

Attaque : le contournement autour

Public visé : -16 ans à adultes / confirmés à experts

Problématique :

Les intentions d'attaque autour du pivot sur petit espace nécessitent des qualités motrices des plus adaptées. Les qualités motrices du joueur lui permettront au fur et à mesure de se centrer sur l'aspect perceptif décisionnel. Ces actions offensives ne peuvent être isolées de celles des partenaires proches et éloignés.

Situation n°1 : préparation du GB et travail analytique sur la pose d'appuis dans le contournement externe/interne puis interne/externe

Organisation :

- ➔ 2 colonnes avec balle en ARG et ARD.
- ➔ 2 plots de chaque côté qui représentent des défenseurs en n°2.
- ➔ 1 GB.
- ➔ 1 passeur à l'aile de chaque côté.

Variantes :

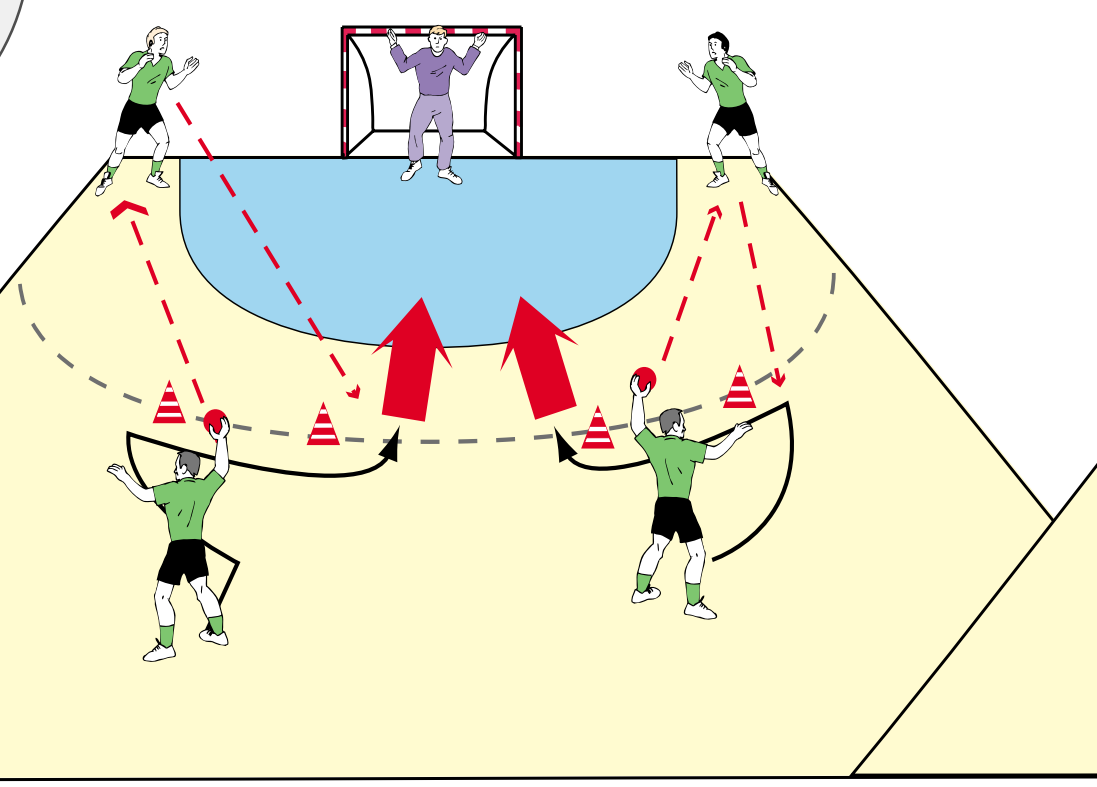
- ➔ Tir dans les mains du GB puis dans les pieds puis autres impacts.
- ➔ Tir en appui puis en suspension.

- ➔ On enchaîne avec le même travail mais contournement interne/externe.
- ➔ Ajouter un passeur fixe DC avec possibilité d'utiliser AL ou DC.

Evolutions :

- ➔ Même situation en rajoutant un pivot qui pose un bloc interne sur n°2 (plot) ce qui implique un contournement interne/externe ou un bloc sur le n°3 (plot) ce qui signifie un contournement externe/interne.
- ➔ L'ARL a le choix entre passe au pivot ou tir. Conseil : utiliser au maximum la passe à rebond dans la relation avec le pivot (valorisation).

Ce qu'il faut dire :
 "L'ARG s'engage sur un dribble vers le but et donne la balle au passeur qui est à l'aile gauche".
 "L'ARG se désengage, propose une course externe, il reçoit de l'ailier gauche sur appui 0 orienté vers le but"
 "L'ARG doit être capable à l'aide d'un dribble de contourner les deux plots pour proposer un tir en appui à deux mains"
 "On enchaîne un ballon à gauche et un ballon à droite"
 "Le passeur travaille en ouverture d'espace"



Travail du pivot et les enchaînements possibles

Comportements attendus :

- S'équilibrer et orienter constamment ses appuis vers le but.
- Après avoir posé l'appui 0 utiliser l'appui fort (extérieur) pour se replacer vers l'arrière avec la volonté de retrouver de la profondeur afin de mieux percevoir.
- De la même façon le joueur doit retrouver lors des deux derniers appuis une orientation vers le but avant de déclencher son tir.
- Lors de ce travail de contournement il est fondamental de se décentrer du ballon pour améliorer les qualités perceptives.
- Volonté pour le joueur de toujours protéger son ballon, pour ne jamais se faire prendre avec la balle et tirer ou passer dans un minimum de temps.
- Lors du tir en appui le haut du corps doit rester équilibré et gainé pour une meilleure efficacité dans la puissance et la précision.
- Respecter les temps d'engagement pour ARL et timing de passes pour le passeur.

Situation n°2

Organisation :

- 2 x 2 secteurs latéraux à droite et à gauche.
- 1 GB.
- 1 passeur DC et aux ailes.
- Les deux défenseurs sont alignés et ont une balle dans les mains.

Variantes :

- Rapidement enlever la contrainte aux défenseurs (ballons).

Cette séance peut être proposée avec la même structure pour le DC avec un pivot entre les deux n°3 sur défense alignée ou pour les ailiers avec un pivot entre les n°1 et n°2.

Il est important de rapidement demander aux joueurs du jeu en continuité avec possibilité de rejouer avec les passeurs surtout s'il n'y a pas de situations claires finir la séance avec du jeu plus global, 4X4 secteur central ou excentré.

Comportements attendus :

Pour l'ARL :

- Idem situation n°1.
- Volonté de décortiquer les choix possibles, réception passe au pivot ou tir contournement passe au pivot ou tir

Pour le pivot :

- Être précis dans ses choix d'orientation pour donner les informations à son ARL.
- Ouvrir les espaces en tenant les blocs sans suivre la balle si contournement (gain de position et maintien de la situation d'avantage).
- Libérer le bras protecteur pour un meilleur enchaînement avec le bras réceptionneur.

Ce qu'il faut dire :

"Phase 1 : selon le positionnement du pivot travail de contournement. Vous pouvez utiliser les passeurs sur plusieurs redoublements de passes".
 "Phase 2 : Vous pouvez utiliser les deux choix possibles tir ou passe au pivot".
 "L'intention de l'ARL est de constamment s'offrir des situations de tirs et ce dans les 3 espaces possibles interne, externe ou tir au travers dans l'espace du pivot".

