

FORMATION DES ENTRAINEURS

Animateur

Moniteur Sportif Initiateur

Option Adultes - Module B2

Organisation du jeu offensif

Table des matières



- Introduction
- Les bases offensives
- Les principes généraux
- Le rebond défensif
- La transition offensive
- Le jeu placé
 - Contre une défense individuelle
 - Contre une défense de zone
 - Rentrée ligne de fond
 - Rentrée ligne latérale

I. INTRODUCTION



- Développer l'aspect du jeu collectif offensif et établir les règles
- Les formes de travail pour les catégories adultes seront basées sur des situations proches du match
- Organisation de l'entraînement
 - Echauffement en combinant les différents gestes techniques
 - Le dribble
 - La passe
 - Le shoot
 - Organisation de « **break down** »
 - 3c/0, 4c/0, 5c/0.
 - Situations avec un ou deux thèmes précis
 - Système offensif
 - Système défensif
 - Prévoir des concours, donner l'envie de gagner
 - Individuellement
 - collectivement

I. INTRODUCTION



● Le coach devra

- Mettre en place la préparation du match
 - Consignes offensives
 - Consignes défensives
 - Renseignements sur les joueurs
- Alternier le travail sur demi-terrain et tout terrain
- Introduire la notion de jeu en aller/retour : **le jeu de transition**

II. LES BASES OFFENSIVES



- Favoriser le jeu de passes
- Favoriser les situations de 1c/1
- Favoriser le jeu de transition offensive
 - Recherche du panier facile
- Introduire la notion **ESPACE**
 - Important pour la bonne réalisation des systèmes de jeu
- Evolution de l'organisation offensive
 - 4 grands types de séquences de jeu ayant chacune ses spécificités et sa logique de fonctionnement
 - Transition offensive
 - Jeu placé offensif: **set play + rentrées sideline/baseline**
 - Transition défensive
 - Jeu placé défensif

III. LES PRINCIPES GENERAUX



- Développer un jeu aisé
 - Favoriser les gestes et mouvements simples
 - Le joueur démarqué doit recevoir le ballon
 - Utiliser les qualités des joueurs

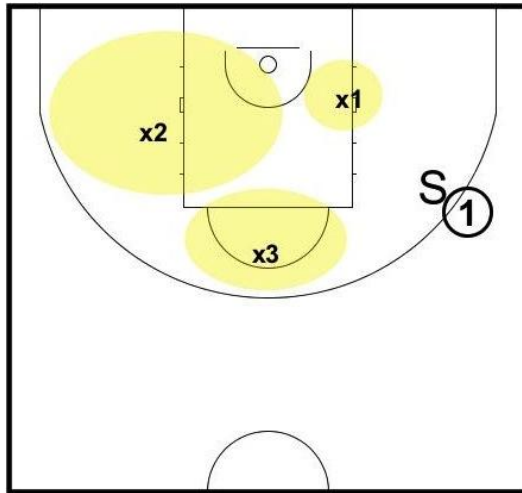
- Développer la lecture de jeu
 - Prendre la bonne option au bon moment
 - Réagir en fonction de la décision défensive

- Développer la communication
 - Cordonner les actions
 - Enchaînement des actions sans rupture: difficulté pour la défense de s'adapter

IV. LE REBOND DEFENSIF

- La dominance, dans le secteur du rebond défensif, donne à l'équipe une grande confiance sur le plan psychologique
 - Facteur déterminant pour le gain du match
- C'est le point de départ de la transition offensive
 - Situations de paniers faciles
 - Fondamentaux de la contre-attaque
- Les 5 joueurs sont concernés par le rebond
- Facteurs déterminants pour dominer le rebond
 - **Lecture de trajectoire**
 - **Vitesse de réaction**
 - **Placement**
 - **Duel et enseignement du contact** (conseil auprès d'un préparateur physique envisageable)
 - **Détente**
 - **Timing**
- Communiquer les zones à risques pour le rebond

Les zones du rebond



Zone X1 - 10%

Zone X2 - 70%

Zone X3 - 20%

- 4 situations différentes pour jouer le rebond après un shoot
 - Sur le shooteur
 - A une passe (**ball side**) sur un joueur de périmètre, un high post ou un low post
 - En position de « **pistol ou help side defense** »
 - Sur lancer franc

La technique du rebond défensif



● Prise de position de préparation: ***le blocking out***

- Analyser la réaction de son opposant direct
- L'attaquant se trouve dans le dos
- Jambes fléchies
- Coudes écartés et mains vers le haut
- Regard fixé sur le ballon: analyse de la trajectoire du ballon

● Position qui va permettre

- D'exécuter un saut équilibré avec ou sans opposition

● Prise de balle

- En un temps à 2 mains
- En deux temps, ramener le ballon sur l'autre main
- Amener le ballon en-dessous du menton, coudes écartés: **protection du ballon**

● Sortie de balle

- Le plus vite possible
- Utilisation d'un pied pivot
- Utilisation d'un ou deux dribbles maximum

Rebond défensif sur le shooteur



- Le défenseur doit avertir ses coéquipiers par un signal verbal « **SHOOT** »
- Il doit garder un contact visuel afin de lire les intentions de celui-ci
- L'attaquant décide de jouer le rebond
 - le défenseur devra l'empêcher d'aller vers le ballon en utilisant
 - un « **front pivot** »
 - un « **reverse pivot** »
- Le défenseur prend la position du « **blocking out** »
 - Au moment où le shooteur remet les appuis au sol
- Le déplacement de l'attaquant maîtrisé, le défenseur analyse la zone de récupération
 - Je suis concerné par la prise de balle
 - Je ne suis pas concerné, j'anticipe sur le jeu de transition

Rebond défensif à une passe

- L'attaquant se trouve proche de la zone du rebond
 - Position de low post
 - Position de high post
- L'attaquant se trouve éloigné de la zone du rebond
 - Joueur de périphérie
- Objectif du défenseur
 - Laisser son opposant direct hors de la raquette
- Le défenseur prend la position du ***blocking out*** au moment du shoot
 - Signal donné par son équipier
 - Il contrôle l'attaquant en réduisant la distance
 - Il le fixe avec l'avant-bras
 - Il analyse la trajectoire du ballon et la zone du rebond
- L'attaquant décide de jouer le rebond
 - le défenseur devra l'empêcher d'aller vers le ballon en utilisant
 - un « ***front pivot*** »
 - un « ***reverse pivot*** », souvent utilisé sur un low post

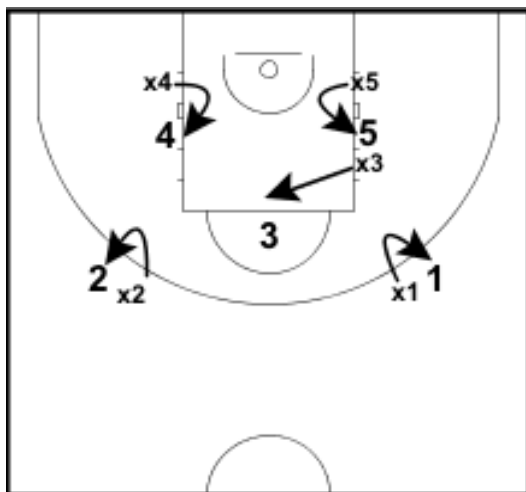
Rebond défensif en position « *pistol* »



- Position importante
 - 70% des shoots manqués se jouent à l'opposé
- Au signal verbal de son coéquipier, le défenseur prendra directement l'information sur son vis-à-vis
- Première réaction
 - Se placer à l'extérieur de la raquette sans perte de vue son opposant
 - Il doit commencer à réduire la distance par rapport à son opposant
- L'attaquant décide de jouer le rebond
 - Le défenseur va vers l'attaquant et prend contact
 - Le contact se fait avec l'avant-bras
 - Il fixe le ballon et analyse sa trajectoire
- L'attaquant ne participe pas au rebond
 - Le défenseur analyse directement la trajectoire du ballon
- Remarque
 - Position la plus concernée par le rebond

Rebond défensif après lancer-franc

- Les joueurs sont à l'arrêt
- Un défenseur responsable d'un attaquant
- Le « **blocking out** » se joue au moment où le shooteur lâche le ballon
- Les défenseurs forment le triangle de rebond en laissant les attaquants à l'extérieur de la raquette (zone de rebond)



POSITION DU REBOND DEFENSIF SUR LF

X3 responsable de O3 (shooteur)

X5 responsable de O5

X4 responsable de O4

X2 responsable de O2

X1 responsable de O1

TECHNIQUE

X4 et X5 avancent le pied côté attaquant vers l'intérieur:
position de « **blocking out** »

X3 va vers le shooteur, position « **blocking out** »

REMARQUES

Attention au timing

Résister à la poussée des attaquants

CONCLUSION



- Les 5 joueurs sont concernés par le rebond
 - « *le blocking out* »
- Communication : signal verbal « *shoot* »
- Ne pas attendre la ballon, le rebondeur doit aller le chercher
- Possession du ballon, prendre l'information pour la passe de sortie
 - « *outlet pass* »
 - Développer le jeu de transition
- Importance de contrôler le rebond défensif
 - Confiance pour l'équipe

V. TRANSITION OFFENSIVE: « *FAST BREAK* »



- La transition offensive est un état d'esprit que le coach doit développer
- **Définition: Situation de sur nombre**
 - 1c/0
 - 2c/0 – 2c/1
 - 3c/0 – 3c/1 – 3c/2
 - Ces différentes situations sont les **fondamentaux de la transition offensive**
- **Objectif**
 - Recherche du panier facile
 - Lay-up
 - Lay-up avec faute - situation qui peut rapporter 3 points
- Cette situation offensive permet de motiver l'équipe de jouer une défense collective agressive

V. TRANSITION OFFENSIVE: « FAST BREAK »



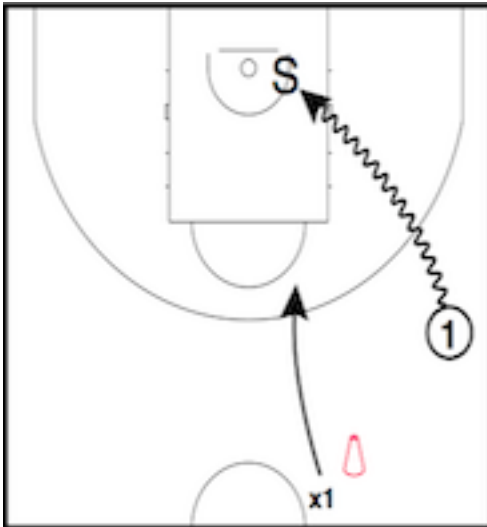
● Les principes

- Sortie de balle rapide: définir qui recevra la première passe
- Ballon vers l'avant: privilégier la passe plutôt que le dribble
- Occupation des couloirs
 - Latéraux
 - Central si le joueur est derrière le porteur du ballon
- Attaquer l'anneau avec le soutien des partenaires

● Les différentes situations de transition offensive

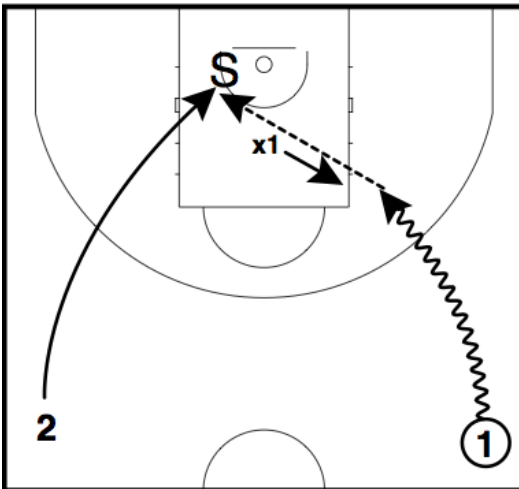
- Après interception
- Sur panier raté – situation la plus fréquente
- Sur panier marqué – organisation rapide de la rentrée
- Sur lancer franc

● Le 1c0 et le 1c1



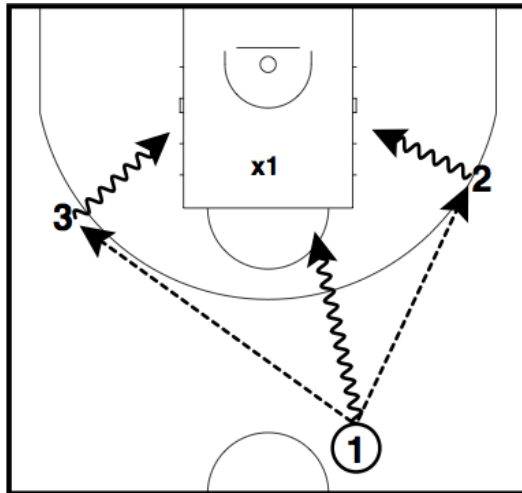
- O1 essaye de garder son avantage en allant marquer le plus rapidement possible
- X1 essaye de revenir défendre et joue le rebond en cas de tir manqué
- Adapter la distance du cône pour augmenter la pression défensive
- Travailler la symétrie

● Le 2c1



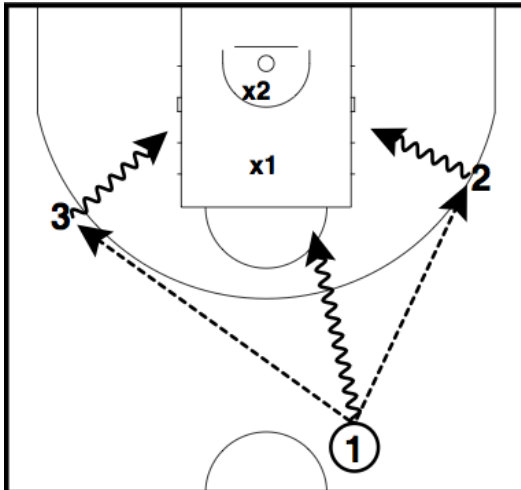
- O1 attaque le cercle jusqu'au moment où X1 lui ferme la ligne de l'anneau
- Jouer jusqu'au panier marqué ou le rebond
- Variantes: imposer un nombre de dribble, de passes, de shoot minimum.

● Le 3c1

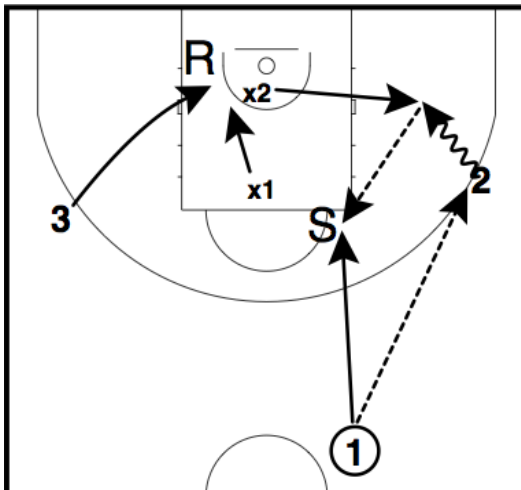


- Ressemble très fort à du 2c1
- Passer dès que possible la balle en avant
- Eviter de garder la balle dans le centre

● Le 3c2

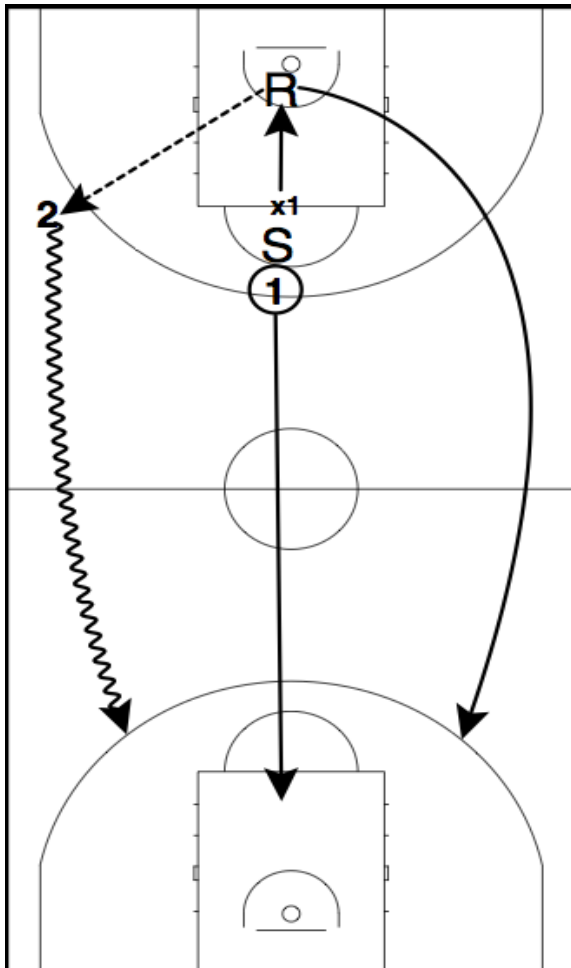


- Insister sur la première passe
- Le passeur vient en appui coté ballon
- O2 et O3 doivent attaquer le cercle



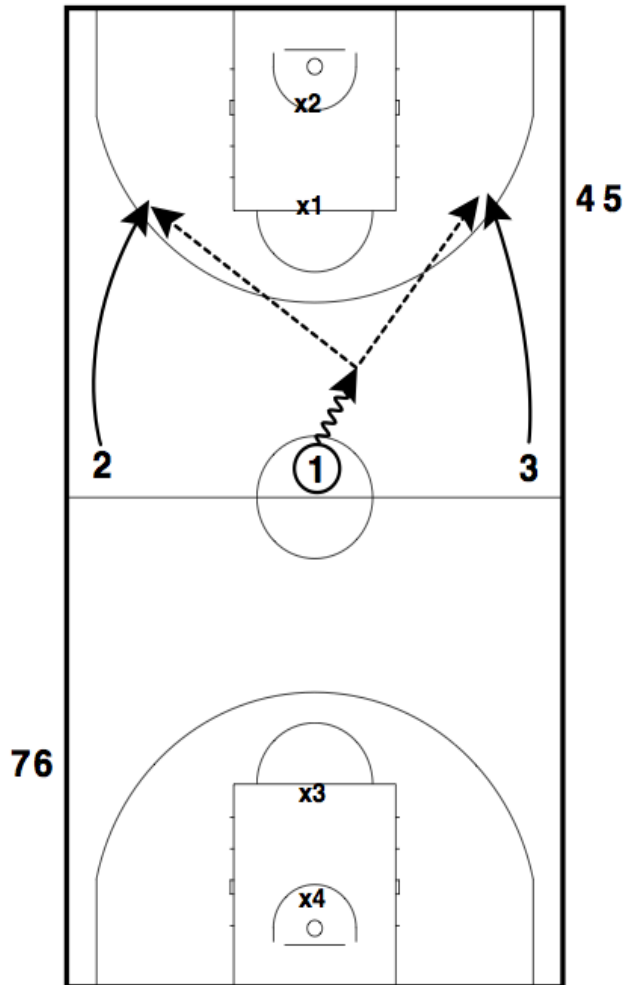
- Option passe retour à O1
- O1 prend le tir
- O3 à l'opposé du tir joue le rebond offensif

● Le 2c1 tout terrain



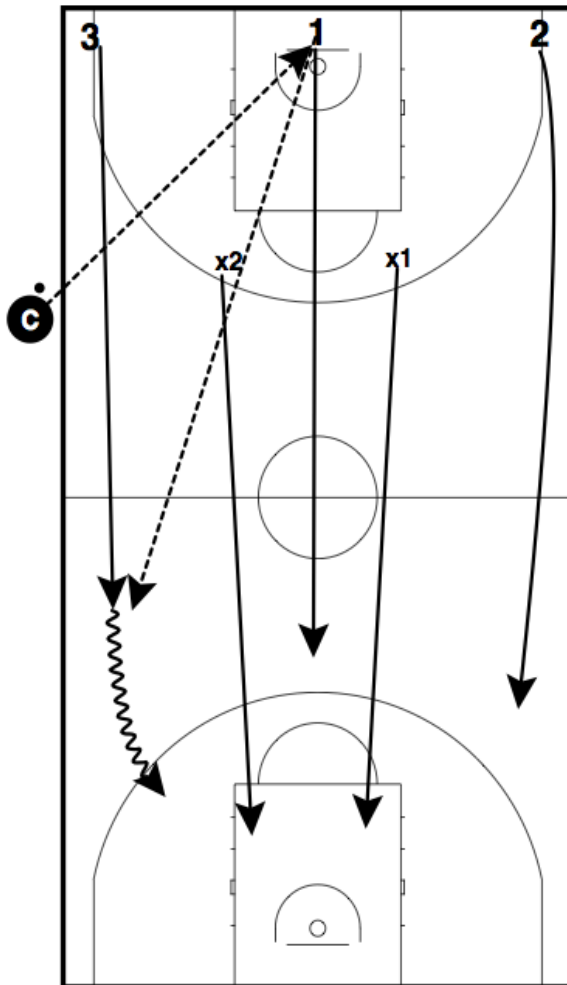
- X1 Lance le ballon contre la planche et joue le rebond
- X1 devient O1 et passe la ballon à O2
- O1 (Shooter) devient X1 et revient en défense
- O1 et O2 joue la situation de contre attaque

● Le 3c1 tout terrain en continuité



- O1, O2, O3 attaque X1,X2 en contre attaque
- X1,X2 repartiront avec O4 qui attend dans le prolongement des LF.
- Les deux défenseurs deviennent attaquants

● Le 3c2 tout terrain avec retard défensif



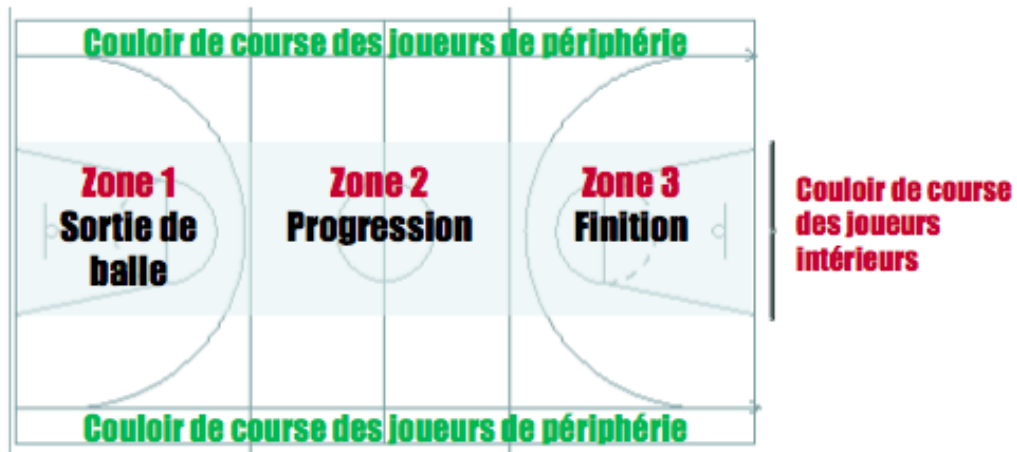
- Le coach se trouve dans le prolongement de la ligne des LF avec le ballon
- X1 et X2 partent de la ligne des LF afin d'être en retard sur l'attaque
- Le coach donne la première passe qui déclenche la contre attaque

Organisation et construction de la transition

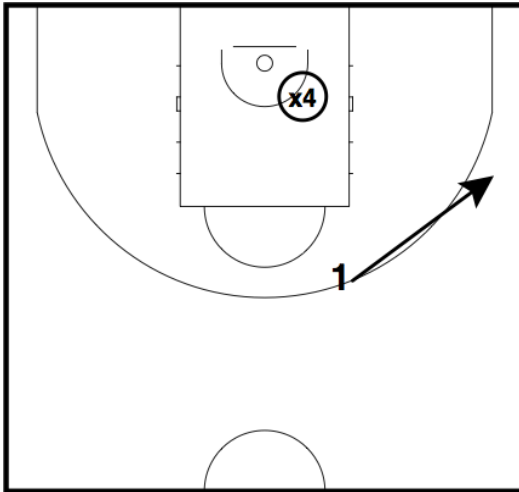


- Deux phases clés
 - Situation de sur nombre – ***FAST BREAK***
 - Situation à nombre égal – ***SECONDARY BREAK***
- Objectifs
 - Recherche d'une option de shoot rapide
 - Un équilibre dans la position du rebond offensif
 - Organiser la transition défensive

- Zones et couloirs

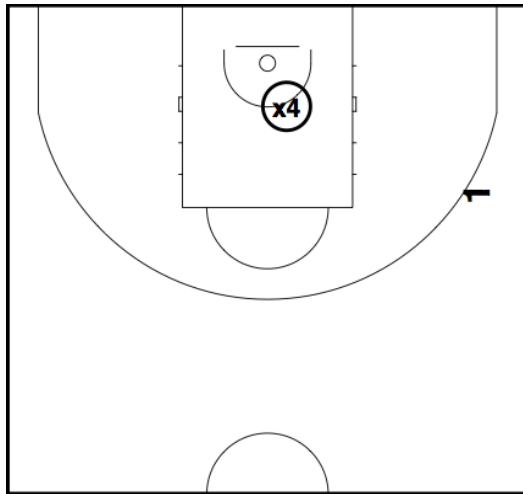


- la première passe – **OUTLET PASS**
 - Définir le joueur qui va réceptionner la **outlet pass**
 - En général le meneur
 - Définir l'endroit pour recevoir le ballon
 - Extension ligne des LF, côté ballon dos à la ligne latérale
- Plus la première passe est longue, plus la transition risque d'être rapide
 - En fonction de la position de la défense, le meneur peut recevoir le ballon au-dessus de la ligne des LF
- Communication entre le meneur et le rebondeur
- A la réception du ballon, le meneur doit voir le jeu au plus vite
 - Analyser la situation défensive
 - Voir un partenaire démarqué vers l'avant
 - Utilisation de la longue passe ou du **speed dribble** (maximum 3 dribbles pour franchir le milieu)

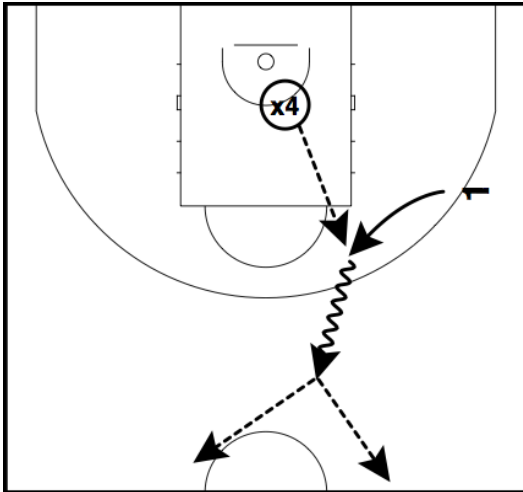


RECEPTION DE LA PREMIERE PASSE

Le meneur est dos à la ligne latérale afin de voir la plus grande partie du terrain possible



Le meneur est dos à la ligne latérale afin de voir la plus grande partie du terrain possible



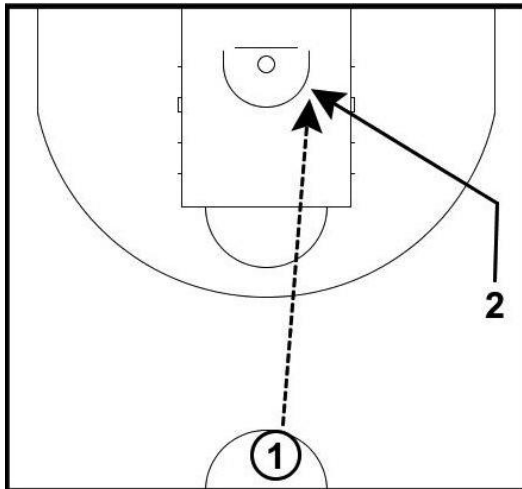
Sortie idéale avec une réaction de O1 vers le milieu et la passe réceptionnée dans le sens offensif.

● La finition de la transition

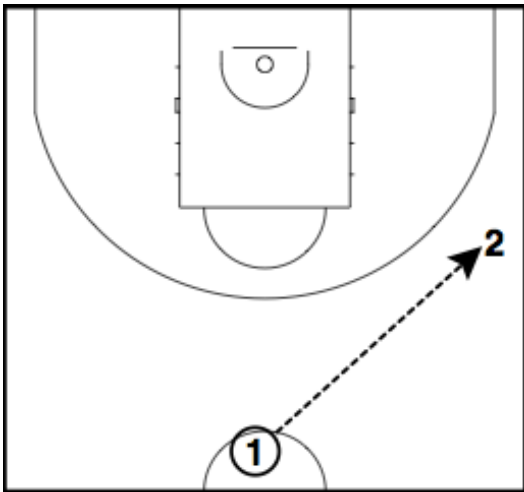
- Occupation correcte du couloir – **ESPACE**
- Précision de la passe
 - Chest pass
 - Bounce pass

● Le meneur doit donner priorité à la passe

- Passe dans le dribble



O2 coupe vers l'anneau à hauteur du prolongement de la ligne des LF



O2 reste ouvert pour un shoot ou une passe

Le « secondary break »

● Définition

- 2^{ème} temps du fast break
- Continuité des actions collectives dans le jeu
- Pas de rupture de rythme

● Chaque joueur doit connaître l'occupation des différents couloirs

● Poste 1 – meneur

- Pousse le ballon en ligne droite si possible

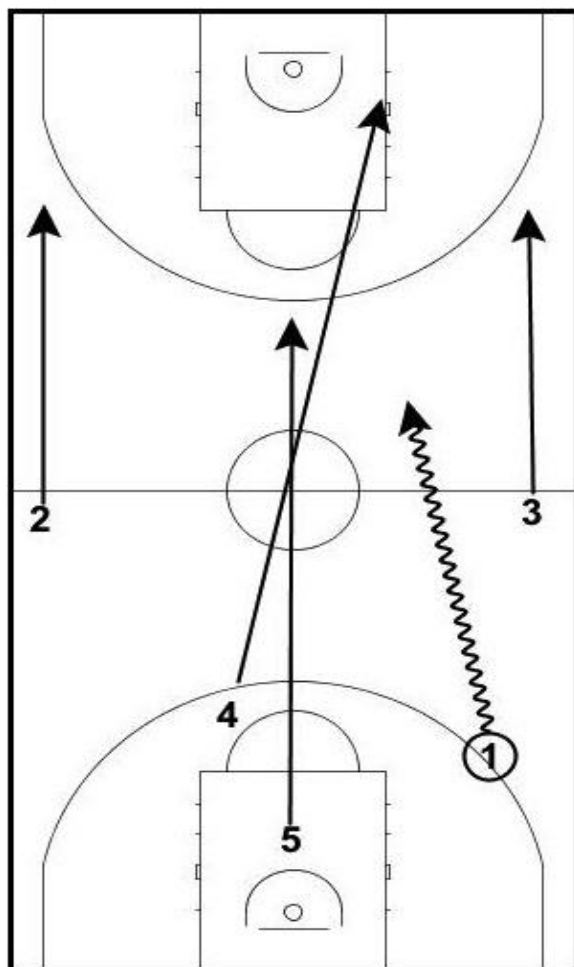
● Postes 2 et 3 – ailiers

- Occupation des couloirs extérieurs, le long des lignes latérales
- Être devant le ballon pour offrir une possibilité de passe
- Respecter l'espace par rapport à la progression du ballon

● Postes 4 et 5 – premier et deuxième trailer

- Premier trailer **T1** - le joueur qui n'a pas pris le rebond défensif ou le joueur le plus rapide
- Deuxième trailer **T2** - le joueur qui a pris le rebond défensif ou le joueur le moins rapide
- La position du joueur en défense ou une décision du coach pour des raisons tactiques peut aussi influencer l'ordre de T1-T2
- Occupation du couloir central

Occupation des couloirs



O1 recherche de la ligne droite

O2/O3 couloirs extérieurs

O4 premier trailer, couloir central, prise de position au low post côté ballon

O5 deuxième trailer, couloir central, s'arrête au niveau de la ligne des trois points tête de raquette

Différentes options possibles de jeu

- Déterminer le rôle de chaque joueur ainsi que les différents spots de jeu

- Poste 1

- **Option 1**
 - Passer le ballon à un des deux ailiers
 - Dans un premier temps l'ailier côté ballon
- **Option 2**
 - Décaler sur l'aile en dribble

- Postes 2/3

- **Option 1**
 - Recevoir la ballon
- **Option 2**
 - Ouvrir dans la profondeur du terrain si O1 utilise l'option 2
- **Option 3**
 - Libérer le spot si O1 utilise l'option 2 – jouer le **clear out**

Options postes 1 – 2 - 3



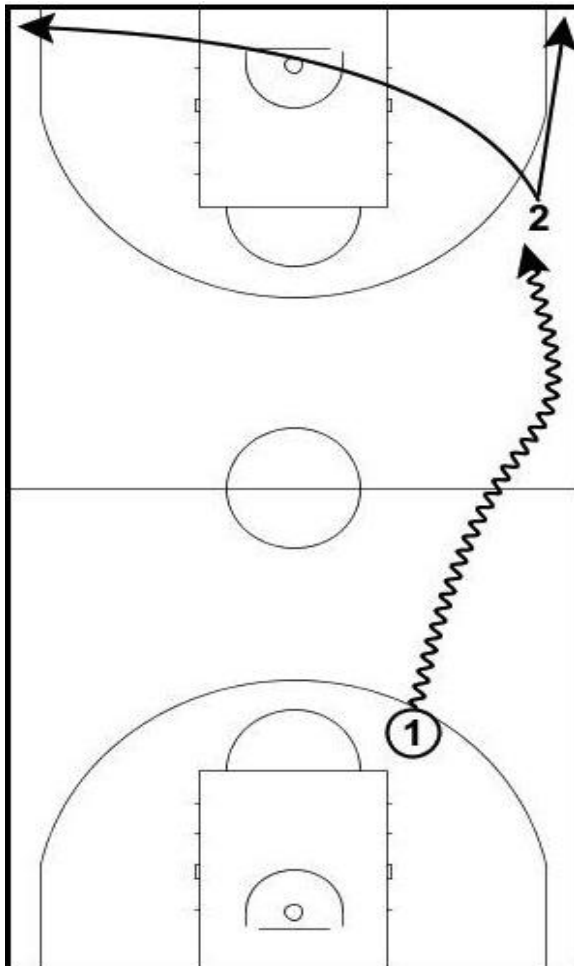
Option 1

O1 engage en passe sur l'aile O2

Deuxième mouvement

1. Vient en appui côté ballon
2. Coupe en allant côté opposé et dans le coin

Options postes 1 - 2 - 3



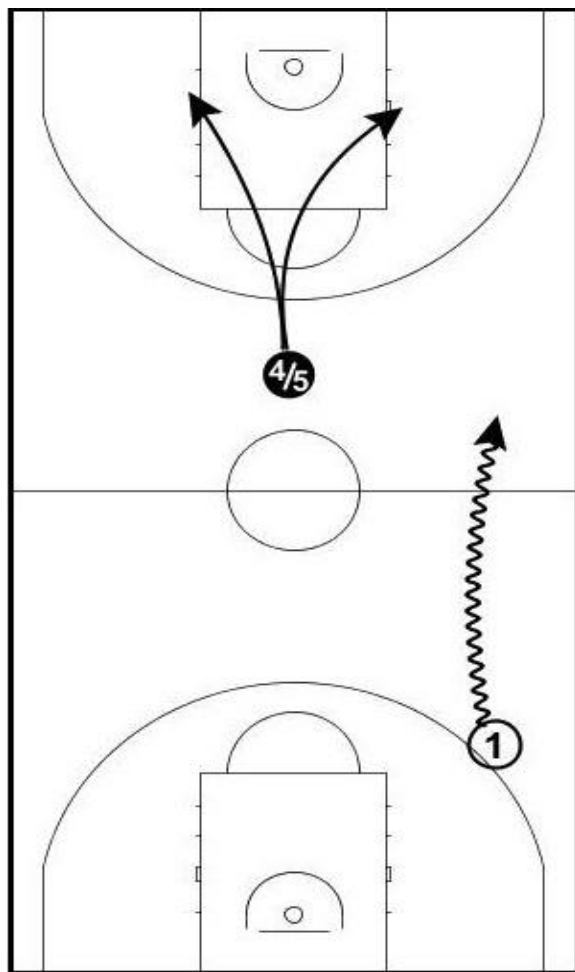
Option 2

Après la ligne médiane, O1 entre en dribble sur l'aile

O2 va soit:

- Dans le coin côté ballon
- Il joue **clear out**

Options postes 4 - 5

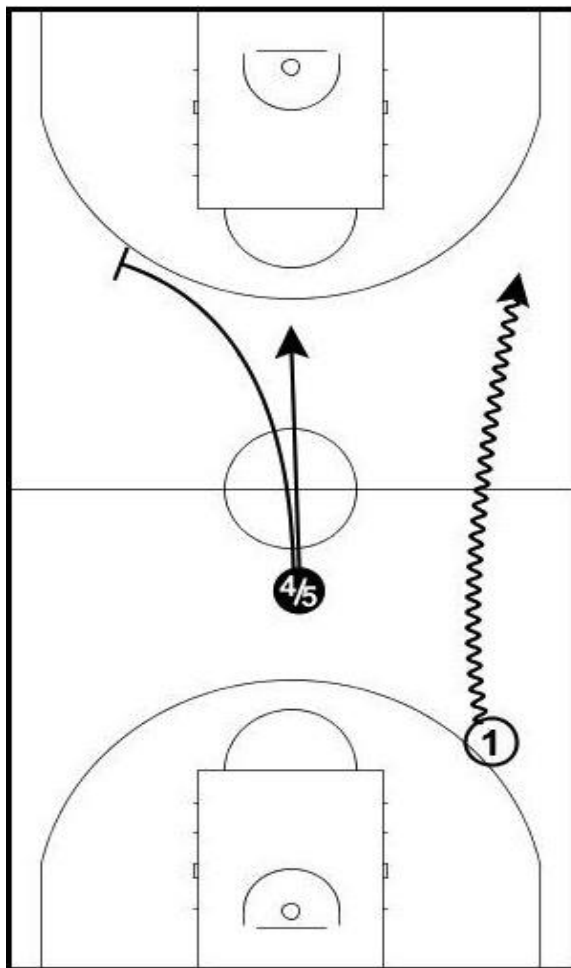


O1 monte la balle en dribble

O4/O5 – **T1** se trouve devant le ballon

1. Prendre position au low post côté ballon – **post up**
2. Prendre position au low post à l'opposé du ballon

Options postes 4 - 5



O1 monte la balle en dribble

O4/O5 – **T2** se trouve derrière le ballon

1. Position de relais pour un renversement de ballon
2. Poser un écran à l'opposé sur le poste 2 ou 3

● Remarques

- Les rôles illustrés ne sont que des exemples
- Le coach doit construire son jeu de transition
 - En tenant compte des qualités des joueurs
 - En tenant compte de sa philosophie du demi-terrain
- La transition doit rester simple en respectant le « **spacing** » et le « **timing** »

● Situations de références pour le « secondary break »

- 5c/4 +1 au départ de la ligne de fond « **baseline** »
- 5c/5 en sortie d'un drill spécifique défensif
- 5c/5 après LF
- 5c/5 depuis un jeu placé et vers la transition
- En situation de match

CONCLUSION

- Maîtrise du rebond défensif
- Vitesse de réaction et d'exécution
- Occupation des couloirs
- Passer le ballon vers l'avant
- Connaître les spots et son rôle
- Importance de répéter les situations des fondamentaux de la transition
- Le « secondary break » doit être simple et cohérent avec la philosophie générale
- Participation active dans le jeu du rebond offensif
- **Défense agressive (24 sec.) – dominer le rebond – transition en surnombre (un panier sous les 8 sec.) ou secondary break**

VI. LE JEU PLACE – SET PLAY

● Définition

- Situation de 5c/5 sur demi-terrain contre une défense individuelle ou de zone
- Situation avec de la continuité: option après option
- Utilisation de jeu de 1c/1 avec les différentes relations
- Utilisation et placement d'écrans
 - Sur ballon
 - Hors ballon

● Comment choisir le set play – paramètres à prendre en compte

- Qualités physiques des joueurs
- Le niveau de compréhension des joueurs
- Qualités techniques individuelles
- Par rapport aux faiblesses de l'adversaire
- Moment de la rencontre, le score

Set play contre une défense individuelle

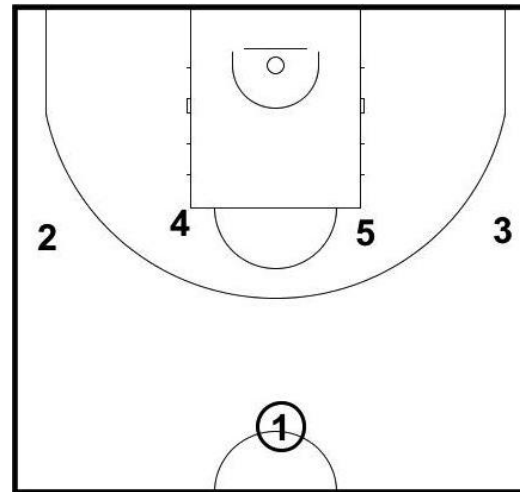
MAN TO MAN DEFENSE



- Il existe plusieurs situations de départ
- Le choix du coach dépendra de sa philosophie et des paramètres à tenir en compte
- Position 1- 4 haut
- Position 1- 2- 2

La position 1- 4 haut

- Cette position de départ, est utilisée contre les défenses agressives car elle permet des options rapides de **back door** pour les ailiers
- Le positionnement des joueurs étant très haut, cela permet d'avoir beaucoup d'espace sous l'anneau
- Dans ce genre de situation, les entrées en dribble et/ou en passe sont possibles
 - Avec les joueurs de périphérie
 - Avec les deux high post



La position 1- 4 haut: entrée en passe

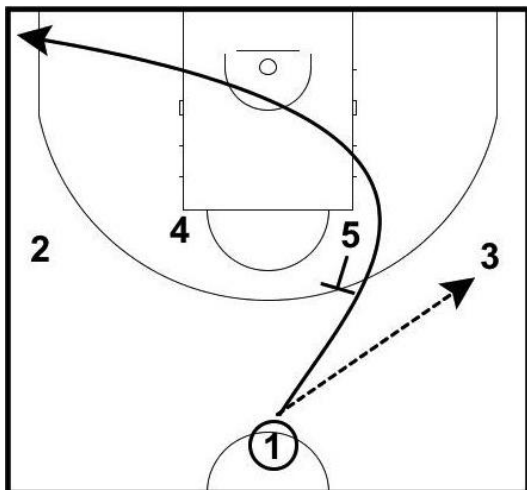


Figure 1

O1 passe à O3 et utilise l'écran de O5 - **UCLA CUT**

Remarque

O1 peut engager le jeu des deux côtés

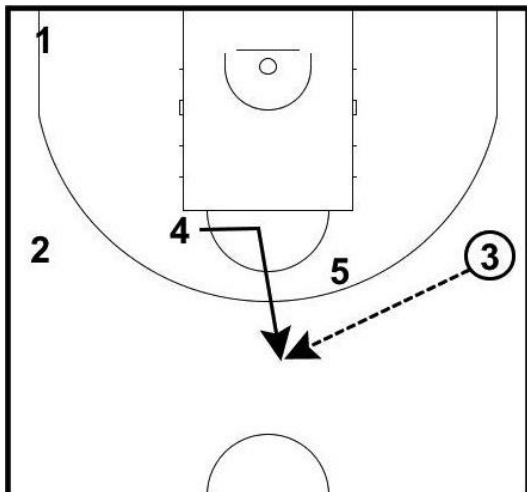


Figure 2

O4 se démarque et reçoit la passe de O3

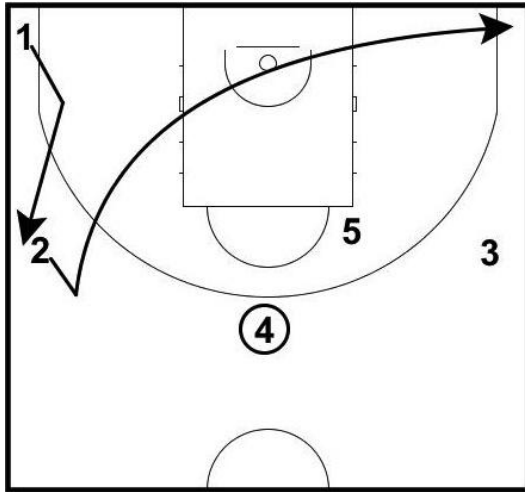


Figure 3

O2 joue le **back door**

O1 remonte à 45°

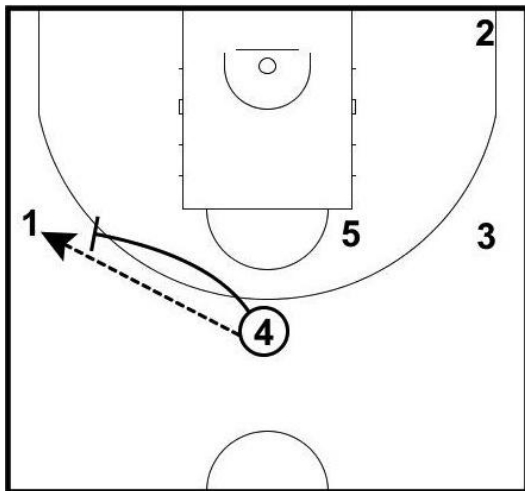


Figure 4

O4 passe à O1 et joue un écran sur ballon

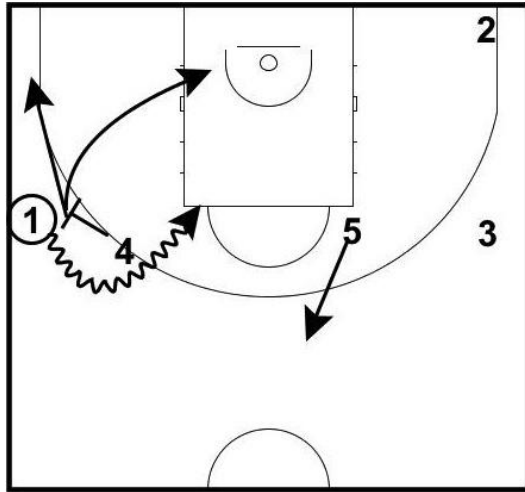


Figure 5

O1 et O4 joue le **ball screen**

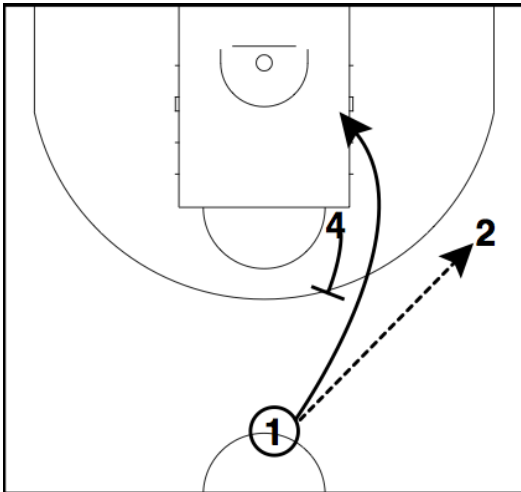
O4 peut jouer **STEP IN ou STEP OUT**

O5 ouvre le jeu pour donner un angle de passe possible à O5
Recherche de la situation de **HIGH/LOW**

O2 et O3 restent dans les espaces

Lire la situation après le **ball screen**

La position 1- 4 haut: entrée en passe Break down drills



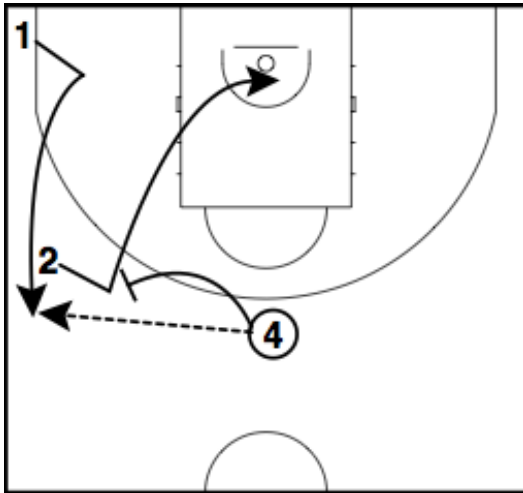
O1 passe à O2 et coupe en utilisant l'écran de O4

Options:

Avec ou sans défense sur O2 (Passeur)

Switching defense

La position 1- 4 haut: entrée en passe Break down drills



O2 joue le back door
O1 remonte et reçoit la passe de O4
O4 place un écran sur la balle

La position 1- 4 haut: entrée en dribble

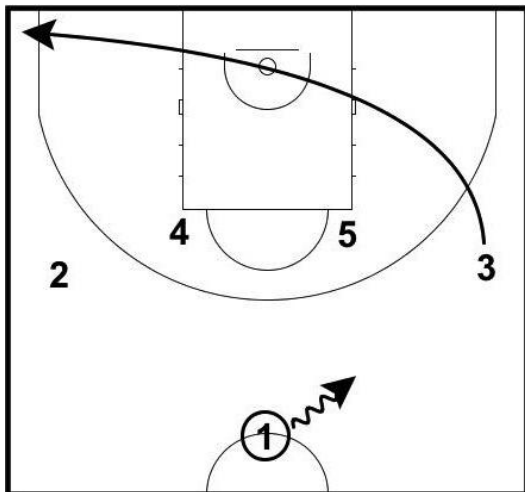


Figure 1

O1 dribble d'un côté

O3 fait un **clear out** dans le coin opposé

Remarque

O1 peut engager le jeu des deux côtés

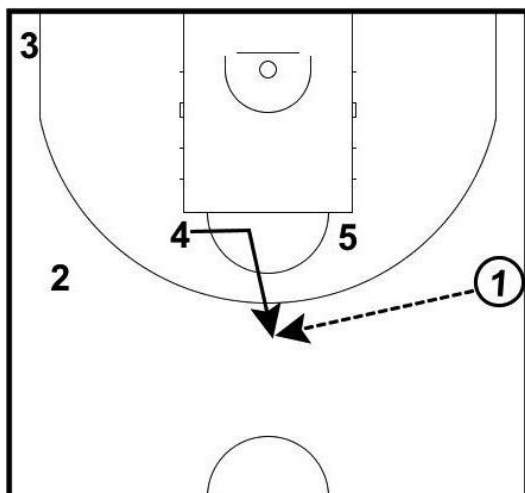


Figure 2

O4 se démarque et reçoit la passe de O1

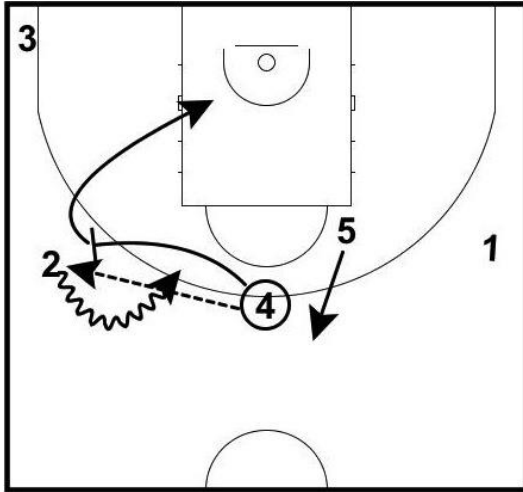


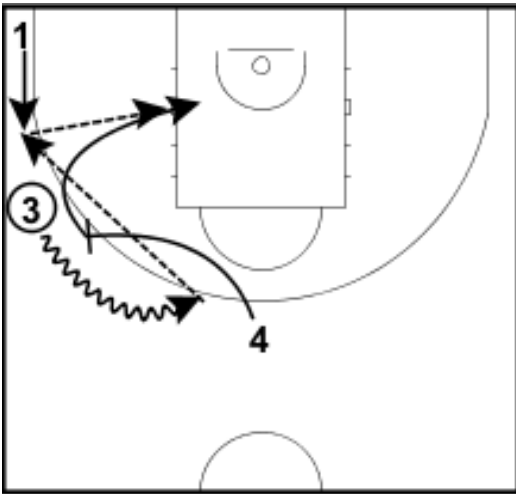
Figure 3

O4 passe à O2 et joue le 2c/2 avec écran sur la balle – **ball screen**

O3 et O5 réagissent et créent le triangle pour la passe

Il est important que le poseur d'écran plonge après son écran lorsqu'un joueur se trouve dans le coin – **step in**

La position 1- 4 haut: entrée en dribble Break down drills



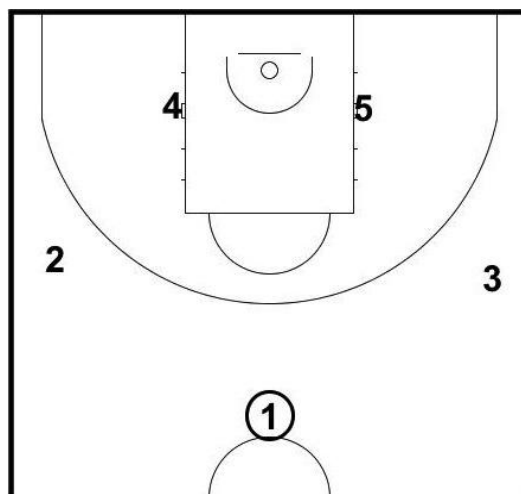
O3 utilise l'écran sur la balle de O4

O4 step in

O1 crée le triangle en remontant du coin afin de servir O4

La position 1-2-2

- Dans ce genre de situation, les entrées en dribble et/ou en passe sont possibles
- Situation intéressante pour servir le low post directement
- Utilisation d'écrans hors ballon
 - Pour libérer un ailier ou le meneur
 - Pour libérer un post dans le jeu intérieur



La position 1-2-2: entrée en passe

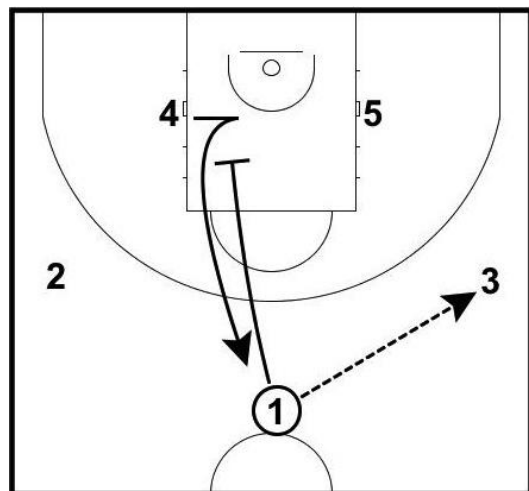


Figure 1

O1 passe à O3

O1 place un **down screen** pour O4

O4 remonte en tête de raquette

Remarque

O1 peut engager le jeu des deux côtés

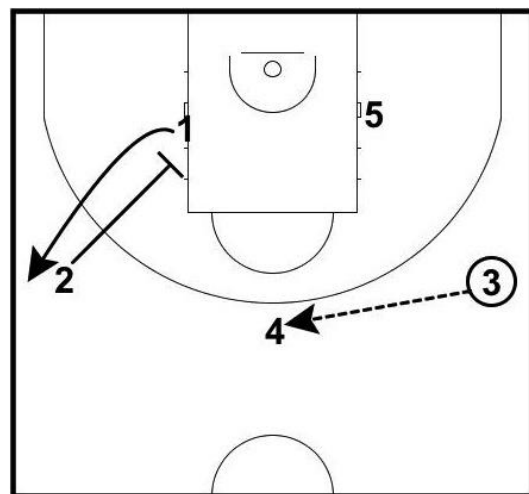


Figure 2

O3 passe la balle à O4

O2 place un **down screen** pour O1

O1 sort à 45°

DOWN SCREEN = écran vertical

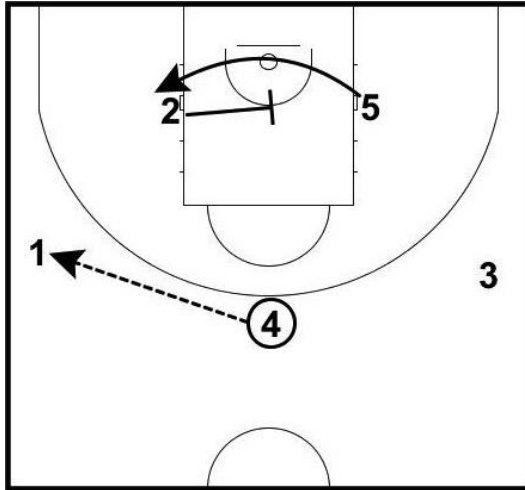


Figure 3

O4 passe la balle à O1

O2 place un **screen away** pour O5

SCREEN AWAY = écran opposé au ballon

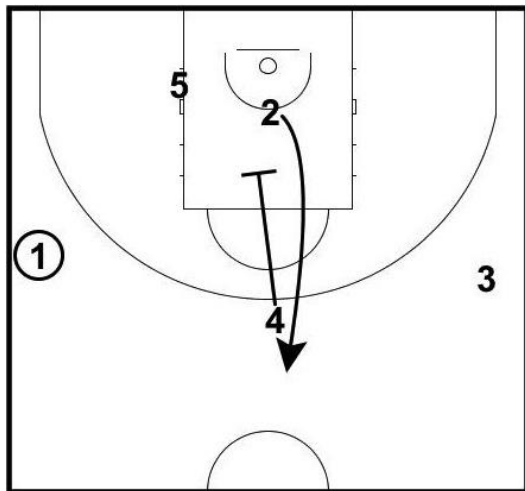
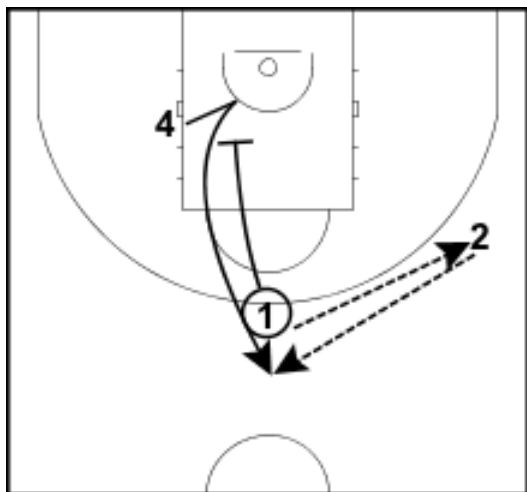


Figure 4

O4 place un **down screen** pour O2

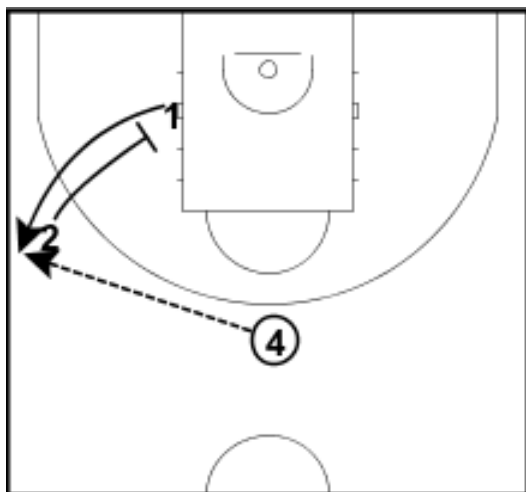
La position 1-2-2: entrée en passe Break down drills



O1 passe à O2 et descend placer un écran « down screen »

O4 utilise l'écran pour remonter

La position 1-2-2: entrée en passe Break down drills



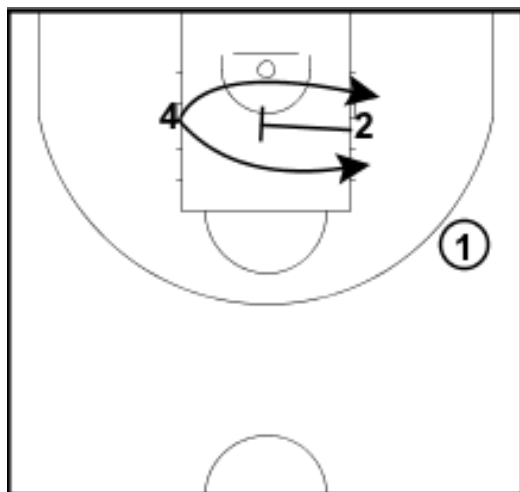
O2 descend placer un écran « down screen »

O1 utilise l'écran

O4 passe à O1

Lecture du switching defense

La position 1-2-2: entrée en passe Break down drills



O2 place un écran « screen away » pour O4

O4 peut utiliser l'écran par le haut ou par la ligne de fond

La position 1-2-2: entrée en dribble

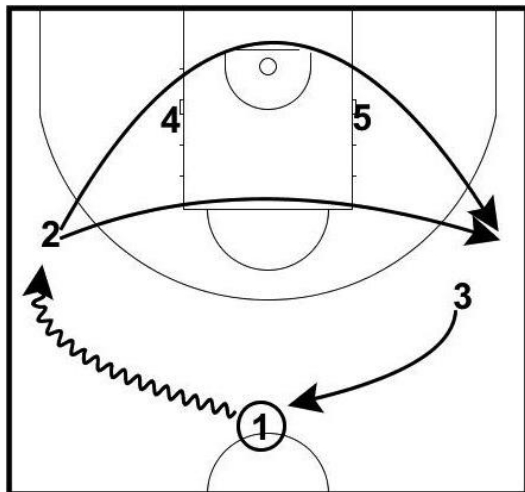


Figure 1

O1 dribble d'un côté

O2 fait un **clear out** par le haut ou le bas

O3 prend la place de O1

Remarque

O1 peut engager le jeu des deux côtés

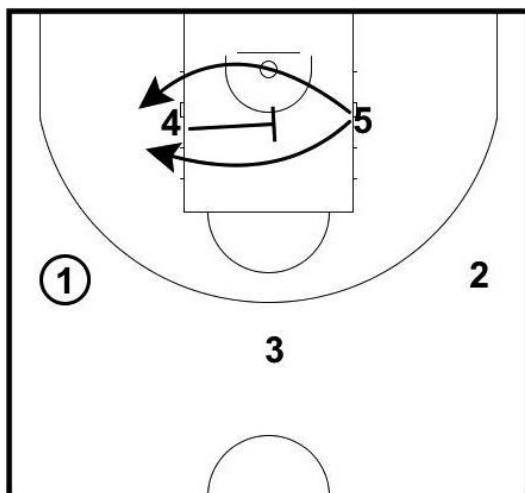
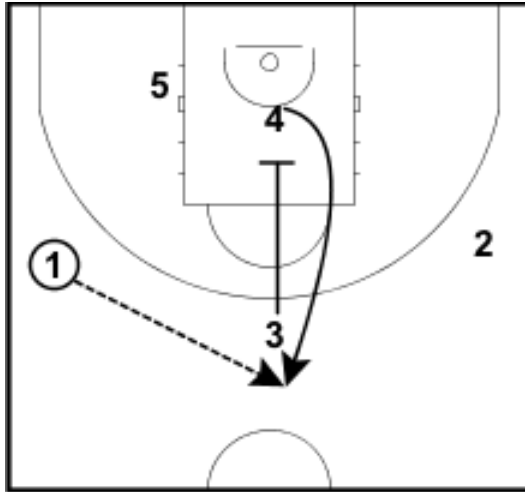


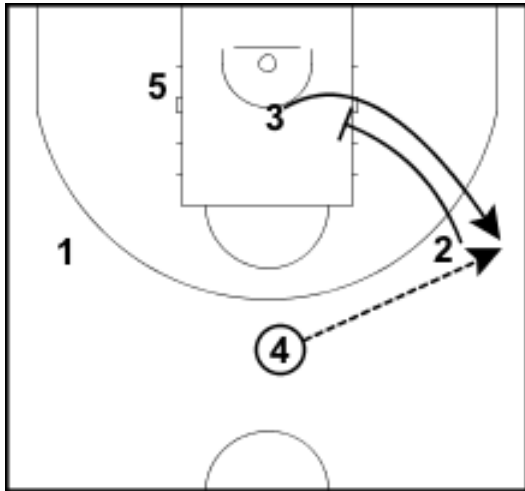
Figure 2

O4 **screen away** pour O5

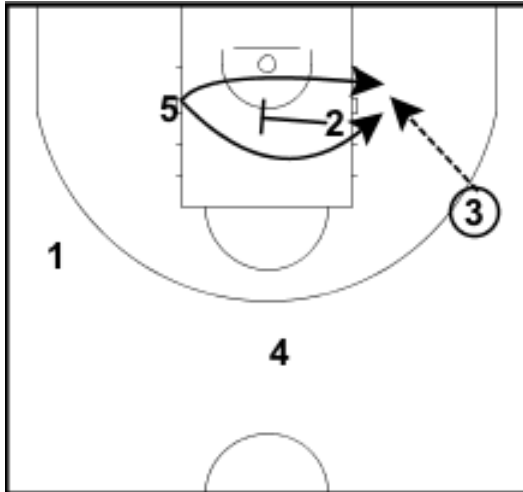
Lire la défense et attention au switching defense



O3 « down screen » pour O4
Lire la défense et attention au switching defense
O1 passe à O3



O2 « down away » pour O3
Lire la défense et attention au switching defense
O4 passe à O3

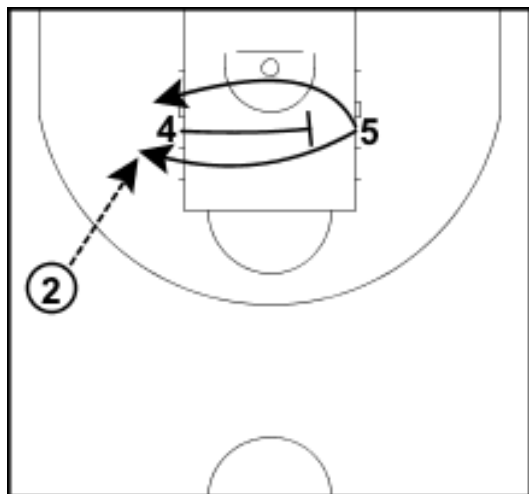


O2 « screen away » pour O5
Lire la défense et attention au switching defense
O3 peut passer à O5

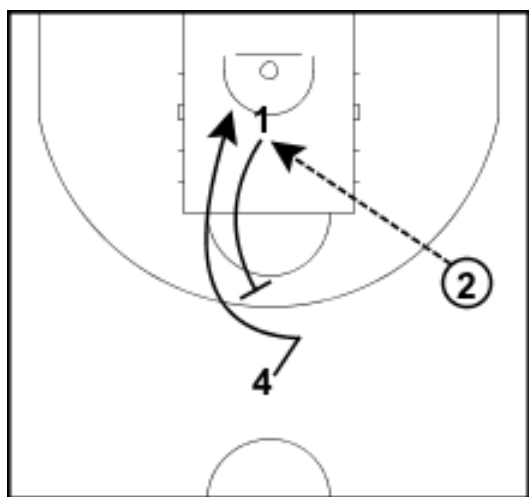


O2 « back screen » pour O4
Lire la défense et attention au switching defense
O3 passe à O4

La position 1-2-2: entrée en dribble Break down drills

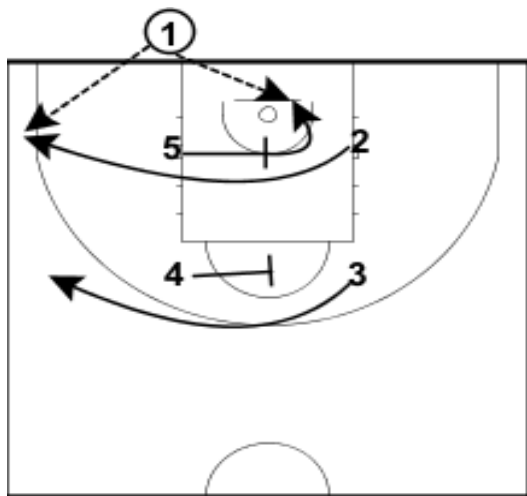


O4 « screen away » pour O5
Lire la défense et attention au switching defense



O1 « back screen » pour O4
Lire la défense et attention au switching defense

Rentrée de fond (baseline inbound)



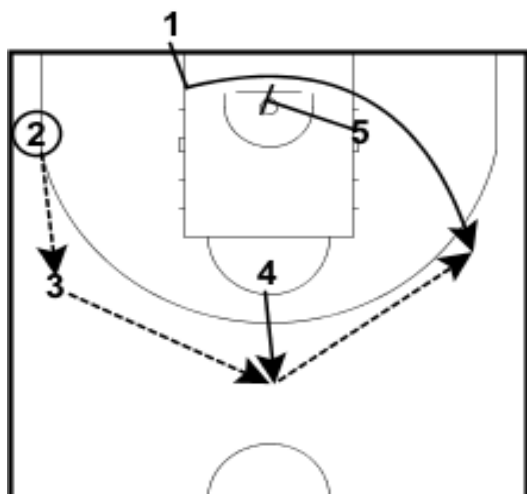
O5 « screen away » pour O2

O5 step to the ball

Lire la défense et attention au switching defense

O1 doit lire les deux options

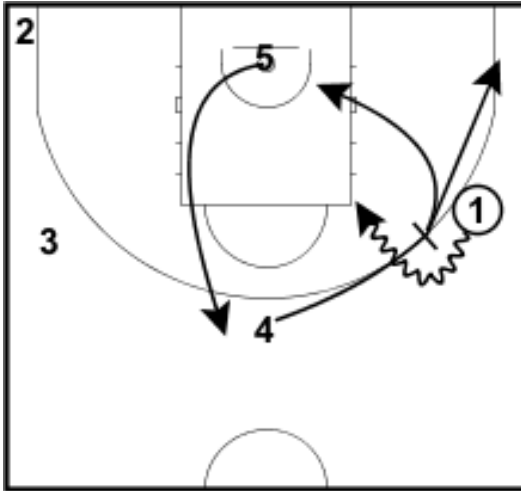
Quand O2 reçoit la balle dans le coin O4 place un écran pour O3



O2 passe à O3 qui passe à O4

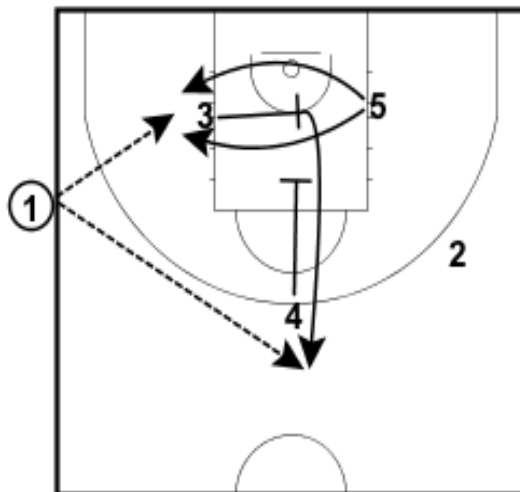
O5 « down screen » pour O1

O4 passe à O1



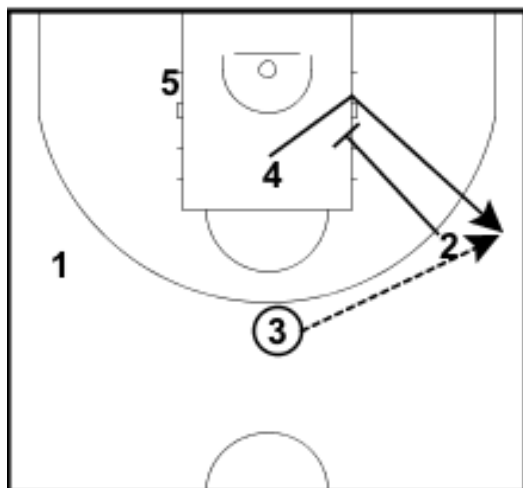
O4 joue un **ball screen** avec O1
O4 peut jouer **STEP IN** ou **STEP OUT**
O5 remonte pour la relation high-low
Lire la défense et attention au switching defense

Rentrée latérale (sideline inbound)

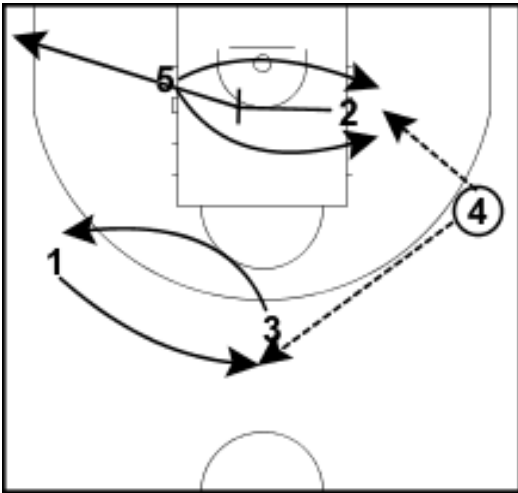


O3 « screen away » pour O5
O4 « down screen » pour O3
O1 passe à O5 ou à O3

Lire la défense et attention au switching defense



O2 « down screen » pour O4
O3 passe à O4



O4 peut passer à O5
O3 et O1 effectue un « interchange »

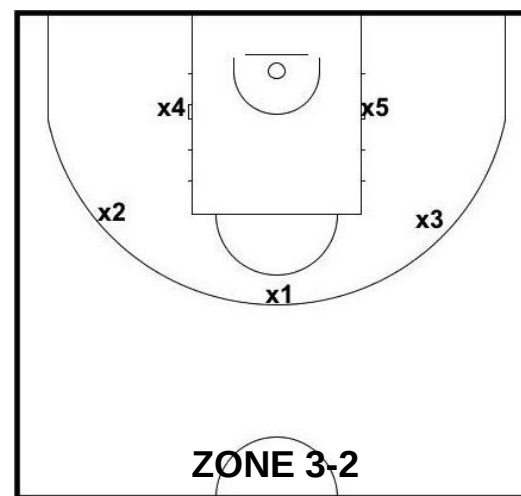
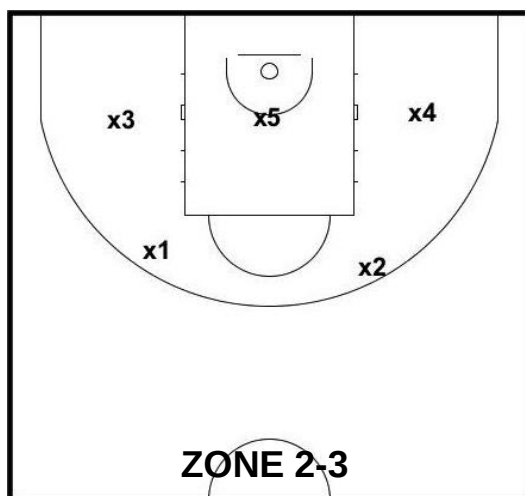
Option :
Si le ballon revient dans les mains de O1, le coach peut laisser créer du 1c1 à partir du top.

Les joueurs de périphérie sont interchangeables afin d'amener votre joueur dominant dans la situation finale de 1c1

Set play contre une défense de zone

ZONE OFFENSE

- Il existe plusieurs types de zone, les deux plus fréquentes sont
 - Zone 2 – 3
 - Zone 3 – 2
- Le choix du coach dépendra de sa philosophie et des paramètres à tenir en compte



Principes de base pour attaquer la zone



- Le jeu de transition reste une option importante pour battre la zone
 - Empêcher la mise en place de la défense
 - Créer un déséquilibre
- Le ballon doit bouger rapidement
- Renverser le jeu
- Alternner le jeu intérieur et extérieur
- Les joueurs de périphérie sont placés dans les intervalles (gap)
- Utilisation du dribble de pénétration
- Communiquer les points faibles de la zone :
 - Short corner / petit coin
 - High-post / poste haut (deuxième meneur)

Set play contre une zone 2 – 3

Position 1 – 2 – 2 entrée en passe

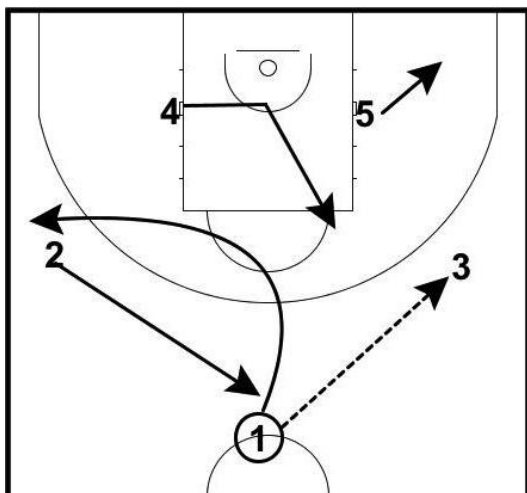


Figure 1

O1 passe à O3

O1 exécute un **interchange** avec O2

O4 flash au high post

O5 ouvre dans le **short corner**

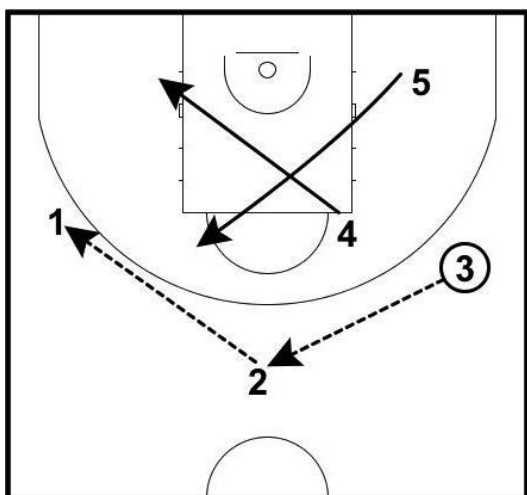


Figure 2

O3 passe à O2 qui renverse à O1

O4 coupe vers le low post côté ballon

O5 flash au high post

L'action entre O4 et O5 se nomme « **X -ACTION** »

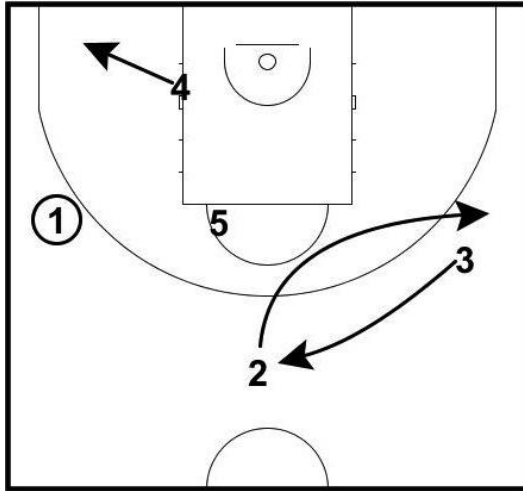


Figure 3

O2 et O3 réalise un ***interchange***

O4 ouvre dans le ***short corner***

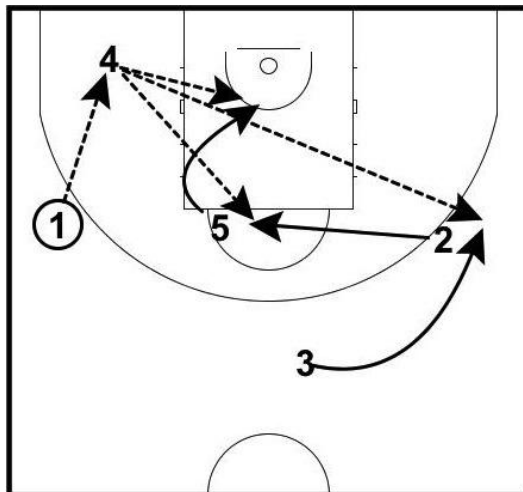


Figure 4

Action et réaction si le ballon va au *short corner*

O1 passe à O4

O5 plonge vers le cercle et attire la défense

O2 plonge au high post

O3 ouvre à 45° à l'opposé pour le shoot

Set play contre une zone 2 – 3

Position 1 – 2 – 2 entrée en dribble

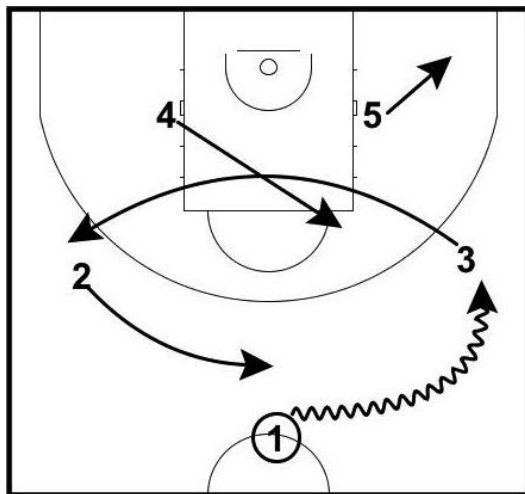


Figure 1

O1 ouvre en dribble

O3 effectue un **clear out**

O2 remplace O1

O5 ouvre dans le **short corner**

O4 flash au high post

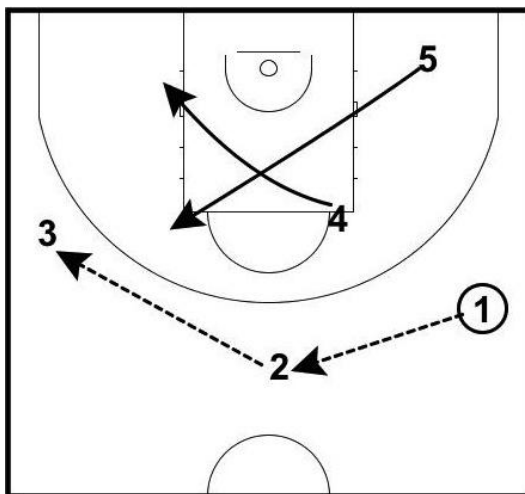


Figure 2

O1 passe à O2

O2 renverse à O3

O4 coupe dans le **short corner**

O5 flash au high post **X-ACTION**

La continuité se fait comme pour l'entrée en passe

Set play contre une zone 2 – 3

Position 1 – 2 – 2 entrée en dribble

Breakdown drills avec 3 joueurs de périphérie

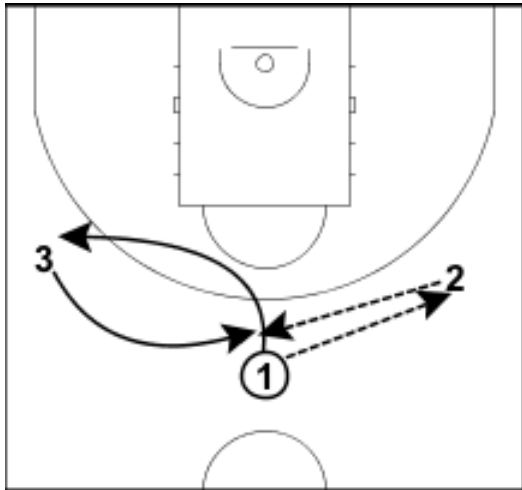


Figure 1

O1 passe à O2

O1 bouge à l'opposé

O3 remplace O1

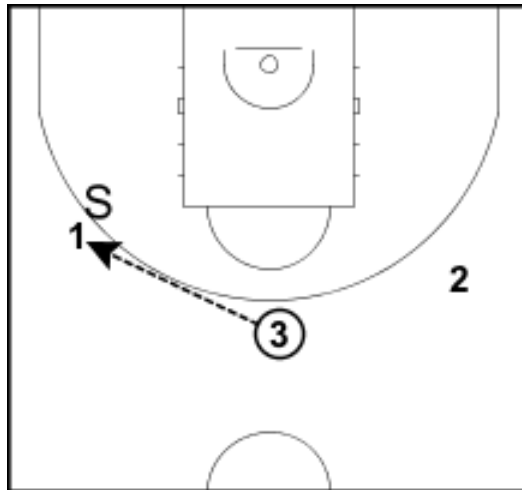


Figure 2

O3 passe à O1

O1 prend le tir

Faire travailler O2 sur le rebond offensif et O3 sur la transition défensive

Set play contre une zone 2 – 3

Position 1 – 2 – 2 entrée en dribble

Breakdown drills avec 2 joueurs intérieurs

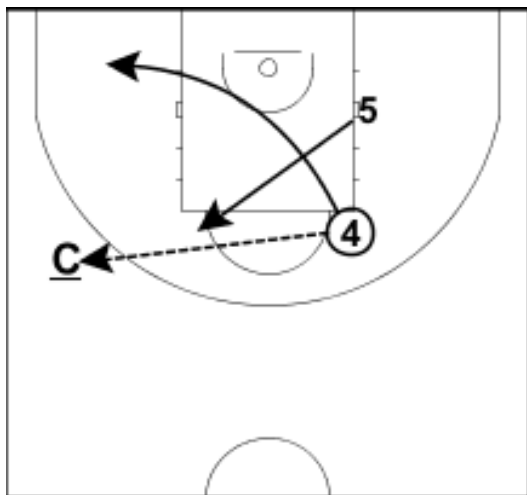


Figure 1

O4 passe au Coach

O4 coupe vers le cercle

O5 flash high post

X -Action

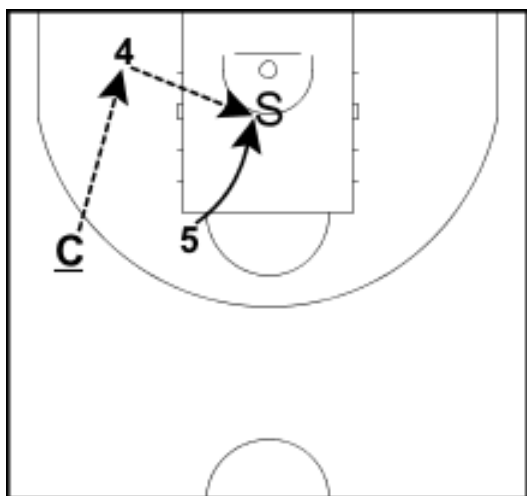


Figure 2

Coach passe à O4 dans le petit coin « short corner »

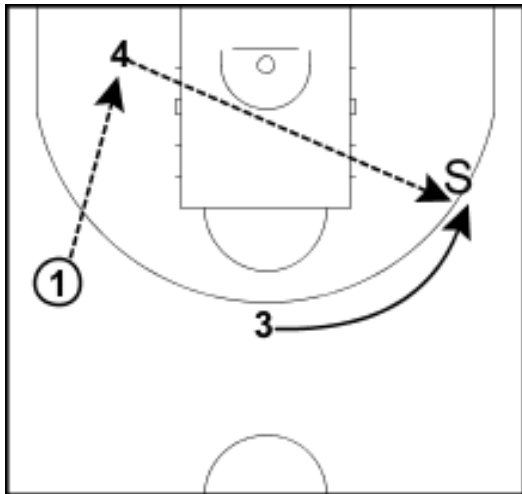
O5 plonge vers le cercle

Relation entre les deux grands

Set play contre une zone 2 – 3

Position 1 – 2 – 2 entrée en dribble

Breakdown drills 2 joueurs de périphérie et 1 intérieur



O1 passe à O4 dans le petit coin « short corner »

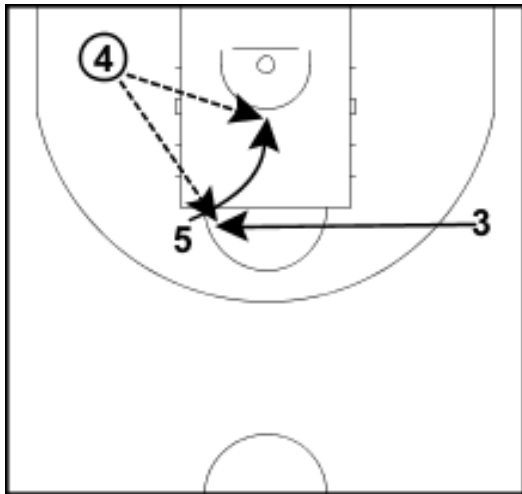
O3 décale à 45° pour recevoir la passe de O4 et prend un shoot

Organisation du rebond offensif et de la transition défensive

Set play contre une zone 2 – 3

Position 1 – 2 – 2 entrée en dribble

Breakdown drills 1 joueur de périphérie et 2 intérieurs



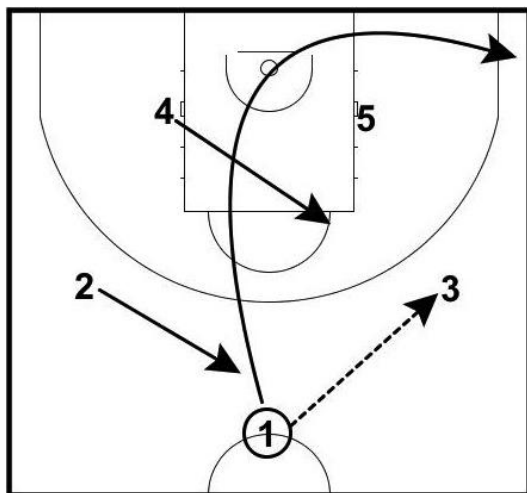
O5 plonge du high post vers le cercle

O3 flash au high post

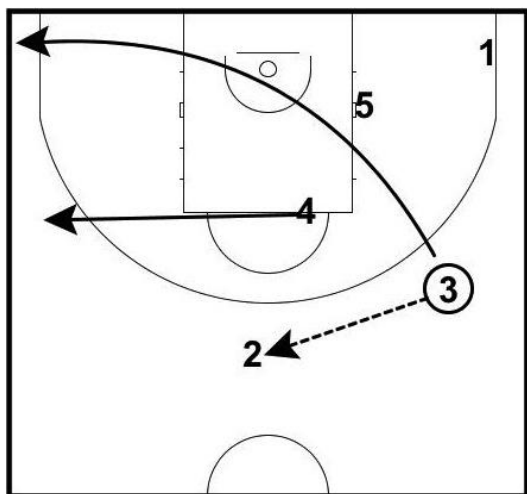
Organisation du rebond offensif et de la transition défensive

Systèmes de jeu contre défense de zone 3-2

Position 1-2-2 entrée en passe



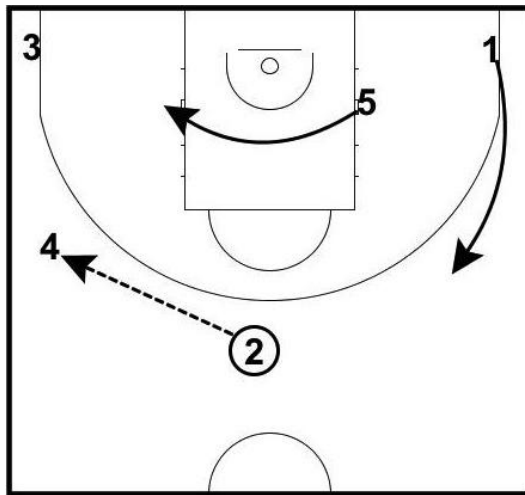
- O1 passe à O3
- O1 coupe dans le coin côté ballon (overload)
- O4 flash au high post
- O5 demande le ballon au poste bas
- O2 remplace O1 au top



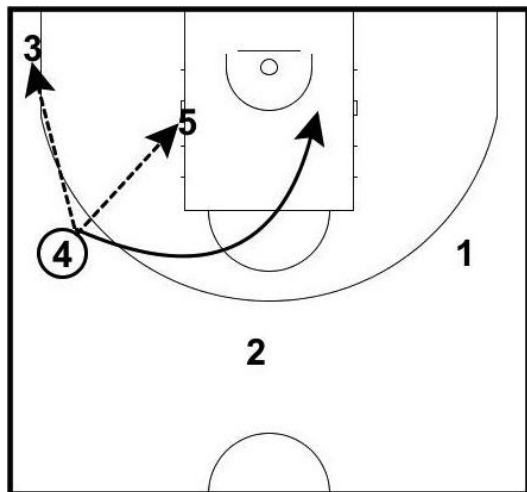
- O3 passe à O2
- O3 coupe dans le coin côté ballon (overload)
- O4 sort à 45°

Systèmes de jeu contre défense de zone 3-2

Position 1-2-2 entrée en passe



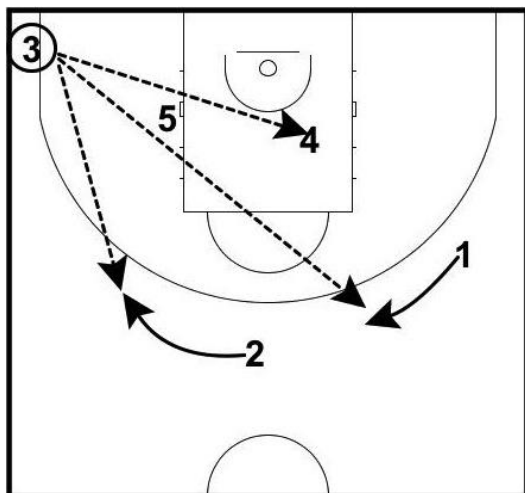
O2 passe à O4
O5 vient au bloc côté ballon (block to block)
O1 remonte à 45°



O4 passe à O3 ou à O5
O4 joue le « give and go »
O1 et O2 se déplace pour venir « into the gap »

Systèmes de jeu contre défense de zone 3-2

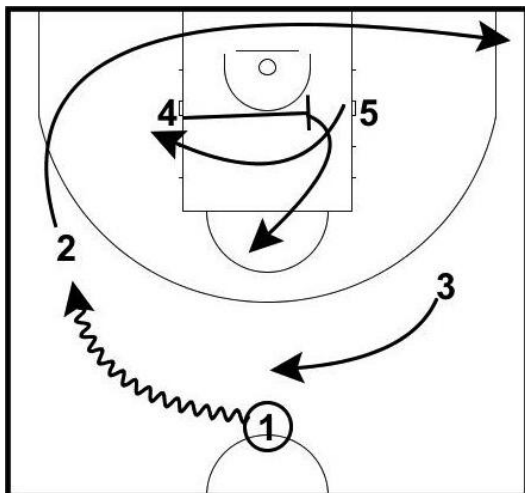
Position 1-2-2 entrée en passe



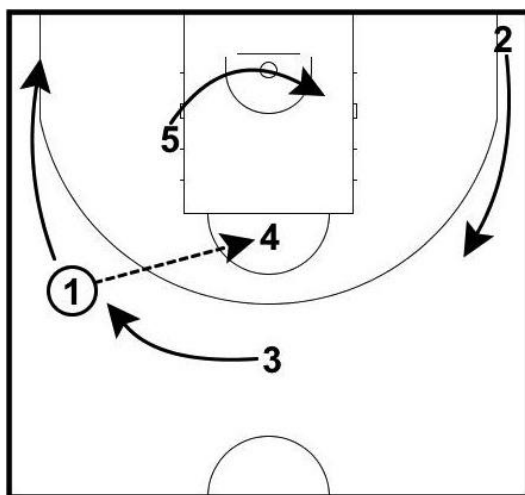
O3 peut choisir sa passe suivant la défense

Systèmes de jeu contre défense de zone 3-2

Position 1-2-2 entrée en dribble



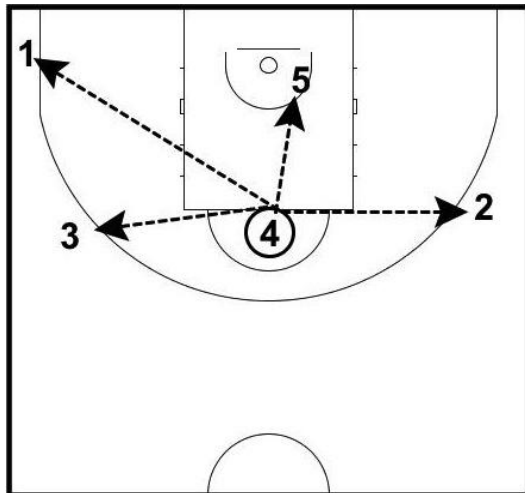
O1 ouvre en dribble et pousse O2 à l'opposé
O3 remplace O1 au top
O4 fait un 'screen away' pour O5
O5 coupe low post côté ballon
O4 remonte hi post après son écran



O1 passe à O4
O5 coupe 'baseline' (derrière la défense) 'shift action'
O1 descend dans le coin
O2 remonte pour se placer 'into the gap'
O3 décale à 45°

Systèmes de jeu contre défense de zone 3-2

Position 1-2-2 entrée en dribble



O4 doit lire la défense et trouver le joueur démarqué.

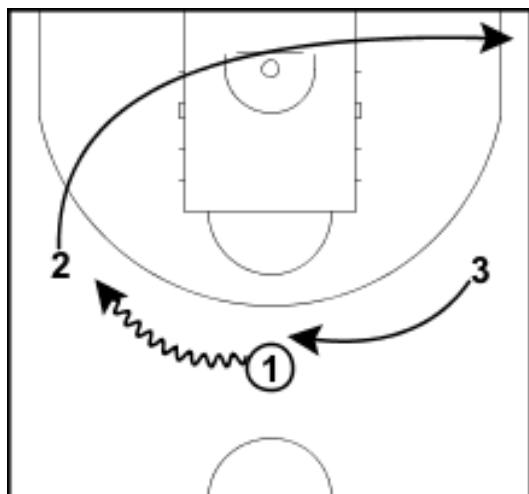
Le timing entre les mouvements des 4 autres joueurs est primordial.

O4 devient le deuxième meneur de jeu.

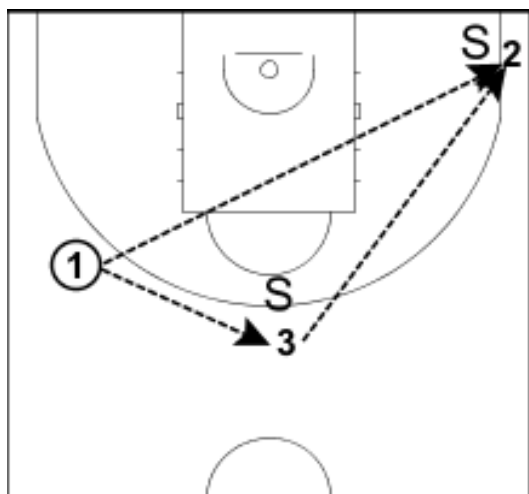
Systèmes de jeu contre défense de zone 3-2

Position 1-2-2 entrée en dribble

Breakdown drills avec 3 joueurs de périphérie



- O1 ouvre en dribble vers l'aile.
- O3 remplace O1 en distribution
- O2 clear out dans le coin opposé

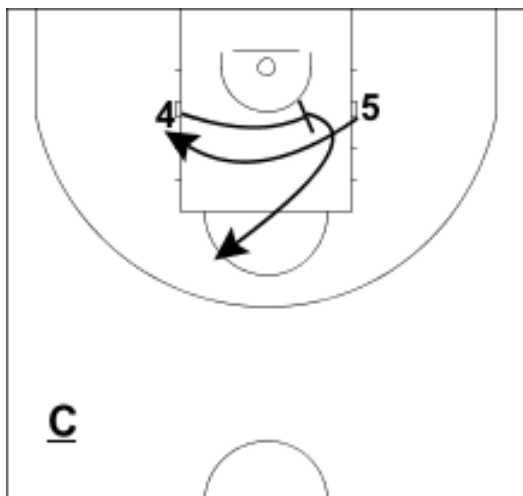


- O1 passe à O3 ou skip pass à O2
- O3 shoot ou passe à O2
- Organisation du rebond offensif et de la transition défensive

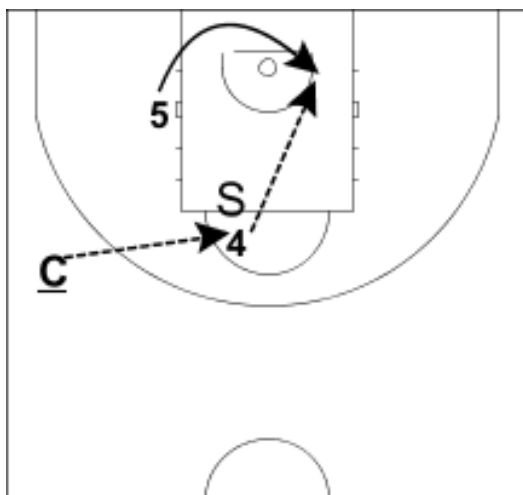
Systèmes de jeu contre défense de zone 3-2

Position 1-2-2 entrée en dribble

Breakdown drills avec 2 joueurs intérieur



O4 fait un « screen away » pour O5
O5 utilise l'écran pour venir au poste bas
O4 remonte au poste haut « high post »

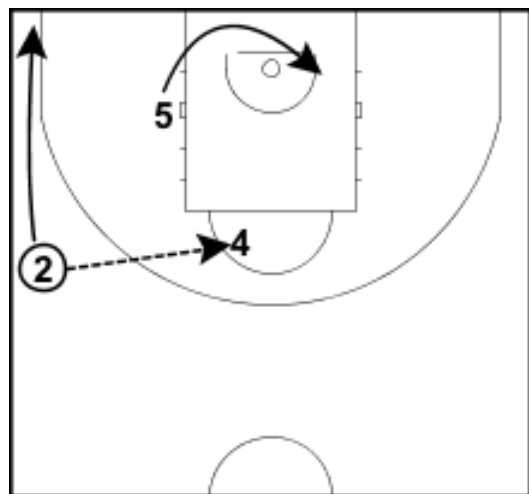


Coach passe la balle à O4
O5 coupe par la ligne de fond
O4 peut shooter ou passer à O5

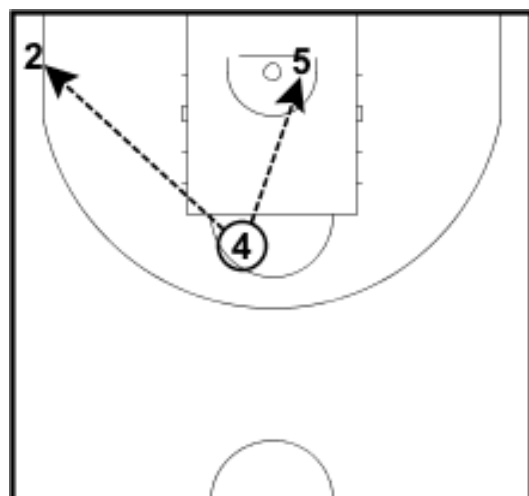
Systèmes de jeu contre défense de zone 3-2

Position 1-2-2 entrée en dribble

Breakdown drills 1 joueur de périphérie et 2 intérieurs



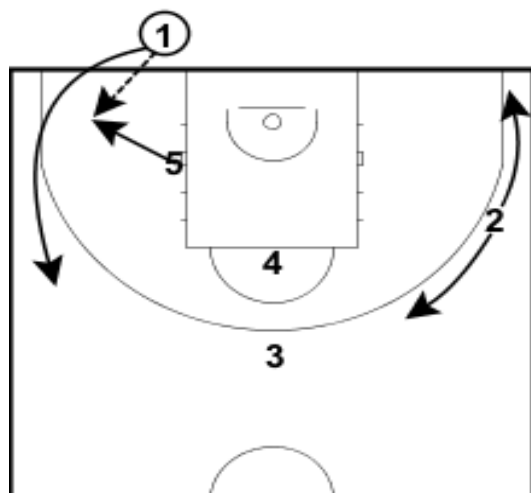
O2 passe à O4
O2 coupe dans le coin 'shift action'
O5 coupe sur la baseline



O4 passe la balle à O1 ou O4
O2 ou O5 prennent le tir

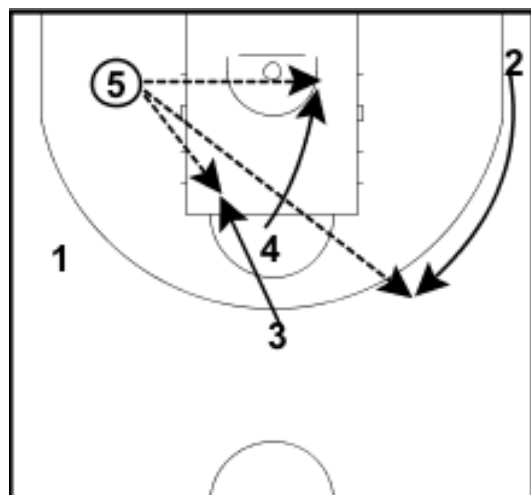
Organiser le rebond offensif et la transition défensive

Rentrée de fond contre une défense de zone Baseline inbound

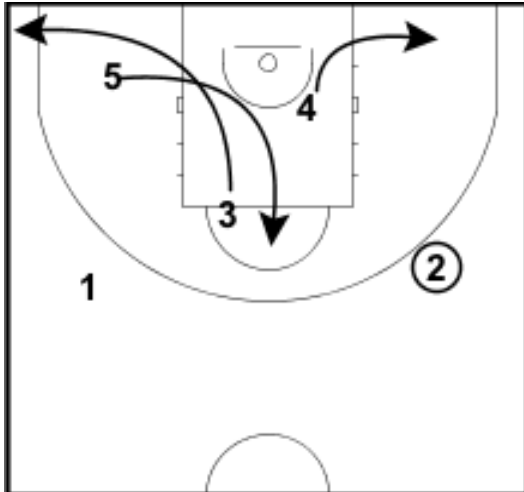


O1 fait la rentrée
Option possible avec O2 dans le coin
(réagir suivant la défense 2-3 ou 3-2)

O1 remonte côté ballon à 45°



O4 plonge dans la raquette
O3 plonge au high post
O2 revient à 45° (skip pass)



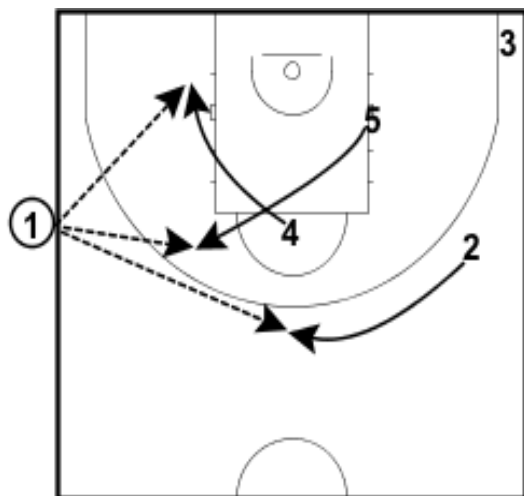
O4 se déplace 'short corner'

O5 flash 'high post'

O3 va dans le coin opposé

Continuité basée sur la relation high-low et X Action

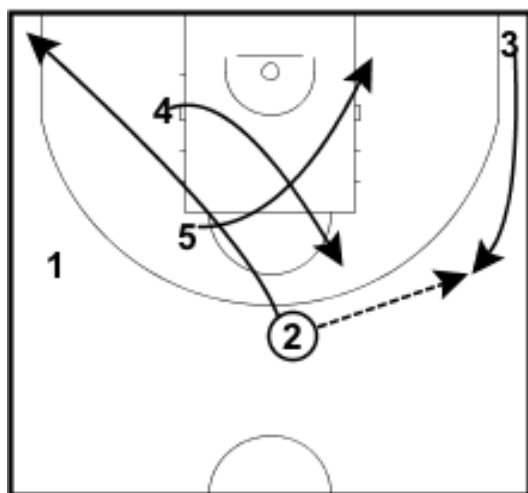
Rentrée latérale contre une défense de zone Sideline inbound



O1 fait la rentrée
Option possible avec O4 dans le coin
(réagir suivant la défense 2-3 ou 3-2)

O5 flash high post
O2 se montre au top

Si passe dans le « short corner ou high post » réaction connue



O2 renverse à O3
O5 plonge dans la raquette
O4 flash au high post
O2 va dans le coin opposé

Action/réaction connues si passe dans le short corner ou au high post