

Contre Attaque et Jeu de Transition

Javier IMBRODA

Coach en LIGA ACB depuis 1990 (Malaga, Séville, Real Madrid) mais aussi de l'équipe nationale d'Espagne (médaille de bronze Euro 2001) et assistant de l'équipe de Lituanie en 1992.

Sommaire

1. Introduction
2. Philosophie
3. Compétence des joueurs
4. Comment jouer la contre attaque et quels exercices pour la développer
5. Préserver la contre attaque

1/Introduction

Si nous menions une attaque auprès des coaches, joueurs et fans, je suis certain qu'une grande majorité se diraient amoureux de la contre attaque.

Si cette enquête était menée avant le début de la saison, je suis convaincu que tous les coaches diraient qu'ils veulent jouer ce style de jeu.

Basketball est synonyme de vitesse et de jeu animé, aspect fondamental de notre sport.

Avant l'introduction des 24'' de tir, la contre attaque était comme une espèce menacée. Les équipes jouaient un basket contrôlé et ralentissaient le rythme excessivement.

Les contre attaques étaient rares, ce qui conduisait à un jeu à la fois ennuyeux et lent.

Le changement de règles a aidé le jeu à devenir plus dynamique et à retrouver une part de sa vitesse. Même si le jeu à vitesse maximum n'a été que partiellement atteint, en raison du plus grand ennemi de la contre attaque qui est la faute tactique.

Cette faute n'est pas antisportive mais suffisante pour empêcher la contre attaque de se développer. Ce type de faute nuit au jeu, même si cela peut être considéré comme une sorte de stratégie défensive, cela n'autorise pas un vrai jeu offensif à se développer.

A mon avis, nombreuses de ces fautes devraient être pénalisées différemment de façon à les bannir complètement du jeu.

2/ Philosophie

a) Réjouir les fans

Tous les fans aiment voir un maximum d'actions de jeu à grande vitesse durant un match.

Nous pouvons confirmer que le jeu sous contrôle est souvent plus efficace, mais nous pouvons également confirmer que si uniquement ce style de jeu était joué dans un match, cela supprimerai le pétillant du jeu.

b) Les joueurs aiment cela

Quand vous demandez aux joueurs quel style de jeu ils préfèrent, ils vous répondent qu'ils aiment jouer la contre attaque à chaque occasion.

c) Paniers faciles

La contre attaque implique un engagement et une haute intensité offensive comme défensive.

d) Style de jeu risqué

Le jeu de contre attaque connaît ses inconvénients, premièrement une très grande possibilité de perte de balle.

Quand vous augmentez la vitesse du jeu, vous développez également le risque de la perte de contrôle et les joueurs peuvent faire plus d'erreurs.

Pour cette raison certains coaches ont peur d'utiliser la contre attaque comme style de jeu.

3/ Compétence des joueurs

Les compétences athlétiques et techniques des joueurs ont énormément évolué depuis des années, grâce aux évolutions du jeu et aux progrès de l'entraînement et de la préparation physique.

Tout cela a autorisé la contre attaque traditionnelle (orchestrée par le meneur de jeu) à évoluer pour aller vers un jeu plus rapide avec plus de possibilités de marquer.

Avec des joueurs plus athlétiques, un ailier fort capable de prendre le rebond avec la possibilité de dribbler et de conduire la contre attaque sans donner la première passe à un coéquipier.

Cela permet au meneur de prendre un couloir extérieur, cela n'est pas le plus commun, mais avec de talentueux intérieurs c'est une possibilité.

J'ai eu l'opportunité d'entraîner quelques très talentueux ailiers forts, le dernier étant P GASOL, capable de prendre les rebonds et conduire la contre attaque.

Ce qui est également valable pour quelques arrières et ailiers.

Quand vous avez du talent, vous devez autoriser d'autres joueurs que le meneur à conduire la contre attaque.

Cela n'amène pas l'équipe à un risque plus élevé de perte de balle ou de confusion.

En tout cas cela peut être travaillé précisément durant les entraînements.

4/ Comment jouer la contre attaque et quelles situations pour travailler

Quand on parle de contre attaque, qu'est-ce que les joueurs apprécient le plus ?

Sans aucun doute, conclure avec un lay up, un tir proche ou encore un dunk.

Pourtant, la partie la plus importante de la contre attaque reste la 1^{ère} passe (passe de sortie, outlet)

Comment celle-ci est réalisée, est souvent un bon indicateur de la manière dont la séquence va éventuellement s'achever.

Début de la contre attaque

Construction de la contre attaque :

a) Différentes situations

J'aime construire la contre attaque à partir de différentes situations, comme après un rebond défensif, une balle gagnée, après un panier ou un lancer franc encaissé et si possible développer cette contre attaque avec une supériorité numérique 2c1 ou 3c2.

b) Faire la 1^{ère} passe

Même si la fin de la contre attaque est la partie la plus agréable, la plus importante reste le début.

J'utilise une série de situations qui aident à perfectionner la passe de sortie et le lancement de la contre attaque.

Situation 1 :

2c0, départ sur un rebond

1 doit ouvrir la ligne de passe en venant dans l'aile

1 reprend le couloir central, le 2, court dans le couloir extérieur

Situation 2 :

Evolution à 3c0, avec 1 ailier dans chaque aile

Situation 3 :

3c0, départ identique, sauf que l'on considère que le meneur est fermé (passe contestée)

Le joueur intérieur utilise quelques dribbles pour se dégager en se déplaçant vers le côté.

Il peut passer en sortie de dribble au meneur qui lui a repris le couloir central.

Cela permet au meneur de ne pas aller chercher la balle derrière l'intérieur et perdre par cette position l'avantage de la contre attaque.

Situation 4 :

Evolution de la situation 3 avec un défenseur qui ferme la passe de sortie.

Cela force le réceptionneur, 1 ou 3 à travailler plus dur pour créer une ligne de passe.

Situation 5 :

Augmenter la difficulté en incluant 2 défenseurs qui vont choisir sur qui ils vont défendre.

Le rebondeur doit travailler sa lecture de la situation et la prise d'information pour choisir à qui il fait la 1^{ère} passe.

Si les 2 receveurs sont fermés, le rebondeur pourra dribbler comme dans la situation 3.

c) « Gagner » du terrain

Où devons-nous faire la 1^{ère} passe ?

La passe peut être faite à différents endroits, en fonctions des capacités et compétences des joueurs. Certaines équipes ont besoin que tous les joueurs participent au rebond et effectuent les écrans retards en raison de leurs caractéristiques athlétiques.

Dans ce cas la 1^{ère} passe se fera au niveau de la ligne des lancer franc entre le coude et l'aile.

D'autres équipes peuvent se permettre de recevoir le ballon plus loin dans le terrain, au-delà de la ligne à 3 pts voir au milieu de terrain.

Cette capacité à « gagner » du terrain leur permet d'augmenter leurs possibilités de battre la défense.

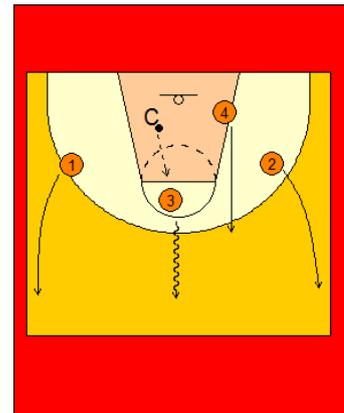
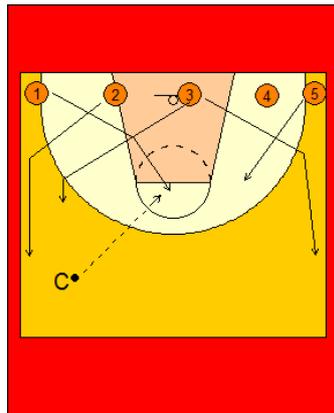
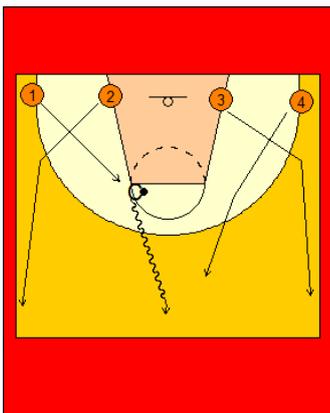
d) Progression, suivre les lignes

Voici quelques situations qui aident à déterminer quel couloir choisir pour effectuer une contre attaque avec une certaine discipline (organisation).

Il est possible de modifier l'ordre des joueurs afin des les forcer à trouver leur propre couloir.

Dans la 3^{ème} situation, tous les joueurs sont face au coach qui passe à 3 qui va conduire la contre attaque, les autres joueurs prenant les couloirs, c'est un moyen de préparer votre équipe à jouer ce que je nomme « la contre attaque ouverte ».

Cela autorise votre équipe a prendre l'avantage sur toutes les situations afin que les joueurs jouent la contre attaque, s'amuse et développe leurs compétences.



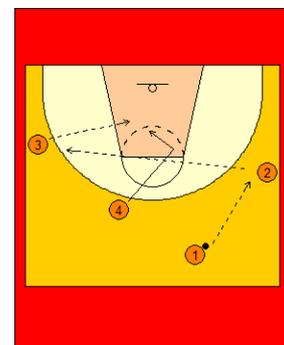
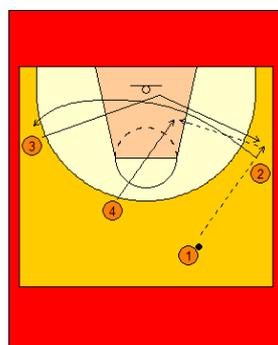
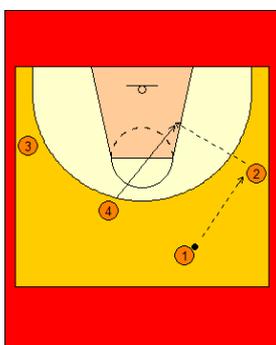
Dans cette série d'exercices, 3 concepts spécifiques doivent être pris en compte :

- ✓ Utiliser un ballon partiellement dégonflé durant les premiers temps d'entraînement incite vos joueurs à se concentrer sur la passe plutôt que le dribble.
- ✓ Le 1^{er} trailer doit courir devant la balle à chaque fois qu'il le peut
- ✓ Qui reste derrière pour contrôler une contre attaque adverse ? Vos joueurs doivent être préparés à la transition défensive.
5, qui est souvent le joueur le plus lent, doit être prêt à cela et changer de direction pour protéger le panier

e) Conclure différentes situations

Voici plusieurs situations pour récompenser notre 1^{er} trailer à chaque fois qu'il court devant la balle.

- ✓ Passe ailier pour lay up ou post up
- ✓ Passe ailier après croisement
- ✓ Passe sauté et changement de direction du trailer



5/ Transition offensive

Nous allons maintenant parler d'organisation concernant que l'on nomme la transition offensive.

Option 1

L'ailier passe le ballon à l'intérieur qui ensuite transfert.

Au même moment les 2 intérieurs cherchent à améliorer leur placement en coupant vers le poste bas afin d'y recevoir le ballon.

4 flash vers le ballon et 5, coupe côté faible.

Option 2

Nous essayons de faire une passe au poste bas, si celle-ci est fermée, l'ailier transfert sur le 2^{ème} trailer qui occupe le poste haut.

Dans le même temps, l'ailier côté faible va porter un écran sur 4 qui se présente à la balle sous le cercle.

Option 3

Au cas où les ailiers ne sont pas ouverts, 1 conserve le ballon en dribblant jusqu'à ce que 5 lui pose un écran et ouvre intérieur.

Dans le même temps, 4 monte au poste haut et reçoit la balle de 1 pour chercher à servir 5 ou si fermé, 3 dans l'aile.

Option 4

1 se décale vers une aile en dribble et passe la balle dans l'aile opposée.

Cela offre 2 options :

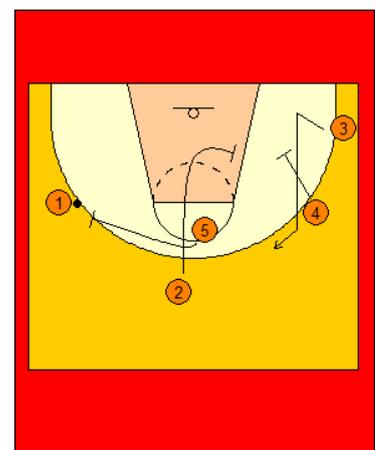
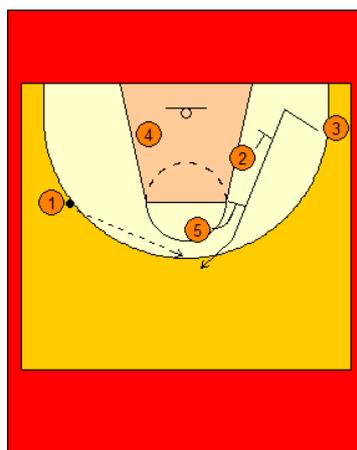
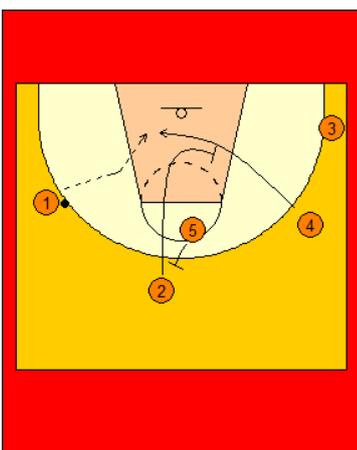
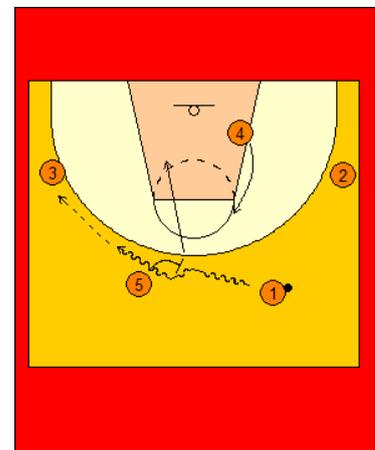
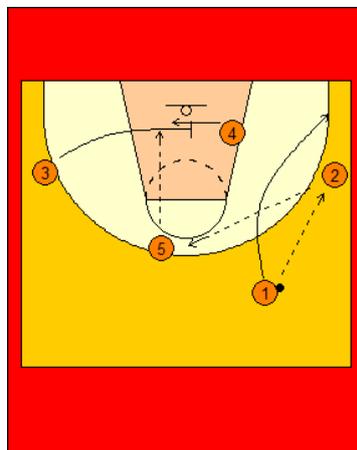
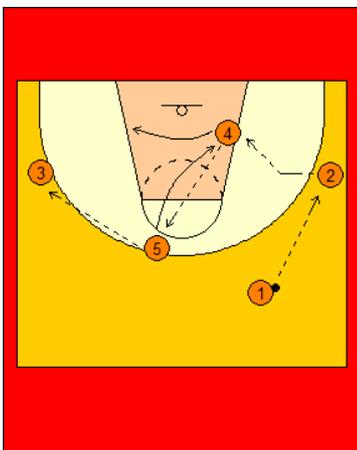
- ✓ Ecran de 2 après sa passe pour 4 qui coupe ligne de fond
- ✓ Stagger pour 3 (écran 2,5)

Option 5

Cette option peut poser des problèmes à la défense

2, coupe autour de 5 qui lui pose un écran sur 1 (porteur)

Dans le même temps côté faible, 4 pose un écran pour 3 qui remonte



6/ Protéger la contre attaque

Les fautes antisportives doivent être punies.

J'aimerais voir toutes les fautes commises dans l'entre jeu (espace à 2pts) appelée « faute tactique » pénalisées par des lancer-francs accompagnés de la possession.

C'est simple de reconnaître une « faute tactique », le défenseur n'a aucune intention de stopper la contre attaque par une véritable action défensive.

Il arrête le jeu par une faute qui même sans être antisportive, empêche l'attaque d'avoir la possibilité de marquer sur une action simple.

En autorisant cette faute tactique sans la sanctionner, cela nuit probablement au jeu.

Si le défenseur commet une faute avec l'intention de voler le ballon ou de stopper la contre attaque, il sera simple pour les arbitres de siffler la faute.

Interdire la faute tactique est mon moyen d'essayer de protéger la contre attaque, part essentielle de l'essence de notre sport et l'un des moyens d'attirer les fans.

En supprimant cette faute, les défenseurs devront élever leur niveau de pratique défensive pour contrôler la contre attaque.