

« A l'Eure de la technique »

Bulletin n° 3

Principes du Pré-collectif (sur jeu placé) eu U13

Dernière ligne droite pour les championnats, les jeunes ont pu commencer à s'adapter aux nouvelles formules de jeu (3 contre 3 pour les U11 et 4 contre 4 pour les U13).

Bruno nous propose quelques idées pour travailler le jeu placé en 4 contre 4. Il est indispensable pour les jeunes de maîtriser ces fondamentaux collectifs pour pouvoir évoluer par la suite dans de bonnes conditions en 5 contre 5.

Le jeu ne se résumant pas uniquement à du jeu rapide et du 1 contre 1 pour le Porteur, il est donc nécessaire de former nos jeunes au « jeu placé ».

Mettre en place le jeu placé ne veut pas dire jouer arrêté ou avec des formes de jeu répétées (systèmes) mais plutôt utiliser des principes de jeu à 2 (interdire les écrans).

Rappel : Cette saison, les rencontres U13 (masculins et féminines) départementales se jouent en 4 contre 4, (depuis 2 ans en championnat régional).

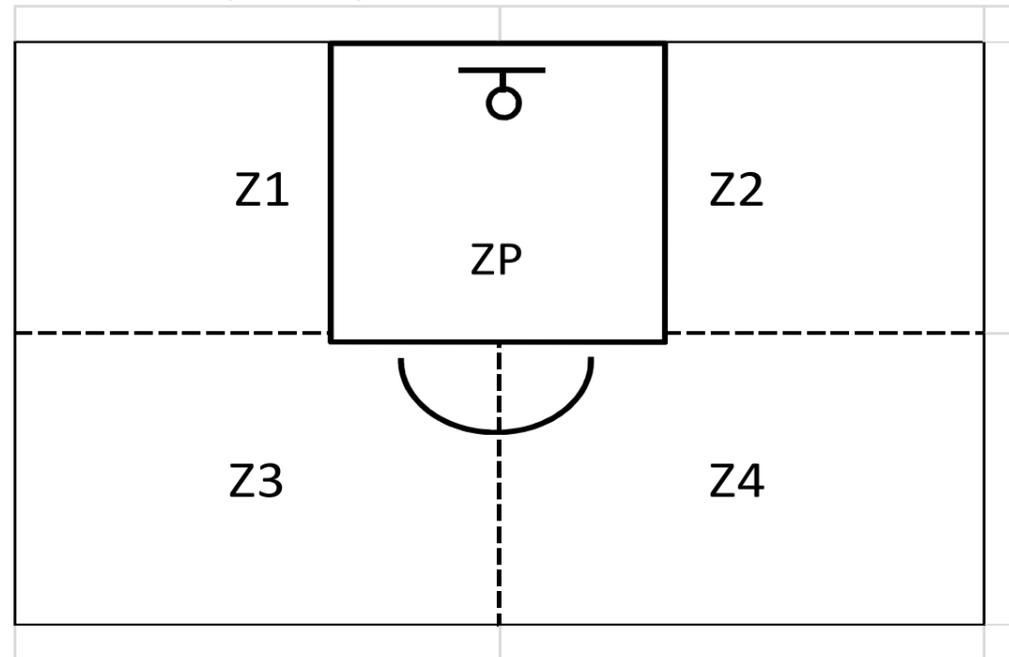
Bertrand LOIE

Président de la Commission Technique

APPROCHE PEDAGOGIQUE

1^{ère} phase

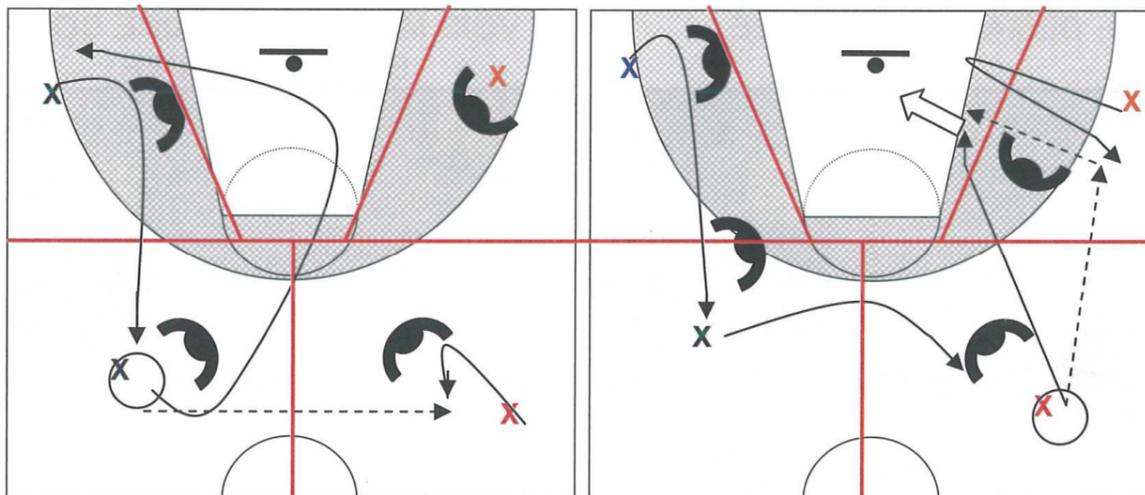
- Définir 5 zones ou espaces de jeu :



ZP : Zone Principale ou Prioritaire qui correspond à la « raquette ». Il faut y amener le plus souvent le ballon pour avoir un tir à fort pourcentage de réussite (attention à la règle des 3 secondes).

- Un seul joueur par espace (Laisser la ZP libre au début).
- Chaque non-porteur se démarque et demande la balle.
- Le Porteur, après sa passe, doit couper au panier (Aller à la Zone Prioritaire) en demandant la balle et ressortir à l'opposé de sa passe.
- Le ou les Non-Porteurs va/vont occuper les espaces extérieurs libérés pour avoir une continuité des actions et un équilibre offensif.

Exemples



Le nouveau Porteur de Balle pourra engager une action de 1 contre 1 si le passe et va est impossible ou bien donner la balle à un autre Non Porteur (Continuité du jeu).

Le jeu sans ballon des Non-Porteurs (se démarquer, équilibrer le jeu) est essentiel pour développer un jeu de passes :

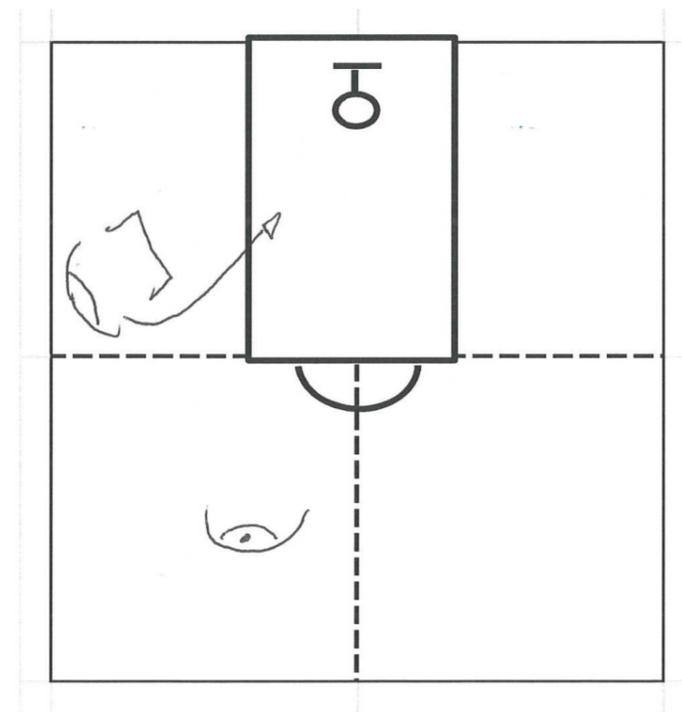
1- « Je suis démarqué si le défenseur est loin de moi, donc j'appelle la balle de suite :



- Appel de balle à 2 mains

- A la réception, se mettre face au panier

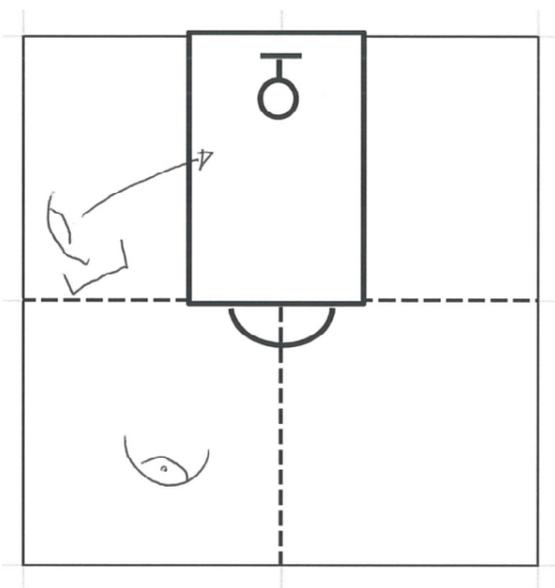
2- Si le défenseur est proche de l'attaquant et placé entre lui et le panier, l'attaquant cherche à couper devant le défenseur.



- Passer devant le défenseur en crawlant.

Sur le schéma ci-contre crawler avec le bras gauche

- Si par contre le défenseur m'empêche de recevoir la balle loin de la cible, je coupe vers le panier (back-door).



- Transférer le poids de la jambe extérieure vers la jambe intérieure.

Sur le schéma : crawler avec le bras du côté du défenseur surtout si le défenseur est agressif.



Après le back-door, si je n'ai pas reçu la balle, je vais dans la Zone Prioritaire, en demandant le ballon à l'intérieur de cette zone.

Si le défenseur conteste le retour dans ma zone initiale



- Maintenir le défenseur avec l'avant-bras.
- Appel de balle avec l'autre bras

ou si le défenseur se replace entre moi et le panier, je ressors dans ma zone initiale.



- Engager un appui devant ceux du défenseur.
- Crawler

Comment travailler ?

- D'abord en 4 contre 0
- Ensuite en 4 contre 2 ou 4 contre 3
- 4 contre 4 et les défenseurs ne peuvent pas intercepter les passes
- 4 contre 4 en jeu « réel »
- Du 4 contre 0 au 4 contre 3, on peut aussi imposer un nombre de passes avant de pouvoir tenter un tir (3 à 4 passes).