

# MISE EN PLACE DE DEFENSES AGRESSIVES

EJJ, 26 février 2007.

Par Julien Mahé.

## DEFINITION.

Les défenses agressives cherchent à « défendre en attaquant ». Par des manœuvres collectives, elles vont tenter de mettre en difficulté l'attaque.

Nous allons prendre deux exemples : *La zone press ¾ terrain et la défense run and jump.*

Pour mieux les définir, il faut répondre à trois questions.

### Pourquoi ?

- Retard au score
- Changer le rythme du match
- Coaching en fonction de l'adversaire (changement, temps mort)

### Quand ?

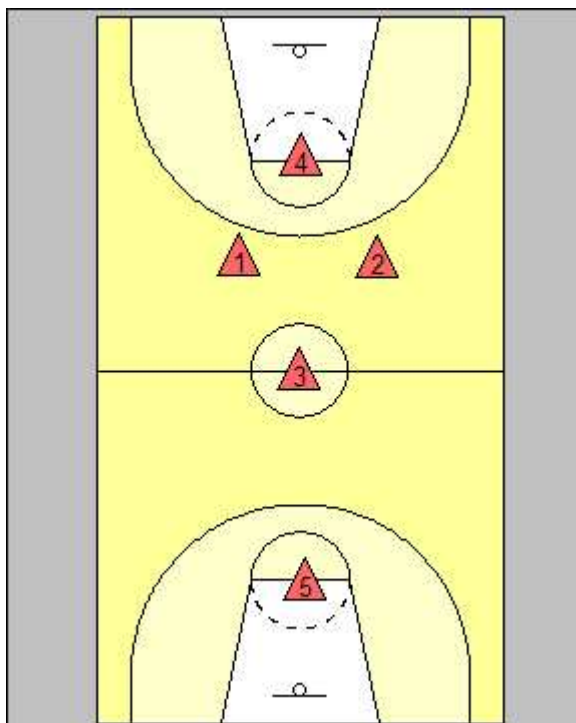
- Après panier marqué
- Remise en jeu ligne de fond
- Après un temps mort adverse
- Après Lancer Franc

### Comment ?

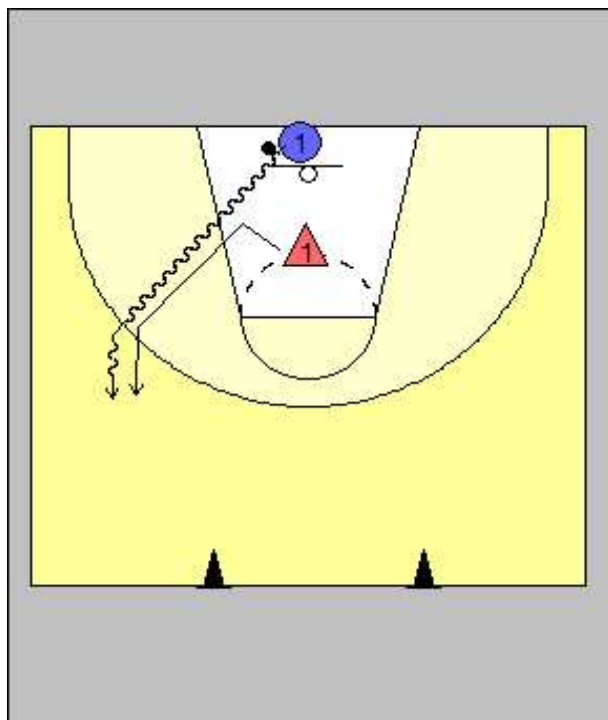
- Principes collectifs : récupération active du ballon/protection du panier
- Respect des fondamentaux individuels défensifs
- Surnombre défensif sur le porteur du ballon (2c1)
- Gouverner le couloir central

## ZONE PRESS 1 2 1 1 $\frac{3}{4}$ terrain.

Cette défense a pour objectif principal de ralentir la montée du ballon, puis de provoquer la perte de balle de l'adversaire.



### Situation n°1 :



### **1c1**

#### Objectif :

Etre capable d'amener l'attaquant dans certaines zones du terrain.

#### Déroulement :

Attaquant cherche à aller dans le couloir central, le défenseur veut l'amener entre un plot et la ligne de touche.

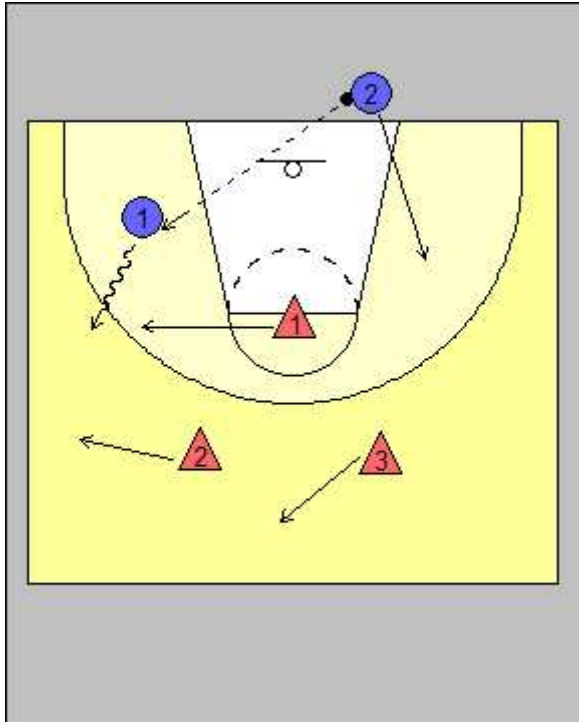
#### Consignes techniques :

- attitude défensive
- quand attaquant a choisi son côté, refuser tout changement de direction
- repère « épaule – torse »
- bras levé dans la direction de la course

Dans cette situation, nous travaillons le rôle du joueur du premier rideau. Ce joueur peut être le meneur de jeu, mais également le poste 4 qui par son envergure, sa

polyvalence et dans un souci de rapidité de transition attaque – défense peut être efficace. Le défenseur va venir mettre la pression sur le pdb afin de provoquer le dribble.

### Situation n°2 :



2c3

#### Objectif :

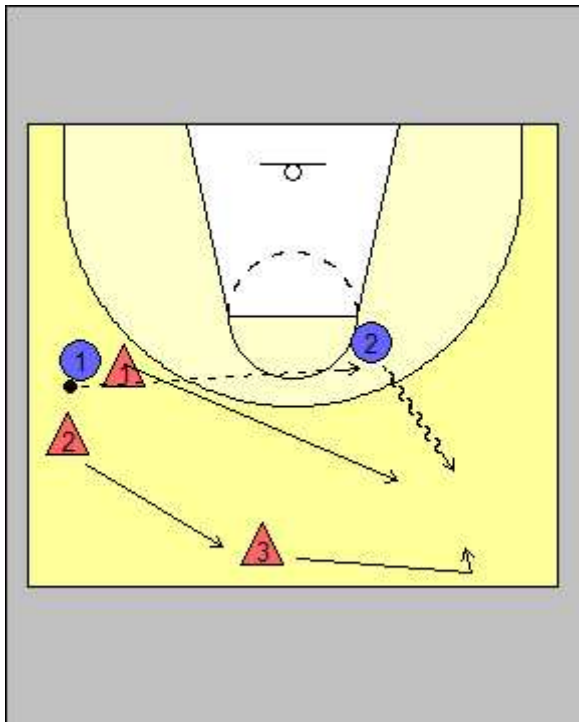
Etre capable de trapper sur le pdb et de transiter à l'opposé.

#### Déroulement :

2 attaquants veulent passer le milieu pour aller marquer, 3 défenseurs veulent ralentir au maximum la montée du ballon en trappant sur le pdb.

#### Consignes techniques :

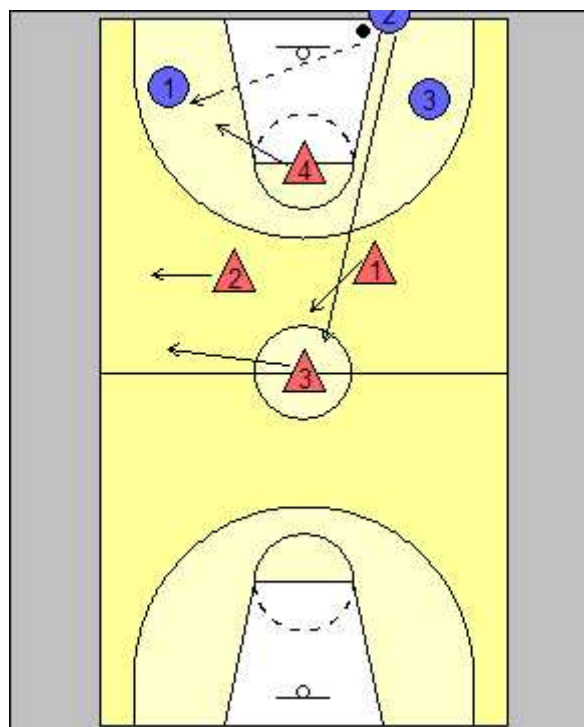
- déf 1 oriente le pdb, ne pas être battu dans le milieu
- déf 2 prêt à trapper, ne pas être battu le long de la ligne de touche
- déf 3 va vite dans l'axe central



**Si transfert latéral**, 3 prend en charge le pdb (ne pas être battu ligne de touche), déf 2 va vite vers le milieu, déf 1 revient sur le pdb (ne pas être battu par le milieu). Après transfert latéral, ACCEPTER DE RECULER (règle des 8 secondes).

Cette situation veut travailler les coordinations des deux premiers rideaux. Le second rideau est occupé par le meneur de jeu et un joueur extérieur. Ils ne doivent jamais être battu par la ligne de touche. Le défenseur opposé doit venir dans le milieu afin d'éviter toute passe dans cet espace.

### Situation n°3 :



**3c4.**

#### Objectif :

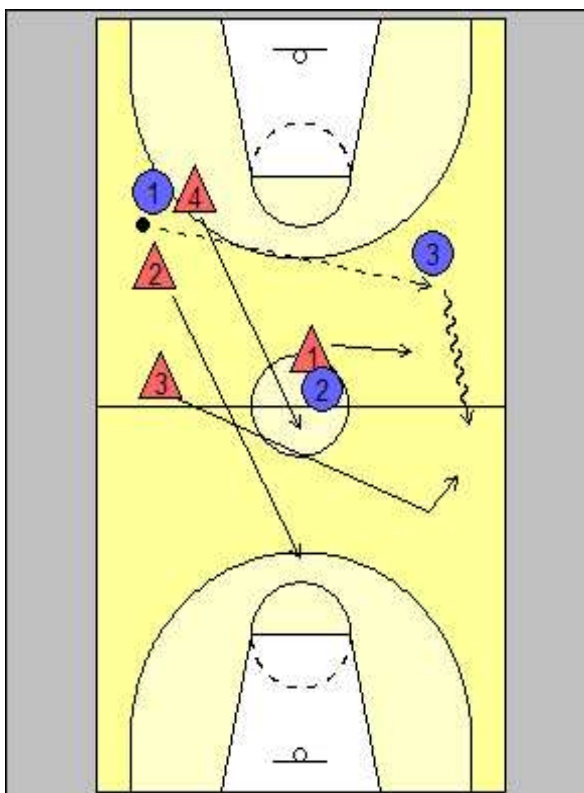
Être capable de collaborer défensivement.

#### Déroulement :

Les 2 attaquants veulent marquer, les 4 défenseurs veulent ralentir la montée du ballon ou provoquer la perte de balle des attaquants.

#### Consignes techniques :

- idem situations précédentes
- déf 3 se place rond central quand ballon est au milieu, ensuite, il se déplace toujours côté ballon



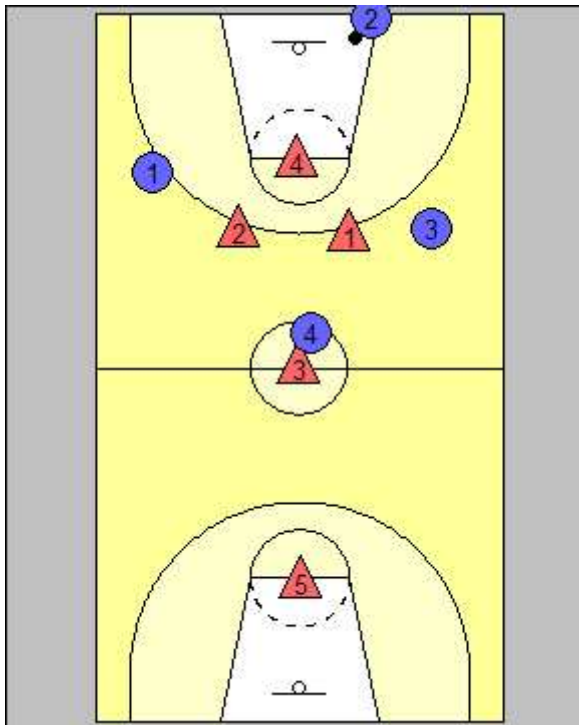
Variante.

**Sur transfert latéral, si aucune trappe n'est possible avant ligne médiane, nous demandons alors à 1 et 3 de trapper à la place de 4 et 1 sur les situations précédentes.**

Ceci dans le but de trapper juste derrière la ligne médiane (violations).

Le rôle du défenseur du 3<sup>ème</sup> rideau est très important, il prend place dans le rond central puis se déplace toujours côté ballon afin de dissuader toute passe vers l'avant. Nous lui demandons de se tenir prêt du joueur le long de la ligne de touche, prêt à intervenir sur la passe. Il laisse donc la ligne de passe ouverte mais est prêt à l'intercepter. Ce rôle est souvent attribué au poste 3 capable d'allier volume et mobilité latérale.

#### Situation n°4 :



#### **4c5 puis 5c5.**

##### Objectif :

Etre capable de défendre collectivement en zone press

##### Déroulement :

A 5c5, après chaque tir, remise en jeu ligne de fond afin de mettre en place la zone press.

##### Consignes techniques :

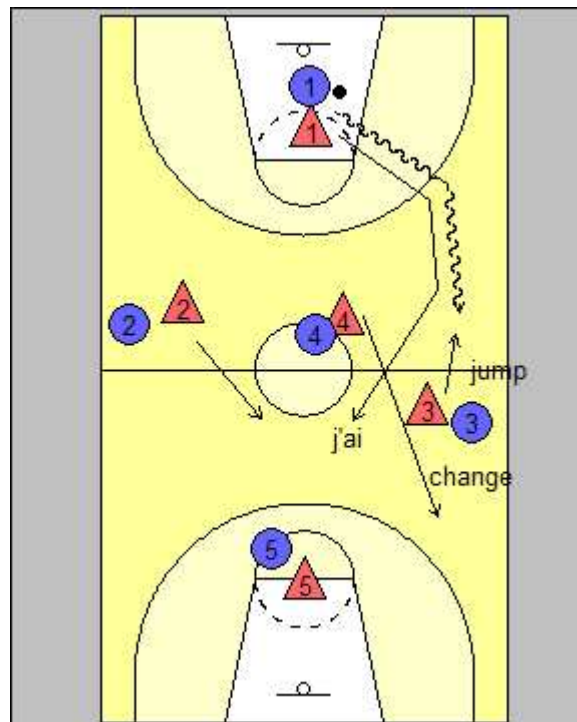
- respecter les consignes précédentes
- déf 5 doit respecter la ligne ballon-panier pour son placement.
- transiter en défense sur jeu placé ensuite.

Dans le jeu 5c5, il faut fixer des repères aux joueurs qui leur permettent de savoir quand transiter en défense de jeu placé. La plupart du temps, le repli s'effectue en défense de zone, mais aujourd'hui, les défenses homme à homme peuvent succéder à la zone press. Cela peut représenter un risque mais dispose d'un réel avantage dans la formation du joueur lui permettant de mieux appréhender les priorités (ballon, joueurs près ou loin du cercle).

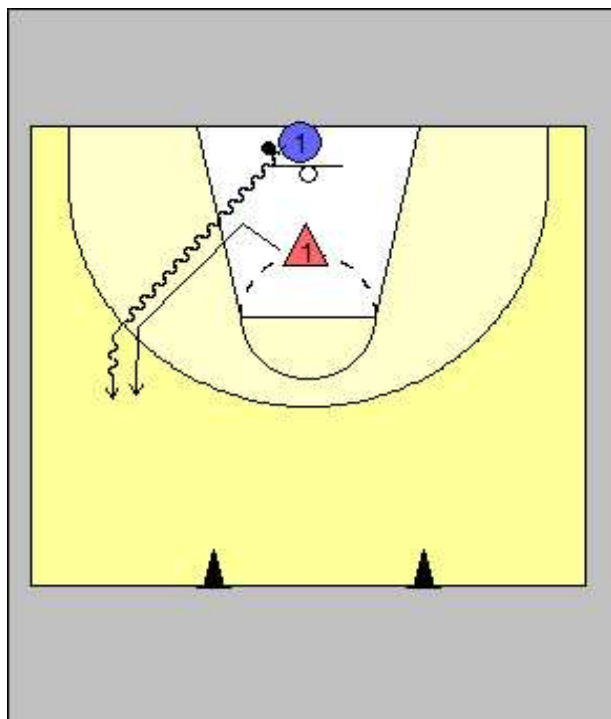
## **DEFENSE RUN AND JUMP.**

Cette défense est difficile et longue à mettre en place, mais elle présente de nombreux avantages dans le contexte de la formation du joueur car elle est très exigeante vis-à-vis des fondamentaux individuels et collectifs défensifs. Il s'agit d'une défense homme à homme où en fonction de principes collectifs prévus à l'avance, la défense homme à homme va se transformer en run and jump.

Voici l'exemple de la défense « run and jump » que nous allons tenter de définir à travers une progression pédagogique.



## Situation n°1 :



### **1c1**

#### Objectif :

Tenir le duel en amenant l'attaquant près des lignes de touche.

#### Déroulement :

Attaquant veut passer ligne médiane dans le couloir central, défenseur veut amener l'attaquant entre plot et ligne de touche

#### Consignes techniques :

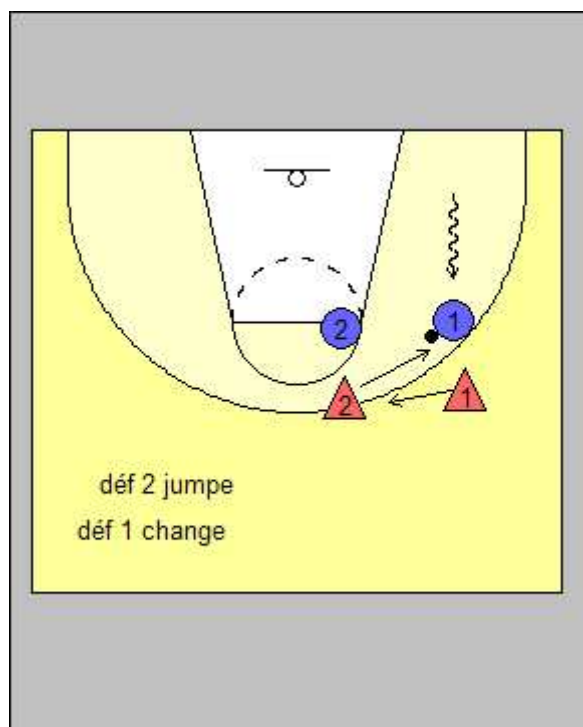
- pression orientation sur le pdb
- respect repère épaule – poitrine
- mettre suffisamment de pression sur le pdb pour l'obliger à le mettre en difficulté sur son dribble

Avec cette situation, nous pouvons définir les cas qui permettront par la suite d'effectuer la manœuvre défensive collective.

Il faut obliger l'attaquant soit :

- **à regarder son ballon régulièrement**
- **à prendre beaucoup de vitesse**
- **à hésiter dans ses prises de décision (passe, dribble)**

## Situation n°2 :



**2c2**

### Objectif :

Apprentissage de la mécanique, JUMP et CHANGE. Jump horizontal= change

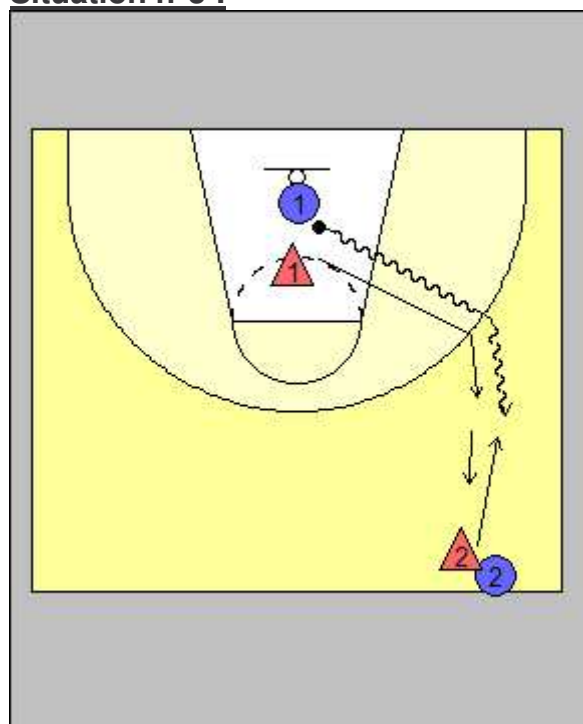
### Déroulement :

Déf 1 met la pression sur pdb, déf 2 décide au moment opportun de « jumer » et provoque le changement défensif.

### Consignes techniques :

- déf 1 met une grosse pression sur pdb
- déf va « sauter » sur le pdb, il multiplie les appuis en se rapprochant du pdb
- Il crie « jump », puis déf 1 crie « change »

## Situation n°3 :



**2c2, 1/2 terrain en longueur.**

### Objectif :

Etre capable de trouver le bon moment pour « jumer », pertinence de « l'attaque » du pdb.

### Déroulement :

2c2

### Consignes techniques :

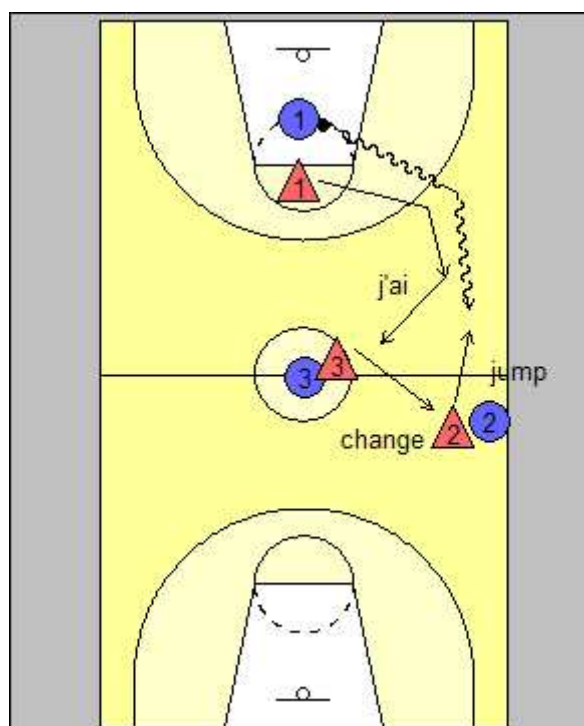
- déf pdb met pression et oriente
- déf 2 peut jumer à tout moment mais il n'est pas obligé de le faire. Il faut trouver le moment OPPORTUN.



Cette situation est délicate car elle n'est pas toujours source de réussite pour les défenseurs puisque le « jump » provoque un retard défensif par la suite. Elle ne correspond pas non plus aux principes que nous mettrons en place dans le jeu à 5 (rotation à 3 au lieu de changer pour éviter de concéder trop de retard). La clé est la qualité de la défense exécutée sur le pdb (grosse pression, orientation près des lignes de touche).

Aussi, le déf 2 doit apprendre à voir quand le pdb est en difficulté, quand l'action de « jumper » va lui faire commettre une violation, une perte de balle où une passe de mauvaise qualité.

#### Situation n°4 :



#### **3c3**

##### Objectif :

Etre capable de manœuvrer collectivement en run and jump. Provoquer perte de balle.  
Jump vertical= rotation à 3.

##### Déroulement :

3c3

##### Consignes techniques :

- même que précédente
- déf 3 va prendre en charge le joueur du déf qui jume car il est le plus proche. Il ne cherche pas obligatoirement à voler le ballon
- déf 1 reprend le joueur de 3

Le rôle des joueurs opposés sera d'assurer l'équilibre dans le repli défensif, il faut prendre des risques côté ballon et gouverner le couloir central.

La pression exécutée sur le pdb est la clé de la réussite de cette défense.

L'effet de surprise est également un paramètre important dans la réussite de cette défense.

## **Bibliographie :**

### *Zone press.*

P. Vincent. « Basket, la formation des joueurs », édition Chiron  
H.Coudray. « T Game defense », [www.stcbasketball.com](http://www.stcbasketball.com)

### *Run and jump.*

A. Delsarte. Cours staps spécialité basket, UFRSTAPS Rennes, Deug 2  
J.Vernerey. « Défendre », pivot spécial Défense 2.