

Les
Fondamentaux
De l' Attaque
De Zone

K. CLIVET

SOMMAIRE

INTRODUCTION.....	3
I – LES ESPACES CLES.....	3
<i>A - Les zones clés</i>	
<i>B - Ouverture des angles de passe</i>	
<i>C - Mise en danger du défenseur</i>	
II – LES FIXATIONS.....	7
<i>A - La feinte</i>	
<i>B - Les fixations de voisinage</i>	
<i>C - Les fixations « dedans-dehors » et inversement</i>	
III – LE TIR.....	12
<i>A - Le tir à mi-distance (2 points)</i>	
<i>B - Le tir à grande distance (3 points)</i>	
IV – LE REBOND OFFENSIF.....	14
V – LE JEU INTERIEUR.....	15
<i>A - Jouer avec un intérieur</i>	
<i>B - Jouer avec deux intérieurs</i>	
VI – LE JEU DE PASSE.....	20
VII – LE JEU RAPIDE.....	26
VIII – ATTAQUE PLACEE.....	26
IX – CONCLUSION.....	31

INTRODUCTION

Depuis sa création, le basket a connu différentes évolutions aussi bien offensives que défensives : l'apparition de la défense de zone en fait partie. En effet, ce type de défense consiste non plus à défendre sur un joueur mais plutôt à protéger un espace. L'amélioration de l'adresse sous toutes ses formes, les qualités athlétiques des joueurs et les attaques en générales, ont amené les zones à se perfectionner et aujourd'hui à tous les niveaux de jeu et dans différentes catégories, les défenses de zone se pratiquent. Ce phénomène de mode partage les entraîneurs, notamment chez les jeunes, et alimente le débat : « la zone, jeu ou anti-jeu ? ».

Définition de la défense de zone :

Système collectif défensif, qui s'organise selon la position du ballon, ayant pour priorités principales de stopper les pénétrations, protéger la zone restrictive, et de perturber les principes offensifs de l'attaque adverse.

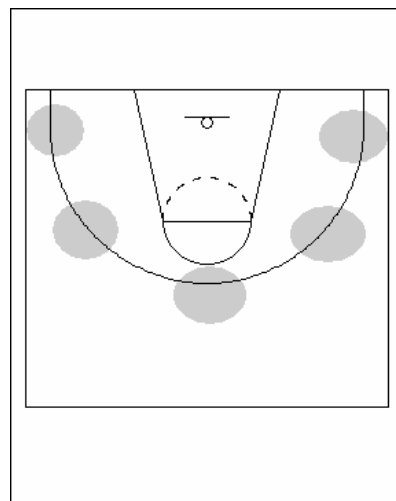
I – LES ESPACES CLES

Pour rendre l'attaque de zone performante, il faut avant tout placer les joueurs dans de bonnes conditions c'est-à-dire dans les endroits prioritaires de jeu. Le succès de l'attaque résidera dans le respect de ces espaces clés.

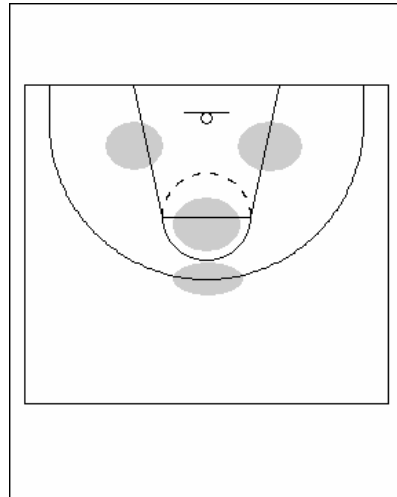
A - Les zones clés

□ Pour les joueurs extérieurs :

En-dehors des 6,25m dans les coins, à 45° (position des ailiers) et dans l'axe panier-panier.



- Pour les joueurs intérieurs :
 Au poste bas, poste haut et dans l'axe panier-panier à trois points.

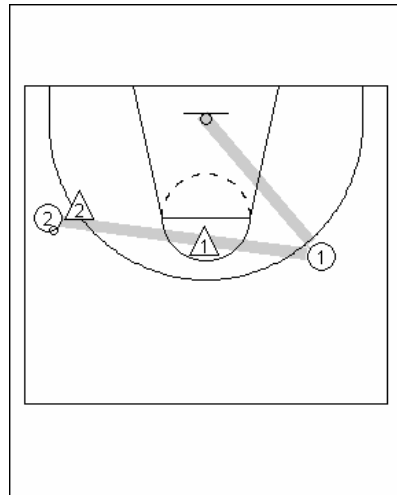


On note que la position généralement occupée par le meneur au début de l'attaque dans l'axe panier-panier devient une zone de jeu pour les joueurs intérieurs pour la fixation et/ou le renversement du ballon.

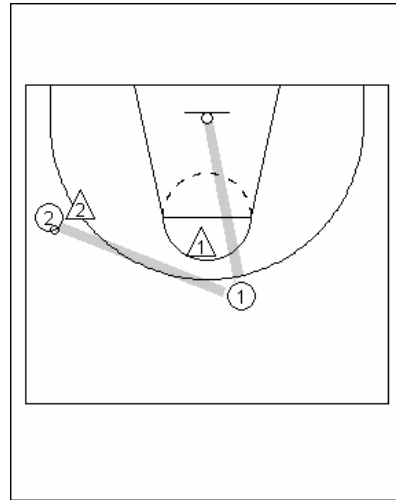
B - Ouverture des angles de passe

- Pour les joueurs extérieurs :
 Le porteur de balle doit être capable de sanctionner son adversaire dès qu'il commet la moindre erreur. En effet, lorsqu'il reçoit la balle, il doit lire le jeu en gardant la position triple menace tout en obligeant le défenseur à sortir de sa zone, en particulier de manière latérale : il fragilisera celui-ci mais aussi l'ensemble de la défense. Pour cela, le joueur doit ajuster son placement de manière à trouver le compromis entre « angle de passe » et « angle d'attaque du cercle ».

1 – Le joueur 1 apparaît bien placé pour attaquer son adversaire et aller au cercle, mais l'angle de passe n'est pas assez ouvert : le défenseur se trouve directement dans le couloir de passe, soit un risque d'interception trop facile. La solution est que les trois joueurs (les attaquants 1, 2 et le défenseur 1) ne doivent pas être alignés.

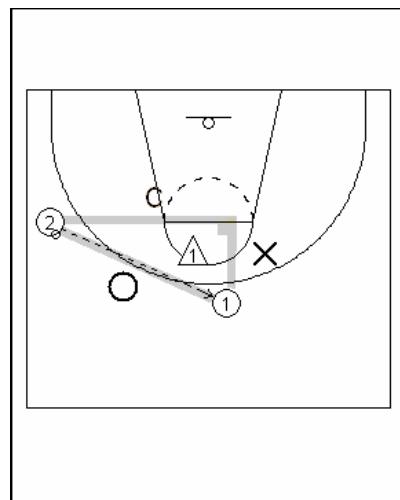


2 - 1 est placé de manière à avoir le meilleur compromis « angle de passe/angle d'attaque du cercle ».



Dans cette notion d'ouverture des angles de passe, il apparaît important de prendre pour repère la ligne des lancers francs, et de jouer à partir des bases d'un triangle rectangle :

- le segment C est la ligne de placement de l'ailier (prolongement de la ligne des lancers francs à 45°).
- le segment X est la ligne perpendiculaire à la ligne de fond, qui permet au joueur d'être idéalement placé de manière à obtenir le meilleur compromis « angle de passe/angle d'attaque du cercle ».
- le segment O est la ligne de passe reliant l'ailier porteur de balle et le meneur par exemple.

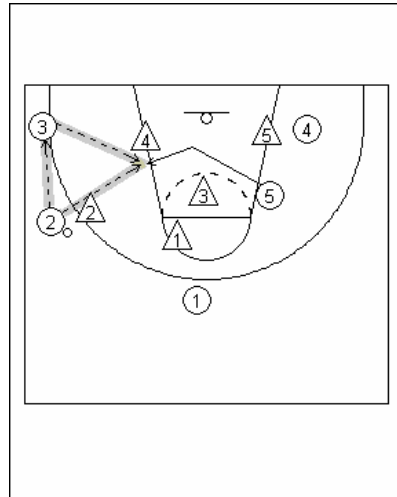


□ Pour les joueurs intérieurs :

Il apparaît plus difficile d'approcher la notion d'intervalle dans le jeu intérieur car celui-ci se trouve dans un espace plus restreint. L'intérieur devra donc choisir entre se placer dans un intervalle, ou prendre sa position préférentielle sur l'un de ses adversaires.

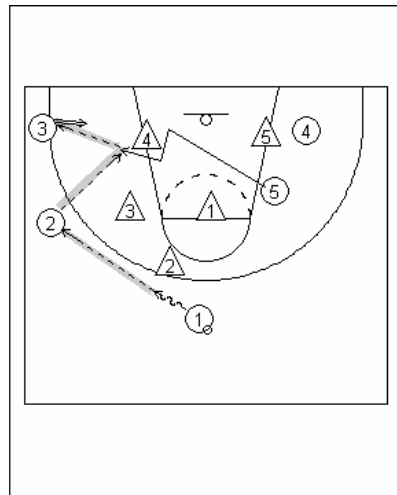
□ Dans un intervalle :

- 2 a la balle.
- 5 se positionne dans l'intervalle des défenseurs 2 et 4. (On peut apercevoir la formation d'un triangle de passe entre 2, 3 et 5).



□ Prise de position préférentielle :

- 1 à la balle en position de meneur dans l'axe panier-panier.
- 5 coupe dans la raquette, percute et enroule le défenseur 4 en demandant la balle (prise de position préférentielle).
- 1 passe à 2, et 2 passe à 5.
- 5 peut jouer son un contre un contre un dos au panier ou passer à 3 dans le corner pour un shoot ouvert par exemple.



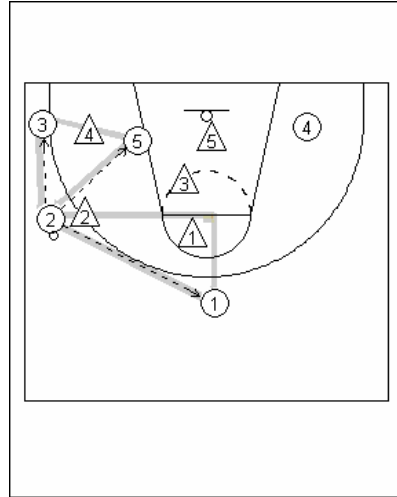
Appel de balle poste bas

C - Mise en danger du défenseur

L'addition des espaces clés avec le compromis « angle de passe/angle d'attaque du cercle » provoque une mise en situation difficile pour le défenseur. En effet, le défenseur ne pourra pas couvrir deux attaquants : c'est pourquoi les lignes de passe doivent être agressives aussi bien en appui qu'en soutien : les placements doivent permettre de recevoir la balle, mais surtout de mettre en danger la

défense dès la réception. Il faut donc introduire la notion d'explosivité sur la réception du ballon : le joueur doit entrer dans la passe pour pouvoir enchaîner différents types d'action derrière (passe rapide dite « laser », tir, pénétration ...).

◇ 3 et 5 sont en appui et 1 reste en soutien.



II – LES FIXATIONS

Fixer un ou plusieurs défenseurs lors d'une attaque d'une défense homme à homme est essentiel, mais la fixation des joueurs face à une défense de zone devient fondamentale pour des raisons de responsabilité : quel défenseur va devoir prendre en charge tel attaquant lorsqu'il se trouve dans tel secteur ?

La défense de zone sera vraiment efficace si chaque joueur est capable de donner la réponse à cette question.

A - La feinte

Dans un premier temps, la feinte apparaît comme la volonté de fixer son propre défenseur puis dans un second temps les défenseurs des autres joueurs. Dans la registre des fixations par la feinte, on pourra définir quatre catégories :

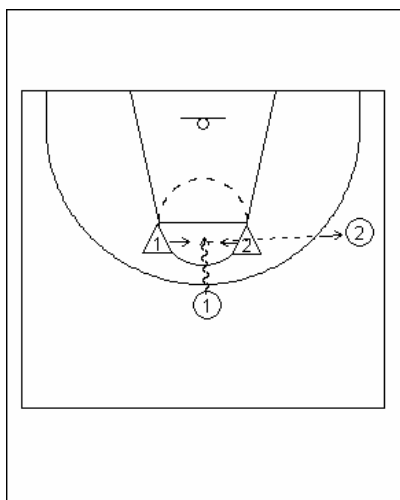
- La fixation par feinte de passe : on fixe les bras du défenseur au-dessus de la tête pour pouvoir passer à terre ou inversement, on feinte une passe d'un côté pour la faire de l'autre.
- La fixation par appuis : on fixe le défenseur d'un côté pour partir de l'autre (feinte d'un départ direct pour partir croisé).
- La fixation par le dribble : on fixe le défenseur en partant en dribble d'un côté, on change de main par l'intermédiaire d'un « cross » par exemple, et on finit de l'autre côté.
- La fixation par feinte de tir : on fixe le défenseur de manière à le faire sauter afin de pouvoir partir en dribble, passer ou tirer.

On note que la position de la triple menace apparaît fondamentale dans le registre de la feinte.

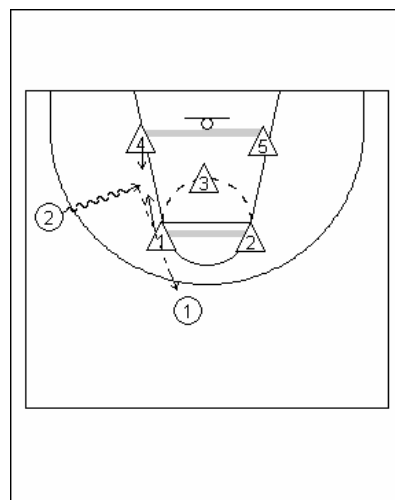
B - Les fixations de voisinage

Objectifs : le but de ce type de fixations est d'attirer un défenseur hors de « son espace » pour le faire se déplacer latéralement dans un endroit voisin du sien. On utilisera ce genre de fixation dans les secteurs périphériques de la défense de zone. Le porteur de balle ne pourra passer la balle qu'à condition d'avoir cherché à « éclater » le bloc défensif.

Pour les attaquants, il s'agira d'effectuer un dribble de pénétration dans l'espace situé entre deux défenseurs (intervalle ou porte).



Fixation pour un meneur



Fixation pour un ailier

Le porteur de balle devra dans son action vers le cercle, chercher à fixer un ou plusieurs défenseurs, tandis que les autres attaquants devront déclencher en même temps un mouvement de manière à se retrouver dans un espace clé non protégé par la défense afin de garantir une passe facile pour le porteur de balle (continuité et amélioration des lignes de passe).

Lorsque le porteur de balle attaque dans l'axe panier-panier, il sera important d'essayer de prolonger son dribble de deux pas dans la zone restrictive de manière à attirer la deuxième ligne défensive.

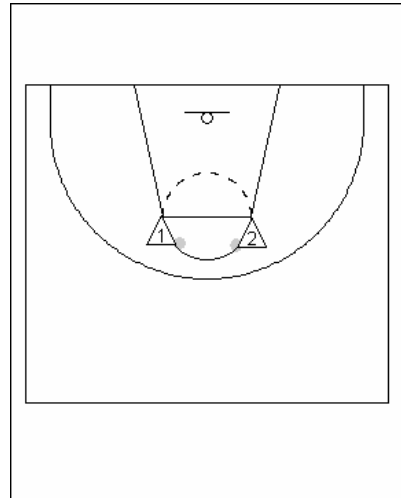
Attention, le porteur de balle devra toujours essayer d'attaquer l'intervalle des lignes défensives, plutôt que d'essayer de pénétrer par la ligne de fond : car il est plus difficile de sortir d'une prise à deux (trappe) de celle-ci.

□ Consignes au porteur de balle :

- Fixer un ou plusieurs défenseurs par une action vers le panier : utiliser le dribble de pénétration en direction du cercle, dans un intervalle situé entre deux défenseurs.
- Insister sur le principe d'utiliser un dribble réellement pénétrant, c'est-à-dire avoir pour première intention de passer la première ligne défensive.
- Le porteur de balle devra tromper la défense jusqu'au bout, c'est-à-dire que celle-ci devra être persuadée que l'intention première du porteur de balle sera de pénétrer pour aller tirer et non de fixer pour décaler et passer.
- Les attaquants devront éviter d'enchaîner deux pénétrations successives dans le même intervalle de manière à vraiment désarticuler le bloc défensif.
- Dans le cas d'une « fixation-passe », la transmission de la balle vers le partenaire devra s'effectuer le plus rapidement possible tout en gardant le principe de qualité de la passe (par exemple par l'intermédiaire de la passe dans le dribble).
- Etre capable de prendre la bonne décision en fonction de la réponse défensive, on parle de lecture de jeu : si un défenseur s'oppose face à l'attaquant, celui-ci devra passer la balle à son intérieur ou extérieur, mais si personne n'intervient, l'attaquant devra continuer sa progression c'est-à-dire, effectuer un tir à mi-distance ou aller jusqu'au cercle : on remarque bien que la première intention de l'attaquant porteur de balle n'est pas de passer mais bien de pénétrer pour tirer.
- Lorsque le joueur décide de pénétrer pour fixer une ligne défensive, il ne devra pas pénétrer face à un défenseur mais bien dans un intervalle entre deux défenseurs : la trajectoire de la pénétration

se définit en visant les deux épaules intérieures à la porte défensive, de façon à créer un décalage pour un partenaire voisin.

◇ Repères de l'attaque d'une porte : les deux épaules intérieures à l'intervalle défensif.



□ Consignes au non porteur de balle:

- Etre déjà placé face à un intervalle, prêt à attaquer.
- Se placer de manière à toujours garder une ligne de passe avec le porteur de balle.
- Etre déjà en mouvement vers l'avant lors de la réception de balle pour être plus agressif et dangereux (on parle de « rentrer » dans la passe), ce qui conduit à être prêt à recevoir la balle (préparation et appel de la main), et à être en mouvement quasiment au même moment que le porteur de balle.
- Favoriser le mouvement des non porteurs à l'opposé du ballon, car ils sont dans le dos des défenseurs et leurs contestations au déplacement et à la réception de la balle seront moins importantes.

C - Les fixations « dedans - dehors » et inversement

Objectifs : dans cette catégorie de fixations, l'intention est d'attirer la défense à l'intérieur de la zone restrictive afin de pouvoir libérer les extérieurs qui pourront tirer dans des situations de shoots faciles pour augmenter le pourcentage d'adresse. On peut aussi, à l'inverse, associer cette fixation à la libération des espaces clés près du cercle pour les intérieurs, en attirant la défense vers l'extérieur.

□ Consignes au porteur de balle :

- Utilisation de la position triple menace.
- Afficher une certaine volonté de servir les intérieurs.
- Prendre les tirs ouverts aussi bien à mi-distance qu'à grande distance : il est indispensable d'avoir un joueur extérieur possédant un tir longue distance efficace, c'est-à-dire un tir avec un pourcentage de réussite compris entre 40 et 50 % dans les tirs à trois points.

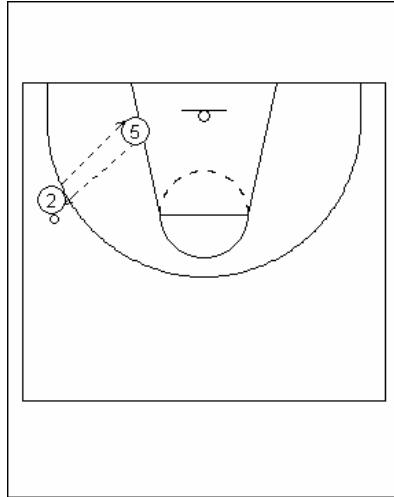
□ Consignes au non porteur de balle:

- Chercher à être bien placé par rapport au ballon de manière à toujours avoir un couloir de passe ouvert.

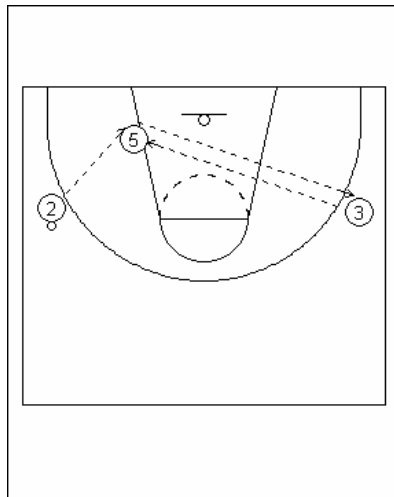
- Afficher des attitudes volontaires pour recevoir le ballon (par exemple, prendre la position préférentielle à l'intérieur).
- Avoir la volonté de réceptionner la balle le plus près possible du panier afin de pouvoir jouer le un contre un dès la réception du ballon.
- Se positionner dans le dos des défenseurs (par exemple au poste bas, le joueur 5 se placera les appuis parallèles à la ligne de fond).

Dans ce secteur de jeu, il est important de montrer aux joueurs les différents espaces à mettre en relation lors d'une fixation « dedans-dehors » :

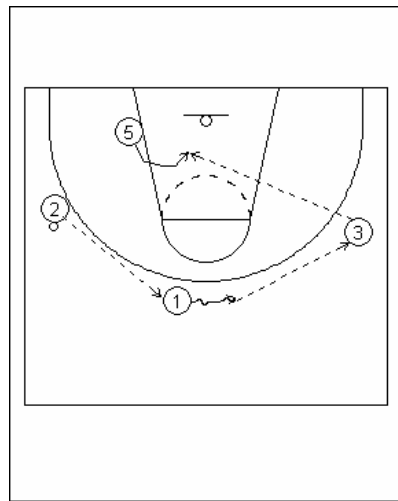
- Le poste bas et le poste de l'ailier (prolongement de la ligne des lancers francs à 45°).



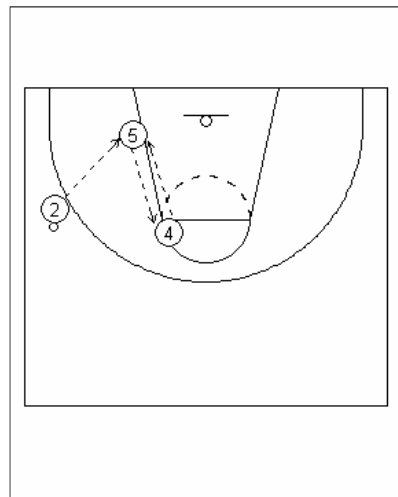
- Le poste bas côté balle et le poste de l'ailier à l'opposé du ballon.



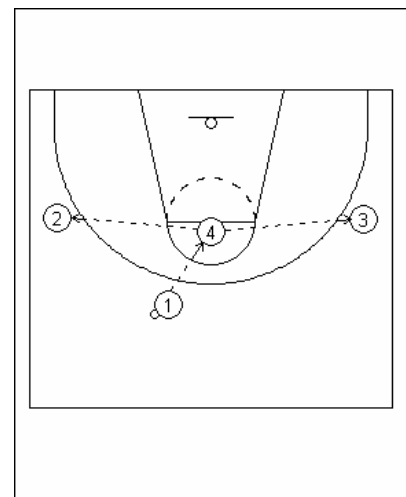
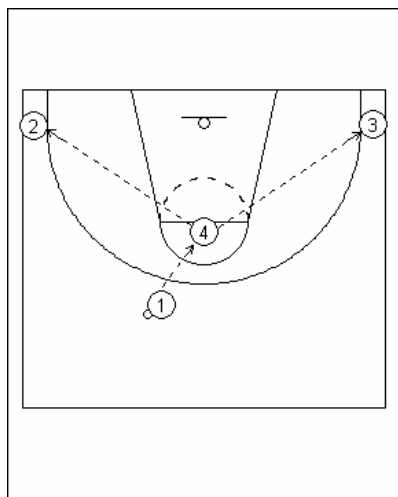
- Le poste bas opposé au ballon et le jeu extérieur sur transfert de balle.



- Le poste de l'ailier et les postes haut et bas.



- Le poste haut servi par un joueur extérieur quasiment dans le même couloir (axe panier-panier) et les relations de passe avec les autres extérieurs situés dans les coins ou le prolongement de la ligne des lancers francs (étoile de passe).



III – LE TIR

L'objectif prioritaire de la défense de zone apparaît être la protection de la cible. C'est pourquoi se met rapidement en place un travail d'adresse à mi-distance et grande distance : les joueurs doivent prendre confiance à travers les différentes situations à l'entraînement pour pouvoir attaquer sereinement la défense de zone.

A - Le tir à mi-distance (2 points)

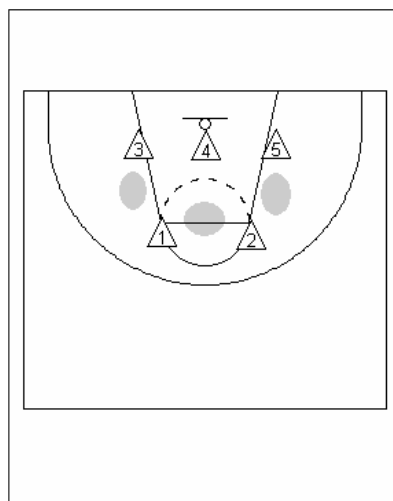
L'adresse à mi-distance est donc un axe principal de travail à développer pour la mise en place d'une attaque de zone. Cependant attention, il est important de noter que l'apprentissage et le perfectionnement du tir à mi-distance doivent être travaillés par tous les joueurs et sur tous les postes : en effet, plus il y aura de joueurs capables de s'écarter pour tirer, plus la défense devra s'écarter pour défendre sur chacun d'eux, et donc de rendre la raquette perméable aux pénétrations.

□ Les principaux secteurs de tirs à mi-distance (2 points) :

- Poste haut.

- A 45°.

(Le poste haut reste dans le cas où il n'y a pas de contestation telle qu'une défense 2-3).



Un tir à 2 points

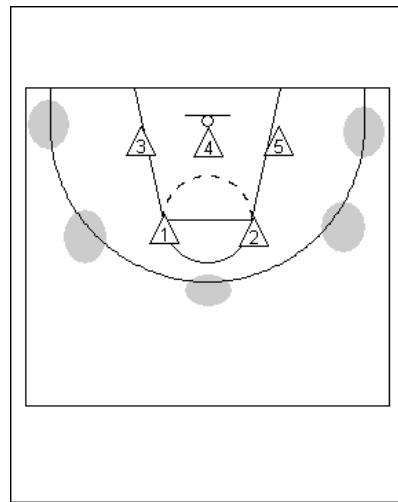
B - Le tir à longue distance (3points)

L'adresse à 3 points est la deuxième clé de l'attaque de zone en matière de tir. En effet, afin de faire sortir les défenseurs de leurs zones, les tirs à grande distance ouverts ne devront pas être refusés: le succès de l'adresse réside dans la volonté et l'intension de tirer (attention, il n'est pas question de systématiser les tirs ouverts au bout de 3 secondes d'attaque placée, il s'agit de lire le jeu), c'est pourquoi il ne faudra pas tomber dans un faux rythme de tir créé par une hésitation ou une idée de grande facilité : on travaillera à l'entraînement la qualité de perception d'un tir facile et d'un tir difficile : d'où l'intérêt de travailler avec un défenseur : un tir facile : il n'y a pas de défense, un tir confortable : la défense n'influe pas sur la structure temporelle du tir et un tir difficile : le défenseur est directement sur le tireur.

Enfin, on notera que le refus des shoots ouverts à grande distance conduit à attaquer une défense compacte dans la zone restrictive, empêchant tout shoot facile à mi-distance en plein cœur de la défense, toute pénétration et permettant à la défense de capter la quasi-totalité des rebonds.

□ Les principaux secteurs de tirs longue distance :

- Dans l'axe panier-panier.
- Dans l'intervalle à 45°.
- Dans les corners.



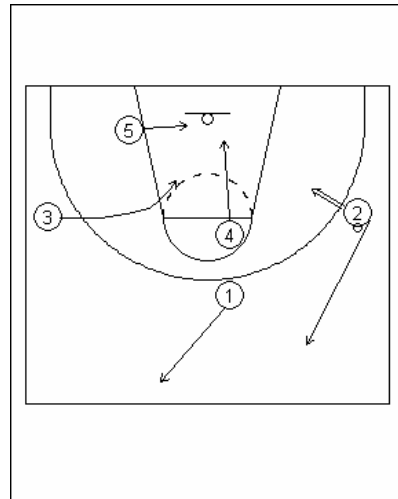
Un tir à 3 points

Remarque : on introduira la notion de rebond après chaque tentative de tir, avec prise de position préférentielle et écran de retard.

IV – LE REBOND OFFENSIF

Quelle que soit la défense que l'on attaque, on systématisera la recherche du rebond offensif. Ce principe prend encore plus d'importance sur l'attaque de zone car il est difficile pour un défenseur de contrôler son adversaire dans la mesure où il doit défendre une zone et non un vis-à-vis : il pourra difficilement exécuter un écran de retard, c'est-à-dire « laisser libre » son attaquant. L'équipe devra prendre conscience de l'importance du rebond offensif et de son organisation : dès le déclenchement du tir, les deux intérieurs prendront leur position préférentielle dans la raquette pour la lutte, et on pourra rajouter une aide par l'intermédiaire de l'ailier opposé au shoot par exemple, les deux joueurs restants assurent le repli défensif.

- 2 tire, fini son geste et assure le repli défensif avec le meneur 1.
- 4 et 5 prennent leur position préférentielle pour la lutte au rebond.
- 3 vient aider les intérieurs au rebond.



Le rebond offensif est très important car il offre une seconde chance de shoot : deux options se distinguent :

- 1^{ère} option : le rebondeur peut reshooter toute suite : il effectue un dribble de puissance, avec les coudes écartés, monte les épaules parallèles à la planche, et shoote avec les fesses légèrement tendues vers l'arrière pour empêcher un éventuel contre d'un défenseur venant de derrière.
- 2^{ème} option : le rebondeur ne peut pas reshooter, il ressort le ballon, et l'équipe reprend le contrôle de l'attaque pour une seconde fois (système, phases de jeu...).



Lutte pour un rebond

V – LE JEU INTERIEUR

Les joueurs intérieurs prennent encore plus d'importance dans l'attaque de zone dans la mesure où ils servent de point de fixation et de relais, en particulier le poste haut qui se retrouve en plein cœur de la défense, donnant généralement lieu à ce que l'on appelle « l'effet grappe » c'est-à-dire que tous les défenseurs se regroupent autour du porteur de balle, laissant libres les extérieurs de tout marquage et contestation de déplacement (« bump »), voire même le deuxième joueur intérieur.

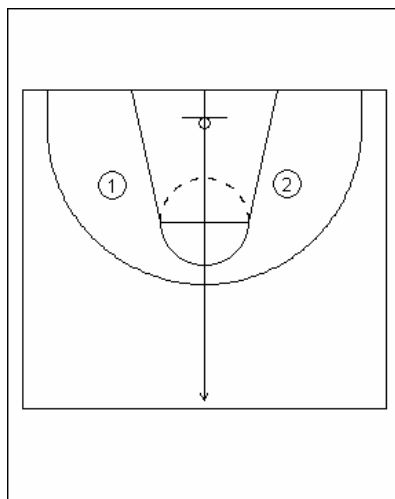
Dans l'apprentissage de son équipe, l'entraîneur va devoir faire des choix tactiques pour son attaque : jouer avec un seul intérieur, avec deux intérieurs, quelles relations de passe entre extérieurs/intérieurs et inversement, intérieur/intérieur... Cependant, il est conseillé d'étudier l'ensemble des choix à faire afin de donner aux joueurs un maximum de bagages techniques ce qui mettra en évidence l'aisance de l'équipe sur tel ou tel choix.

A - Jouer avec un intérieur

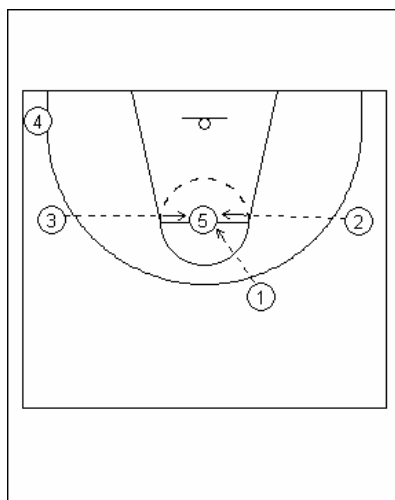
Dans une attaque avec un seul intérieur, il paraît important de faire alterner le joueur entre le poste haut et le poste bas. On distingue alors plusieurs possibilités :

□ L'intérieur est au poste haut :

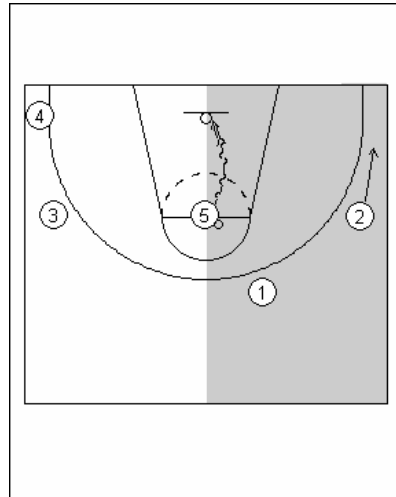
- Il aura 2 côtés différents pour attaquer : gauche (1) et droite (2).



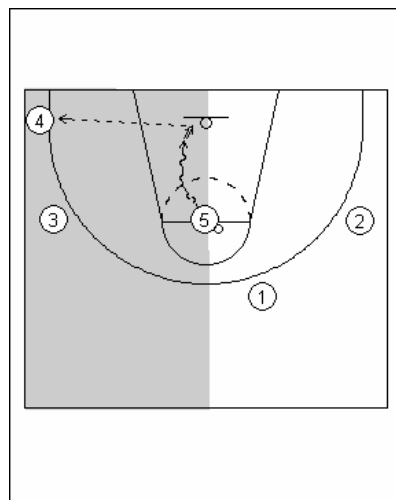
- Suivant le type de défense proposée, le poste haut pourra être servi par l'un des trois vrais extérieurs (« étoile de passe ») :



- Si le poste haut attaque le cercle côté droit : sa première intention sera d'aller marquer. Afin de faciliter une sortie de balle éventuelle, le joueur 2 glissera en direction de la ligne de fond pour garder une ligne de passe ouverte.



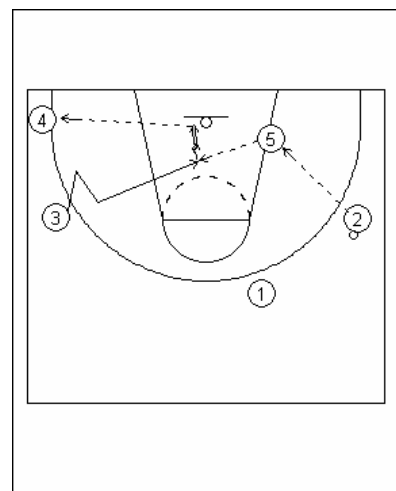
- S'il attaque le cercle côté gauche : il pourra aller au bout de sa pénétration et marquer, ou alors pénétrer et fixer la dernière ligne défensive afin de libérer le tireur 4 dans le corner.



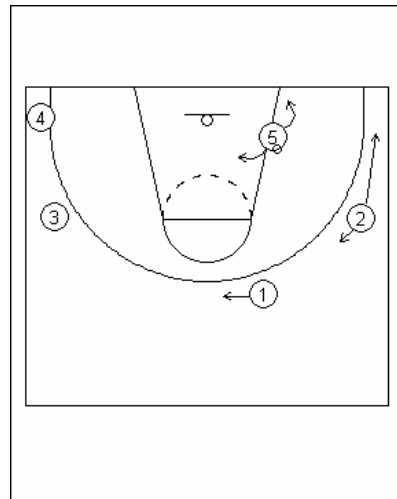
□ L'intérieur est au poste bas :

Lorsque l'intérieur est au poste bas, il peut être côté ballon ou opposé.

- Côté ballon : le joueur doit prendre sa position préférentielle afin de pouvoir ouvrir un angle de passe. Il sera alors un véritable point de fixation balle en main puisqu'il pourra dribbler, tirer ou shooter. A ce moment du jeu, il est intéressant de faire couper un joueur à l'opposé pour un éventuel back-door (on notera que le joueur 3 pourra aussi ressortir dans le coin pour 4).



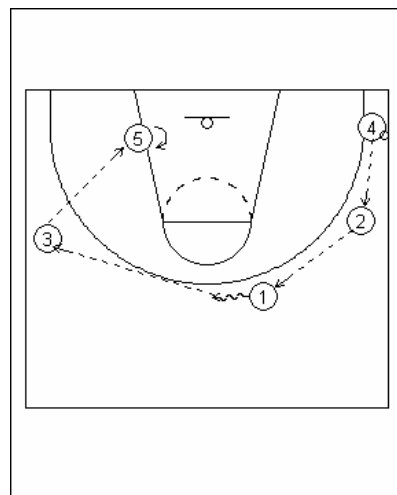
- Dans le cas où 5 joue son un contre un, 2 devra, suivant comment 5 enroule, garder un angle de passe ouvert : selon si 5 enroule côté ligne de fond ou côté raquette.



Intérieur enroulant côté raquette

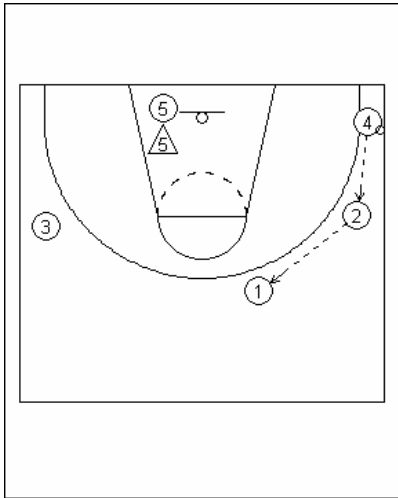
- Côté opposé : le joueur intérieur pourra suivant la volonté de son entraîneur, prendre dès le début sa position préférentielle pour toujours être ouvert au ballon , ou se positionner parallèlement à la ligne de fond dans le dos du défenseur et attendre que la balle arrive de son côté pour s'imposer :

◇ Ouvert toute l'action

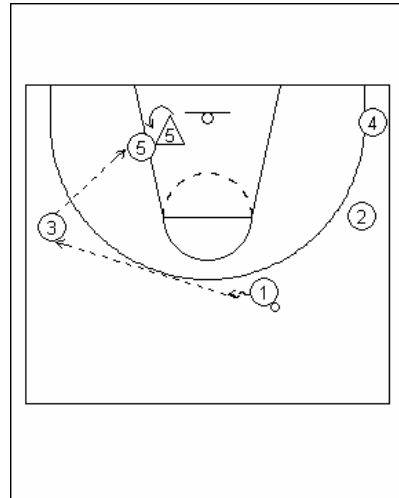


◇ Position préférentielle retardée :

En attente



Prise de position



B - Jouer avec deux intérieurs

Lorsque l'attaque se met en place avec deux intérieurs, il sera nécessaire de les éloigner l'un de l'autre pour fixer les différentes lignes défensives.

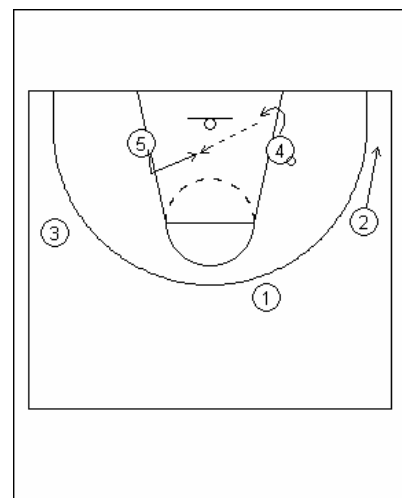
L'attaque avec deux intérieurs présente deux grandes possibilités : deux postes bas ou un poste bas et un poste haut :

Dans un premier temps, il s'agira de jouer sur la relation intérieur/intérieur :

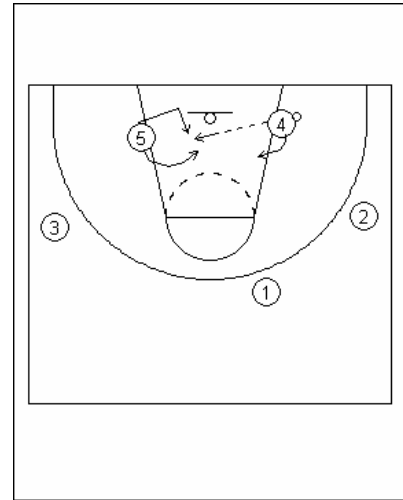
□ Deux postes bas :

Pour être le plus performant possible, lorsque le jeu s'effectuera d'un secteur bas à l'autre, on distinguera deux cas :

- Si le poste bas enroule par la ligne de fond :



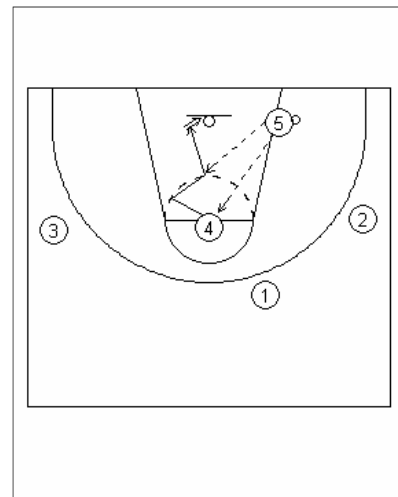
- Si le poste bas enroule côté raquette :



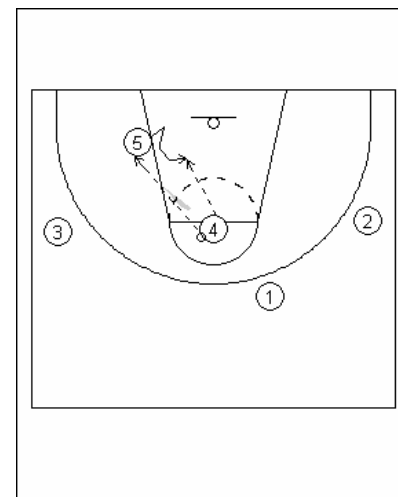
□ Un poste haut/un poste bas

Dans ce type de relation, il est important que les deux joueurs aient une grande complicité sur le terrain et soient complémentaires : en effet, sur ce type de lecture de jeu, il sera plus facile aux joueurs de jouer s'ils savent où, qui et quoi regarder en fonction de l'autre.

- La balle est au poste bas : il y a deux possibilités : le poste 5 passe à 4 lorsqu'il est au poste haut, ou le poste 5 passe à 4 quand il coupe au cercle.



- La balle est au poste haut : il y a aussi deux possibilités : le poste 4 passe à 5 lorsqu'il reste au poste bas et se présente à la balle, ou le poste 4 passe à 5 lorsqu'il a effectué son démarquage ligne de fond.



On notera que maîtriser le poste haut est souvent la clé de la réussite pour attaquer une défense de zone dans la mesure où cet espace permet de rentrer en relation avec n'importe quel autre secteur, mais aussi pour pénétrer, tirer à haut pourcentage d'adresse et prendre le rebond (notion d'anticipation car il est bien placé pour voir le tir). Le poste haut peut donc se résumer comme la tour de contrôle de l'attaque de zone.



Joueur intérieur jouant le un contre un dos au panier.

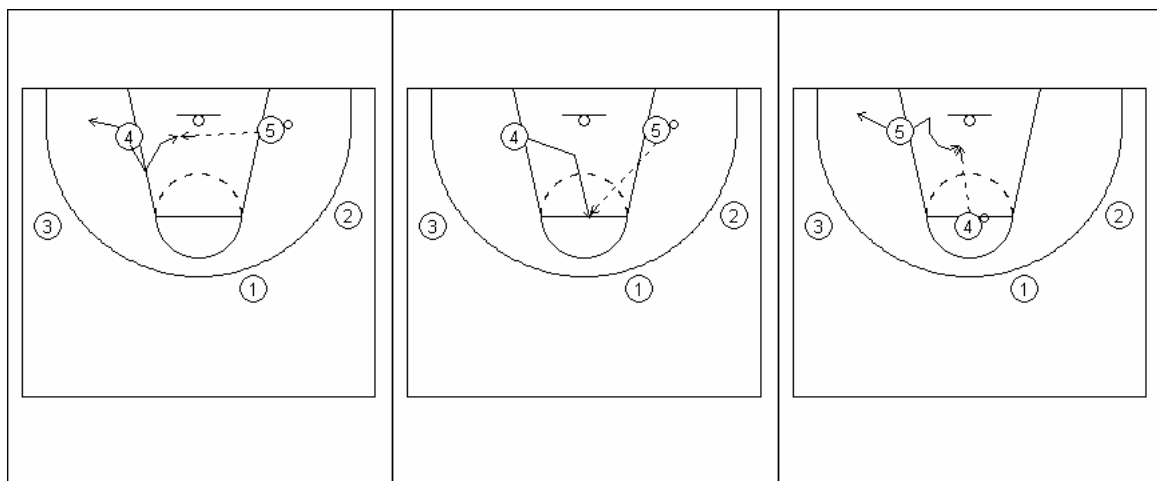
VI – LE JEU DE PASSE

Pour fixer, déstabiliser une défense de zone et créer des conditions favorables pour un bon tir, les joueurs doivent développer l'habileté des passes. Le jeu de passe se caractérise selon plusieurs principes :

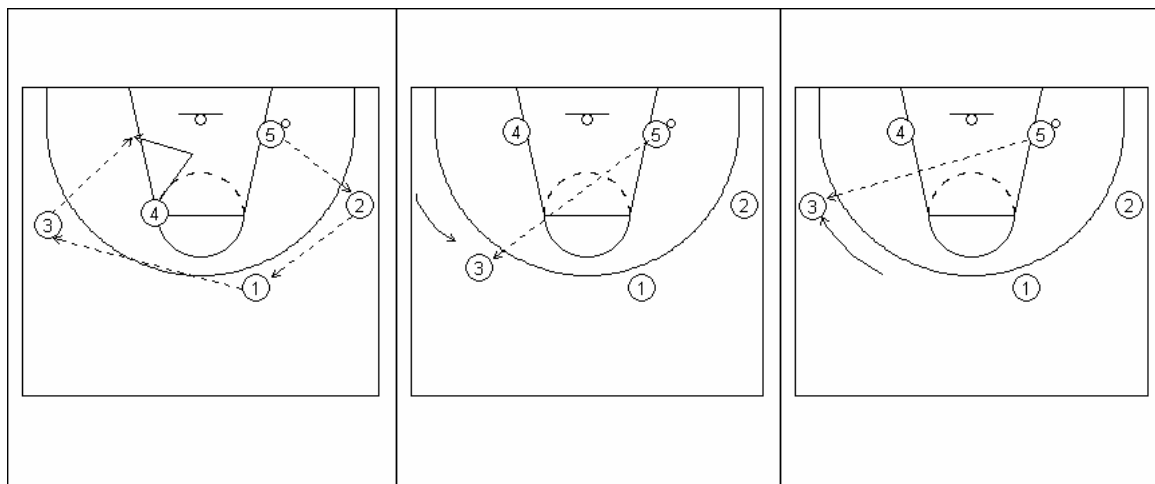
- Fixer et déstabiliser la défense : on déforme une défense de zone par l'intermédiaire d'un jeu de passe varié dans le but de pouvoir libérer les espaces clés (relation extérieur/intérieur et inversement ; intérieur/intérieur et extérieur/extérieur). De plus, il faut un jeu de passe rythmé : une circulation de balle rapide et puissante (attention cependant à ne pas confondre rapidité et précipitation).

□ Les types de relation :

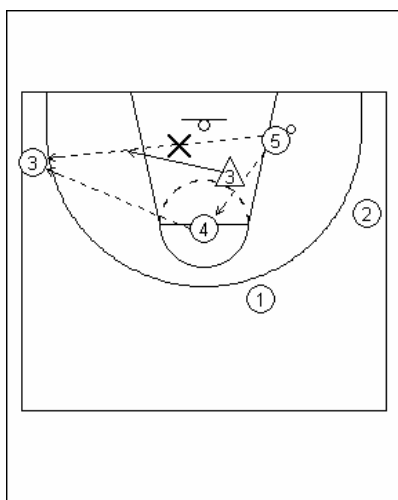
1 - La relation intérieur/intérieur : dans le cas d'une attaque avec deux intérieurs, le pivot sans ballon devra systématiquement couper dans la raquette ou au contraire s'écarter du ballon pour créer du mouvement mais aussi ouvrir une trajectoire de passe au porteur de balle.



2 - La relation intérieur/extérieur : lorsque la balle est à l'intérieur, le pivot doit avoir la volonté de renverser sur l'ailier de son côté ou opposé par l'intermédiaire d'une passe en diagonale :

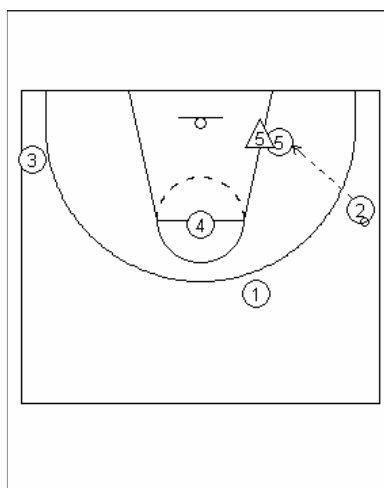


On note que si la défense venait à anticiper certaine passe, il faudrait alors passer par un intermédiaire tel qu'un poste haut (on obtiendrait une relation sous forme de triangle).

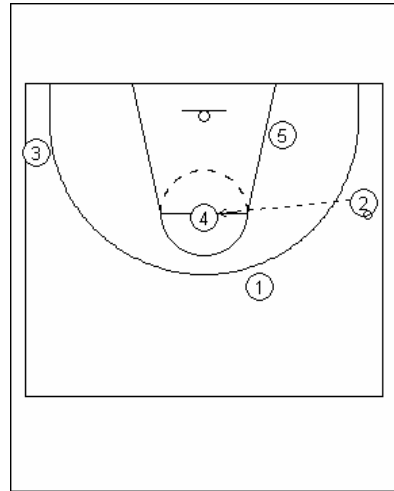


3 - La relation extérieur/intérieur : le joueur extérieur doit, à travers sa passe, faciliter le travail de l'intérieur sur sa réception de balle : on parle de qualité de la passe. Un joueur extérieur peut aussi bien servir un poste haut qu'un poste bas.

- L'extérieur sert l'intérieur poste bas 5 (on rappelle que sur ce genre de situation on favorisera la passe à terre à l'opposé du défenseur).

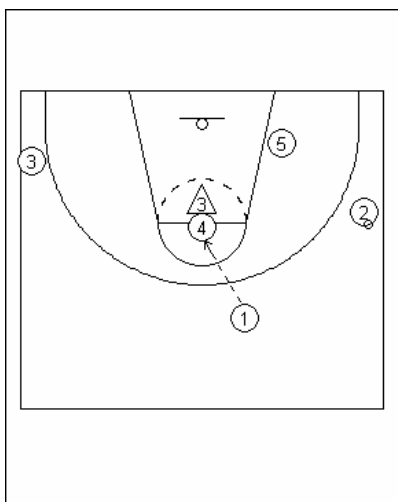


- L'extérieur passe au poste haut 4 (on favorisera plutôt la passe directe en raison de la première ligne défensive).

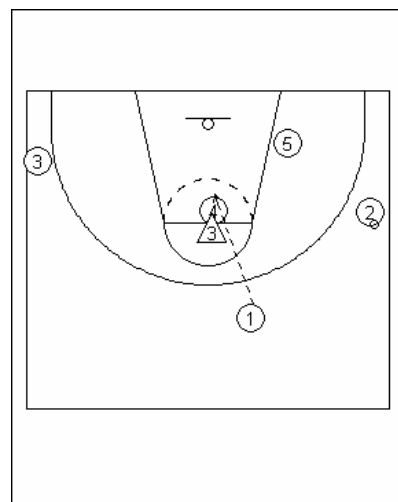


- Cas particulier : le meneur peut aussi passer au poste. (Cependant attention, le meneur devra jouer plus haut que la ligne à 3 points afin d'aérer les espaces clés et devra aussi lire le jeu : passe lobée si le défenseur est devant le poste haut par exemple).

Passé à terre ou directe

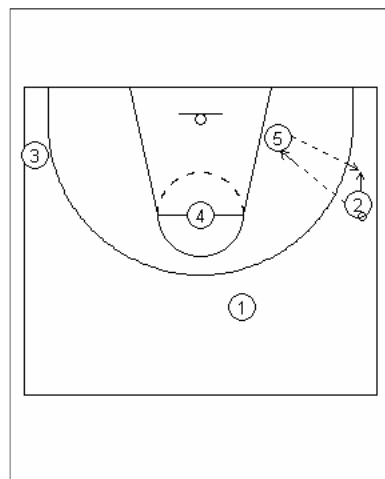


Passé lobée

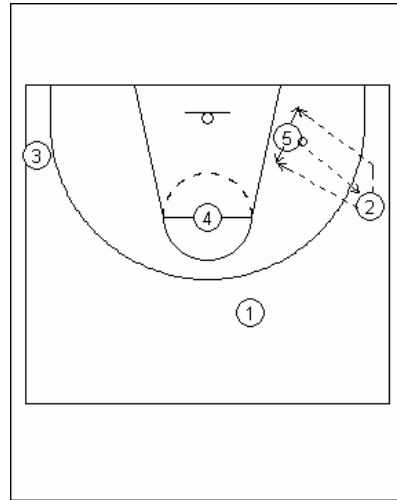


Même si l'on préfère ne jamais redonner au passeur, il apparaît cependant intéressant de le faire sur certaine action afin de casser la mécanique d'anticipation de la défense : on parle du principe de la passe redoublée (par exemple feinte de passe à l'opposé et on redonne au passeur).

- Situation avec un extérieur et un intérieur.

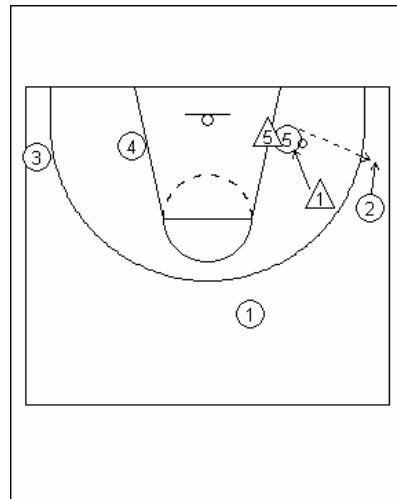


- Situation avec un intérieur et un extérieur.

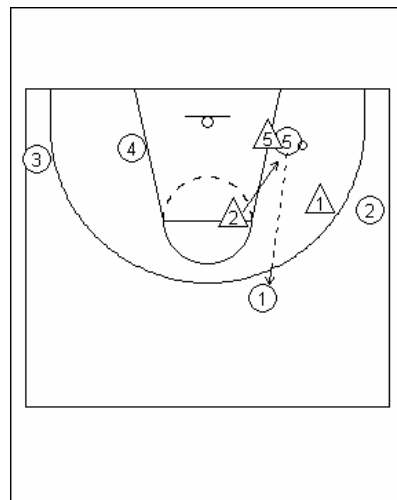


On pourra aussi avoir la volonté de redonner au joueur du même côté, en jouant selon les réactions défensives.

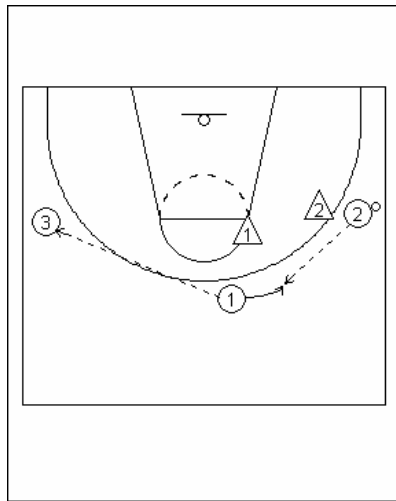
- Le poste bas ressort la balle sur 2 dans le cas d'une aide du défenseur 1.



- Le poste bas passe au meneur de jeu si le défenseur 2 vient aider.



4- La relation extérieur/extérieur : les joueurs doivent faire circuler le ballon rapidement d'un côté à l'autre du terrain tout en gardant le principe de qualité de la passe.



Transfert de balle d'un extérieur

- Le rythme dans la passe : les joueurs doivent établir une rapidité de déplacement de la balle en un minimum de temps, pour que le ballon circule le plus vite possible d'un côté à l'autre du terrain.

- La précision de la passe : celle-ci doit être définie comme un synonyme de l'adresse, au même rang que le tir. La qualité et la précision de la passe dépendront bien sûr du passeur mais aussi du receveur : c'est pourquoi le passeur devra respecter les fondamentaux de la passe et que le receveur lui offre le meilleur angle de passe, la cible la plus nette en donnant une indication par l'intermédiaire d'un signal : soit par un appel de balle main tendue à l'opposé du défenseur, soit par sa position dans les espaces clés (intervalle), de plus il devra rentrer dans la balle lors de sa réception afin d'être agressif le plus rapidement possible.

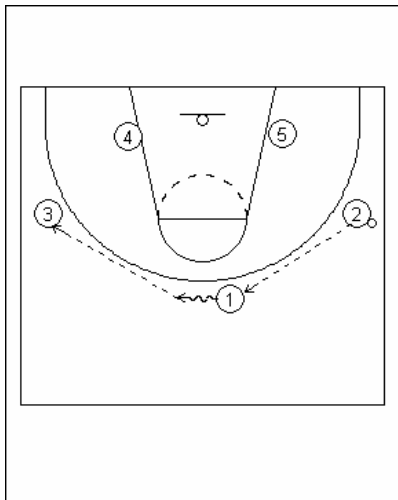
- Les variétés de passe : cette idée peut être mise en parallèle avec la capacité du joueur à pouvoir se créer un tir. En effet, cette notion correspond à l'aptitude du joueur à lancer la balle dans une

position confortable ou non de son corps et de ses bras (à droite, à gauche, au-dessus de la tête, à côté du bassin, au-dessous des jambes...). On note que plus le joueur sera capable d'écartier la balle loin de son corps, et plus il aura de facilité à se défaire d'une forte pression défensive. Dans cette notion de variété de passe, on inclura la feinte de passe qui entraîne une augmentation de l'incertitude chez les défenseurs, ainsi que la faculté du joueur à utiliser la technique de la passe et des autres fondamentaux : recevoir-passer, dribbler-passer, feinter-passer...

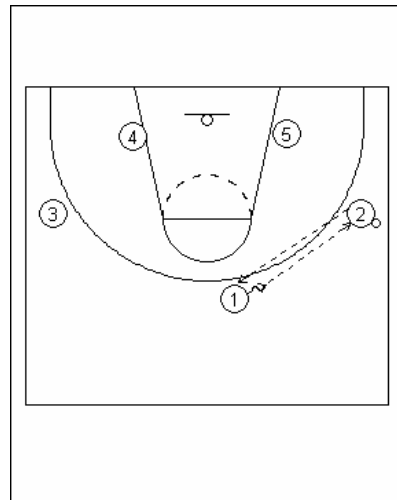
□ Les consignes au passeur :

- Chercher à passer au joueur à l'opposé et non à celui qui vient de passer la balle : la passe vient de droite, « je » passe à gauche (sauf sur cas d'anticipation de la défense, on feinte et on redonne au passeur).

Oui



Non (sauf anticipation défensive)



- Utiliser la passe à terre à l'intérieur de la zone restrictive.



Passé à terre d'un ailier pour un poste bas

- Amener le ballon le plus possible ligne de fond et dans les coins pour déplacer et étirer le « bloc défensif » et gêner la vision périphérique des défenseurs.

- Amener la balle d'un côté pour pouvoir renverser le jeu à l'opposé par succession de passes rapides (introduction de la notion de la passe « skip » c'est-à-dire au-dessus de la tête).

□ Les consignes au receveur :

- Ouvrir l'angle de passe pour faciliter la trajectoire de passe au porteur de balle.
- Toujours donner une indication la plus précise possible : appel de balle avec la main opposée au défenseur, placement « idéal » dans un intervalle... (idée de receveur = joueur cible).

VII – LE JEU RAPIDE

La plupart du temps, les entraîneurs pensent qu'attaquer une défense de zone suppose systématiquement un jeu placé, en 24 secondes. Cependant, une des manières les plus efficaces pour attaquer une défense zone et dévier ses pièges est l'accélération du rythme en attaque afin de ne pas laisser le temps à la défense de se mettre en place.

L'attaque de zone s'oriente selon plusieurs axes :

- Jouer la contre-attaque et le jeu de transition.
- Presser l'adversaire par une défense tout terrain pour qu'il perde des ballons rapidement, sans qu'il puisse enchaîner la mise en place de son collectif défensif.

On notera que le principal axe d'attaque sera de profiter des retards et des erreurs de placement d'un ou plusieurs défenseurs dues à la confusion du repli défensif trop rapide : il faudra alors être capable d'exploiter ces fautes et de sanctionner l'adversaire par un panier facile marqué.

VIII – ATTAQUE PLACEE

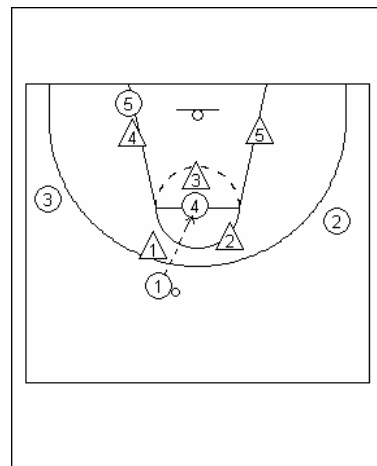
Il n'existe pas un système mais des systèmes d'attaque de zone, c'est pourquoi il ne faut pas se limiter aux systèmes tout faits, trouvés un peu partout : chaque entraîneur devra s'adapter à la capacité aussi bien individuelle que collective de son équipe, ainsi le système présenté ci-dessous ne sera pas la clé de la réussite pour attaquer une zone chez les jeunes mais une piste de travail voire même un axe à exploiter afin d'obtenir le meilleur rendement de son équipe sur jeu placé.

L'important pour attaquer une zone est de bien comprendre le principe de décalage d'un côté pour créer un surnombre offensif et de pouvoir transférer le ballon à l'opposé rapidement pour sanctionner les erreurs de la défense.

On notera que l'attaque placée qui suit s'utilise contre une défense de zone 2-1-2.

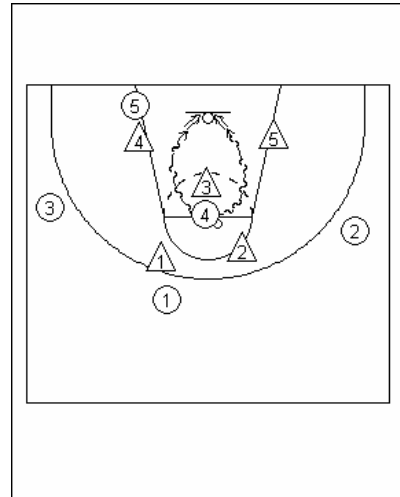
□ Phase 1 : avant toute chose, sur jeu placé, on cherchera à servir le poste haut.

- Le meneur est décalé à droite de l'axe panier-panier et passe au poste haut 4.

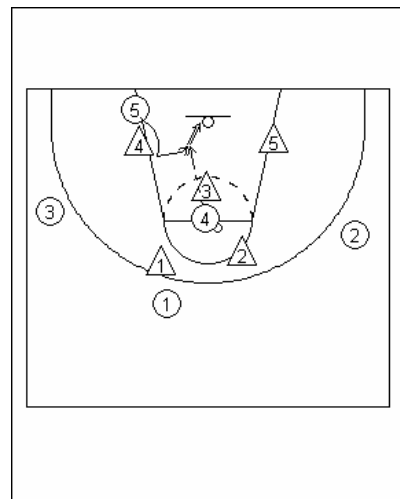


Lorsque le poste haut possèdera le ballon, il aura trois possibilité : jouer pour lui si la pression n'est pas importante et aller marquer un panier facile, passer au poste bas 5 qui se sera démarqué dans le dos de la défense, ou passer à l'ailier qui coupera dans l'intervalle entre les défenseurs 2 et 5. Il est important de signaler qu'en dehors de la pénétration du poste haut, il faut restreindre au maximum l'utilisation du dribble dans la raquette.

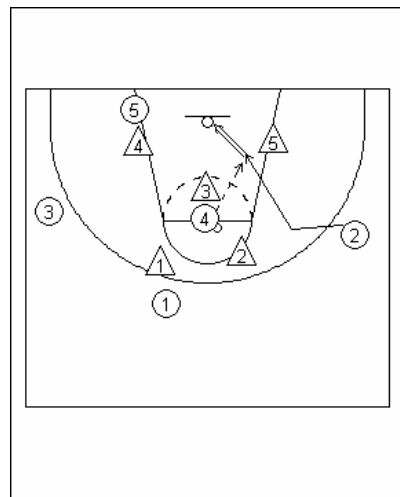
1 - Le poste haut pénètre : lors de la réception de balle, le poste 4 à la possibilité de pénétrer et d'aller marquer un lay-up, il pourra le faire côté gauche ou droit.



2 - Le poste haut passe au poste bas : lorsque la pression est trop forte sur le poste 4, il pourra passer au poste 5 qui se sera démarqué dans le dos de la défense.



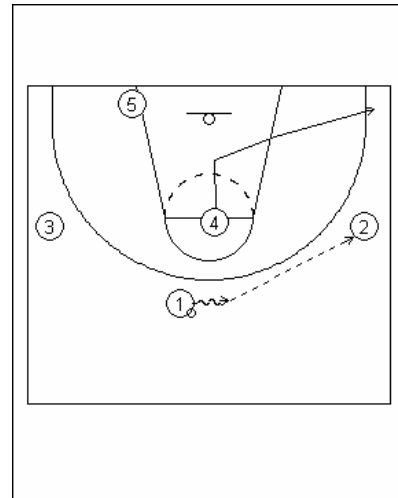
3 - Le poste haut passe à l'ailier : si le poste 4 ne peut ni pénétrer ni jouer avec le poste 5, l'ailier 2 coupera au panier dans l'intervalle des deux lignes défensives et recevra une passe de 4 pour aller marquer un panier facile.



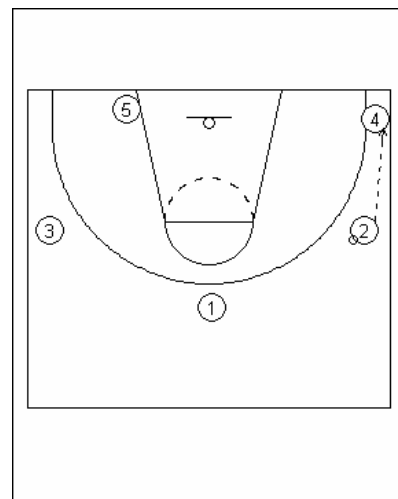
□ Phase 2 : on ne peut pas servir le poste haut.

Lorsque le meneur ne pourra pas servir le poste haut, on choisira de passer le ballon à l'ailier de droite ou gauche pour créer un surnombre et faire sortir le poste 4 dans le coin du côté choisi.

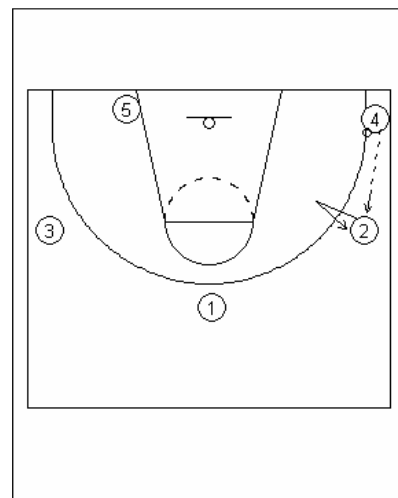
- Le meneur se décale côté droit et passe à l'ailier (2).
- 4 coupe dans le coin droit.



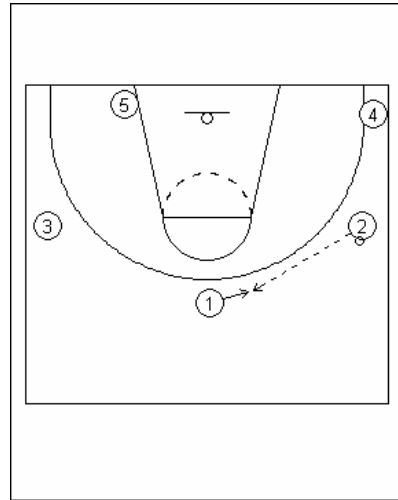
- L'ailier passe à 4 dans le corner et reste disponible dans le couloir de passe.



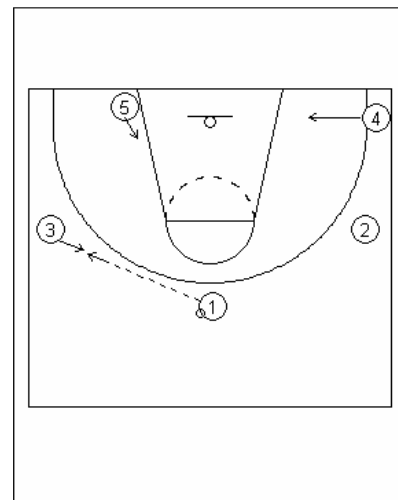
- 4 redonne le ballon à l'ailier 2 qui se démarque s'il y a une pression défensive trop forte.



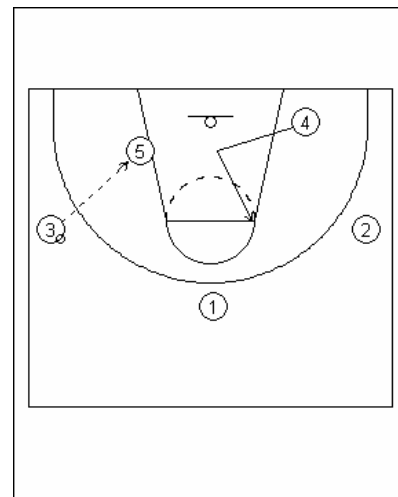
- 2 passe au meneur.



- Le meneur transfère la balle de l'autre côté à l'ailier 3.
- 4 se positionne poste bas à l'opposé du ballon.
- 5 se démarque pour prendre la position préférentielle côté ballon.

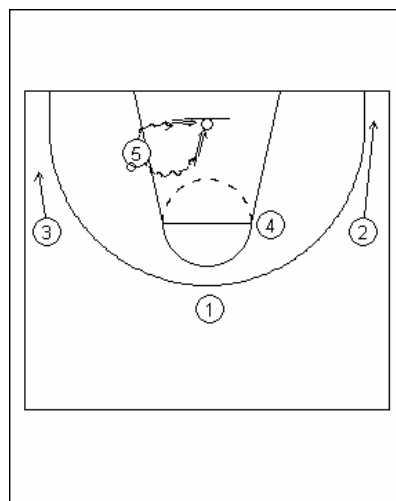


- 3 passe à 5 poste bas.
- 4 remonte poste haut lors du transfert de balle entre l'ailier et le poste 5.

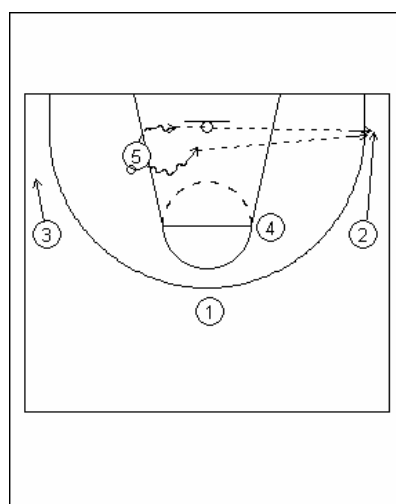


Une fois la balle arrivée au poste bas opposé au début de l'action, celui-ci aura plusieurs solutions : jouer son dos au panier en enroulant côté ligne de fond ou côté raquette, passer à l'ailier opposé qui descend dans le corner quand le pivot enroule et pénètre afin de créer un couloir de passe toujours ouvert et pouvoir shooter librement, ou passer à 4 qui coupe dans la raquette.

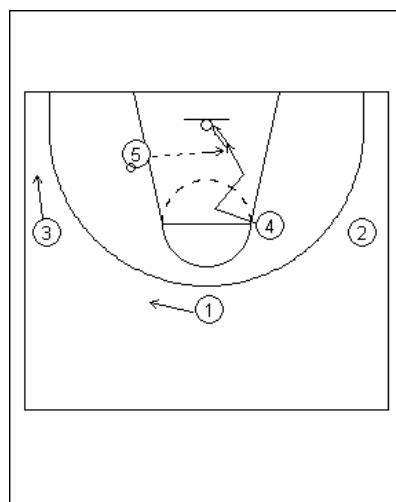
1 - 5 joue son un contre un et enroule côté raquette ou sur la ligne de fond.



2 - 5 joue son un contre un, enroule côté raquette ou ligne de fond et passe à l'ailier opposé 2 pour un shoot ouvert (on note que 3 pourra aussi créer une ligne de passe).



3 - 5 ne peut pas jouer son un contre un et passe à 4 qui coupe dans la raquette pour un tir facile.



Cette attaque placée présente une multitude de solutions à condition de savoir les exploiter, c'est pourquoi il faudra le travailler aux entraînements régulièrement. Une fois qu'il sera bien maîtrisé par les joueurs, il faudra leur faire comprendre que les passes doivent être exécutées rapidement mais sans précipitation et que le système n'est qu'un appui à la mise en pratique de tous les fondamentaux d'une attaque de zone : il ne faudra donc pas se limiter à répéter le système mais bien à s'en servir pour déjouer le bloc défensif à la moindre erreur telle que attaquer chaque intervalle avant de passer pour créer un décalage.

XI - CONCLUSION

Savoir attaquer une zone demande de la rigueur, de la concentration et du temps.

Dans sa progression, le joueur devra prendre le temps d'analyser la défense de zone proposée par l'adversaire : il pourra alors se placer dans les espaces clés ce qui lui permettra de toujours mettre la défense en danger, garder ou ouvrir les angles de passe aussi bien pour ses partenaires extérieurs qu'intérieur.

L'équipe deviendra efficace et redoutable lors de l'attaque de zone si elle applique les différents principes de : fixations (feintes, fixations de voisinage...), qu'elle s'appuie sur un jeu de passe varié et de qualité, et qu'elle soit en mesure de mettre en position confortable ses joueurs pour les différents types de tirs : deux points et trois points. On notera que l'équipe s'organisera pour être à la fois performante au rebond offensif (par exemple les deux intérieurs et l'ailier opposé au shoot) et dans son repli défensif.

Une fois que l'équipe aura assimilé l'ensemble de ces fondamentaux, elle pourra s'appuyer sur une forme de jeu (par exemple : une phase de jeu sur attaque placée) mais en aucun cas oublier qu'avant tout jeu placé, lorsque l'on ne veut pas subir une défense de zone compacte, on préconisera d'accélérer le rythme dès la récupération du ballon (jeu rapide, exploitation du surnombre offensif, transition).

Ainsi, l'objectif de l'entraîneur sera de faire des choix quant aux phases de jeu sur attaque placée en match et aux exercices d'entraînement, mais quoiqu'il arrive, ses joueurs devront travailler sur tous les postes afin que chacun développe sa personnalité de basketteur (par exemple : tous les joueurs, aussi bien extérieurs qu'intérieurs, passeront sur tous les spots de tirs).

L'ensemble des fondamentaux contenus dans l'article ne sont que le début d'un long et difficile apprentissage car par la suite, se poseront des questions telle que : jeu en système ou jeu en lecture ?

Sources :

<http://www.basketcoach.com/>

Cours d'entraînement de basket N.PUJOL / I FOYO
Basket La formation des joueurs Pierre VINCENT

