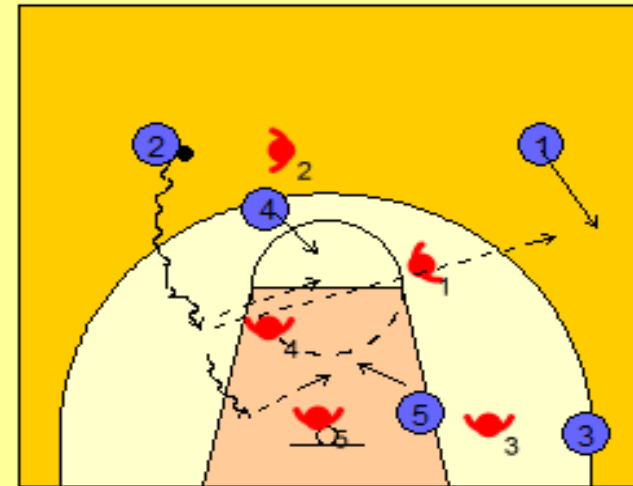
1

2

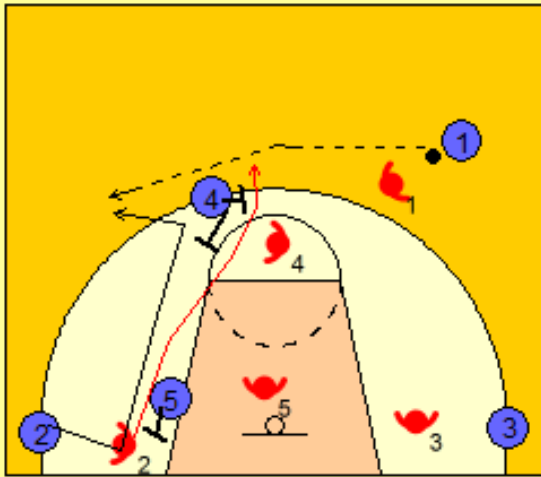
4

3

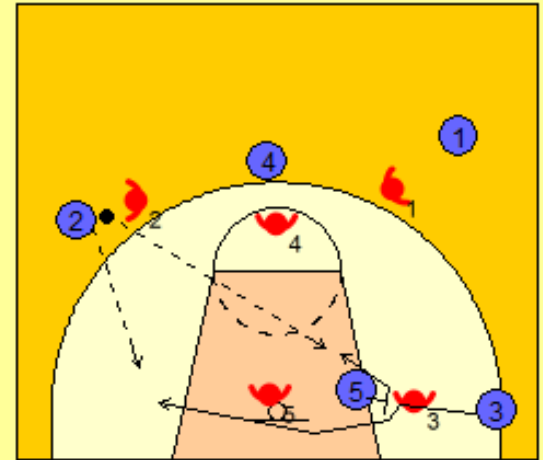
5



Adaptation du système corne
première cascade d'écrans:
le défenseur 2 glisse
Flare de 2
changement d'angle de 4



1

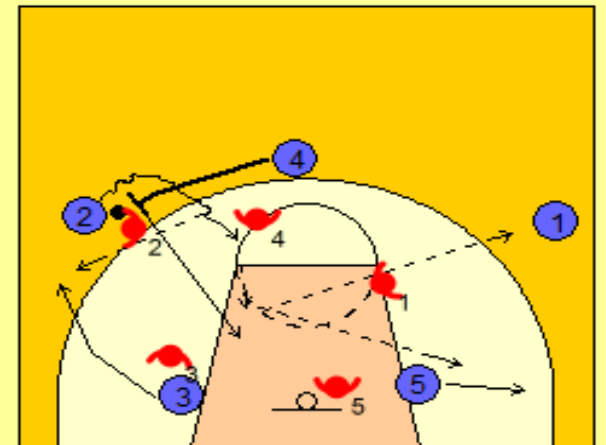
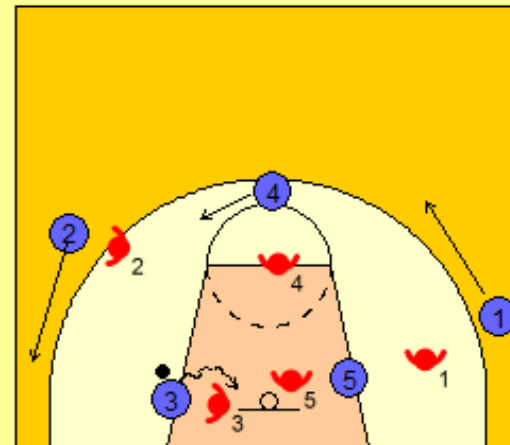
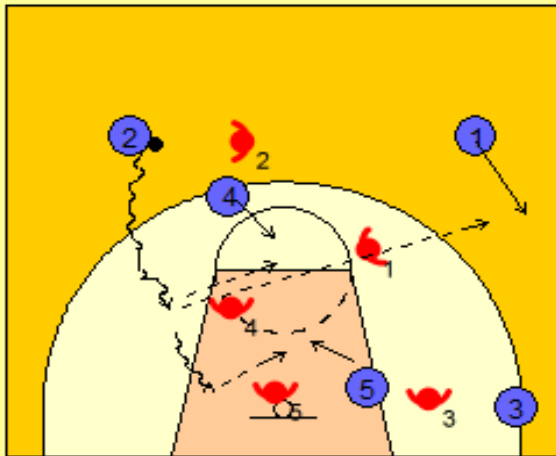


2

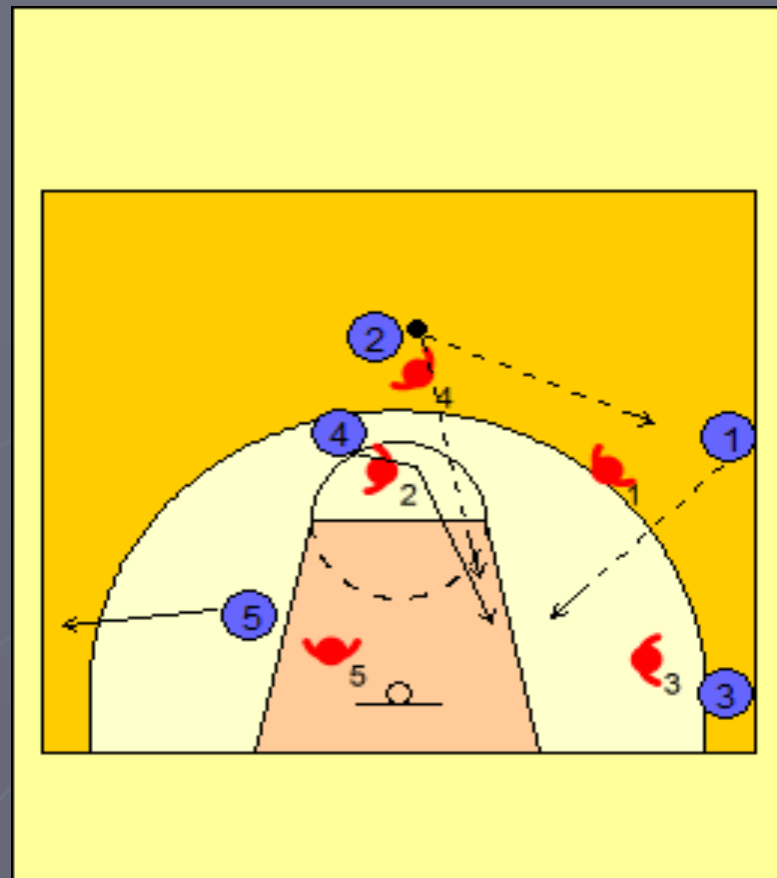
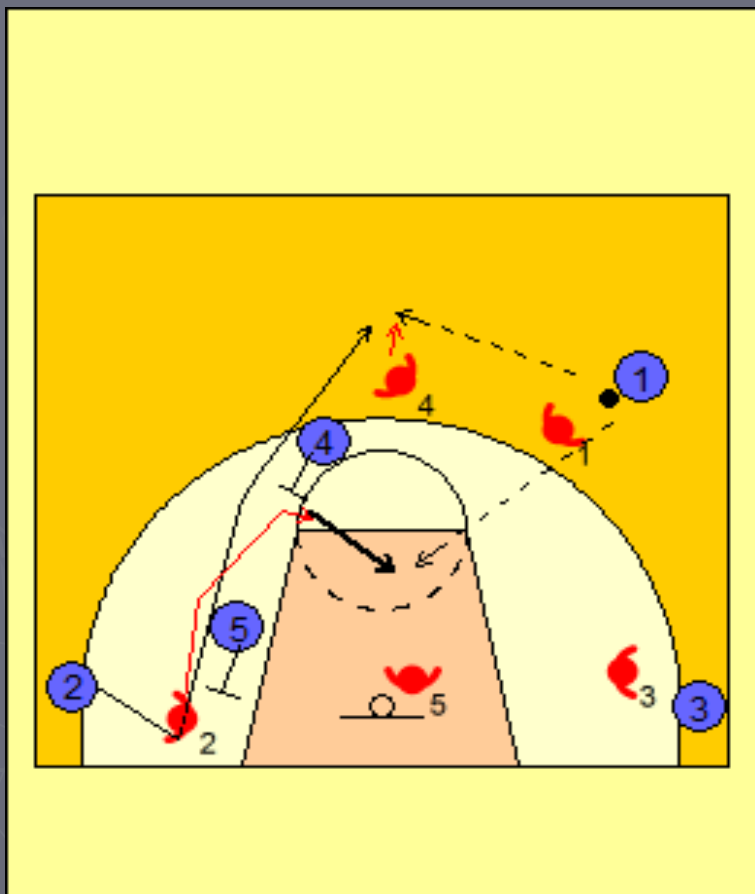
3

4

5



Adaptation du système corne première cascade d'écrans: le défenseur 2 et de 4 changent



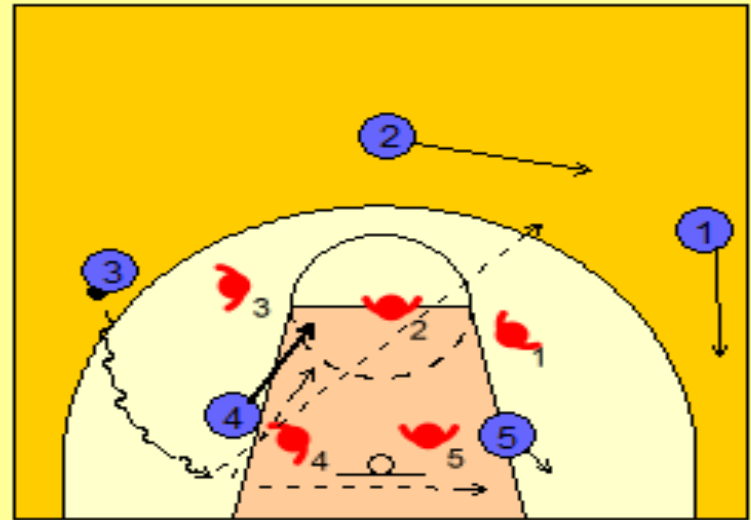
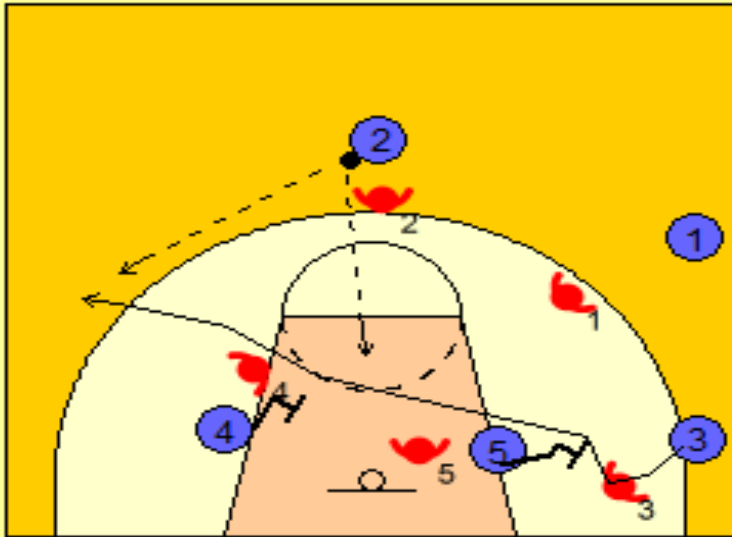
4 plonge pour profiter du mismatch.

5 s'écarte pour libérer la raquette. **Objectif:** tout arrêter pour isoler 4 dans la raquette et skip pass si aides exagérée à l'opposé.

Travail de passes à l'extérieur pour trouver un angle de passe favorable.

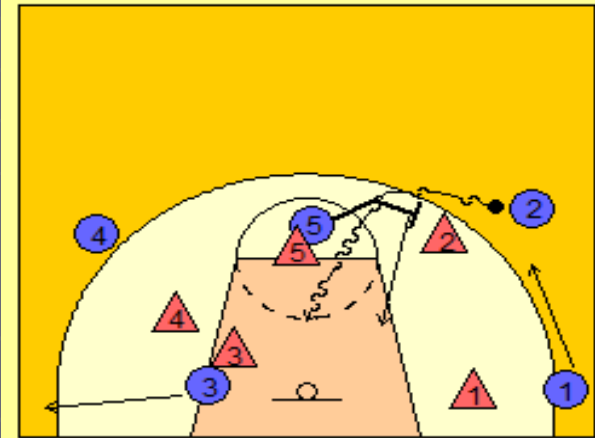
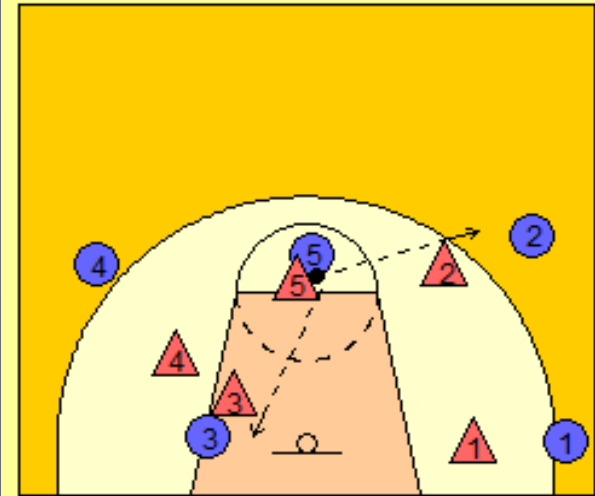
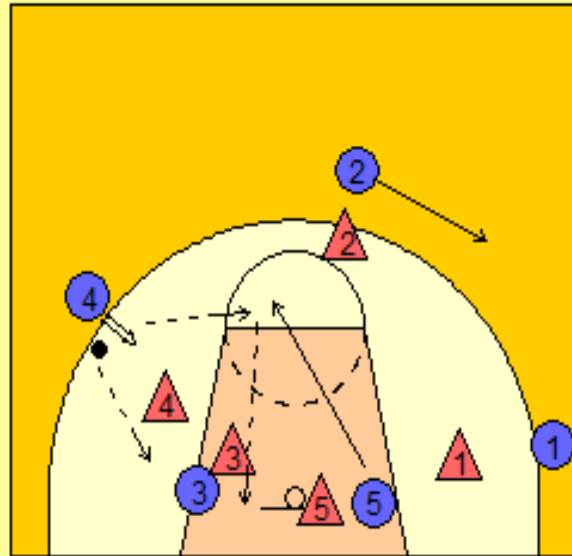
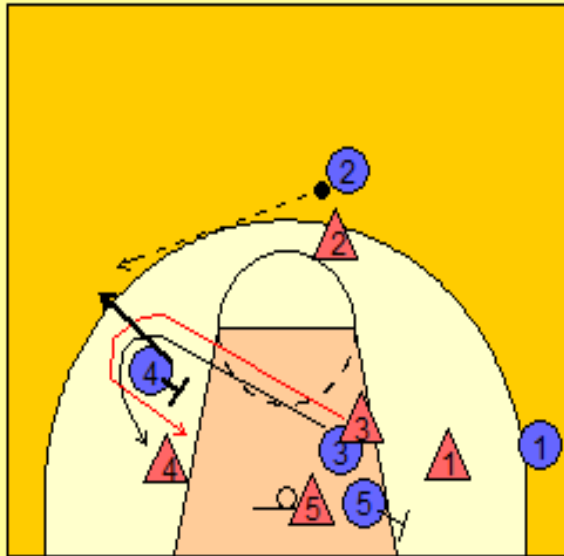
**QUELQUES ADAPTATIONS
DE LA CONTINUITÉ DU
SYSTÈME CORNE EN
FONCTION DE LA DEUXIÈME
CASACADE D'ÉCRANS**

Adaptation du système corne
deuxième cascade d'écrans:
le défenseur 2 ferme la baseline
puis suit
5 change son angle d'écran
2 passe à 3



2 reçoit la balle et peut tirer ou driver à l'opposé du close out.
4 ouvre un angle de passe en remontant si son défenseur aide.
Lecture de l'aide de l'aide avec 2 ou 5.

Adaptation du système corne
deuxième cascade d'écrans:
le défenseur 2 ferme la baseline
puis suit
5 change son angle d'écran
3 curl
2 passe à 4



Adaptation du système corne
deuxième cascade d'écrans:

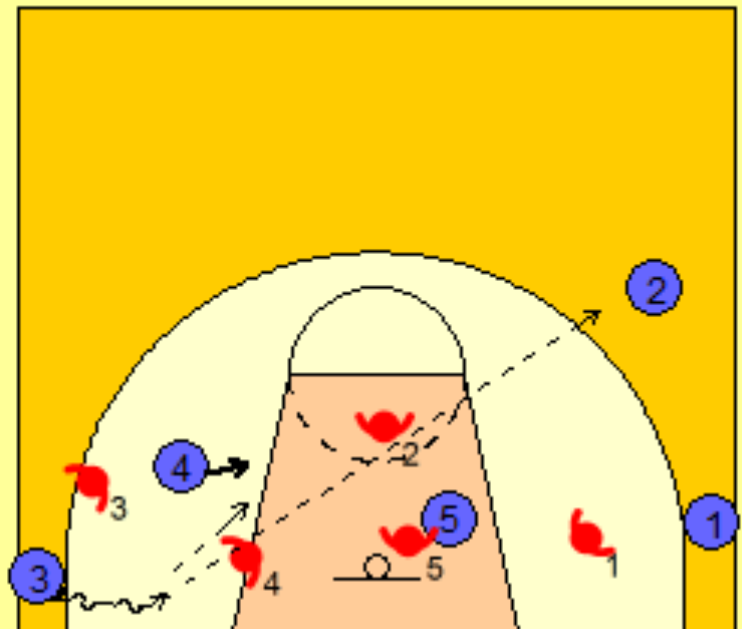
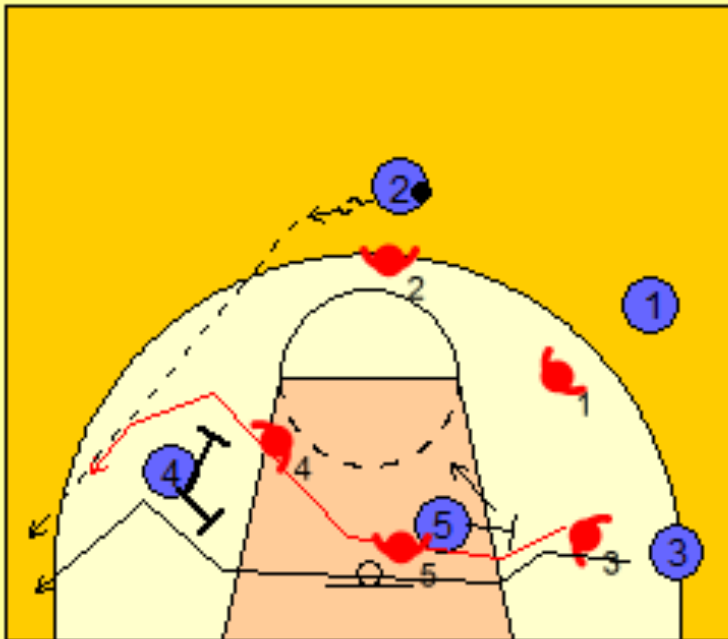
le défenseur 2 glisse

5 ouvre à la balle.

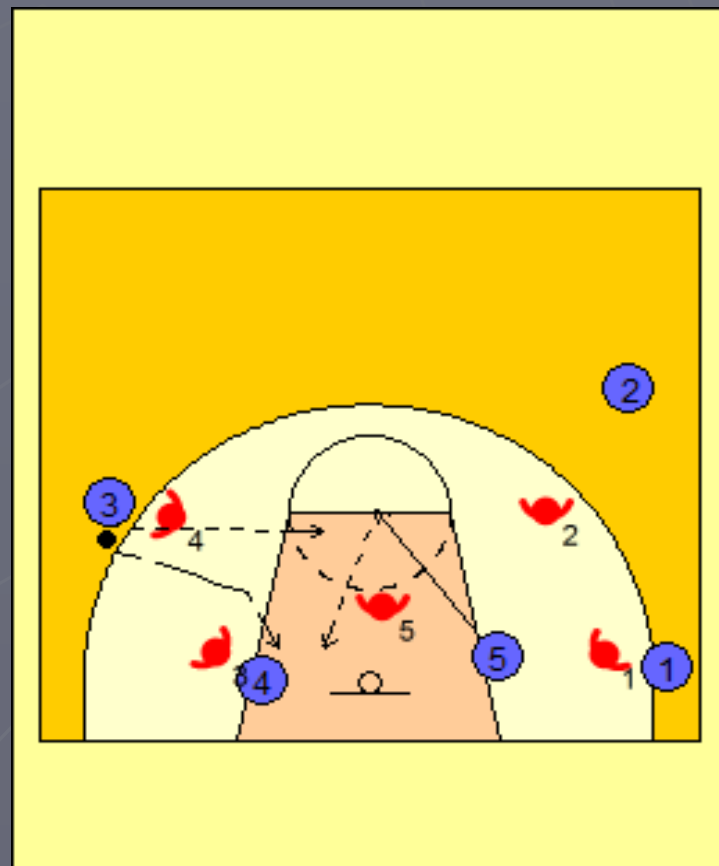
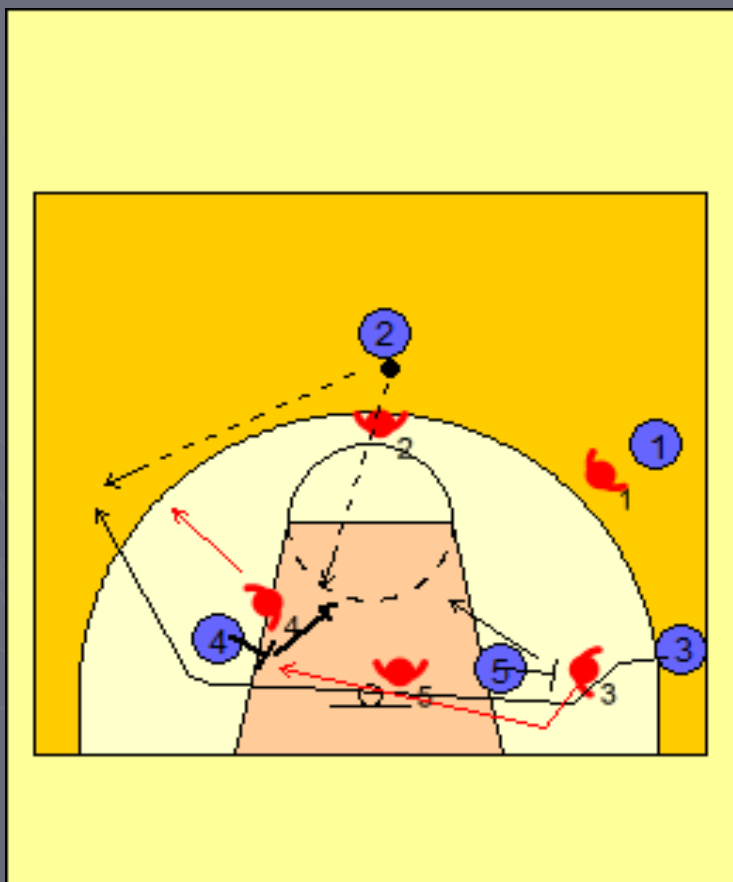
4 change son angle d'écran

2 flare

3 passe à 2 ou à 4 qui ouvre à la balle



Adaptation du système corne
deuxième cascade d'écrans:
les défenseurs 2 et 4 changent



Recherche du mismatch avec 4. 5 remonte high post pour trouver une relation en triangle.

CONCLUSION

- ▶ Travail long à acquérir: difficulté à poser et utiliser correctement les écrans tout en lisant le jeu et en s'adaptant le plus vite possible aux choix défensifs et la continuité prévue et cohérente du système.
- ▶ Travail à réinvestir sur les écrans non porteur horizontaux pour les joueuses intérieures.
- ▶ Même forme de travail sur les pick n roll.