

COMPTE RENDU D'ACTION

FORMATION JOUEURS (FJ)

FORMATION CADRES (FC)

saison 2019/2020

Intitulé  
et Objectif(s)  
de l'action

Intervention technique : regroupement coaches, entraîneurs et salariés de clubs  
Informations pédagogiques et techniques à destination de l'encadrement (bénévole et professionnel) des jeunes pratiquants de 9 à 17 ans.  
- Sensibiliser aux contenus prioritaires de formation sur un thème précis.  
- Harmoniser les contenus de formation Joueurs-Joueuses sur le territoire.

Date	Vendredi 6 mars 2020	Lieu	Plénée Jugon
Nombre de participants	8 personnes / 1 club	Public	Salariés et encadrants des équipes U13-U15-U17M-U18F

Encadrement

Nom -Prénom	Fonction	Structure / Club
RIVET Jonathan	Intervenant terrain	CTF CD 22

Bilans

Affiche réalisée par Sébastien Gillard

**INTERVENTION TECHNIQUE**  
Regroupement Entraîneurs, Coaches et Salariés de Clubs

**PLENEE-JUGON**  
Gymnase Municipal

**Vendredi 6 mars**  
de 18h30 à 20h00



Thème:

Les intentions offensives en U15

Intervenants:

Jonathan RIVET - CTF du Comité Départemental de Basket-Ball des Côtes d'Armor  
Delphine GAPIHAN - CTF du Comité Départemental de Basket-Ball des Côtes d'Armor

Gratuit - Ouvert à tous - Inscription en ligne sur [Basket22.fr](http://Basket22.fr)

Temps théoriques :

- Distribution des cahiers techniques CD22
- Présentation du thème abordé.

Temps pratique (avec 11 joueurs U15M du BC PLENEE JUGON) :

- Situations proposées sur : « les intentions offensives en U15 ».

**INTERVENTION TERRAIN** (doc sur [www.basket22.fr](http://www.basket22.fr))

En introduction, il m'a semblé important de rappeler la place indispensable des contenus portant sur le jeu rapide sur la catégorie concernée (U15).

En effet, le jeu rapide constitue la plupart des actions de matchs sur cette catégorie (jeu rapide = 70 à 80% des actions de jeu en U15).

Le jeu de transition a également été cité comme essentielle puisque c'est une continuité du jeu rapide et les apprentissages technico-tactiques associés à cet aspect du jeu doivent faire partie intégrante de la formation du joueur à cet âge.

La présentation des intentions sur le jeu rapide et sur le jeu de transition a aussi constitué le début de l'intervention avec l'énonciation des règles de base des principes de jeu des fondamentaux offensifs collectifs en U15 comme :

- Transiter le plus rapidement possible avec la volonté de porter la balle le plus vite possible vers l'avant par la passe ou le dribble pour rechercher une situation de surnombre offensif et donc obtenir la possibilité d'avoir un tir à haut pourcentage de réussite (sans opposition et proche du cercle dans l'idéal).
- Respecter les espaces de relance, les couloirs de jeu entre les joueurs (spacing) et développer les relations à 2 et à 3 pour les réutiliser sur le 5x5 (décomposition du jeu 5x5 sur du jeu réduit). → LARGEUR / PROFONDEUR
- Connaissance des espaces clés à occuper pour le PB et les NPB.
- Mobilité de la balle avec une disponibilité des NPB (timing de déplacement en fonction du PB à respecter) et un nombre de dribbles limités pour le PB afin de ne pas ralentir le jeu.
- Prise d'informations du PB le plus tôt possible et agressivité dans les intentions de jeu (passe ou dribble).
- La capacité des NPB à se projeter le plus vite possible vers l'avant (course en sprint !) et être disponibles dans les « bons espaces » (lecture par rapport à la position du porteur de balle).
- Equilibre entre le jeu intérieur et le jeu extérieur sur le jeu de transition.

Le projet de jeu pour une équipe de cette catégorie doit reposer avant tout sur un jeu simple et intense à base de courses avec l'intention d'encourager le jeu rapide et l'enchaînement des actions de jeu. La philosophie de formation doit être orientée vers un fil conducteur commun (les principes de jeu) que les jeunes s'approprient afin de jouer les formes de jeu collectives au-travers des principes de jeu.

**L'idée est de ne pas stéréotyper les réponses tactiques offensives mais de permettre une justesse de lecture reliée aux principes de jeu afin d'occuper rationnellement les espaces du terrain et de garantir une continuité dans le jeu.**

De plus, le développement des principes de jeu permet de donner un sens tactique au perfectionnement technique car il est plus aisé de travailler des réponses technico-tactiques autour d'un fil conducteur commun à toutes les formes que de modéliser chaque forme de jeu et d'y apporter des réponses différentes.

Les rythmes et les timings ont une part essentielle dans l'élaboration d'un jeu collectif offensif et il est indispensable de respecter la règle suivante :

- Suite à une attaque en dribble (ou une balle transmise de l'intérieur), si le 1er réceptionneur ne tire pas car pas de tir ouvert, il doit y avoir une volonté de passe supplémentaire (extra-passe) afin d'élargir les distances d'aides et de ne pas compresser les espaces avec des attaques en dribbles successives.

N.B. : L'exigence par rapport à la qualité de réalisation des jeunes sur le respect de ces principes de jeu a été adaptée en tenant compte du fait que cela était parfois nouveau pour eux.

Dans ce sens, nous avons recherché à faciliter leur compréhension et leur apprentissage avant toute chose et néanmoins apporter davantage de rigueur et perfectionner leurs connaissances sur le jeu rapide en insistant sur des éléments précis (espaces, timing...) et l'intensité déployée.

### SEANCE :

#### **I) Echauffement 3x0 sur remise en jeu ou rebond, sortie de balle + relance du jeu avec le PB + déplacements des NPB :**

Un échauffement a été mis en place en insistant sur la volonté de **réduire le temps de transition** (défense → attaque) avec le changement de statut suite à une situation de tir effectué.

**Les remises en jeu et les sorties de balle** ont donc été abordés fortement lors de ce temps puis nous avons insisté ensuite sur **les espaces de courses ainsi que les règles à suivre sur le jeu de relance**.

- 3x0 sur une longueur de terrain avec l'intention de relancer le plus vite possible vers l'avant (**intensité dans les actions**) et la **qualité de réalisation de choses simples mais avec une vitesse importante seul ou en collaboration** (passe par exemple).

Nous avons rappelé durant ce moment que les passes directes étaient à privilégier sur le jeu de relance afin d'être le plus rapide et le plus précis possible pour obtenir un maximum d'efficacité sur les situations de surnombre offensif.

Très rapidement, la situation a évolué sur le même principe mais sur un A-R pour le même groupe avec une organisation au retour qui étaient « guidée » pour faciliter le rôle de chacun (même rôle à l'aller et au retour pour chaque joueur).

Néanmoins, cela n'a pas été si facile pour tous les joueurs sur le fait d'enchaîner des actions sur deux longueurs de terrain à suivre.

Un contrat collectif a été demandé pour chaque situation proposée (10 paniers marqués sur la séquence avec une longueur de terrain puis 5 passages avec les deux paniers marqués sur le travail en A-R).

#### **II) Jeu rapide : 2x1 / 3x2 / 3x2+1 en continuité :**

Pour recontextualiser le travail effectué précédemment sur le jeu rapide, une situation de surnombre en 2x1 en continuité a été mise en place.

Le rôle de chaque joueur et l'intention de jeu collective a été rappelé, à savoir :

- **volonté de transiter le plus vite possible** (sur REJ ou sortie de balle) en se situant dans les **bons espaces et le bon timing**.

- le PB doit prendre dès que possible les informations sur la position du défenseur et de son partenaire en étant ouvert au jeu dès la réception de la balle.

Trois choix s'offrent à lui si son partenaire est devant.

1) **défenseur entre PB et NPB mais loin des deux joueurs → passe au-dessus du défenseur.**

2) **défenseur proche du PB → d'abord franchir l'adversaire pour ensuite effectuer une passe directe et précise** dans les mains de son partenaire.

3) **défenseur proche du NPB → continuer à avancer et à être agressif pour le PB avec l'objectif d'aller marquer s'il est seul.**

**Si le NPB est au même niveau ou derrière le PB, le PB doit alors chercher à fixer le défenseur** avec l'intention d'aller au panier en respectant son espace de jeu et en prenant l'information de la position de son partenaire s'il doit jouer avec lui.

Dans le but d'obtenir des conditions de jeu se rapprochant des situations de match (contraintes de temps), nous avons donné par la suite un **maximum de 7 secondes par possession de balle** pour l'attaque.

Les séquences se sont jouées sur des périodes assez courtes de 2'30'' à 3' pour **conserver un haut niveau d'intensité et permettre de voir également les comportements des jeunes en état de fatigue.**

Les évolutions sur les situations suivantes en 3x2 et 3x2+1 en continuité ont été mises en place avec les mêmes objectifs et intentions de jeu.

La collaboration aussi bien offensive que défensive surtout au niveau de la **communication** a été répétée de nombreuses fois aux jeunes en essayant de leur montrer l'importance d'avoir des échanges entre eux et de se transmettre des informations dans le but **d'optimiser leur efficacité collective** (pour établir clairement le rôle de chacun par exemple).

### **III) 3x0 puis 3x3 en tiroir (tout-terrain) :**

L'objectif était d'obtenir une coordination au niveau des déplacements à 3 joueurs.

Après un temps d'apprentissage en expliquant précisément les attentes sur les espaces de jeu à occuper et le rôle de chaque joueur sans opposition, nous avons ajouté une opposition pour être en 3x3.

Le jeu réduit permet de faciliter l'apprentissage des joueurs car cela diminue, entre autres, le nombre d'informations et de paramètres à traiter pour chacun (jamais de situation strictement identique au basket-ball) et permet donc une retranscription plus aisée de ce qui est demandé par l'entraîneur.

Nous avons vu les principes de jeu notamment sur les notions de spacing, des placements et déplacements dans le bon timing avec les options possibles sous deux formes de jeu :

- 1) Jeu avec 3 joueuses extérieures.
- 2) Jeu avec 2 joueuses extérieures et 1 joueuse intérieure (poste médian et short corner).

La 1ère manche s'est jouée uniquement avec une structure à 3 joueurs extérieurs puis une seconde manche a été jouée avec une structure à 2 joueurs extérieurs et 1 joueur intérieur (en U15, tous les joueurs peuvent jouer partout).

→ Début de spécialisation de poste de jeu en U18 sauf cas exceptionnel comme les Très Grands Gabarits par exemple.

La défense n'a pas été « guidée » volontairement pour voir si les joueurs étaient en mesure de lire les situations et effectuer les bons choix en fonction des positions défensives et des aides présentes ou non.

### **IV) 5x0 tout-terrain puis 5x4x1 :**

Après un temps sur le jeu de relance et la transition à 5x0 pour rappeler les intentions de jeu et surtout le spacing à 5 joueurs et la coordination à 5 autour des attaques en dribble, une situation en surnombre offensif a été mise en place avec l'objectif de rechercher un tir ouvert à fort pourcentage (intention balle à l'intérieur).

Pour favoriser la volonté d'amener le ballon dans la zone restrictive sur le jeu de transition, il peut être judicieux de bonifier les paniers dans cet espace (paniers comptent double par exemple).

4 principes de jeu ont été mis en place autour des attaques en dribble :

- 1) Remplir le coin
- 2) Soutenir le coin
- 3) Permuter (ou remplacer)
- 4) Accompagner le petit jeu

3 principes de jeu concernant la coordination à 5 autour du jeu intérieur :

- 1) Coupe du 2ème intérieur
- 2) Gouverner l'axe du terrain pour assurer le repli défensif
- 3) Casser les alignements défensifs pour les NPB

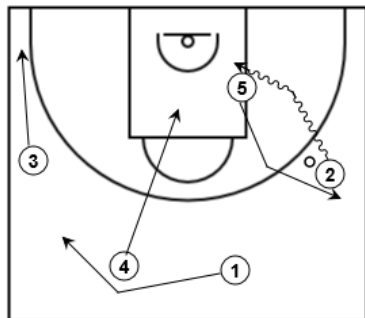
**VI) 5x5 tout-terrain :**

L'opposition en 5x5 tout-terrain a été mise en place, très rapidement à la fin de séance, pour sensibiliser les joueurs sur le spacing et le timing à respecter pour avoir une efficacité dans le jeu collectif offensif.

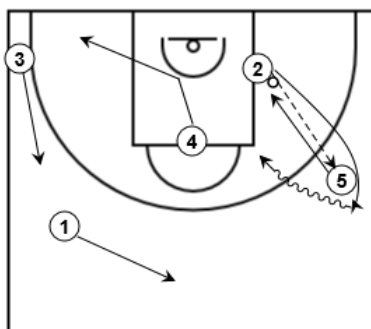
La notion d'agressivité du PB et l'intention de jouer son duel dans le bon timing ont été également rappelées car cela est essentiel pour avoir un jeu offensif performant.

Cela a permis d'aborder les différentes options qu'il est possible de rencontrer sur le jeu de transition à 5 avec les placements et déplacements des NPB en fonction du PB (cf schémas ci-dessous) :

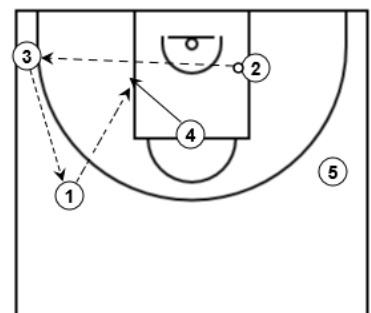
- Attaque du joueur extérieur en dribble vers la ligne de fond (intérieur côté balle) :



3 REMPLIT le coin  
1 SOUTIENT le coin  
5 PERMUTE et remplace  
4 ACCOMPAGNE le porteur de balle

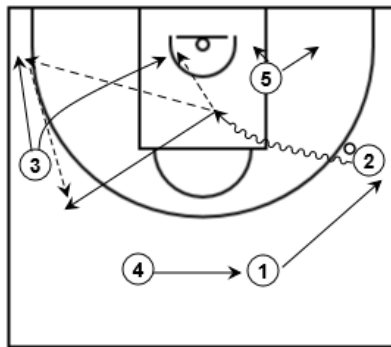


Si tir ou passe à l'opposé impossible :  
Retrouver 5 et jeu dans le main à main



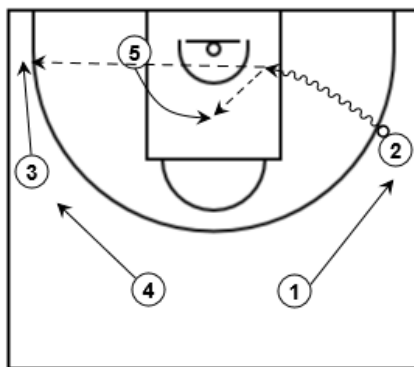
Si fixation passe à l'opposé :  
Remplacement et volonté de retrouver le jeu intérieur  
(ou une attaque en dribble).

- Attaque du joueur extérieur en dribble vers l'axe (intérieur côté balle) :



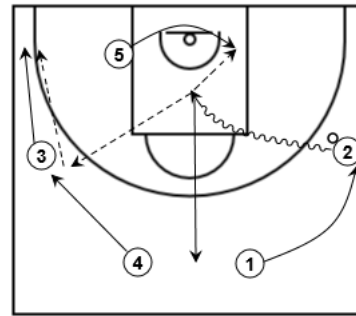
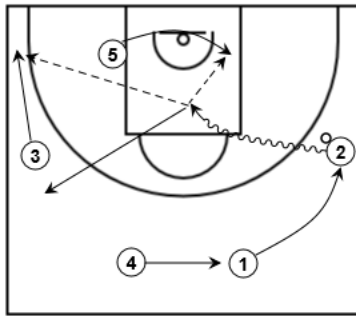
3 REPLIT le coin  
1 REMPLACE  
5 ACCOMPAGNE le petit jeu  
2 SOUTIENT le coin

- Attaque du joueur extérieur en dribble vers la ligne de fond (intérieur opposé au PB) :



3 REPLIT le coin  
4 SOUTIENT le coin  
5 ACCOMPAGNE le petit jeu  
1 REMPLACE

- Attaque du joueur extérieur en dribble vers l'axe (intérieur opposé au PB) :

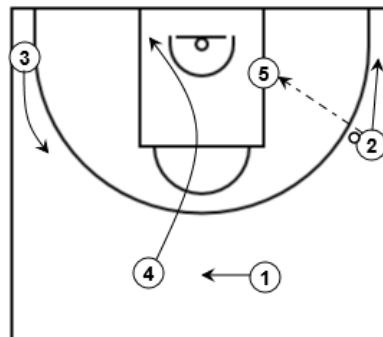


3 REMPLIT le coin  
5 ACCOMPAGNE le petit jeu  
1 REMPLACE  
2 SOUTIENT le coin

OU

3 REMPLIT le coin  
5 ACCOMPAGNE le petit jeu  
1 REMPLACE  
4 SOUTIENT le coin

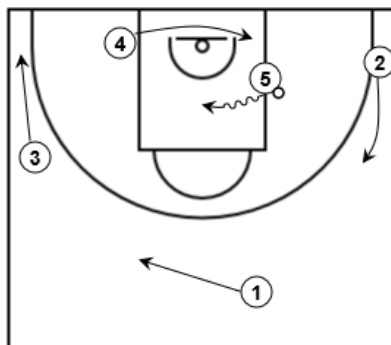
- Transmission du ballon de l'extérieur vers l'intérieur situé au poste médian :



La balle rentre sur le poste médian :

4 COUPE  
1 GOUVERNE l'axe  
2 et 3 CASSENT les alignements défensifs

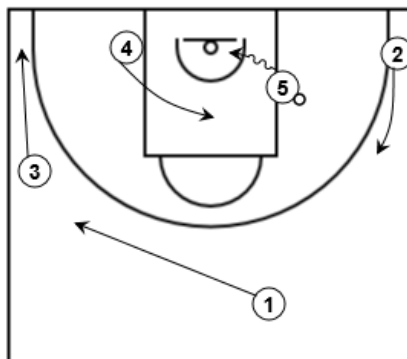
- Attaque du joueur intérieur en dribble vers la ligne de fond :



Attaque de 5 dans l'axe :

- 3 REMPLIT le coin
- 1 SOUTIENT le coin
- 4 ACCOMPAGNE le petit jeu
- 2 REMPLACE

- Attaque du joueur intérieur en dribble vers l'axe :



Attaque de 5 sur la ligne de fond :

- 5 ACCOMPAGNE le petit jeu
- 3 REMPLIT le coin
- 1 SOUTIENT le coin
- 2 REMPLACE



### Conclusion :

Il y a eu 2 « parties » lors de cette intervention avec, dans un premier temps, des rappels sur les objectifs, intentions de jeu et les contenus techniques individuels et collectifs offensifs à maîtriser sur le jeu rapide pour une équipe U15. Même si le groupe était d'un niveau assez hétérogène, les jeunes ont bien répondu aux situations proposées. Dans un second temps, nous avons abordé la phase de transition où les jeunes ont été davantage en difficulté puisque cela était nouveau pour eux.

Il est indispensable de rappeler qu'il faut organiser et adapter les contenus d'entraînement pour favoriser les apprentissages en fonction des capacités et des compétences de son groupe d'entraînement de façon cohérente afin de permettre une acquisition optimale des différents fondamentaux individuels et pré-collectifs offensifs.

A la méthodologie d'entraînement, il faut associée la pédagogie de l'entraîneur qui joue également un rôle essentiel dans ce sens avec le fait d'avoir de l'empathie, avoir un discours positif, accompagner le groupe et avoir la volonté d'apprendre (cf cahier technique CD22).

→ **Remerciements au club du BC Plénée Jugon notamment Maxime BAZIN, pour son accueil, ainsi qu'aux 11 joueurs présents pour leur investissement pendant la séance.**

### Participants

<u>NOM</u>	<u>PRENOM</u>	<u>CLUB</u>	<u>Présence</u>
BAZIN	Maxime	BC PLENEE JUGON	X
BAZIN	Simon	BC PLENEE JUGON	X
CORT	Glen	BC PLENEE JUGON	X
DIGOY	Cloé	BC PLENEE JUGON	X
GUERIN	Cyrille	BC PLENEE JUGON	X
GUINARD	Amandine	BC PLENEE JUGON	X
LERESTIF	Rachel	BC PLENEE JUGON	X
MEIGNAN	Maëlle	BC PLENEE JUGON	X

Photos

