

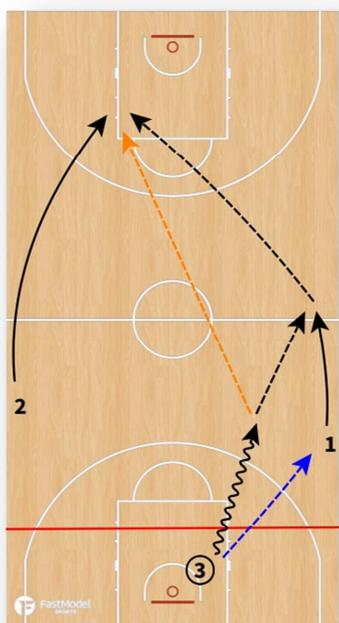
## Axes de travail en sélection du Haut-Rhin

### Fondamentaux individuels offensifs

- **Tirs en course** : travail des différents lâchés suivant choix défensifs inclus dans les différentes situations offensives travaillées en sélection.
- **Le tir extérieur** : gestuelle, mécanique et posture.
- **Le dribble** : de contre-attaque, de fixation, de pénétration, changements de main, relance du jeu après rebond défensif.
- **Les différentes passes** : après fixation en contre-attaque, après fixation sur drive en attaque placée, longues passes, après démarquage d'un partenaire.
- **Le 1c1** : après réception de passe ou dans le jeu de transition. Développement de l'agressivité offensive et des différents départs en dribble : ATTRAPER/JOUER et nouvelle notion de FRANCHISSEMENT, capacité à mettre son défenseur direct dans le dos.
- **La lecture dans les différentes situations offensives** : contre-attaque, jeu rapide, organisation collective demi terrain.

### Fondamentaux collectifs offensifs

- **La contre-attaque et le jeu rapide** sont les priorités, que ce soit après rebond, interception ou panier encaissé, de la sélection.



La contre-attaque étant la pure situation de surnombre offensif, du 1 contre 0 au 3 contre 2. Concernant la sortie de balle, après rebond, elle se fera vers l'avant par la passe (en bleue) ou par le ou les dribbles (en noir). Ces derniers doivent se faire dans un des 2 couloirs intermédiaires et non dans le couloir central où se trouvent souvent les défenseurs dans le repli défensif.

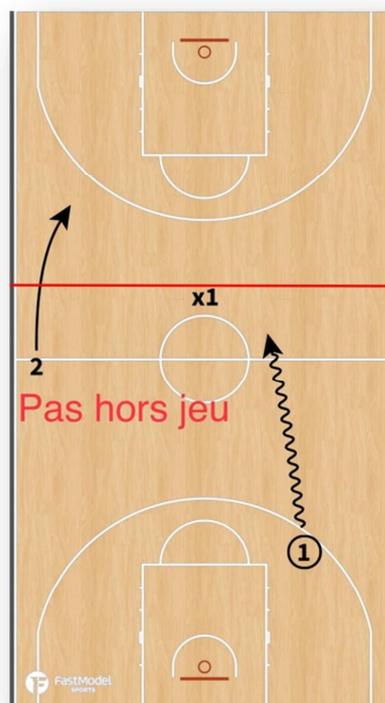
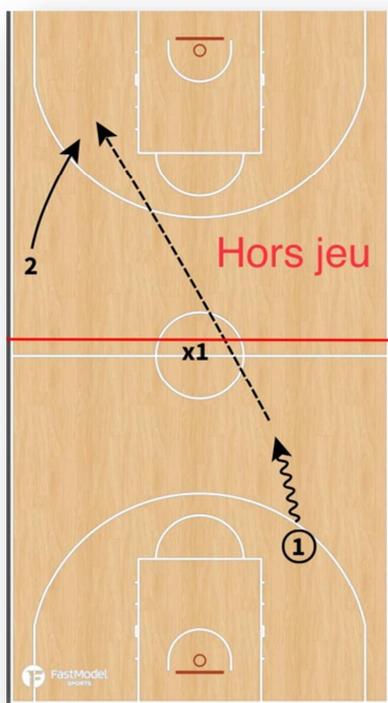
Les sorties de balle sous la ligne rouge seront à éviter au maximum pour respecter la notion « VERS L'AVANT ».

La passe matérialisée en orange représente une possibilité si le relais avec 1 n'est pas possible et si 3 a débordé son adversaire direct et qu'aucune fixation n'ait été effectuée.

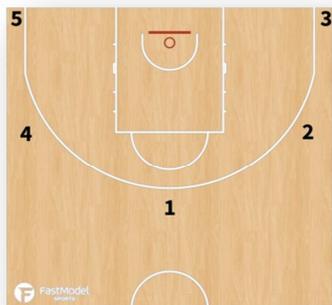
Le jeu rapide inclut la transition offensive, début de l'organisation collective offensive demi terrain : placement des différents joueurs/joueuses dans les spots que l'on va développer après.

Il y a une notion venant du foot que l'on peut utiliser aussi pour la lecture, la règle du hors-jeu.

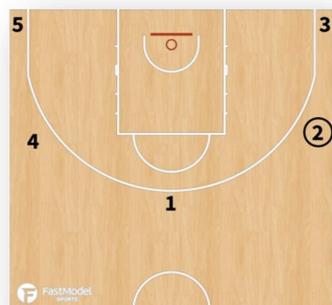
Lors d'une situation où un partenaire non porteur de balle se trouve devant le dernier défenseur ou en passe de l'être (situation de gauche ci-dessous), le joueur/joueuse porteur de balle doit faire la passe, si il/elle est lancé(e) il faut effectuer une passe à 2 mains au-dessus du défenseur et devant sa coéquipière, si le joueur/joueuse est arrêté(e) il faut effectuer une passe à une main. Et si aucun coéquipier/ère n'est devant le dernier défenseur (situation de droite ci-dessous), il faut continuer à dribbler vers l'avant jusqu'à fixation ou carrément déborder et franchir le dernier défenseur avec la prise de vitesse pour finir l'action.



- **L'organisation collective demi terrain** (en sachant que les chiffres qui vont suivre sur les illustrations ne représentent pas un poste de jeu défini car tout le monde joue partout en sélection)



Utilisation des spots de jeu en fer à cheval avec 1 joueur/joueuse tête de raquette (1), 2 joueurs à 3pts dans les axes cruciaux (2 et 4) et 2 joueurs/joueuses à 3pts 0° (5 et 3).



On cherchera toujours à ce que le ballon soit dans les mains d'un des deux joueurs/joueuses se trouvant dans l'axe crucial.



Le porteur de balle dans l'axe crucial DOIT attaquer le cercle et franchir son adversaire direct, pas juste se contenter de déborder mais mettre son défenseur dans son dos au maximum, en passant dans l'axe (image de gauche) ou ligne de fond (image de droite). Situation de jeu sans ballon des autres joueurs/joueuses. Sur l'image de droite, 3 peut même remplacer 2 dans son spot.

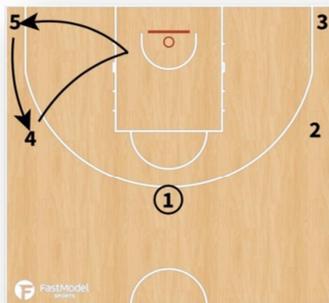


S'il/elle ne peut attaquer, retour de passe à 1, **renversement du jeu** par le dribble ou la passe :



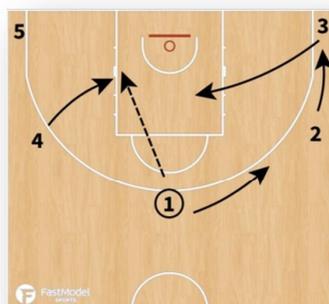
Si drive de 1 tête de raquette, situation de jeu sans ballon des autres joueurs/joueuses.

**A noter que si retour de passe à 1 est coupée, Back door de 1 et équilibre de 4 et 5.**



Si drive pas possible, 4 joue back door ou une coupe devant son vis-à-vis et 5 équilibre.

Si 5 reçoit la balle, il/elle doit jouer son duel (drive ou tir), situation de jeu sans ballon des autres joueurs/joueuses. Mêmes illustrations qu'avant, drives axe ou fond.



Si passe à 4 dans le back door possible, situation de jeu sans ballon des autres joueurs/joueuses.

Le porteur de balle est donc **prioritaire** pour jouer (drive ou tir) et doit adapter ses choix par rapport aux réponses défensives proposées : quel cadrage d'appuis propose mon vis-à-vis et à quelle distance est-il.

Si drive, qui ai-je fixé ? À qui donner la balle ? Si aucun joueur/joueuse n'intervient **clairement** en aide, **JE DOIS ALLER AU CERCLE en cherchant le franchissement**. La dernière notion offensive sera le **rebond offensif** qui est un facteur important de l'agressivité mais aussi du début de la transition défensive que l'on développera plus tard.

Cette forme d'organisation ne fait pas référence au passe et va ou passe et coupe, et **exclue les écrans porteurs et non porteurs** pour le bon développement de la lecture de jeu offensif porteur et non porteur de balle qui suivra le/la joueur/joueuse tout au long de sa carrière mis à part le jeu sans ballon intérieur puisque la spécification des postes de jeu n'apparaît pas en sélection U13 du Haut-Rhin.

### Les touches : fond et côté

Les touches auront pour objectif principal de rentrer la balle, sans écrans. Les placements (notion de spacing) sont tout de même importants, en donnant des priorités sur qui se démarque.



La touche côté / La touche fond



### Fondamentaux individuels défensifs

- **Sur porteur de balle** : Techniquement nous restons sur du classique, avec cadrage de l'appui intérieur à plat pour interdire l'axe et activité des bras pour contrôler dribble / passe / tir. Chaque joueur/joueuse qui défendra sur le porteur de balle devra mettre la pression sans aller chercher la surpression, c'est-à-dire capable de faire déjouer le porteur de balle et le mettre en difficulté pour réduire son agressivité et sa lecture.
- **Sur non porteur de balle** : Couper les passes en position fermée ou ouverte dites « à une passe » et décrocher « à deux passes ». Ces notions sont importantes car comme dit avant, le défenseur du porteur de balle est en pression et si les passes ne sont pas coupées « à une passe », le travail de pression défensive du porteur de balle ne sert à rien.
- **Le rebond défensif** : Le contrôle du rebond défensif est primordial pour le développement du jeu rapide et surtout pour ne pas donner de 2<sup>ème</sup> chance aux adversaires. Travail des fameux « écrans retards » avec le principe de d'abord contrôler son vis-à-vis par le regard et un contact avant de vouloir capter la balle, ne surtout **pas être spectateur** du tir des adversaires mais bien **acteur** du rebond défensif.

## Fondamentaux collectifs défensifs

- **La transition défensive** : La défense commence dès que nous perdons le contrôle de la balle : perte de balle, rebond défensif de l'adversaire, panier marqué de notre part.



Lors d'une prise de tir de notre part, nous donnons aux jeunes un repère, la ligne des lancers francs et son prolongement. Tous les joueurs/joueuses étant sous la ligne des lancers francs joueront le rebond offensif, les autres anticiperont la transition défensive et le repli défensif.

2 exemples, à gauche joueur/joueuse qui tir (1) est en-dessous de la ligne matérialisée en vert et à droite joueur/joueuse qui tir (1) est au-dessus.



Lors d'une balle perdue (interception ou violations amenant une touche en zone arrière des adversaires), tous/toutes les joueurs/joueuses doivent au plus vite passer en « mode » DEFENSE et prendre des attitudes de contestation de passe sur les non porteurs ou de courses dans le repli si leur joueur/joueuse courent pour jouer rapidement, le défenseur du porteur de balle doit ralentir la balle et contrôler au plus vite le porteur sans chercher à vouloir couper le jeu rapide en mettant les mains ou en allant au contact sous peine d'être potentiellement sanctionné d'une faute qui peut être antisportive.

Lors d'un panier marqué, ne jamais « fêter » son panier ou celui d'un/une coéquipier(ère) et être capable de suite à prendre les bonnes attitudes défensive pour gêner la remise en jeu des adversaires : activité des bras et jambes du/de la joueur/joueuse qui défend sur remise en jeu et contestation de passe des autres.

- **Défense sur demi-terrain** :



Placements lorsque le ballon est dans les mains d'un/une joueur/joueuse dans l'axe crucial. Le trait rouge représente la séparation entre le côté fort (ballon) et le côté faible (à l'opposé du ballon). 3 et 2 sont « à une passe » et D2 et D3 coupent la passe, 4 et 5 sont « à deux passes » et D4 et D5 ouverts à la balle, prêts à intervenir en aide.



Placements lorsque le ballon est dans les mains de 3 se trouvant dans l'axe panier panier. 1 et 4 sont « à une passe » et D4 et D1 coupent la passe, 2 et 5 sont « à deux passes » D2 et D5 ouverts à la balle, prêts à intervenir en aide.

- **Sur les écrans porteurs et non porteurs** : Il peut y en avoir suivant les équipes que l'on joue mais nous ne travaillerons pas spécifiquement dessus en défense car nous demanderons aux jeunes de CHANGER, choix le plus simple à cet âge.

La défense est un marqueur important et est aussi importante, voire + importante, que le rendement offensif. Elle est souvent révélatrice du mental du joueur : Est-ce que je laisse mon vis-à-vis porteur de balle aller au cercle ? Est-ce que je coupe la passe pour ne pas que mon vis-à-vis reçoive la balle dans de bonnes conditions voire jamais ? Est-ce que je me bats au rebond ? Etc...