

# LA DEFENSE

Les techniques de défense

La défense sur un dribbleur

La défense sur un tireur

Défenses un contre un (homme à homme)

Défense sur joueur pivot ou poste

Défense sur joueur en pénétration raquette

Défense contre un écran

Défense de zone

Défense de zone fondement et principe

Défense de zone 2-1-2

Défense de zone 2-3

Défense de zone 3-2

Défense de zone 1-2-2

Défense de zone dit des 8 pieds

Défense de zone 1-3-1

Défense de zone Calquée

Défense boxe and one carrée losange triangle

Défenses Mixtes et les alternées

Défenses en pressing

Défenses en zone press

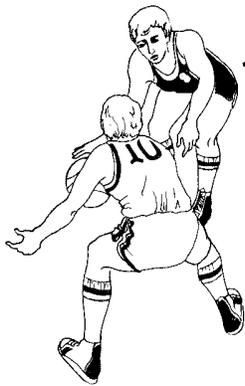
## Les techniques de défense :

Le comportement défensif du joueur de basket-ball est avant tout tactique. C'est en agissant collectivement avec ses partenaires que le défenseur individuel peut résoudre ses problèmes de protection. Pour cela il utilise des techniques comme le jeu de jambes et d'autres encore. De plus, certaines situations de jeu se répètent perpétuellement, dans lesquelles le défenseur peut et doit recourir à des techniques qu'il acquiert dans le jeu du 1 contre 1.

### La défense sur un dribbleur

Le défenseur essaye d'écartier le dribbleur du panier, de l'arrêter ou d'intercepter le ballon. Il recule devant lui et tente, en se plaçant à côté de lui, de le pousser hors du couloir central du terrain.

### LA TECHNIQUE



Les jambes du joueur se croisent quand il écarte le dribbleur du centre du terrain :  
Se déplacer en pas glissés.



### Important

Dans cette action, le défenseur se déplace à pas glissés. Il attaque constamment la balle avec la main intérieure (la plus proche du ballon). Il attaque un droitier avec la main droite, en effaçant un peu la jambe gauche en arrière, et un gaucher avec la main gauche.

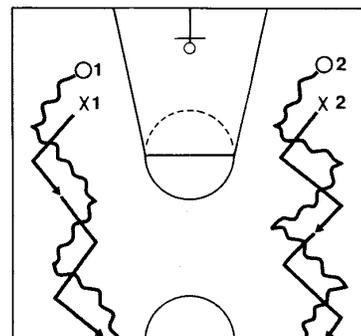
Dès que le joueur arrête de dribbler, le défenseur se rapproche immédiatement de lui, pour contester une passe ou un tir.

### Erreurs : comment les corriger

Mauvaise jambe et mauvais bras en avant :

- Bras droit en avant, jambe gauche en arrière ou bras gauche en avant, jambe droite en arrière ;

Exercice d'entraînement au jeu de jambes contre le dribbleur :



O1 et O2 dribblent à moyenne vitesse vers le panier le plus éloigné, en changeant continuellement de main de dribble.

A chaque changement de main du dribbleur, le défenseur change de position de jambe.

Une fois cet exercice maîtrisé, les défenseurs continuent l'entraînement en s'aidant de leurs mains.

Pour finir, O1 et O2 dribblent à une vitesse de jeu normale, et les défenseurs s'efforcent de rester correctement placés.

### Important

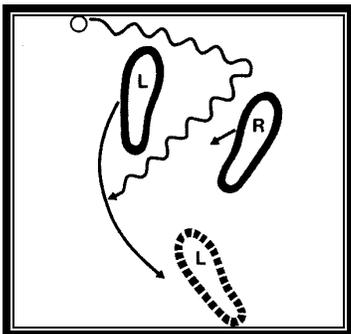
Dans cet exercice, l'important pour le défenseur est avant tout de s'exercer à effectuer correctement le mouvement de jambes et à reculer comme il faut. L'interception de la balle est secondaire.

### Le travail des jambes : les pas glissés

Le défenseur doit essayer de se placer le plus souvent possible en position fondamentale de défense pour pouvoir réagir aux changements de situation. S'il lui faut changer de position, il doit le faire en pas glissés. Ce mouvement ressemble au travail de jambes d'un boxeur.

### Exécution du mouvement

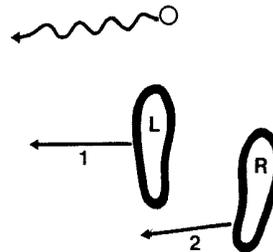
En partant de la position de base, le premier pas est effectué avec la jambe la plus proche de la direction du mouvement.



X1 et X2 reculent, les mains croisées derrière le dos, en s'attachant surtout à effectuer correctement leur mouvement de jambes.

### Exemple :

#### Un défenseur suit un dribbleur



Le premier pas se fait avec la jambe gauche (1), puis l'autre jambe suit (2).

### Erreur : comment la corriger

Croisement des jambes. Perte d'équilibre lors des changements de direction de l'attaquant :

- La jambe qui suit ne doit pas passer devant l'autre, mais seulement se rapprocher (d'où le terme de «pas glissés»). Si le défenseur est obligé de reculer, il doit exécuter le premier pas avec la jambe arrière et ramener ensuite la jambe avant. S'il veut avancer, il doit faire le premier pas avec la jambe avant puis ramener la jambe arrière.

Quand un dribbleur change de direction, le défenseur doit reculer la jambe avant (en pivotant alors autour de la jambe arrière) et tourner le haut du corps dans la nouvelle direction

Exercice d'entraînement au travail des jambes : Les joueurs se placent de façon à voir un dribbleur. Celui-ci dribble à différentes vitesses et dans diverses directions.

### La défense sur un tireur

Le comportement de défense à adopter sur un porteur de ballon dépend de la distance qui le sépare du panier, mais aussi du fait qu'il ait déjà dribblé ou non. S'il n'a pas encore dribblé, le défenseur ne se

rapproche pas trop de lui, pour ne pas se faire contourner trop facilement. S'il s'apprête à tirer, le défenseur revient sur lui en petits pas glissés, mais en prenant garde encore à un possible dribble. Si le

### **Remarque**

Souvent le défenseur ne peut plus atteindre le ballon. Mais il doit toujours gêner le tir. Le tireur « gâche » souvent un tir quand il se sent dérangé. Cependant le défenseur ne doit sauter que lorsque le tireur « lâche » la balle ou quand il a pris son impulsion.

### **Erreurs : comment les corriger**

Le défenseur est trop près du tireur qui n'a pas encore dribblé  
La distance du défenseur au tireur doit être d'environ 1 m. Presser le tireur de telle sorte qu'il ne sache pas s'il doit dribbler ou tirer ;

Le défenseur est trop éloigné du tireur qui a déjà dribblé :  
Se rapprocher du tireur à petits pas glissés, aussitôt après le dribble ;

Le défenseur saute trop tôt :  
Ne sauter que lorsque le tireur lâche la balle ou qu'il est déjà en l'air.

## **La tactique**

Au basket-ball, la tactique est d'une extrême importance. Au cours d'une partie « normale », les 2 équipes marquent à elles deux souvent 150 points et plus. Malgré ces scores élevés, les parties sont souvent très passionnantes et ne se décident parfois que durant la prolongation. Le comportement tactique des joueurs revêt une aussi grande importance pour l'issue du jeu que la conception tactique de l'entraîneur dans la conduite du jeu. (exemple Bourbour Cappelle en N3 2003 -2004) Seul peut être considéré comme un bon joueur celui qui maîtrise à la fois les aspects techniques et tactiques du jeu. Par ce terme de tactique, nous entendons ici la capacité d'une équipe à atteindre l'objectif du jeu. Chaque disposition tactique à prendre dépend des conditions de jeu immédiates. C'est ainsi qu'une équipe qui mène de justesse tout près de la fin de la partie, va ralentir le rythme du jeu, pour limiter les risques.

Au contraire, une équipe qui perd essaiera de marquer rapidement, même au risque de commettre des erreurs. Quand une équipe s'empare du ballon, elle peut d'abord tenter de marquer, en menant une attaque rapide. L'un des avantages du jeu rapide est que le tir s'effectue le plus

joueur tire, la main du défenseur accompagne la montée du ballon. Le défenseur n'essaie de bloquer la balle que lorsqu'elle quitte la main du tireur.

souvent à proximité du panier, ce qui donne un pourcentage de réussite élevé.

Quand une attaque rapide n'est pas possible, ou ne revêt aucun sens en termes de tactique, on utilise l'attaque placée.

Dans ce cas la forme de l'attaque dépend de la forme de défense adoptée par l'adversaire. Dans un même jeu on travaille le plus souvent à 3 contre 3. La plupart des attaques placées sont effectuées par trois joueurs.

Les deux autres joueurs contrôlent leur défenseur ou empêchent une contre-attaque rapide en cas de perte du ballon. Contre une défense homme à homme, on utilise toutes les sortes d'écrans, qui permettent à un ou plusieurs attaquants de se démarquer un instant, pour recevoir une passe ou tirer. Contre une défense de zone, on essaye, à un endroit du terrain d'où l'on menace le panier, de créer une supériorité numérique (en effectuant des parcours de course déterminés ou des passes habiles ou un bon jeu de position), qu'on peut réussir si la défense ne parvient pas à évoluer collectivement.

Le choix de l'attaque dépendra aussi toujours des possibilités de chaque équipe.

Quand une équipe perd le ballon, elle essaie tout d'abord d'empêcher une

attaque rapide de l'équipe adverse et, si elle a pu l'empêcher, elle choisit d'effectuer une

(Saison 2003 2004)

Les deux systèmes de défense peuvent se jouer sous différentes variantes

On rencontre quelquefois des formes mixtes. Le jeu moderne de basket change constamment de types de couverture, afin d'obliger l'équipe attaquante à s'adapter en fonction des difficultés rencontrées. Le choix du type de défense dépend toutefois des joueurs dont on dispose. Si la majorité des joueurs est de grande taille, mais manque de rapidité d'exécution, on préférera une défense de zone. Si, au contraire, on a beaucoup de joueurs plus petits mais plus rapides et mobiles, on retiendra plutôt une défense homme à homme sur tout le terrain ou une défense de zone agressive.

### La défense homme à homme.

Dans ce système de défense, chaque défenseur est responsable d'un adversaire direct.

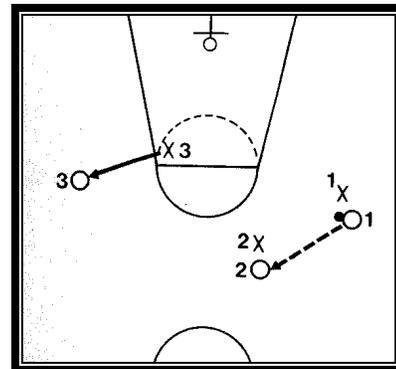
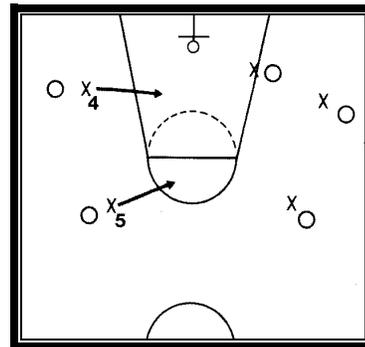
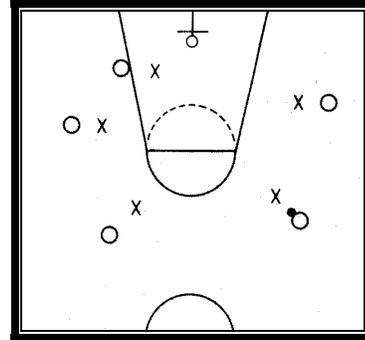
Lors d'une défense normale, le défenseur est placé entre l'adversaire et le panier. Le porteur de balle est marqué de plus près que les joueurs sans ballon.

Si l'adversaire direct se trouve loin du panier et ne semble pas en mesure de le recevoir en une seule passe, le défenseur recule vers le panier, pour mieux défendre la zone proche du panier. X4 et X5 illustrent ce comportement en défense.

### Important

Chaque défenseur doit s'efforcer de toujours voir l'adversaire et la balle. Il y parvient grâce à son jeu de position. Dès qu'un adversaire direct est en mesure de recevoir la balle (à la passe suivante par exemple), le défenseur revient de très près. X3 illustre ce déplacement, après que 01 a passé le ballon à 02. 02 pourrait maintenant passer la balle à 03, c'est pourquoi X3 revient marquer ce dernier.

défense homme à homme (individuelle) ou une défense de zone.



Les défenseurs qui vont marquer les joueurs susceptibles de recevoir la passe suivante peuvent encore améliorer cette action entre la balle et l'adversaire, pour compliquer une passe éventuelle.

## CHAPITRE II

# LES DÉFENSES HOMME A HOMME

### 1<sup>er</sup> LA NÉCESSAIRE CONNAISSANCE DE L'HISTOIRE DE L'ÉVOLUTION DES DÉFENSES

La pédagogie ne peut ignorer l'histoire de l'évolution du jeu en général ne sont que le résultat d'un long processus de transformations qui affecte la relation attaque défense.

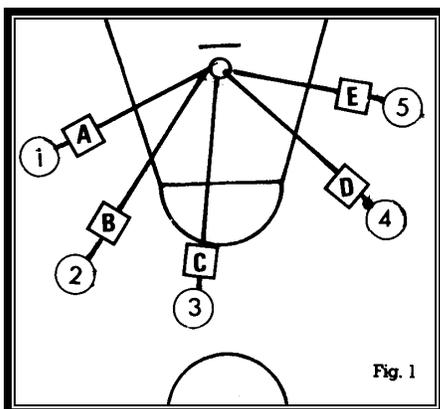
Sans adhérer à une conception linéaire de l'apprentissage du basket-ball, qui voudrait que les joueurs et l'équipe suivent pas à pas les diverses étapes du développement du jeu, je dirais cependant que l'entraîneur peut évidemment opter pour telle ou telle étape du développement sans toutefois omettre d'intégrer dans son enseignement les principes de base des étapes antérieures. (discussion du comité de février 2003)

Ces quelques remarques mettent en évidence la nécessité d'une description historique du développement de la défense en basket-ball. Quatre grandes étapes caractérisent cette évolution, chacune d'elles fait apparaître certains principes.

#### 1<sup>re</sup> ÉTAPE

La défense homme à homme se définit par le projet de limiter les actions de tirs à mi-distance, comme disait M Wulles de limiter les déplacements, les remise en jeu et s'organise sur la base d'une prise en charge individualisée d'adversaire respectif, avec comme consigne principale de suivre son vis-à-vis dans tous ses déplacements.

#### 1<sup>er</sup> principe : placement sur l'axe attaquant-panier



La position la plus favorable pour annihiler l'action de l'attaquant consistera pour le défenseur de se maintenir en permanence sur l'axe attaquant panier (fig. 1).

#### 2<sup>e</sup> ÉTAPE

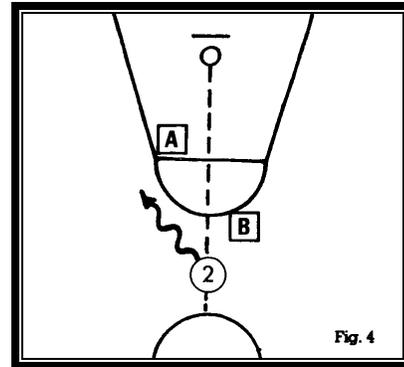
L'amélioration technique du joueur porteur du ballon ainsi que la multiplication des déplacements des joueurs attaquants ont abouti à souligner les limites d'une telle défense. Les joueurs non directement concernés par le ballon ont modifié leur position par rapport à leur vis-à-vis et à l'axe attaquant panier. D'autres principes apparaissent alors :



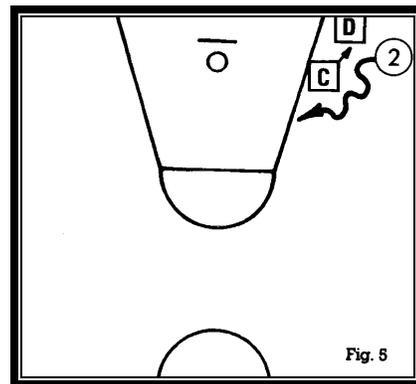
## 6<sup>e</sup> principe : orientation du porteur du ballon:

Cette concentration de la défense consécutive à l'application du principe du flottement s'enrichit d'une action d'orientation du dribbleur. Cette action varie en fonction de la position du dribbleur.

a) Le joueur 2 placé en position haute (loin de la ligne de fond) sera orienté vers l'une des touches (en principe du côté de sa « mauvaise main »). Donc si 2 est droitier il sera amené vers le côté gauche du terrain (figure 4). Nous remarquons que dans ce cas son adversaire direct B se décale par rapport à l'axe ballon panier incitant 2 à se diriger du côté libre,

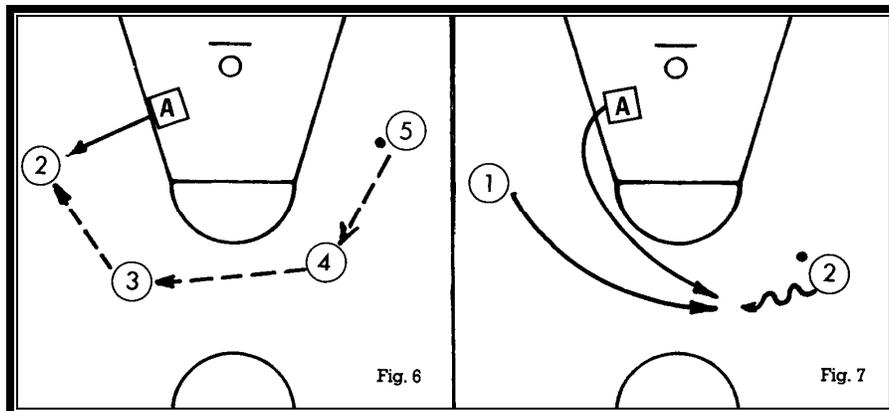


b) Le joueur 2 se trouve près de la ligne de fond. Dans ce cas l'orientation de celui-ci se fera au contraire vers le centre du terrain. La consigne est donc donnée de « fermer la ligne de fond ». La seule issue pour 2 d'aller au panier sera de se diriger vers une aire de jeu particulièrement encombrée (fig. 5).



## 7<sup>e</sup> principe : contrôle par le défenseur de la distance attaquant défenseur:

1. Défense sur le porteur du ballon. Il ne faut jamais laisser libre un joueur porteur du ballon. La pression exercée sur cet attaquant sera d'autant plus forte que celui-ci sera plus près du panier (fig.6).



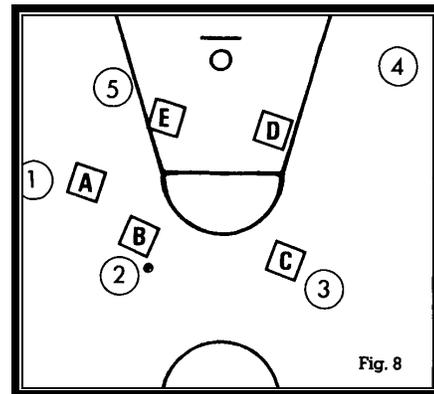
-2 Défense sur un attaquant non porteur du ballon. Le défenseur contrôlera la distance qui le sépare de son vis-à-vis de telle façon à ce qu'il raccourcisse celle-ci au fur et à mesure que le ballon se rapproche de son adversaire direct (fig. 7). Comme le montre la figure ci-dessus, A réduit la distance qui le sépare de 2 à mesure que celui-ci se rapproche du ballon contrôlé par 1.

### 3e ÉTAPE

#### 8' principe : la reconquête du ballon:

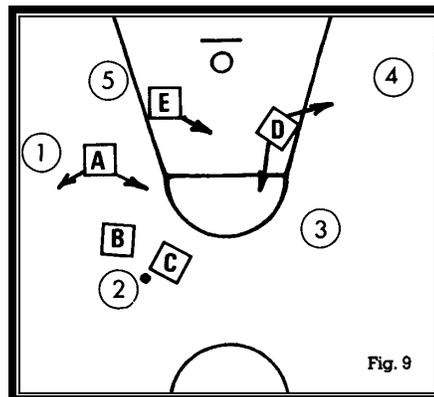
A l'étape précédente, caractérisée par une agressivité sélective à l'égard du porteur du ballon, fait suite une nouvelle étape au cours de laquelle cette agressivité s'étend aux attaquants susceptibles de recevoir le ballon. Le but de la défense n'est plus seulement de gêner le tir, mais aussi de s'approprier le ballon au plus vite en tentant d'intercepter celui-ci.

Des comportements, fondés sur des prises de risques fréquentes, se manifestent au cours de cette étape et se définissent par le principe de la reconquête du ballon (fig.8).



#### 9e principe : le double marquage

Cette étape se distingue de la précédente par l'apparition du double marquage du porteur du ballon (B et C contre 2). De la position en interception, le défenseur C prend le grand risque de laisser son vis-à-vis 3 pour se porter en soutien actif sur le partenaire B, qui marque, le porteur du ballon (2) pouvant occasionner ainsi, la perte du ballon par ce dernier (fig.9).



#### 10" principe : parer au plus pressé.

Dès l'instant que le double marquage n'a pas porté ses fruits et qu'un joueur, laissé libre entre en possession du ballon, ce joueur doit être pris en charge par le défenseur le plus proche de l'attaquant porteur du ballon, au risque de laisser libre l'adversaire dont il avait initialement la charge, La priorité est donnée à la neutralisation du danger représenté par le joueur qui est en possession du ballon.

## II QUELQUES ASPECTS PARTICULIERS DE DÉFENSE:

Les principes généraux, énoncés dans les paragraphes qui précèdent, méritent d'être complétés par d'autres règles défensives à observer dans des situations particulières. J'aimerais parler des défenses sur :

Pivot - joueur qui pénètre dans la raquette - joueur en train de dribbler - joueur en possession du ballon - situation d'écran.

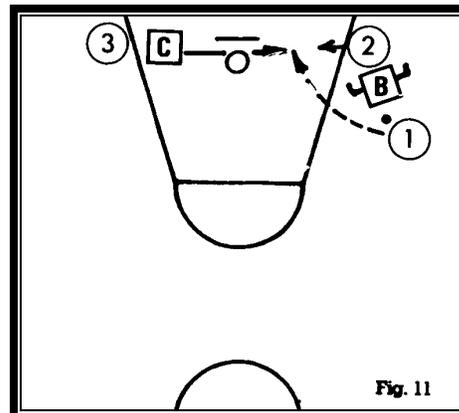
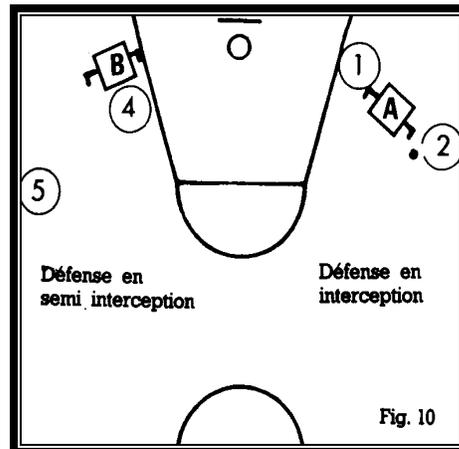
### 1 DÉFENSE SUR JOUEUR PIVOT OU POSTE:

La défense sur joueur poste ou pivot se distingue quelque peu des défenses adoptées contre les joueurs de champ. En effet, leur position sur le terrain (à proximité du panier) les rend particulièrement dangereux lorsqu'ils sont en possession du ballon. La défense consiste donc à se placer en demi interception afin d'orienter l'action éventuelle de ces attaquants du côté de la surcharge défensive. Par exemple, on prendra bien soin de fermer la ligne de fond (fig. 10).

Dans le cas de joueurs intérieurs particulièrement redoutables, les défenseurs doivent se placer non plus entre le panier et l'attaquant, mais entre le ballon et l'attaquant, l'objectif ici, étant d'interdire toute passe à ces joueurs intérieurs (fig. 10).

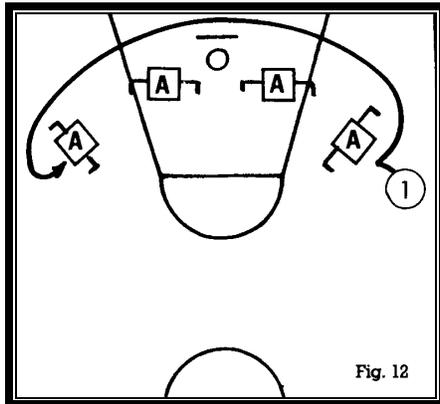
Lors des déplacements des joueurs intérieurs, le défenseur doit se placer en interception entre le ballon et l'attaquant, une exception à cette règle concerne les postes hauts. Dans ce cas, le défenseur passe derrière l'attaquant (1).

Nous remarquerons qu'il est fréquent aujourd'hui de voir des défenseurs se placer en interception et dos tourné au ballon. Cette position a l'avantage de permettre au défenseur de ne pas être surpris par les actions de son adversaire direct, mais le rend particulièrement vulnérable en cas de passe lobée. Il est alors nécessaire que le défenseur soit aidé par un partenaire dans ce cas précis, afin d'intercepter ces passes lobées (fig. 11).



(1) Voir à ce sujet: une défense homme à homme par Pierre Dao. Document dactylographié 11 p bibliogr. américaine.

## 2. DÉFENSE SUR JOUEUR PÉNÉTRANT DANS LA RAQUETTE



Son défenseur direct, prendra la mesure de celui-ci en se plaçant *toujours* entre lui et le ballon. Il restera à une distance lui permettant de contrôler l'attaquant et d'empêcher celui-ci de recevoir le ballon. Il ne doit pas perdre le ballon de vue. Dans le cas où l'attaquant change de direction et part vers le panier, le défenseur A s'efforcera de ne pas le perdre de vue et de dévier une éventuelle passe lobée adressée par le porteur du ballon (figure 12).

### 1. DÉFENSE SUR LE JOUEUR EN POSSESSION DU BALLON:

Chaque fois qu'un défenseur est appelé à intervenir sur un joueur en possession du ballon, il devra respecter les principes suivants :

1 défendre serré sans se laisser déborder en veillant à conserver les appuis suffisamment écartés;

2 orienter l'attaquant vers son côté faible;

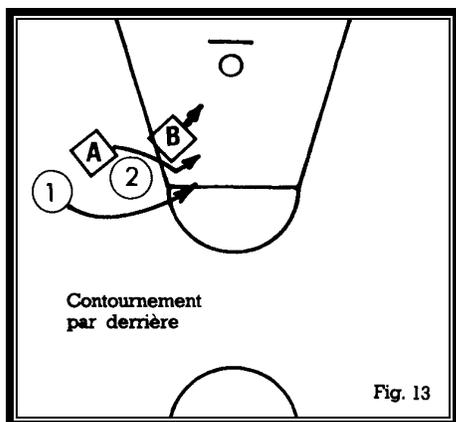
3 le défenseur renforcera sa défense par une action complémentaire des bras et principalement par la main la plus proche de l'attaquant. Celle-ci interviendra sur le ballon en veillant à s'inscrire dans la trajectoire du dribble et selon un mouvement allant de bas en haut.

Le moment le plus propice de l'intervention se situe pendant la phase montante du ballon, dès lors que sa vitesse décroît;

- pris en défaut par un changement brusque de direction de l'attaquant, le défenseur devra se résoudre à prendre le plus court chemin vers le panier pour s'interposer à l'action de son vis-à-vis;

- l'effort principal du défenseur vise à arrêter la progression du dribbleur, Si celui-ci arrête son dribble, le défenseur redresse rapidement le buste et les bras pour contester tous les tirs ou passes éventuels;

- à l'issue d'un tir, le défenseur proche de son vis-à-vis, tente de déceler les intentions de celui-ci et l'empêche par un pivot de renversement (écran de retard) de suivre son tir.



## Défense contre un écran

Pour réduire l'efficacité des écrans, la défense répondra à son tour collectivement à cette situation.

Deux options s'offrent à la défense :

- le glissement,
- le changement de joueur.

### 1) Le glissement:

On appellera glissement le déplacement entrepris par le joueur A pour contourner le bloqueur et reprendre en charge son adversaire (fig. 13).

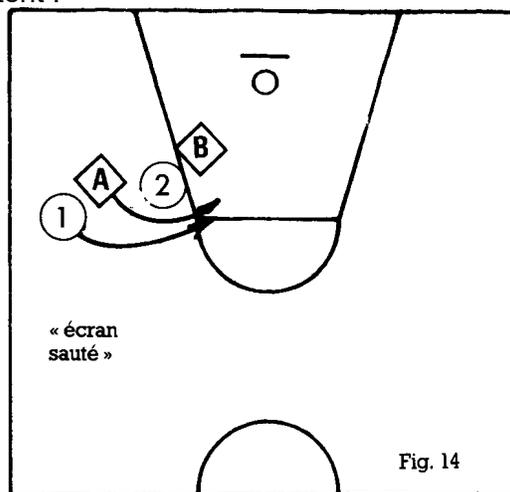
Deux possibilités de contournement se présentent :

#### Contournement par derrière

Le joueur A « glisse » entre 2 et B (fig.13). B devra faciliter cette opération en laissant le passage à A grâce à un petit retrait vers le panier. Ainsi la défense s'adapte en évitant à A d'avoir un trop grand retard sur 1.

#### Contournement par devant «over the top»\*

Le défenseur A anticipe sur le déplacement de 1 pour s'intercaler entre 1 et le «bloqueur» 2 (fig. 14). (1)

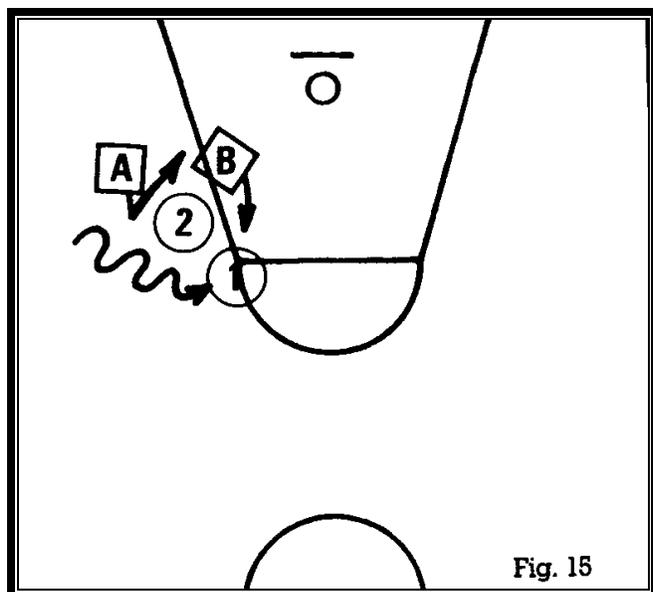


D'une façon imagée, on peut dire que A «sauté l'écran» grâce à une action de projection de la jambe et du bras, côté porteur de l'écran, afin d'annihiler celui-ci. Cette action délicate est quelque peu facilitée par le règlement qui interdit à 2 tout mouvement autre que d'aller au panier dès l'instant que l'écran a été engagé.

#### 2 Changement de joueur.

Le changement de joueur consiste en un échange de la part des défenseurs de leur vis-à-vis respectif. Ce changement s'opère dès l'instant que A bloqué par 2 ne peut réaliser glissement.

Dans ce cas, le changement de joueur s'effectue sur l'initiative de B qui prend en charge 1 et annonce par la voix le changement à A qui se replace immédiatement entre le panier et son nouvel adversaire direct 2 (fig. 15),



(1) Pierre Dao précédemment cité

## LES DÉFENSES EN PRESSING

### I. LA DEFENSE HOMME A HOMME EN PRESSING TOUT TERRAIN

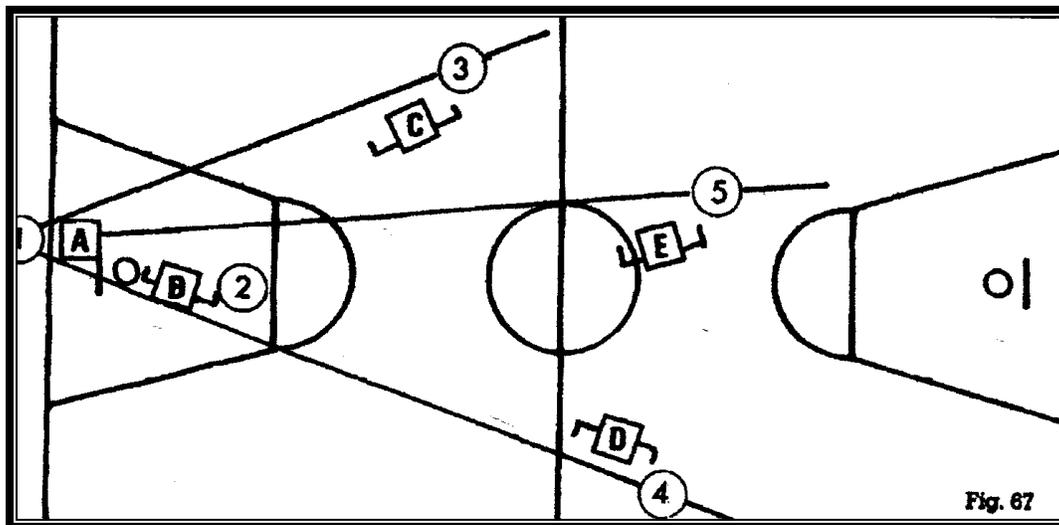
Comme toute défense homme à homme, le pressing tout terrain attribue à chaque défenseur un adversaire bien défini à contrôler. Cependant la singularité de cette défense, réside dans la consigne donnée à chaque défenseur d'empêcher son défenseur direct de recevoir le ballon.

Le jeu de la défense consiste en un harcèlement permanent de l'attaque pour obliger celle-ci à commettre des erreurs voire des mauvaises passes susceptibles d'être transformées en contre-attaque

Ce type de défense exige de l'ensemble de l'équipe le maintien d'une pression constante, effective et de même intensité sur chacun des attaquants adverses. Ceux-ci ne doivent avoir aucun instant de répit. Ce n'est qu'à ce prix qu'un pressing tout terrain peut être fiable.

Sur le plan tactique, il faut éviter d'utiliser ce système défensif avec des joueurs qui rechignent à l'effort; un tel choix serait inévitablement voué à l'échec.

Le dispositif initial de cette défense, tel qu'il apparaît à l'occasion d'une remise en jeu sous le panier» met en évidence le principe de l'alignement ballon -défenseur -adversaire direct. Le défenseur étant placé évidemment en position d'interception



### CHAPITRE III

## LES DÉFENSES DE ZONE

### LES FONDEMENTS DE LA DÉFENSE DE ZONE

L'histoire de la défense de zone met au jour une image d'Epinal qui représente cinq hommes bras écartés et virtuellement immobiles face à une attaque utilisant presque exclusivement des tirs de loin. Cet aspect caricatural a longtemps présidé à l'élaboration des stratégies défensives. Ainsi, les défenses de zone ont-elles consisté très souvent en une attente passive organisée autour du rebond défensif laissant toute latitude aux attaquants de tirer. Cette conception s'appuyait sur l'idée qu'il fallait protéger le dessous du panier, mais aussi ménager son énergie pour la consacrer à la contre-attaque et à l'attaque proprement dite.

L'amélioration notable de l'adresse à mi-distance a conduit les défenseurs à accroître la pression défensive sur le joueur porteur du ballon et à utiliser le soutien défensif.

Au-delà de cette préoccupation défensive cherchant, à neutraliser les tirs et à réduire les départs au panier, la défense devient plus entreprenante et tente de s'emparer du ballon. Deux caractéristiques déterminent cette évolution: la défense de zone est marquée par une mobilité de plus en plus grande et une coopération permanente des membres de l'équipe leur permettant une prise de risque accrue.

## II. PRINCIPES GÉNÉRAUX DE LA DÉFENSE DE ZONE

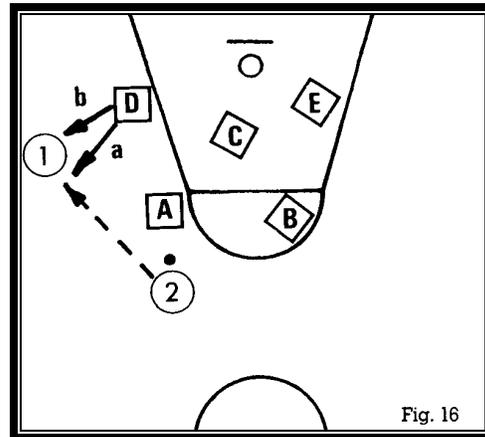
## 1 PRINCIPE DE L'ASSISTANCE:

Si la défense de zone se différencie fondamentalement de la défense homme à homme, en confiant à chaque joueur la responsabilité d'une aire de jeu, on note aujourd'hui que certains défenseurs se hasardent à intervenir et assister leurs partenaires hors de leur aire de responsabilité. Cette observation est sous-tendue par le principe initial d'assistance défensive qui permet à chaque défenseur une prise de risque.

## 2. PRINCIPE DE L'ANTICIPATION SOLIDARITE

L'assistance se traduit par une double action de dissuasion — intervention. Ainsi, figure 16, si 2 tente la passe à 1, D peut intervenir pour dissuader la passe : trajet a, ou bien si le ballon est déjà parvenu à 1 empêcher le tir : trajet b. Lors des deux actions de D il y a eu anticipation et déplacement rapide et coordonné.

Cette action généralisée aux cinq défenseurs A.B.C.D.E, contribue à un déplacement solidaire et homogène de l'équipe qui rend la zone particulièrement efficace (fig 16).



## 3 PRINCIPE DE LA MOBILITÉ DESTRUCTION DES INTERVALLES:

Les points faibles d'une défense de zone sont localisés au niveau des espaces séparant deux défenseurs (voir chap, II). Les attaquants essaieront de s'intercaler dans ces intervalles pour réaliser leur tir. Si tel est l'effort principal des attaquants, les défenseurs veilleront à modifier le plus rapidement possible et de façon permanente ces intervalles, Ceci ne peut être obtenu que par une mobilité effective de la défense.

La destruction des intervalles exige des défenseurs une adaptation à la position des attaquants. Il n'est donc pas indispensable de maintenir la structure de base de la zone adoptée initialement. C'est ainsi qu'une défense de type 2.3. peut se transformer momentanément en 3.2, si la position des adversaires l'exige, le souci des défenseurs étant d'éviter de laisser un attaquant libre de ses actions.

## 4 PRINCIPE DU DÉPLACEMENT DE LA ZONE VERS LE BALLON

Dans les défenses de zone, il apparaît que, tout déplacement du joueur le plus proche du porteur du ballon entraîne inéluctablement un mouvement conjoint de chacun des membres de l'équipe. Il semblerait que le joueur A qui a l'initiative du déplacement, mobilise ses 4 autres partenaires (fig. 17),

Ce principe met en évidence un fait : tout effort de déplacement vers le ballon entraîne la libération des attaquants et des zones qui se trouvent éloignés de celui-ci.

Les défenseurs doivent être prêts à intervenir dans le cas d'un subit renversement de l'attaque.

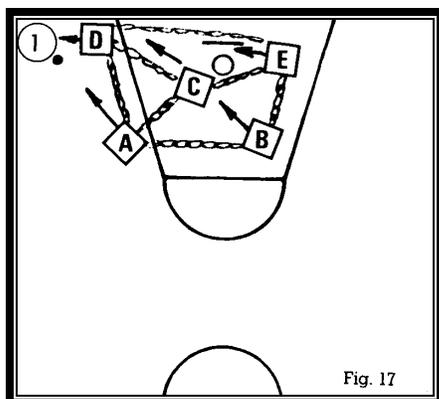


Fig. 17

## 2. PRINCIPE DE L'OCCUPATION PERMANENTE DE LA ZONE RÉSERVÉE:

Les mouvements globaux de la zone vers le porteur du ballon doivent être réalisés en respectant le principe du contrôle défensif des attaquants qui se trouvent à proximité de la zone réservée (joueurs poste et/ou pivot). Cette concentration défensive a pour objet d'annihiler l'action éventuelle des joueurs poste ou pivot ou de réduire à néant toute pénétration d'un ailier ou d'un arrière. Ces joueurs seront pris en charge immédiatement afin de dissuader sinon de contrôler leur action.

## 3. PRINCIPE DU DOUBLE MARQUAGE DU JOUEUR POSSESSEUR DU BALLON EN LIGNE DE FOND:

La ligne de fond reste un point faible des défenses de zones en général. Les défenseurs doivent interdire à tout prix d'éventuelles pénétrations du porteur du ballon le long de cette ligne. La proximité du panier nécessite une vigilance accrue de la défense. Comme on peut le noter figure 18, le départ au panier de l'attaquant 1 étant particulièrement à craindre, A doit fermer la ligne de fond et empêcher le tir. Les possibilités qui s'offrent alors à 1 sont : départ en dribble milieu du terrain ou sortie du ballon sur un joueur de champ. Cette alternative peut être contestée par une action du défenseur B. Pris dans une trappe, 1 risque d'effectuer une mauvaise passe.

## La défense de zone

Dans ce système de défense, chaque défenseur est responsable d'une portion de zone donnée. Il n'a donc pas d'adversaire direct mais « couvre » un espace déterminé. Cette défense a pour but de bien protéger la zone particulièrement menacée du panier.

Chaque défenseur a des problèmes précis à résoudre correspondant à la position qu'il occupe sur le terrain. On peut choisir la défense de zone par exemple dans les cas suivants :

1) L'adversaire a de très bons joueurs individuels, qui pénètrent bien jusqu'au panier et seraient donc très forts dans un jeu de 1 c 1 ;

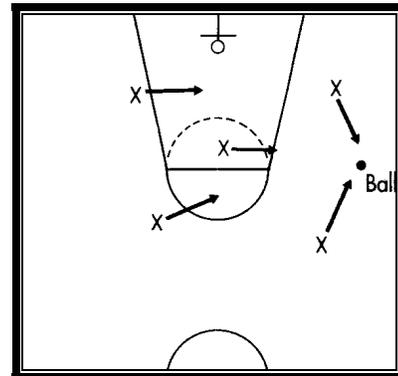
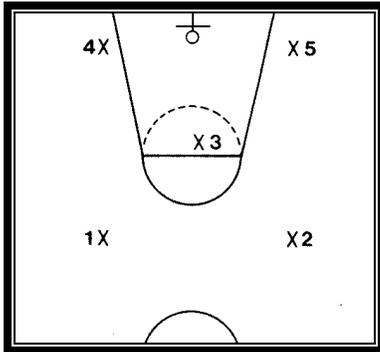
2) L'adversaire a de très grands joueurs, ce qui lui donnerait un trop net avantage contre une défense homme à homme ;

3) L'adversaire n'a pas de bons joueurs extérieurs ;

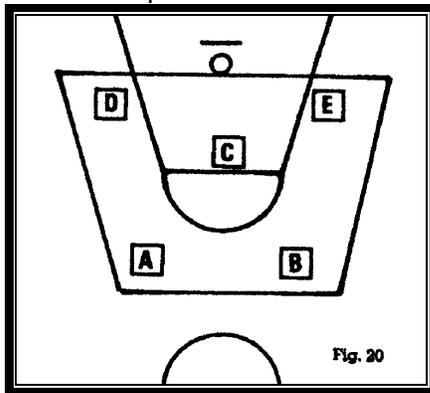
4) Sa propre équipe a commis beaucoup de fautes de contact.

La disposition défensive la plus souvent utilisée est celle en 2-1 -2. Elle se transforme facilement en d'autres types de dispositions en fonction des nécessités tactiques. La disposition fondamentale en 2-1 -2 ressemble à la boîte (4 + 1 ). Les joueurs X1 et X2, plus petits et plus rapides, perturbent la conduite du jeu de l'adversaire. Les joueurs plus grands (X3, X4 et X5) protègent avant tout la zone du panier et sont responsables du rebond.

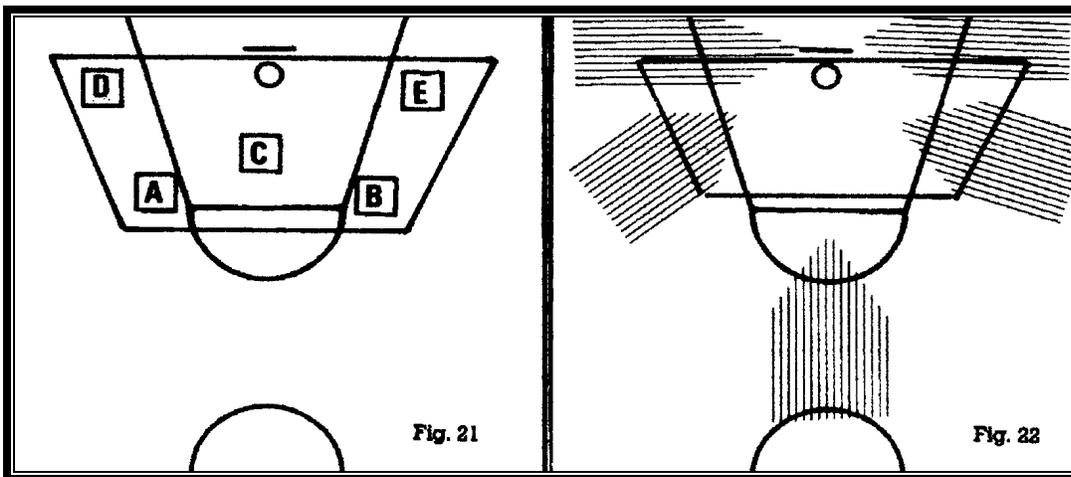
l'air pour gêner les passes au-dessus de la zone.



Le principe de chaque couverture de zone est que le porteur de ballon est toujours attaqué là où il est le plus dangereux. Les autres défenseurs se déplacent vers le ballon, comme s'ils étaient attachés à un élastique. Tous les défenseurs essaient de voir la balle. Ils peuvent lever les bras en

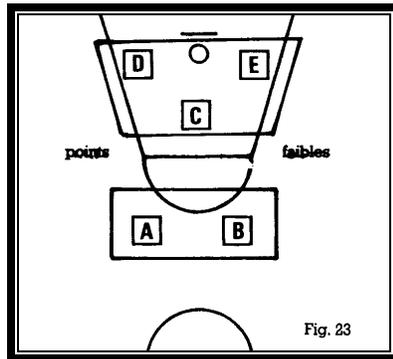


2) La défense s'écrase et se concentre vers la ligne de fond pour réduire l'action des joueurs intérieure. Ici, la défense se renforce dans la zone réservée et sous le panier, en créant toutefois des points faibles dont peuvent bénéficier les joueurs de champ adverses (fig. 21 et 22).



3) Il apparaît que certaines défenses délèguent deux joueurs de pointe A et B pour presser les joueurs arrières, mais conservent un triangle de rebond à proximité du panier. Dans ce cas-là, outre les points faibles aux ailes, cette défense est particulièrement vulnérable au niveau du poste

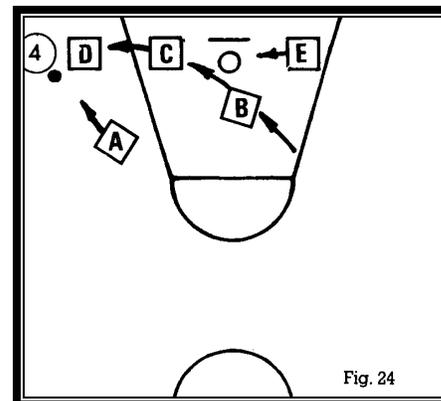
Il est à noter qu'au cas où l'attaque ne placerait pas de joueur opérant derrière la défense (entre les joueurs C et D et la ligne de fond), celle-ci a tout intérêt à accroître sa pression loin du panier.



### Coordination des déplacements des joueurs en défense

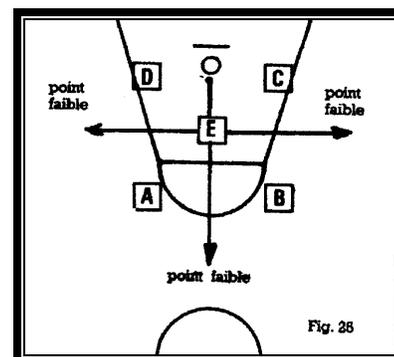
La défense de zone se définissant comme une défense où les responsabilités s'établissent en fonction des diverses aires de jeu, le joueur le plus proche du porteur du ballon prend celui-ci en charge et veille à empêcher un tir éventuel. Le déplacement de ce joueur déclenche une réaction en chaîne des mouvements des coéquipiers.

Cas où le ballon se trouve chez l'attaquant 4 en position d'ailier. D le défenseur le plus proche de 4 sort sur celui-ci. Par son déplacement, D crée un vide qui est immédiatement comblé par C. B à son tour occupe la place libérée par C. On note ainsi un déplacement quasi simultané de D, C et B (fig. 24).



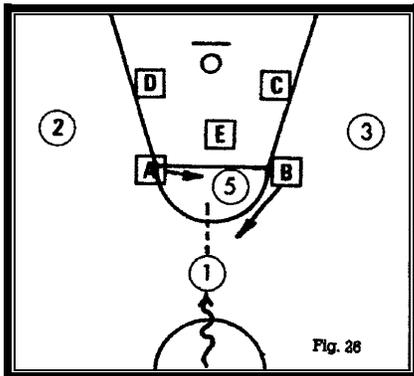
Dans cette situation, C se charge du pivot adverse, tandis que B tente de neutraliser le joueur poste. Il est conseillé à ces deux joueurs de s'intercaler entre le ballon et l'adversaire dont ils ont la charge à cet instant donné (fig. 24).

Les difficultés défensives apparaissent généralement à l'intersection de ces aires équipiers. Les plus cour (fig. 25). Pour pallier ces déficiences, des conventions doivent être adoptées par les équipiers. Les plus couramment employés sont les suivantes

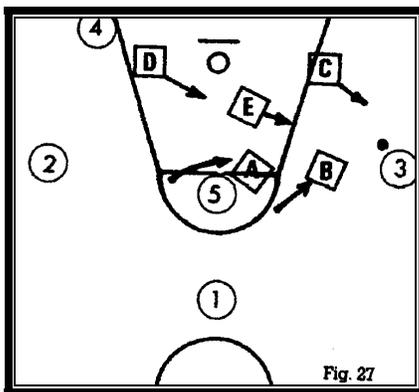


Sur le plan : Les différents type de Défense de zone La défenses 2-1-2 pas employée jusqu'à présent à Cappelle la Grande au profit de la 3 -2 sera à reconsidérer. Je vais tenir compte des filles avec leurs façons de jouer (mise en valeur de leur rapidité et leur Basket). Lors de cette

saison toutes les diverses faces de jeu développées, dans cette réflexion, seront essayées, mises en pratique et développées.



1) Si le meneur de jeu 1 en possession du ballon, se trouve sur l'axe médian, le défenseur B qui opère par exemple du côté de l'ailier adverse 3 le moins adroit, prendra la responsabilité de contrôler systématiquement ce meneur de jeu. Couvre B et reste vigilant à l'égard de 2 qui évolue dans son aire défensive, (figure 26).



2) Si l'ailier 3, situé à l'intersection des aires défensives de B et C est en possession du ballon, c'est encore B qui se chargera de neutraliser 3. Cette convention s'établit afin de ne pas solliciter C dont la sortie risquerait de dégarnir le dessous du panier. Le poste 5 peut indifféremment être contrôlé soit par A (figure 27) : dans ce cas, la défense conserve un triangle de rebond stable, soit par E auquel cas, la défense opte pour une pression sur les arrières.

Feuille défense Cadette 2002

### Erreurs : comment les corriger

- Le porteur de ballon n'est pas attaqué ou se fait attaquer trop tard :

Toujours écarter le porteur de ballon, souvent même à plusieurs défenseurs, quand il se trouve dans un endroit d'où il pourrait marquer un panier ;

- Les défenseurs ne font attention qu'à leur portion d'espace :

Se déplacer vers le ballon ;

- On oublie le rebond :

Lors d'une tentative de tir, les deux joueurs arrière et le pivot doivent aller au rebond. Les deux joueurs avant ne partent en

courant que lorsque le ballon est entre les mains de leur équipe.

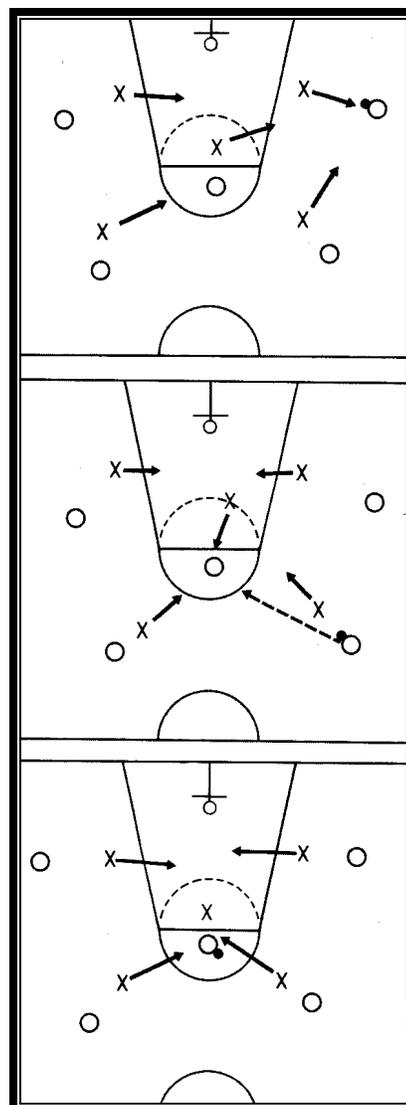
Faire attention aux balles qui rebondissent loin sur le terrain. Une couverture de zone n'est efficace que lorsque tous les défenseurs connaissent leurs positions respectives et les occupent conformément au jeu. On doit autant s'exercer à l'action collective qu'à l'action individuelle.

### Exercices d'entraînement au jeu de position :

Le ballon passe de joueur en joueur dans l'équipe attaquante. Les défenseurs laissent faire au début. Les joueurs

observent une courte pause après chaque passe, afin de permettre aux défenseurs de se mettre dans la bonne position.

Trois exemples de positionnement de la défense par rapport à la position du porteur de balle :



Les passes se succèdent ensuite sans pause. Les défenseurs adaptent leur déplacement en fonction du jeu. Le choix de la disposition dépendra des possibilités de l'adversaire de contrer une position bien déterminée.

**Les forces de la disposition en 2-1-2** bonne position de rebond (X3, X4, X5). Bonne position de sortie pour mener des contre-attaques rapides en cas de récupération du ballon (X1 et X2). La zone du panier est très bien protégée.

**Les faiblesses de la disposition en 2-1-2 :**

Vulnérabilité aux bons attaquants extérieurs. Faiblesse dans les coins et dans les prolongements de la ligne de lancer franc. L'adversaire est peu perturbé dans la construction de son jeu.

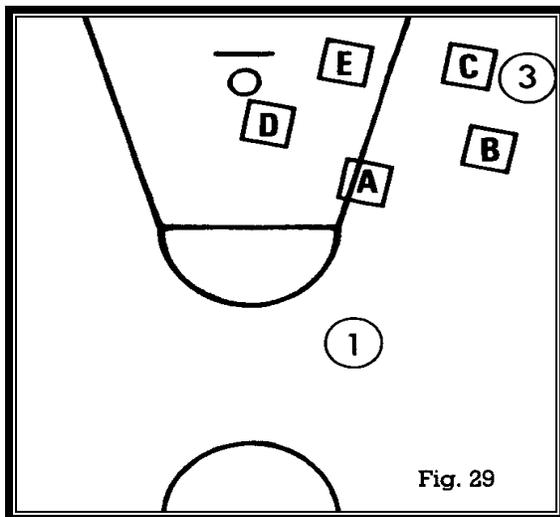
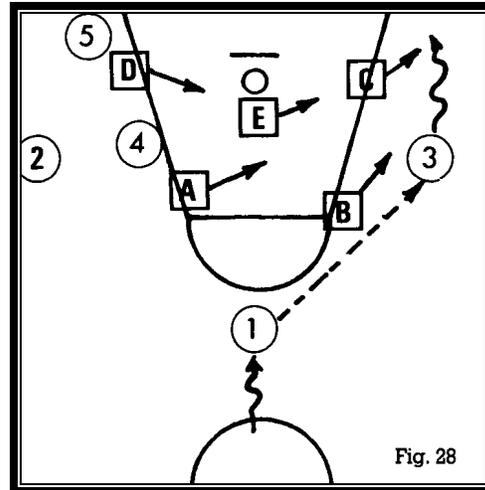
## LA DÉFENSE DE ZONE 2.3.

Variante de la défense de zone 2.1.2, la défense 2.3. donne la

prédominance au rebond défensif et peut permettre la neutralisation du joueur pivot. Cette défense présente une faiblesse notoire au niveau du poste et des ailiers.

Cette zone se distingue de la 2.1.2. par le renforcement plus important de la défense en ligne de fond.

Cette structure défensive, par la grande liberté de déplacement qu'elle confère aux 2 joueurs les plus avancés, permet la réalisation de double marquage sur le joueur porteur du ballon, surtout lorsque celui-ci se trouve isolé dans l'un des coins (voir figures 28 et 29),



La coordination des déplacements des défenseurs s'effectue selon les mêmes principes évoqués à l'occasion de la description de la zone 2.1.2.

La défense de zone 2,3. présente certains inconvénients parmi lesquels:

- une faiblesse liée à l'écartement fréquent des 2 lignes défensives qui dégarnit le milieu de la zone réservée (zone du poste);

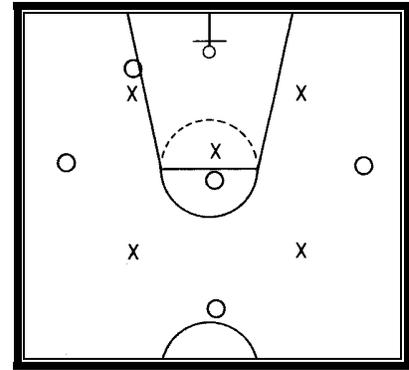
- les intervalles signalés lors de la description de la zone 2.1.2. demeurent des points de moindre résistance,

### — LA DÉFENSE DE ZONE 3.2.

Son utilisation peut être conseillée aux équipes qui font montre d'un esprit principalement offensif. Paradoxalement, certains entraîneurs considèrent cette forme de défense plutôt comme une attaque. Pour peu qu'une équipe possède dans son effectif 2 joueurs de grande taille et bons rebondeurs, qu'elle affectionne, par ailleurs, la contre-attaque, elle utilisera avec bonheur, une structure défensive de type 3,2.

### La disposition en 3-2 :

Si une équipe attaque de préférence avec un joueur intérieur sur la ligne de lancer franc et des joueurs extérieurs dans le prolongement de cette ligne, la défense peut répondre par une disposition en 3-2 :

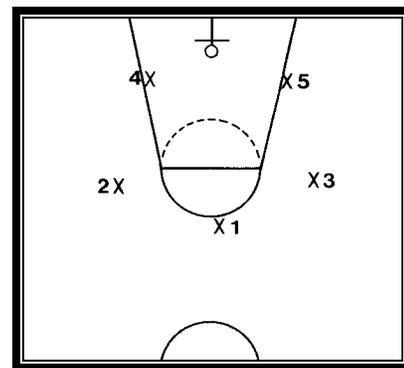


Cette position de défense couvre bien les zones d'attaques habituelles. Les défenseurs X1, X2 et X3 sont presque disposés en ligne. Seul X1 avance un peu quand le ballon est joué au centre.

attaques rapides quand la balle a été gagnée.

#### Les forces de la disposition en 3-2

Tranquillité au niveau de la ligne de lancer franc et de son prolongement. Le joueur intérieur de l'adversaire est bien marqué. Très bonne disposition contre les attaquants extérieurs.



Bonne disposition contre les équipes qui n'ont pas un très bon jeu de balle. Bonne position de départ pour les contre-

#### Les faiblesses de la disposition en 3-2 :

Gros problème en cas de débordement de la ligne avant. Vulnérable aux tirs en provenance des deux coins. Position de rebond moins favorable que dans la position 2 – 1 – 2

La position avancée des trois joueurs A, B, C et leur mobilité jettent le trouble dans le camp adverse empêchant celui-ci d'identifier le type de zone qu'il rencontre (122 ou 3.2.),

Employée face à une équipe qui possède de bons tireurs des ailes, cette défense s'avère particulièrement efficace. Elle met, en effet, les ailiers B et C à même de s'opposer aux tirs des ailiers adverses. En outre, cette position avancée des joueurs A, B, C permet un bon développement de la contre-attaque.

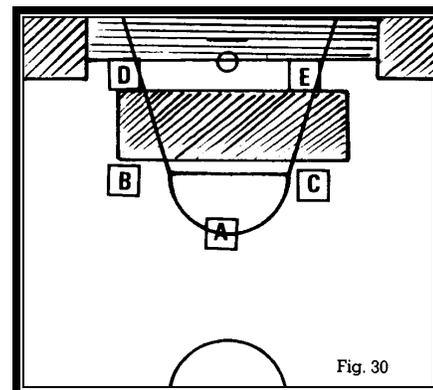


Fig. 30

Par contre, cette défense est particulièrement vulnérable au milieu de la zone réservée (entre les 2 lignes B A C et D E) et sur toute la ligne de fond. Il s'agit là d'une défense dont l'usage exclusif pourrait être dangereux. Il y aurait donc lieu d'alterner celle-ci avec d'autres

défenses et en particulier la 2.3, afin de ne pas habituer les adversaires à évoluer avec aisance dans les zones de moindre résistance.

L'équipe du Réal de Madrid utilise avec une belle maîtrise ce principe de l'alternance. Elle parvient ainsi, seule, à moduler, à l'occasion d'une attaque adverse, ce passage de la 3.2. à la 2.1.2. ou à la 2.3., ce qui a pour effet de troubler profondément son adversaire (fig. 31 et 32).

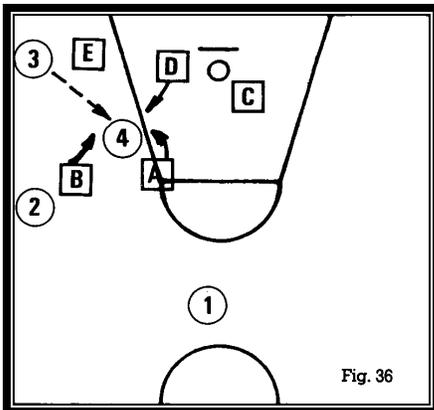
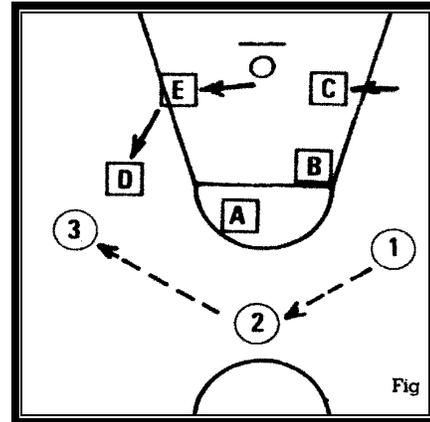
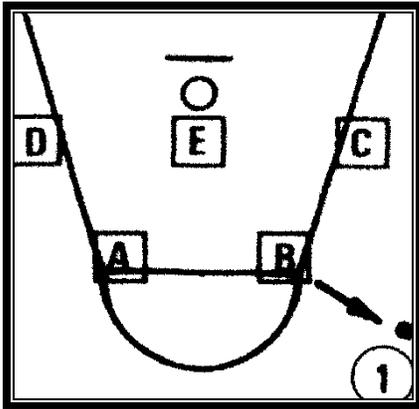


Fig. 36

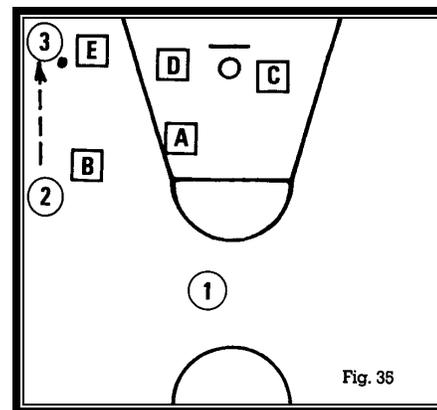


Fig. 35

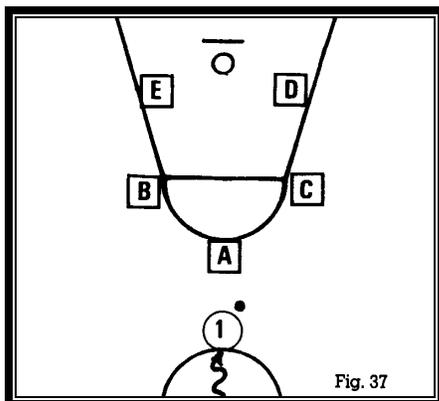


Fig. 37

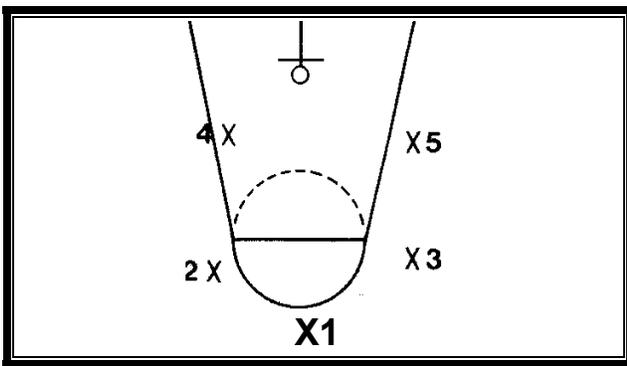
La réalisation d'une bonne défense 3.2. dépend essentiellement du joueur A qui doit être suffisamment grand pour empêcher les passes vers la partie centrale de la zone réservée dont il est principalement responsable. Entre autres qualités, il devra posséder le don d'identifier, d'analyser, de prévoir les actions offensives adverses.

## LA DÉFENSE DE ZONE 1.2.2.

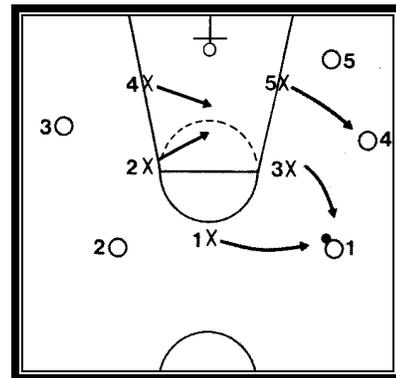
L'emploi de la zone 1.2,2 (fig. 38) s'avère particulièrement efficace contre une attaque qui utilise un meneur de jeu et un seul en position médiane. Cette défense donne une impression de faiblesse relative dans la zone réservée, mais il n'en est rien. En effet, celle-ci n'est en fait vulnérable qu'à l'occasion d'une passe latérale en direction du poste et seulement dans le cas où le défenseur tarde à réagir. L'une des qualités principales de ce système défensif est qu'il permet un excellent rebond défensif

### La disposition en 1-2-2 :

Les dispositions de défense de zone présentées jusqu'ici sont conçues avant tout pour protéger l'espace situé entre la ligne de lancer franc et le panier. Toutefois, pour gêner sérieusement le jeu de l'adversaire, la défense doit se faire plus agressive et peut utiliser pour cela la disposition en 1-2-2 :



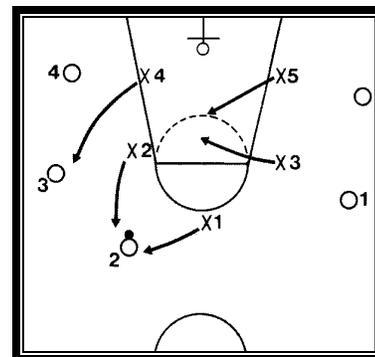
*ballon , X2 se place entre le ballon et le panier , X3 conteste la passe de O1 à O4 ou trappe le porteur du ballon avec X1 , X4 protège le panier, X5 essaie de contester une passe adressée par O1 à O4 ou de l'intercepter.*



Je la présente à la suite sous un autre de ses aspects. Le porteur de balle **doit être** écarté du couloir central, et **il l'est** par deux défenseurs en même temps qui le gênent, si possible au point de lui faire commettre une erreur qui lui fera perdre le ballon. On appelle cette action une prise à 2 (ou trap). Cette disposition défensive permet aux défenseurs de bien mettre en œuvre les principes fondamentaux de la défense de zone. Elle peut servir aussi de formation de départ pour une défense en pressing, qui est utilisée à un niveau de jeu plus élevé.

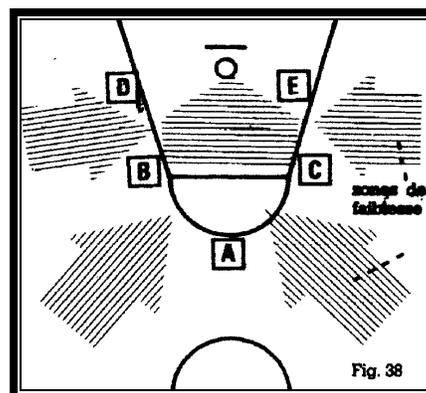
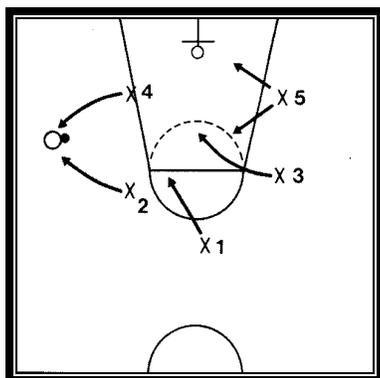
*X1 trappe, avec X2, le porteur du ballon O2, X2 trappe, avec Xi, ou conteste la passe de O2 à O3, X3 se place entre le ballon et le panier, X4 conteste ou empêche une passe de O2 à O3 , X5 défend le panier.*

Les trois figures suivantes représentent la place des défenseurs et l'action en défense dont chacun est chargé dans différentes situations de jeu, qui dépendent toujours du porteur du ballon :



*X1 conteste la passe adressée par O1 à O2 ou tente de frapper, avec X3, le porteur du*

X1 se place entre le ballon et la ligne de lancer franc, X2 trappe, avec X4, X4 trappe avec X2 ; X3 essaie de se placer entre le ballon et le panier ; X5 défend contre une passe à travers la zone.

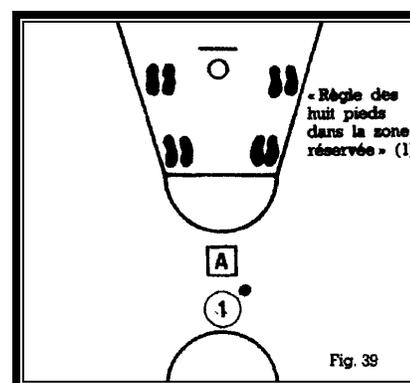


La 1.2.2. peut être utilisée lorsque l'équipe dispose de deux excellents rebondeurs (4 et 5), de deux joueurs rapides et ayant un bon jeu de jambes défensif (2 et 3) et d'un joueur de pointe infatigable, mobile, combatif et rusé.

### Règle des 8 pieds dans la zone réservée

Cette défense très utilisée aujourd'hui se distingue quelque peu de zone 3.2. par le fait qu'elle concentre sa pression dans la zone réservée tout en contrariant les actions du meneur de jeu. Elle est supérieure à la 3-2. du point de vue du rebond défensif, mais elle permet aisément aux contre-attaques de se développer.

Cette concentration se traduit par la nécessité du maintien de 4 joueurs minimum dans la zone réservée (fig. 39)

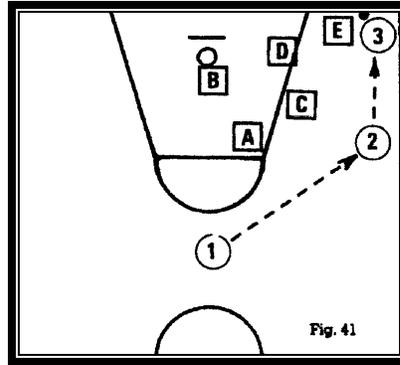
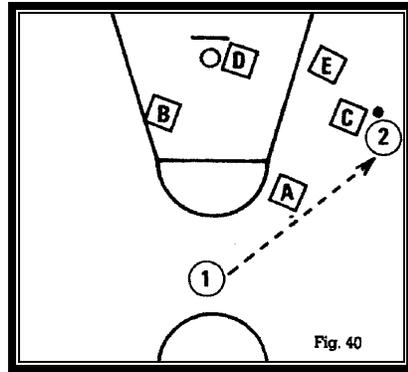


A partir du dispositif initial, cette zone se transforme en fonction du déplacement du ballon.

1<sup>er</sup> cas : le ballon est dans l'aile droite dans les mains de l'attaquant. B C se porte à sa rencontre, A et E se rapprochent du ballon pour soutenir C en évitant à B de déborder vers le panier, D glisse à son tour vers le ballon tandis que B se replie vers le panier,

2<sup>e</sup> cas : C devra empêcher toutes les passes destinées au poste. Si le ballon est transmis en ligne de fond, le défenseur E prend en charge le porteur du ballon (3). D suit E pour le couvrir. D se retrouve sous le panier, C et A esquissent quelques pas de recul (fig. 41).

.(Pierre Dao Entraîneur national a imaginé ce qu'il à appelé " La Règle des huit pieds dans la Zone)



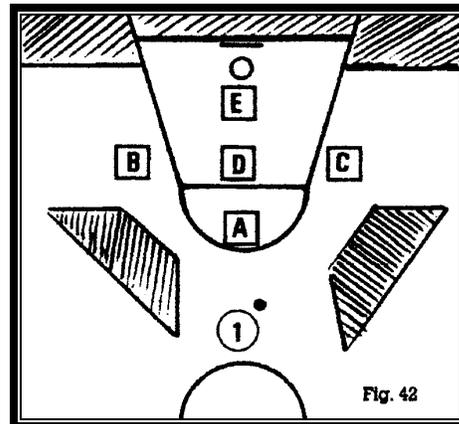
## LA DÉFENSE DE ZONE 1.3.1

La défense de zone 1,3.1 est fondamentalement une défense évolutive et adaptative.

C'est seulement sa structure de base qui donne son nom à cette défense.

D'une façon générale, la 1.3.1, ici conserve sa forme initiale lorsque le ballon se trouve sur l'axe médian (fig. 42).

Dès que le ballon s'écarte de cet axe, la défense se transforme en respectant le principe d'aligner trois défenseurs entre le ballon et le panier.



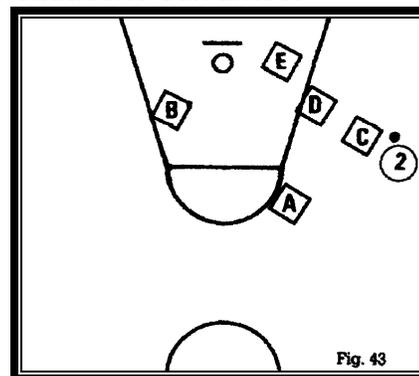
Ce type de défense est utilisé en vue de neutraliser l'action des joueurs de champ et le Joueur poste. Elle présente une faiblesse essentiellement le long de la ligne de fond et accessoirement dans tes zones latérales hautes.

Elle peut revêtir deux formes stratégiques en fonction des caractéristiques de l'équipe qui l'adopte.

**1<sup>er</sup> forme de 1.3.1.** La 1.3.1. se développe selon les situations suivantes:

C agresse le porteur du ballon tandis que D et E s'alignent entre le ballon et le panier (fig. 43),

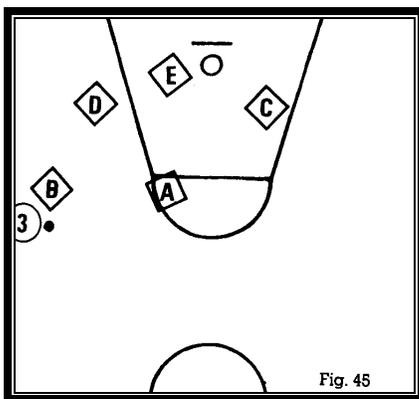
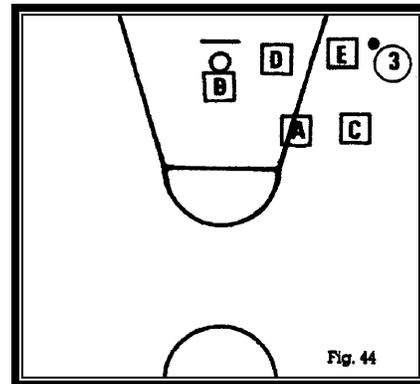
D et A restent vigilants pour dissuader 2 de transmettre le ballon au poste.



(Le 1 cas: le ballon dans l'aile droite)

Un nouvel alignement s'opère entre le joueur 3 et le panier (fig. 44). Les joueurs A et C descendent assez bas pour couvrir la zone du poste.

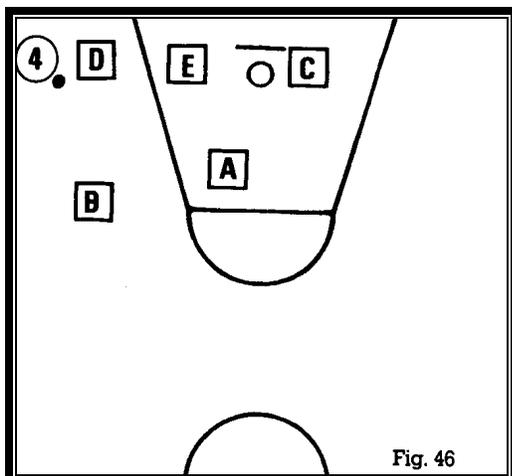
(2e cas; le ballon en ligne de fond du côté droit)



B gêne le tireur potentiels. D et A ferment le chemin du panier et dissuade une passe au poste. (fig. 45).

(3e cas; le ballon dans l'aile gauche)

(4e cas : le ballon en ligne de fond du côté gauche)



D est directement opposé au porteur du ballon, E et C sont sur l'axe panier ballon (fig. 46),

*Remarque générale concernant cette première forme de 1.3.1.*

Nous insistons ici sur le fait que cette défense n'est pas tout à fait symétrique comme on aurait pu l'imaginer. Ainsi, lorsque le ballon se trouve en ligne de fond du côté droit ou du côté gauche, ce n'est plus le même défenseur qui prend en charge l'attaquant D ou C (figures 44 et Ce choix est déterminé par le souci de réduire les trajets imposés aux différents défenseurs. Ainsi 4 est responsable de la ligne de fond du côté gauche tandis que 5 a en charge la ligne de fond côté droit.

Les zones d'interventions des défenseurs A, B, C, D, E sont illustrées par les schémas qui suivent (fig. 47, 48, 49, 50,51),

A l'observation de ces aires défensives, il apparaît que celles-ci sont d'inégales superficies, ce qui laisse supposer d'inégales responsabilités. En effet, les aires des défenseurs B et C relativement restreintes peuvent être confiées aux moins bons défenseurs de l'équipe. En outre, l'organisation de cette défense peut s'établir comme suit ; le joueur A doit être le meilleur défenseur de l'équipe, rapide et opportuniste; il devra être en outre un meneur d'hommes, Sa tâche consiste à harceler en permanence l'attaque adverse. Il a une aire relativement importante à couvrir.

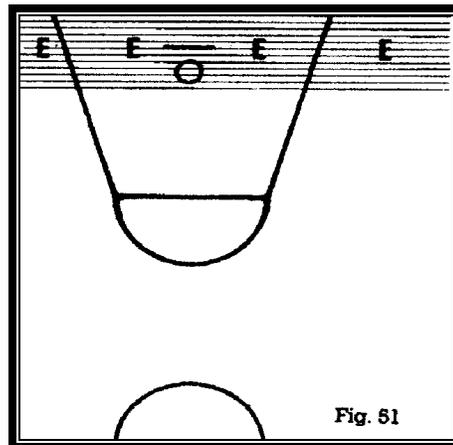


Fig. 51

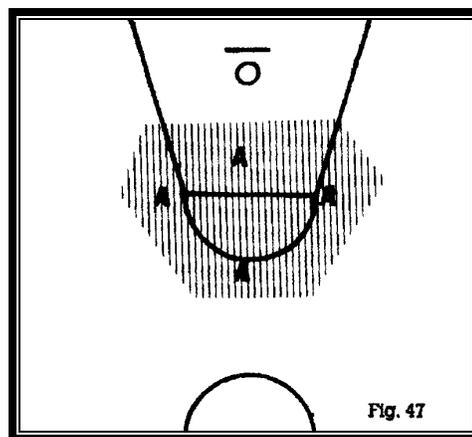
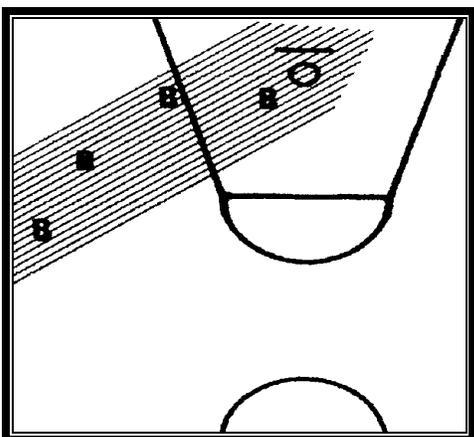


Fig. 47

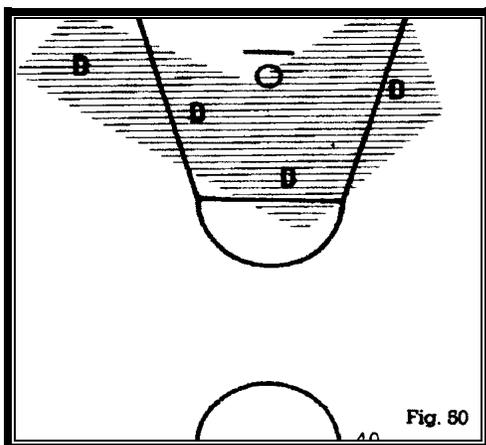


Fig. 50

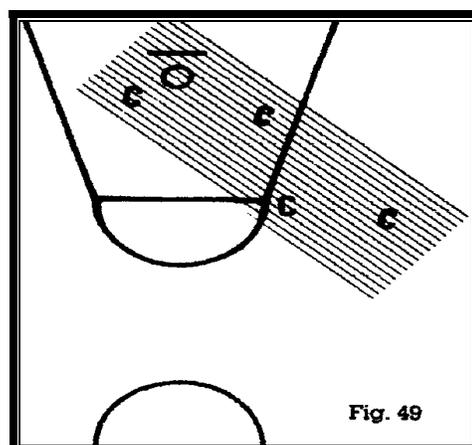


Fig. 49

Le joueur D devra être le second meilleur défenseur de l'équipe ou le meilleur défenseur parmi les joueurs poste ou pivot.

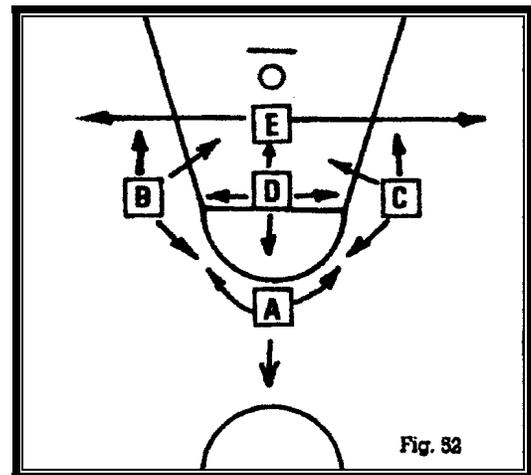
Le joueur E est habituellement le plus grand et le meilleur rebondeur, Une second remarque d'importance s'impose maintenant : seule une équipe dont les caractéristiques coïncident avec celles énumérées ci-dessus, peut opter pour cette forme de 1.3.1.

## 2" forme de 1.3.1.

Au cas où l'équipe ne possède pas un joueur présentant les caractéristiques semblables à celles du défenseur E (grand et bon rebondeur), et qu'elle dispose, par contre, d'un excellent défenseur particulièrement mobile, elle pourra utiliser avec efficacité une autre forme de 1.3.1. que nous décrivons ci-après.

Le défenseur A conserve les mêmes responsabilités que dans la zone précédente. B, D et C couvrent les aires traversées par les flèches (voir ci-contre) (fig. 52). Tandis que E, compte tenu de ses qualités, aura pour mission de « balayer »

toute la ligne de fond, de contrarier et dissuader toutes les passes en ligne de fond. Dans ce cas, le rebond défensif est assuré par B, C et D, E n'assurant plus effectivement le rôle de rebondeur comme précédemment.



## LA DÉFENSE DE ZONE « CALQUÉE »

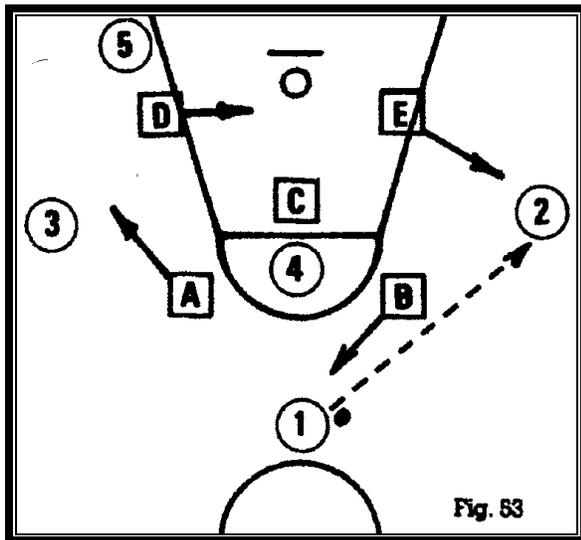
Les innovations multiples de l'attaque, pour dominer les défenses de zones, se sont le plus souvent traduites par des actions dans les aires les plus vulnérables de la défense. A chacune des défenses des zones employées aujourd'hui, correspond une forme d'attaque particulièrement adaptée et efficace. Le constat a conduit certains entraîneurs à imaginer des systèmes de zones susceptibles de s'adapter aux transformations de l'attaque.

La défense de zone dite « calquée » apparaît comme la dernière adaptation de la défense face à ces transformations,

Elle consiste grâce à son adaptabilité, à opposer constamment un défenseur à un attaquant sans pour autant utiliser une défense homme à homme. Un exemple de défense « calquée » a été donné précédemment. Il s'agit de la défense adoptée par le Réal de Madrid au Tournoi International de Paris (sept. 1981). Cette équipe passait alternativement avec une parfaite aisance d'une défense 3,2. à une défense 2,3. en fonction de la position des attaquants. Cet exemple illustre parfaitement ces deux notions d'alternance et de « calque » ; étant bien entendu que l'alternance n'est que la conséquence de la nécessité du « calque » de la défense sur l'attaque

Un autre cas de défense « calquée » nous est donné par le passage de la défense de zone 2.1.2. à la défense 1.3.1. L'observation des rapports attaque défense montre qu'il serait dérisoire de s'obstiner dans une défense de type 2.1.2. face à une attaque 1.3.1. particulièrement efficace. La logique impose dans ce cas que la défense épouse le dispositif de l'attaque adverse. C'est ainsi que la défense 2.1.2. se transforme en une défense 1,3.1. qui a alors l'avantage d'opposer un joueur défenseur à chaque joueur attaquant. L'entraînement au passage d'une forme de zone à une autre doit permettre une adaptation immédiate de l'équipe, sans consigne verbale de l'entraîneur au cours d'un temps mort.

Cette adaptation ne s'opère pas de façon anarchique, elle reste parfaitement organisée (fig. 53).



1 est en possession du ballon et *transmit* à 2. Le *calque*, étant prédéterminé par des conventions parfaitement intégrées grâce à l'entraînement, E prend en charge la zone d'évolution de 2 D contrôle le

dessous du panier. A se rapproche de la ligne de fond, tandis que B contrôle la tête de raquette et C la zone du poste. La nouvelle structure est alors une défense 1.3.1. et dès cet instant cette défense s'articule selon les principes d'une défense de zone 1.3.1. Nous insisterons ici sur le fait que les conventions doivent être parfaitement respectées de tous, car les adaptations sont multiples et des actions dispersées auraient des conséquences fâcheuses sur la défense, Ce type de défense donne toute son efficacité face à des attaques statiques ou peu mobiles. Par contre, il présente des failles importantes dès l'instant que l'attaque procède par pénétrations successives et permutations organisées rendant difficile la détermination de la structure offensive adoptée.

(Saison 2003- 2004)

## LES DÉFENSES MIXTES ET LES DÉFENSES ALTERNÉES

L'utilisation de ces défenses revêt un double sens. D'une part, elle témoigne du souci des entraîneurs d'adapter le plus possible leur défense aux caractéristiques de l'équipe adverse (défenses mixtes et match up). D'autre part, elle a pour fonction de perturber l'attaque adverse en empêchant celle-ci de s'habituer à une défense particulière (défenses alternées et match up). Elles impliquent une adaptation permanente de la part des adversaires et constituent donc une arme efficace face à des équipes pratiquant un jeu quelque peu rigide.

Nous nous proposons par la suite de développer les défenses mixtes et/ou alternées les plus communément employées.

### LES DÉFENSES «BOX AND ONE»

Il existe deux types de « box and one » traduites en français par les appellations ;  
**«carré plus un» et «losange plus un».**

**CARRÉ PLUS UN** C'est la défense mixte la plus employée, bien qu'elle ne doive être utilisée que dans des circonstances particulières ; lorsque l'équipe adverse dispose d'un joueur excellent attaquant et brillant marqueur.

Cette défense s'organise de la façon suivante : les joueurs B, C, D et E adoptent un dispositif en carré avec une répartition des aires défensives telles qu'elles apparaissent (figure 54), A va se singulariser en appliquant une défense homme à homme stricte sur le meilleur tireur adverse (1), qu'une défense conventionnelle ne réussirait pas à contrarier. Le système de défense homme à homme utilisé contre (1) vise à lui interdire d'entrer en possession du ballon. Lorsque (1) pénètre dans la défense de zone, il est alors pris en charge non seulement par son vis-à-vis (A), mais également par le joueur chargé de défendre la partie du terrain dans laquelle 1 se trouve.

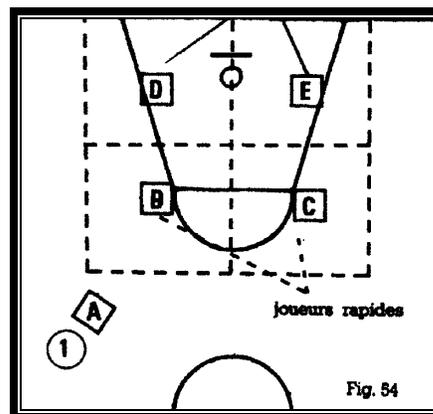
On assiste donc à un double marquage dans un secteur où la réussite dans les tirs est particulièrement élevée. Les qualités remises des différents défenseurs :

- A meilleur défenseur,
- B et C joueurs très mobiles,
- D et E meilleurs rebondeurs.

A l'instar de la défense « carré plus un », la défense « losange plus un » est une défense mixte utilisant quatre défenseurs B, C, D, E en défense de zone tandis que le joueur A défend en homme à homme sur le meilleur attaquant adverse. Les défenseurs B, C, D et E adoptent un dispositif initial

en losange tel qu'il apparaît figure 55, Ce dispositif se différencie du carré en permettant de contrarier l'action d'un second tireur à mi-Distance.

Le carré, quant à lui permet à la défense de concentrer son effort dans la zone réservée



Le choix des défenseurs s'établira sur les bases suivantes :

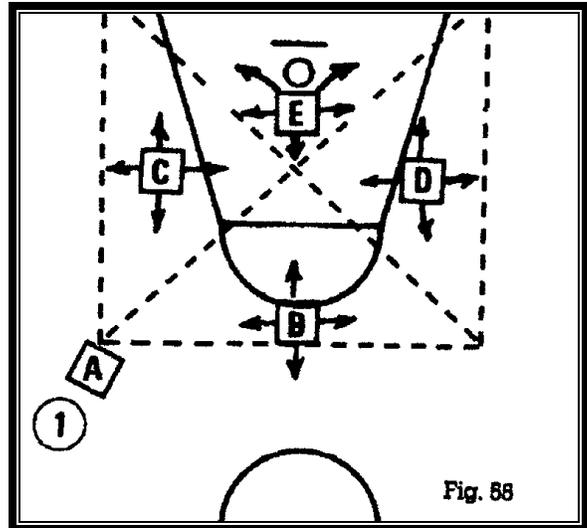
A. meilleur défenseur B, défenseurs très mobiles.

C et D. bons défenseurs et de grande taille.

E. excellent rebondeur.

Le dispositif en losange permet un très bon rebond défensif qui est assuré par C, D et E.

Signalons à cette occasion que tout bon tireur souhaite recevoir très souvent le ballon. Le fait de lui interdire de toucher souvent le ballon conduit le joueur à perdre le contrôle de lui-même et à précipiter ses tirs.

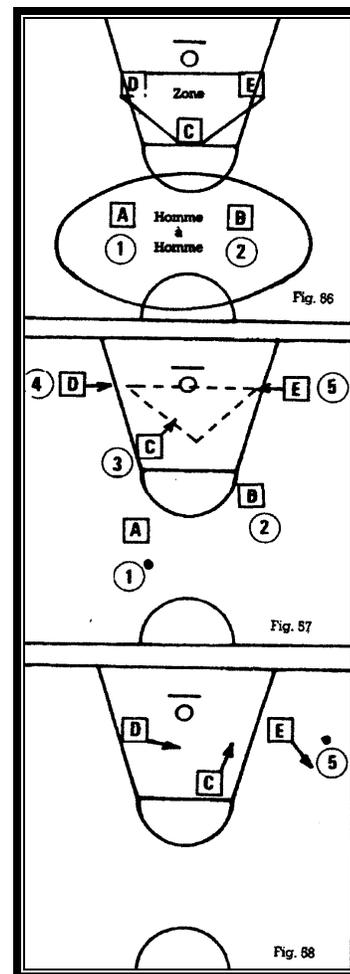


## DÉFENSE TRIANGLE ET 2

Autre type de défense combinée, la défense triangle et 2 utilise 3 défenseurs en zone et 2 autres en homme à homme (voir figure 56). Ce type de défense est d'autant plus efficace que les adversaires ne l'ont pas identifié suffisamment tôt et croient être opposés à une défense homme à homme. Pour cela, lorsque le ballon est dans la partie haute du terrain, les joueurs C, D et E qui forment le triangle se placent en homme à homme, mais dès que le ballon se rapproche du panier ils adoptent une défense de zone tandis que A et B continuent d'évoluer en homme à homme (figure 57). Il s'agit beaucoup plus ici d'une ruse défensive que d'une alternance effective de défense.

Les trois joueurs qui constituent le triangle sont entièrement responsables de la zone réservée. Lorsque le ballon se trouve dans l'aile droite, le triangle s'articule de la façon suivante : E se dirige vers le porteur du ballon, C se rapproche du panier et couvre E, tandis que D vient se placer sous le panier (fig. 58).

(Saison 2001-2002)



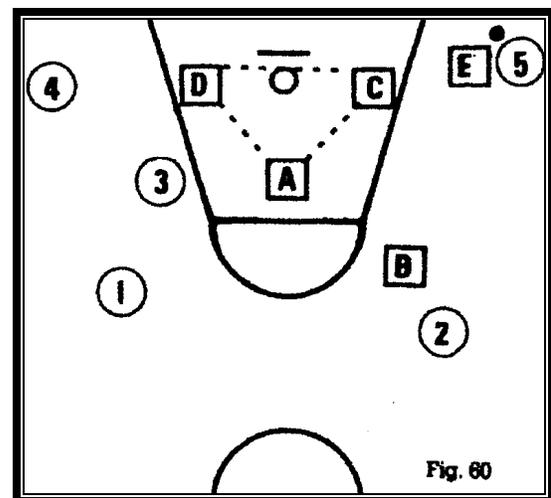
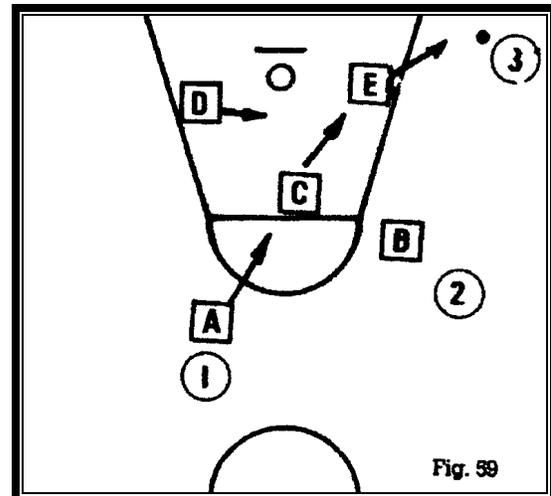
Lorsque le ballon est en ligne de fond, triangle s'articule comme précédemment, mais il s'aplatit le long de la ligne de fond comme le montre la figure ci-contre (fig. 59).

La composition idéale de l'équipe pour assumer ce type de défense serait d'utiliser : deux joueurs rapides et très bons défenseurs (A et B), trois joueurs de grande taille et excellents rebondeurs (C, D et E).

Le type de défense peut être utilisé avec beaucoup d'efficacité en début de rencontre. Il faudra en changer dès que l'attaque s'y est quelque peu adaptée. Nous remarquerons que A dont l'adversaire 1 est à l'opposé du ballon laisse momentanément celui-ci pour participer au rebond (fig. 60).

Notons que ce type de défense peut être utilisé contre une équipe qui dispose de deux bons tireurs à mi-distance et de 3 autres joueurs grands et relativement statiques et qui n'aiment pas jouer loin du panier.

La principale qualité de cette défense réside dans le fait qu'elle peut neutraliser les deux meilleurs tireurs adverses tout en assurant un bon rebond défensif



## LA " MATCH UP" DEFENSE

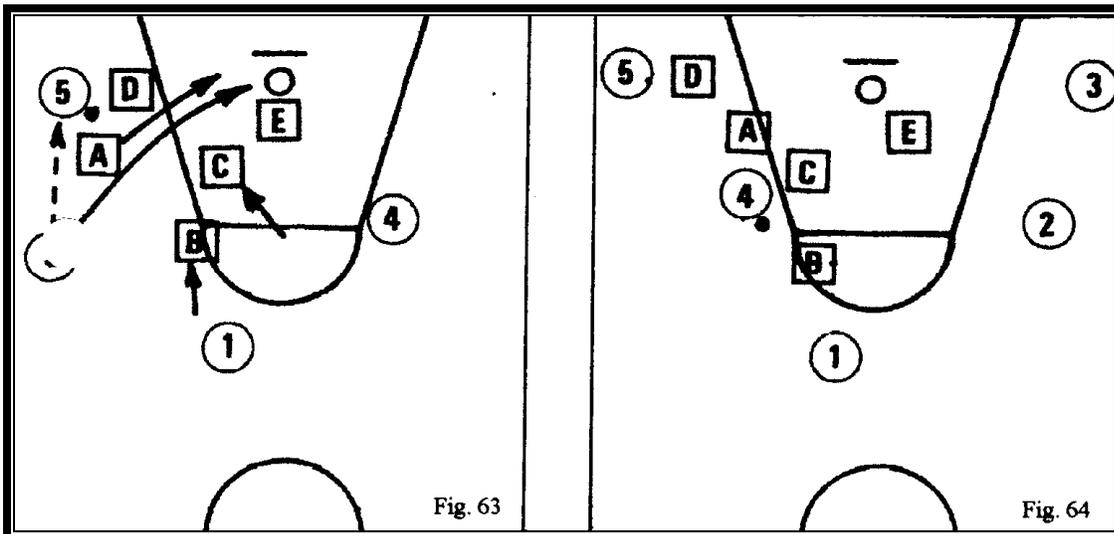
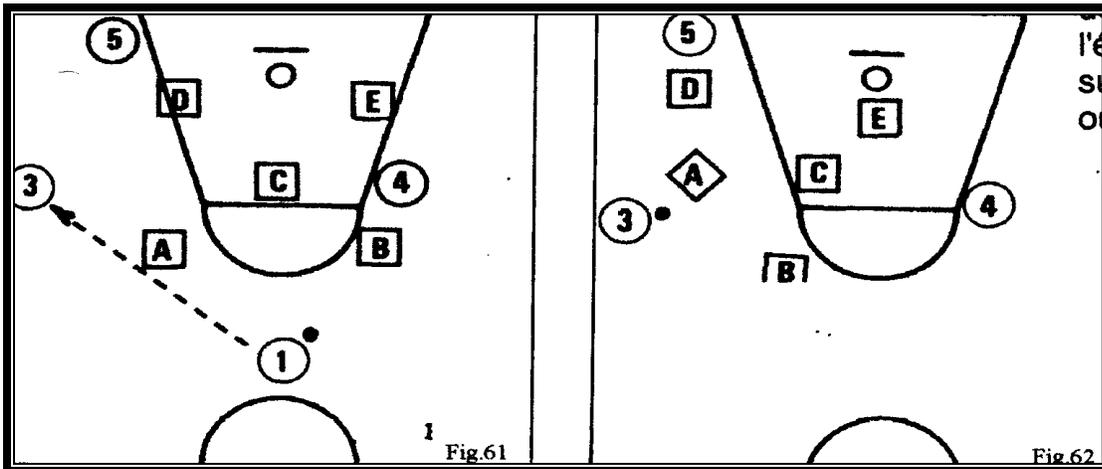
La « match up défense » est la forme la plus élaborée des défenses alternées, car elle permet à certains défenseurs de passer insensiblement de la défense homme à homme à la défense De zone réciproquement, à l'occasion d'une seule et même phase offensive adverse. Ce caractère sélectif lui donne toute son originalité, car il confère, par là même, les caractéristiques d'une défense mixte. La « match up défense » crée une confusion certaine chez toutes les équipes et plus particulièrement chez les équipes usant de systèmes offensifs quelque peu rigides. Il en résulte une grande hésitation dans la conduite des attaques, des tirs précipités et une perte de confiance de plus en plus marquée. Ce système défensif se développe généralement dans le sens du passage de la zone vers l'homme à homme.

La défense adopte une zone 2.1.2 tandis que l'attaque s'adapte en se plaçant Initialement en 1.3.1 (fig,61). 1. passe à 3 qui est aussitôt pris en charge par A. Les autres défenseurs glissent progressivement vers le ballon et se placent en homme à homme (fig. 62).

D est en interception sur 5 et B sur 1, tandis que C contrôle la zone réservée. Si 3 parvient à transmettre le ballon à 5, D et A effectuent un double marquage sur celui-ci. Les défenseurs E, C et B contrôlent la zone réservée (fig. 63).

Si 3 se dirige vers le panier, il est suivi dans ses mouvements par A qui ne l'abandonne qu'au moment où 3 a franchi l'axe médian longitudinal. Il revient alors aider à la défense sur le joueur 4 qui a sollicité la balle au niveau du poste. Il ne reprendra son joueur 3 que si celui-ci revient vers la balle et constitue de nouveau un danger (fig. 64).

L'Intérêt essentiel de ce type de défense réside dans le fait que l'équipe qui l'utilise se retrouve en surnombre défensif dans l'aire de jeu où de trouve le ballon



Nous remarquerons toutefois que les « match up » défenses qui consistent donc à assortir la défense à l'attaque adverse sont particulièrement difficiles à réaliser. L'application de ce type de défense nécessite une grande préparation défensive afin que les actions des différents défenseurs puissent se coordonner avec efficacité même dans des situations quelque peu inattendues.

## IV. LES DÉFENSES ALTERNÉE

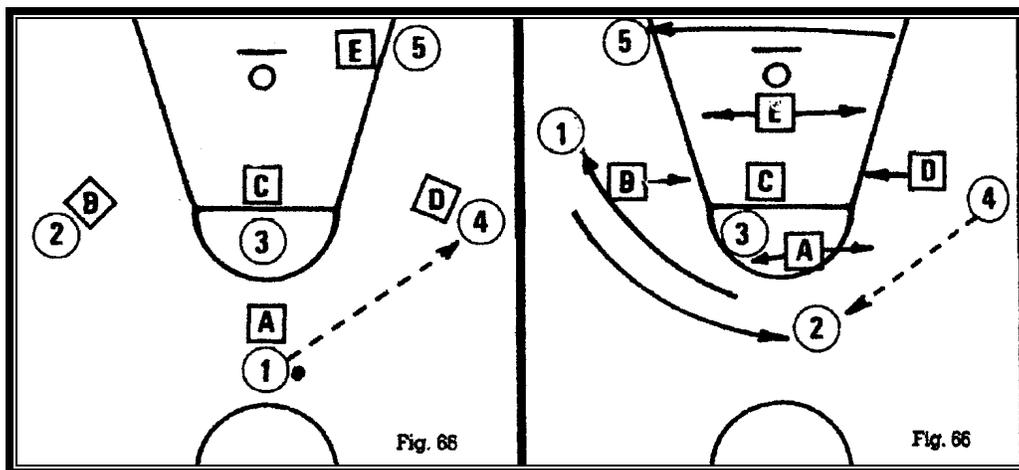
Les défenses alternées désignent le principe qui consiste à passer d'une défense homme à homme à une défense de zone ou réciproquement. Mais elles correspondent aussi à tout glissement d'un type de défense homme à homme à un autre type de défense homme à homme. Il en est de même pour toute transformation d'une zone en une autre zone.

Le passage d'une défense à une autre s'effectue à l'occasion d'un signal ou d'une convention donnés. Le changement s'effectue habituellement à l'occasion d'un lancer franc réussi ou d'un panier marqué. D'autres signaux sont parfois employés à l'insu de l'adversaire. Ils revêtent donc un caractère original.

Ainsi, l'équipe nationale d'Espagne utilise la convention suivante : cette équipe adopte alternativement une défense homme à homme ou zone selon que le meneur de jeu en possessions du ballon, dribble à droite ou à gauche de l'axe longitudinal du terrain, à l'occasion d'une remise en jeu, après qu'un panier ait été marqué par les adversaires. Un autre exemple de convention adoptée par l'équipe espagnole consiste à observer la façon dont le ballon est utilisé à partir du moment où celui-ci a été remis en jeu après un lancer franc ou un panier réussis et selon que le ballon est passé ou dribblé.

L'utilisation de défenses alternées est particulièrement opportune lorsque l'équipe adverse utilise des systèmes offensifs très stéréotypés. Il est nécessaire toutefois pour que ce système de défense soit le plus efficace que la nouvelle défense ressemble quelque peu à la précédente et ce pour perpétuer la confusion chez l'adversaire. Ainsi, si l'attaque développe un système offensif en 1, 3,1, la défense pourra alterner avec efficacité sa défense homme à homme avec une défense de zone 1.3.1, (fig, 65 et 66).

Ce principe peut également s'appliquer à d'autres structures offensives de type 2.1.2 ou 1.2,2,



## CHAPITRE IV

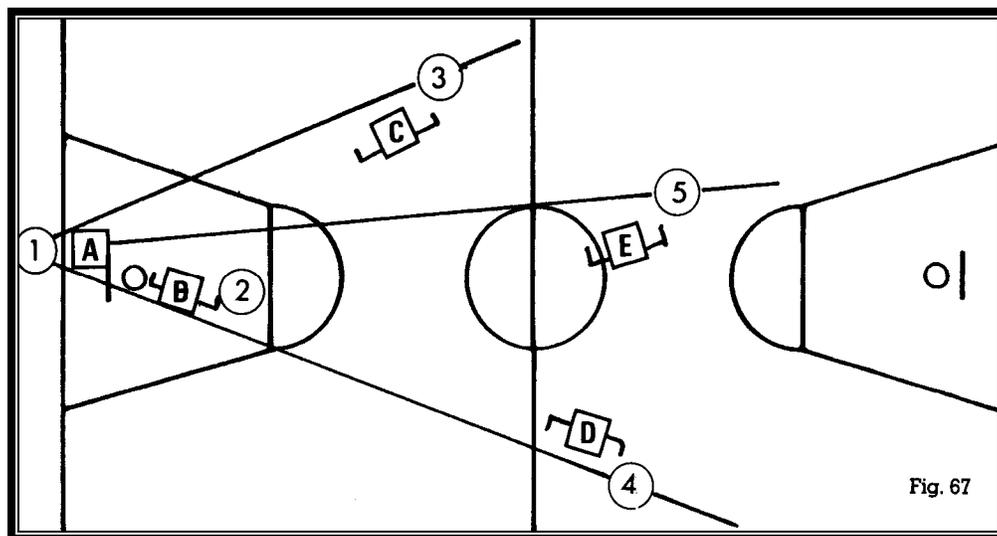
# LES DEFENSES EN PRESSING

### I. LA DEFENSE HOMME A HOMME EN PRESSING TOUT TERRAIN:

Comme toute défense homme à homme, le pressing tout terrain attribue à chaque défenseur un adversaire bien défini à contrôler. Cependant, la singularité de cette défense, réside dans la consigne donnée à chaque défenseur d'empêcher son défenseur direct de recevoir le ballon. Le jeu de la défense consiste en un harcèlement permanent de l'attaque pour obliger celle-ci à commettre des erreurs, voire des mauvaises passes susceptibles d'être transformées en contre-attaque. Ce type de défense exige de l'ensemble de l'équipe le maintien d'une pression constante, effective et de même intensité sur chacun des attaquants adverses. Ceux-ci ne doivent avoir aucun instant de répit. Ce n'est qu'à ce prix qu'un pressing tout terrain peut être fiable.

Sur le plan tactique, il faut éviter d'utiliser ce système défensif avec des joueurs qui rechignent à l'effort; un tel choix serait inévitablement voué à l'échec.

Le dispositif initial de cette défense, tel qu'il apparaît à l'occasion d'une remise en jeu sous le panier, met en évidence le principe de l'alignement ballon- défenseur- adversaire direct. Le défenseur étant placé évidemment en position d'interception (voir fig. 67).



Il est cependant nécessaire de relativiser cette position d'alignement. En effet, le défenseur est conduit à s'écarter sensiblement de la ligne ballon attaquant pour pouvoir contrôler visuellement à la fois le ballon et son défenseur direct. Un effort accru sera consenti par la défense en vue d'intercepter la première passe adverse. Il reste clair que cette mission prioritaire peut ne pas aboutir, auquel cas, les défenseurs les plus reculés du système défensif opéreront avec une grande prudence et prendront garde aux éventuelles passes lobées adressées en direction du panier.

A partir de la position de base précédemment décrite, la répartition des tâches entre les défenseurs A, B, C, D et E s'établira comme suit :

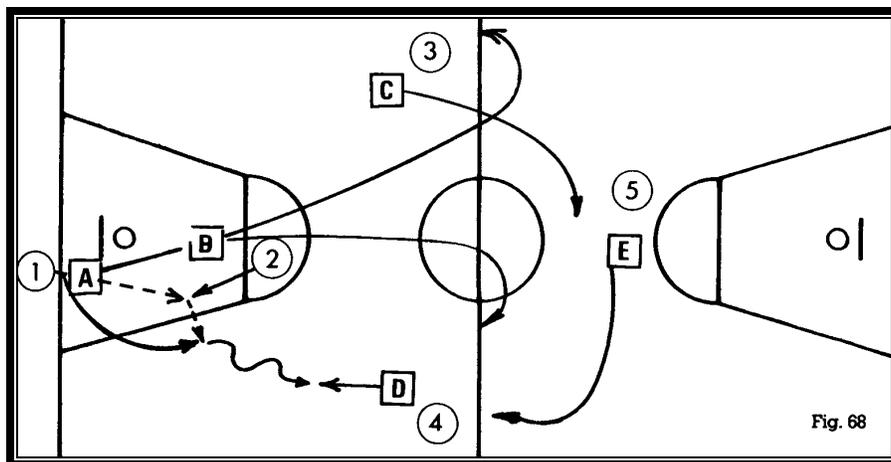
Le défenseur A, le plus grand, mais aussi et surtout le plus lent de l'équipe aura pour tâche de gêner l'attaquant chargé de la remise en jeu. Son intervention à ce niveau l'éloignera des aires défensives nécessitant des adaptations excessivement rapides. Par la position qu'il adoptera et grâce à l'action des bras, le défenseur A cherchera à déconcerter son adversaire direct et l'incitera à effectuer une passe lobée. Il aura aussi toute possibilité d'engager celui-ci à passer du côté le plus favorable à la défense, en fait du côté où la défense dispose de ses joueurs les plus rapides et les plus aptes à l'interception.

Le choix de A à ce poste reste en parfaite adéquation avec la tâche qui lui a été assignée conjointement : le rebond offensif.

Entre autres tâches qui incombent à A, on note celle qui consiste non seulement à gêner la première passe, mais aussi et surtout à retarder celle-ci. Ce retard imposé à la première passe s'avère d'un grand secours pour les défenseurs B, C, D et E qui trouvent ainsi le temps de repérer et de contrôler l'attaquant dont ils ont la charge. Enfin A sera très vigilant à l'égard des diverses actions de son vis-à-vis 1 qui peut très bien partir rapidement dans le dos de A.

Dans un premier temps les tâches attribuées aux défenseurs B, C, D et E seront celles d'intercepter le ballon. B tentera d'annihiler la première passe et cherchera à s'approprier le ballon à cette occasion. C, D et E agiront conjointement aux actions de B. La pression de C, D et E sur leurs adversaires directs s'exercera avec d'autant plus de facilité que ceux-ci seront loin du passeur, car seule une passe longue, relativement lobée, peut leur être adressée. Cette passe qui met du temps à parvenir à son destinataire donne tout le temps aux défenseurs C, D et E de s'organiser et d'intercepter.

D'autres tâches seront confiées à B, C, D et E dans ce système défensif qu'est l'homme à l'homme pressing tout terrain, tâches qui exigeront de ces derniers beaucoup de perspicacité et d'adaptabilité. En effet, malgré l'efficacité de ce système défensif, on assiste le plus souvent au succès de la première passe qui atteint son but (1 passant à 2). On note parfois aussi qu'à la suite d'un démarquage de 1, celui-ci s'empare du ballon grâce à une passe redoublée de 2. Pour que 1 choisisse de foncer en dribble de contre-attaque, l'équilibre défensif se trouve rompu et la défense doit faire preuve d'esprit d'initiative à cet instant là (voir figure 68).



D'abandonne 4 pour se porter à la rencontre de 1 tandis que E pare au plus pressé en prenant en charge 4.

A, qui a subi le débordement de 1 revient précipitamment pour s'assurer de contrôler de B; quant à C il veillera à neutraliser 5. Ces changements de joueurs multiples doivent impérativement s'effectuer simultanément.

Le caractère hasardeux de ces changements paraît évident, c'est-à-dire qu'à cet instant précis la défense paraît quelque peu fragile.

Un entraînement systématique à partir de différents cas de rupture de l'équilibre défensif devra être entrepris afin de créer certaines habitudes défensives et développer la capacité d'adaptation des défenseurs.

Le système défensif à base de changements simultanés de joueurs qui vient d'être présenté constitue un simple exemple. Ce système montre une des nombreuses possibilités d'adaptation de l'équipe et ce, en fonction du positionnement des joueurs attaquants. Cet exemple pris comme tel ne peut constituer la règle générale face aux nombreux positionnements que pourrait adopter l'attaque.

S'il n'est pas possible de livrer au lecteur un système défensif passe-partout adopté à cette rupture de la défense pressing tout terrain, il est cependant possible de dégager un certain nombre de règles permettant à la défense de s'adapter à cette situation difficile.

1 Le joueur 1 qui a bénéficié d'une passe redoublée et qui évolue pendant quelques dixièmes de seconde librement devra être immédiatement arrêté par le défenseur le plus proche de l'action.

2 Les quatre autres défenseurs devront, dans un premier temps, revenir le plus rapidement possible vers la zone de défense.

3 Le joueur qui a pris en charge le dribbleur devra agir très efficacement sur ce dernier pour l'empêcher tout d'abord de progresser vers le panier et ensuite, si celui-ci ralentit son allure et manifeste l'intention d'effectuer une passe, faire en sorte que cette passe soit nécessairement une passe longue.

La double action qui consiste à ralentir la progression du dribbleur et à lui imposer une passe longue donnera aux autres défenseurs le temps et la possibilité de s'organiser.

4 Le défenseur qui a subi le préjudice du débordement de son vis-à-vis, devra revenir à toutes jambes vers la zone de défense afin de prendre en charge le premier adversaire qui semble libre.

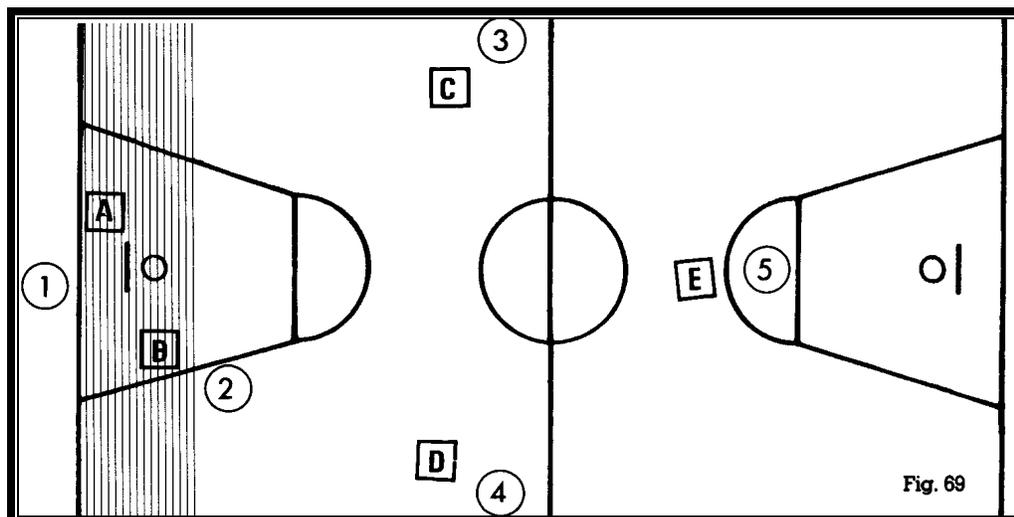
Au terme de cette analyse de la défense pressing tout terrain, nous pouvons dire sans conteste qu'il s'agit là d'une défense particulièrement efficace seulement si elle est entreprise par des joueurs volontaires, très bons défenseurs et surtout parfaitement entraînés et solidaires. La nécessité d'une bonne coordination des actions de changement des joueurs à la suite d'un débordement de la défense par les adversaires, impose un entraînement régulier pour maîtriser cette phase délicate du jeu. Au cours de l'entraînement, il sera utile de varier les situations offensives pour examiner un grand nombre d'adaptations à ces fluctuations de l'attaque.

La qualité essentielle de ce type de défense est qu'elle neutralise parfaitement les passes courtes et de ce fait l'attaque doit se résoudre à des passes longues et souvent lobées susceptibles d'être aisément interceptées. La défense pressing tout terrain demeure une défense à grande prise de risques, mais néanmoins susceptible de renverser le cours d'un match, Les principes généraux de la défense pressing tout terrain ayant été développés, nous proposons de présenter deux exemples de cette forme de défense adaptés aux caractéristiques du jeu moderne,

## **1 VARIANTE NEAL BAISY**

Une adaptation stratégique de cette forme défensive est proposée par Neal Baisy(I).

Cette adaptation est particulièrement efficace contre des équipes qui disposent d'un bon meneur de jeu :

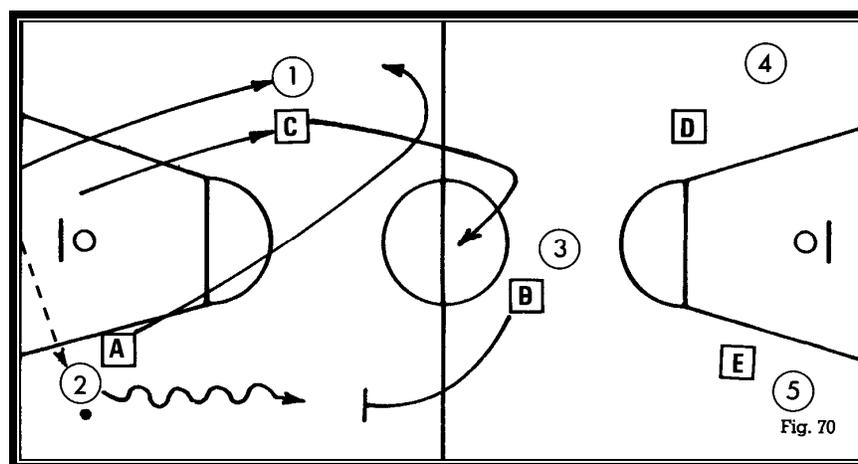


(1) Neal Baisy op. cit., pages 41 et 42.

Le système défensif préconisé par cet entraîneur utilise une zone (zone hachurée de la figure 69 dans laquelle le joueur opère. Celui-ci est responsable de la zone hachurée et ne se place pas forcément face à 1 qui est chargé de la remise en jeu. Le défenseur A doit intercepter toute passe effectuée à un adversaire qui aurait pénétré dans cette zone, ou encore, aider au double marquage réalisé sur un joueur particulièrement difficile à marquer, A doit alors inciter le porteur du ballon à passer à un partenaire particulièrement malhabile face à un pressing. Il est recommandé d'exploiter au mieux la présence d'un tel adversaire sur le terrain. Ce type de joueur doit être très rapidement identifié et signalé à tous les joueurs de l'équipe.

## 2 - LA VARIANTE RUN AND JUMP

Cette forme moderne de défense pressing tout terrain est utilisée entre autre par l'équipe nationale d'Espagne lorsque cette équipe accuse un important retard à l' marque (fig. 70).



Cette défense autorise dans un premier temps l'équipe adverse à réaliser sa remise en jeu (ici par 1) sur le joueur 2. A oriente 2 vers la ligne de touche et l'incite à partir en dribble, B « saute » vers 2 pour l'arrêter et provoquer une violation de la part de 2 (marcher, reprise de

dribble ou ballon tenu). C a suivi 1 tout au long du trajet de celui-ci. Dès que B prend 2 en charge, C prend la place de B dans son marquage sur 3, tandis que A remplace C.

Si B est parvenu à arrêter la progression en dribble de 2, ce dernier sera conduit à effectuer une passe dans des conditions difficiles à l'un des partenaires momentanément libres, mais relativement statiques (1 et 3 sur la figure 70). Il est difficile à 2 de tenir compte de la vitesse de déplacement des défenseurs A et C qui ont alors toutes les chances d'intercepter le ballon.

La caractéristique principale de cette défense réside dans sa mobilité. En effet, la description qui vient d'être faite de cette défense souligne le contraste entre une défense qui se met rapidement en mouvement, face à une attaque statique et paniquée.

Nous remarquons que la défense décrite n'utilise qu'une permutation de 3 joueurs (A, C et B). D'autres permutations sont tout à fait possibles, impliquant la participation des joueurs D et E. Dans ce cas, la coordination des déplacements des défenseurs devient plus délicate et nécessite d'être affinée à l'entraînement.

## **LA DÉFENSE HOMME A HOMME EN PRESSING DEMI-TERRAIN**

La défense en pressing demi terrain se réfère aux principes généraux de la défense homme à homme. Elle se développe dans la zone de défense dès que le joueur en possession du ballon a franchi la ligne médiane. Dès cet instant, la défense se déploie et chaque défenseur se rapproche le plus près possible de son adversaire direct. Le défenseur chargé de défendre sur le porteur du ballon doit veiller à arrêter la progression de l'attaquant vers le panier, les autres joueurs étant en interception.

Ce type de défense est utilisé essentiellement pour contrer les équipes qui affectionnent le jeu placé. Dans la mesure où le meneur de jeu est marqué de très près, il n'a plus de liberté suffisante pour annoncer les mouvements offensifs, par des conventions qui peuvent être :

1. Lever le ballon au-dessus de la tête,
2. Indiquer un numéro à l'aide de la main,
4. Annoncer des numéros,
5. Se rendre dans une certaine zone du terrain (1).

Une bonne pression défensive sur le porteur du ballon perturbe l'utilisation de ces signaux.

Le porteur du ballon gêné par la défense pressante de son vis-à-vis aura alors des difficultés pour respecter les signaux habituellement utilisés par lui et ses coéquipiers

( Cf Neal Baisy op cit, Page 43)

# LES DÉFENSES EN ZONE-PRESS

## I. CONSIDÉRATIONS GÉNÉRALES SUR LA ZONE-PRESS

### 1 - GENÈSE DE LA ZONE-PRESS

La zone-press apparaît dans l'évolution du basket-ball immédiatement après la défense en pressing (homme à homme). Celle-ci qui se caractérise par une prise en charge individualisée des attaquants sur tout le terrain a été assez rapidement battue en brèche par des attaques dirigées par des meneurs de jeu aux dribbles perforants. Ainsi, le un contre un provoqué par la défense homme à homme tout terrain tourne le plus souvent à l'avantage de l'attaque, cette domination se traduit en général par une mise en situation favorable du dribbleur qui peut aisément déborder son adversaire direct. Ce constat a conduit les défenses à s'adapter et opposer à ces dribbleurs un double marquage.

C'est à partir de ce double marquage (double teaming) qu'est née la zone-press.

### 2 - DÉFINITION DE LA ZONE-PRESS

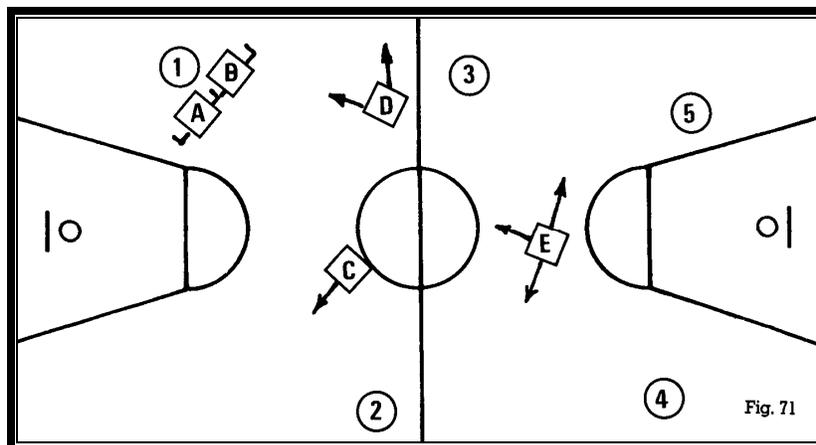
La zone-press se définit donc comme une défense qui choisit de réaliser un double marquage sur le porteur du ballon, afin qu'il tente une passe incertaine que les trois autres défenseurs placés en fonction des adversaires, mais surtout en fonction du ballon, tenteront d'intercepter.

### 3 - ZONE-PRESS ET RÈGLEMENT

L'évolution du règlement (réhabilitation de la règle du retour en zone et du tracé de la ligne médiane — adoption de la règle des 8 secondes) a facilité l'émergence de la zone-press.

## 2 - CARACTÉRISTIQUES DE LA ZONE-PRESS:

La zone-press s'affirme ainsi comme une défense de surprise et de conquête du ballon. A ce titre, elle peut prendre l'appellation de « défense offensive ». Elle favorise de ce fait la contre-attaque dès que l'équipe est entrée en possession du ballon, car le déploiement défensif occasionne un positionnement offensif qui permet immédiatement le surnombre, une interception éventuelle de la part des défenseurs C, D. ou E met automatiquement cette équipe en surnombre offensif (voir &g. 71).



L'un des avantages de la zone-press est qu'elle permet d'utiliser au mieux le potentialités d'une équipe particulièrement hétérogène ; par exemple : 3 joueurs petits, rapides et bons défenseurs et 2 joueurs grands et quelque peu lents, La concrétisation de ces potentialités passe par la spécialisation des joueurs dans certaines tâches défensives :

- action de double marquage,
- interception,
- faculté d'anticiper sur le déroulement du jeu,
- se replier rapidement,
- contrer et assurer le rebond défensif.

Si la défense en pressing tout terrain (homme à homme) utilise de façon très efficace les qualités de cinq joueurs rapides et petits, par contre la zone-press utilisera avec bonheur les qualités supplémentaires de cinq joueurs aux qualités bien différentes.

## **2 - DE L'OPPORTUNITÉ DE LA ZONE-PRESS**

Dès son apparition, la zone-press a été utilisée indifféremment durant tout ou partie du déroulement du match et ce en fonction des capacités adaptatives de l'attaque.

La zone-press peut, grâce à son effet de surprise, comporter une efficacité certaine si elle est employée ;

- en début de match,
- au cours des deux dernières minutes de la 1-6 mi-temps que l'équipe mène ou soit menée à la marque,
- en fin de partie lorsque l'équipe est menée.

Il n'est pas envisageable de subir une défaite sans tenter de mettre à profit les potentialités d'une zone-press. Ce choix s'impose à tout bon entraîneur et donne une grande satisfaction à l'ensemble de l'équipe, même en cas de courte défaite.

L'emploi ponctuel ou généralisé de ce type de défense dépend évidemment de la condition physique des défenseurs. Il est conseillé toutefois de ne pas utiliser la défense zone-press, uniquement en dernier ressort, car elle constitue un excellent moyen de perturber les équipes habituées à un jeu très organisé.

## **3- PRINCIPES TECHNIQUES:**

L'efficacité d'une zone-press dépend du respect et de l'application parfaite d'un certain nombre de principes.

### **Joueurs de première ligne**

Les joueurs chargés de réaliser la trappe (double marquage) sur le porteur du ballon doivent observer les consignes suivantes ( 1 ) :

- a) veiller à tout prix à arrêter le dribbleur dans sa progression;
- b) ne pas permettre à celui-ci de s'infiltrer entre les 2 joueurs qui effectuent le double marquage. Ceux-ci opéreront presque genoux contre genoux au moment du double marquage ;
- c) les deux défenseurs utiliseront leurs bras et leurs mains pour gêner la passe et aussi perturber la vision du passeur;
- d) le harcèlement se fera dans le respect des règles, mais il doit inciter le passeur à effectuer une passe lobée ou à terre dans des conditions difficiles. Les mains et les bras n'agiront pas en vue de s'emparer du ballon, au risque de commettre une faute personnelle, mais pour effectivement provoquer une mauvaise passe ;
- e) après la passe, se replier le plus rapidement possible vers la zone réservée. Les défenseurs garderont toute leur vigilance pour exploiter une interception éventuelle et développer une contre-attaque.

### Joueurs de deuxième et de troisième lignes:

Si la trappe constitue une condition essentielle à la bonne réalisation d'une zone-press, il en va de même du placement des 3 autres joueurs, Ceux-ci seront les véritables spécialistes de l'interception. Pour une meilleure efficacité, ils devront observer à leur tour certaines consignes :

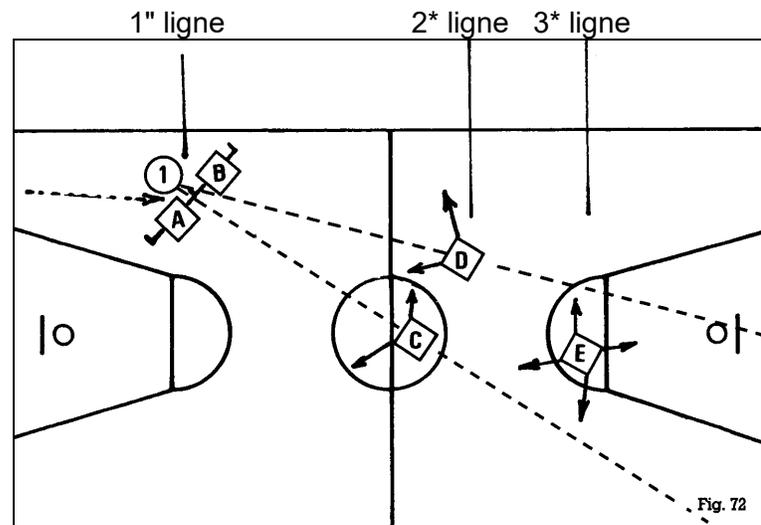
a) L'un de ces 3 joueurs se place impérativement sur l'axe ballon-panier.

b) Un deuxième joueur occupe une position telle, qu'il se trouve sur l'alignement du porteur du ballon et de la «lucarne» constituée par l'écartement des deux défenseurs (2).

(1) Voir à ce sujet Neal Baisy. Coaching thé zone and man-to-man pressing défensive Prentice Hall Inc 1963, page 88. (2) Cf. Gérard Bosc et Bernard Gros george. L'entraîneur de basket-ball. Vigot, Paris, 1978, p. 74.

59

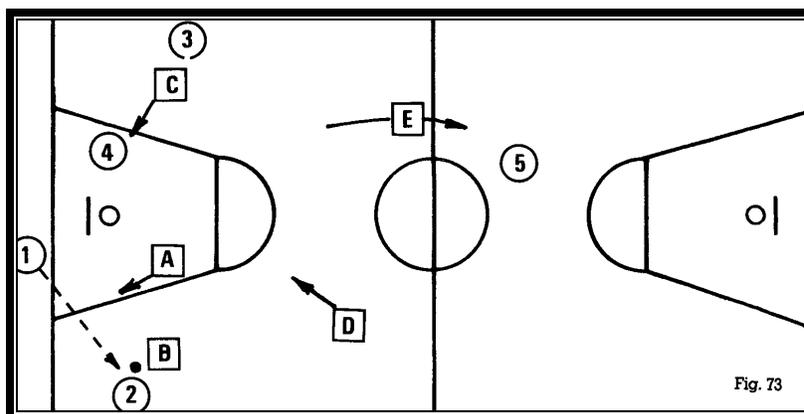
c) Le troisième défenseur est responsable de la zone située près du panier. Il veillera notamment à intercepter des passes longues (voir fig. 72 ci-dessous).



## II. LES DIFFERENTES ZONE-PRESS

### LA ZONE-PRESS 3.2.

Immédiatement après un panier marqué, la défense doit s'organiser comme suit :



Le joueur E doit revenir le plus vite possible vers la zone de défense pour contrôler une passe directe et longue destinée à 5. Le joueur A se dégage de l'attaquant 1 afin de préparer un double marquage sur 2 ou 3. Les joueurs A, B et C, par leur position respective, doivent inciter 1 à transmettre le ballon à un joueur prédéterminé en l'occurrence 2 qui aura été choisi pour sa faiblesse notoire face à une défense agressive. Dès que 2 est en possession du ballon, B doit l'orienter vers la ligne et l'arrêter subitement. A se joint à B pour réaliser le double marquage. A et B ferment la trappe sur 2. C et D se rapprochent également du ballon afin d'intercepter une passe de 2 à l'un de ses partenaires (fig. 73).

Si 2 parvient à effectuer une passe à 1 qui est entré en jeu, c'est le défenseur C qui se portera à la rencontre de 1 pour arrêter sa progression. En principe, si A et B ont parfaitement réalisé leur trappe, cette passe ne devrait pas s'effectuer. Le cas échéant, le nouveau porteur du ballon 1 est pris en charge par C qui le suivra dans tous ses mouvements sur le terrain.

Le rôle le plus difficile dans cette défense est joué par le défenseur D qui doit en principe assurer la couverture de la défense. Il doit utiliser toutes ses facultés adaptatives pour apprécier les situations et s'y adapter.

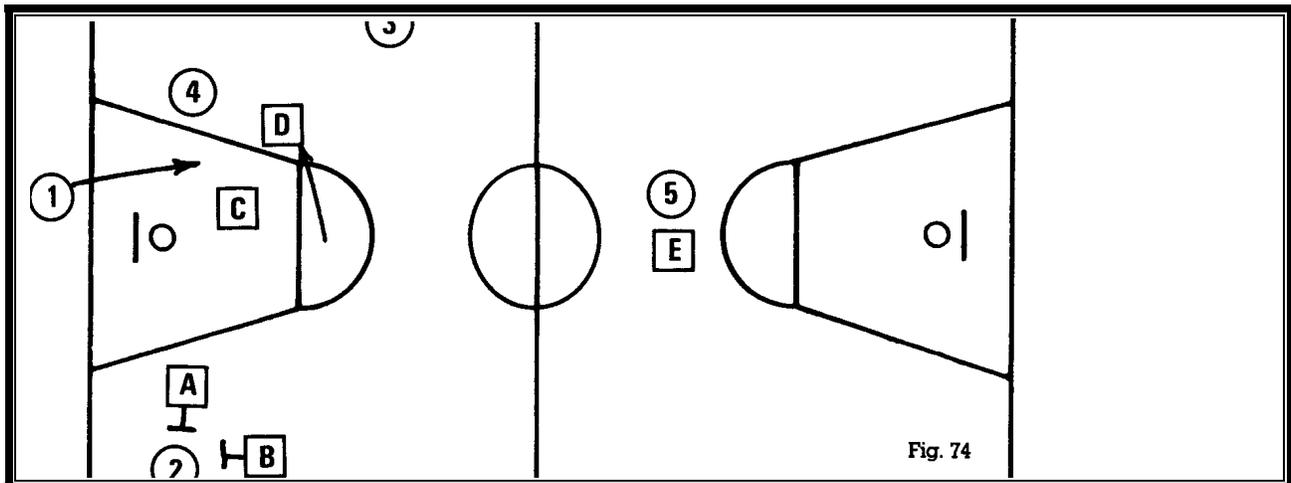
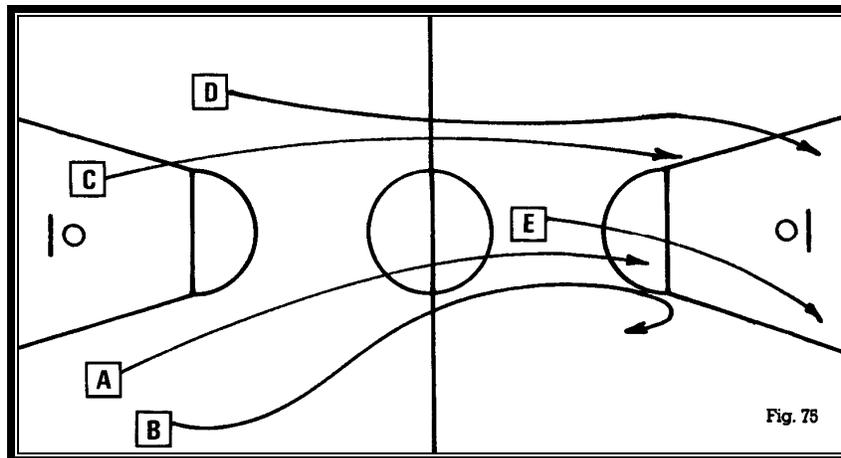


Fig. 74

La réalisation de la trappe et le flottement opéré par D libère en fait 2 attaquants. Si ces attaquants momentanément libérés sont proches l'un de l'autre, D se rapproche des 2 afin de les contrôler conjointement. Si ces 2 attaquants sont, par contre, éloignés l'un de l'autre, ce défenseur choisit de contrôler l'attaquant le plus proche du ballon. D fera montre de qualités particulières pour assumer ce rôle ; vitesse, mobilité, sens de l'observation, perspicacité et adaptation.

Le défenseur E a pour tâche essentielle de contrôler la zone de défense et de surveiller le joueur qui lui est assigné, en l'occurrence 5. Il ne doit jamais perdre de vue que le joueur pris dans la trappe (2) effectuera le plus souvent une passe longue et lobée au-dessus du double marquage. E doit être suffisamment bien placé pour en intercepter une bonne partie. Toutefois, il ne doit jamais abandonner son adversaire direct sans s'être assuré de pouvoir intercepter la longue passe. Une erreur de E est sans rémission et sera sanctionnée à tout coup par un panier adverse.

Dans le cas où les adversaires parviennent à déjouer le « piège » constitué par A et B tous les défenseurs doivent se replier énergiquement dans une zone de défense et s'organiser en défense de zone 3-2 demi terrain (figure 75, ci-dessous),



### LA ZONE-PRESS 1.2.1.1.

La défense en zone-press 1.2.1.1. est une adaptation de la précédente. Elle est très employée aujourd'hui, car sa structure de base permet une bonne occupation des emplacements habituellement vulnérables des zones-press, c'est-à-dire entre les différentes lignes de défense.

La zone-press 1.2.1.1. peut se mettre en place à partir d'un panier marqué ou d'une remise en jeu dans la zone de défense de l'équipe adverse. Son articulation s'opère comme suit :

Le joueur E se place au niveau de la tête de raquette dans sa zone défensive, afin de dissuader ou encore intercepter toute passe longue. Il est essentiellement responsable de la zone réservée, mais ne doit pas hésiter à tenter de réaliser l'interception d'une passe à sa portée, comme pourrait l'être une éventuelle passe lobée de 2 à 3 (fig. 76);

Le joueur A se place en première ligne de défense et dès que 2 transmet la balle à 1, il oriente, par sa position défensive, le dribbleur vers une ligne de touche afin de préparer un double marquage, avec l'un des 2 joueurs, B et D qui constituent initialement la 2e ligne de défense, tandis que C est placé en 3e ligne.

Dès que le joueur 1 part en dribble dans l'intention de dépasser A, D vient s'interposer et tente de stopper sa progression en lui « interdisant » le passage contre la ligne de touche. A et D constituent alors une trappe sur 1 et doivent le gêner dans ses tentatives de passe à un partenaire ;

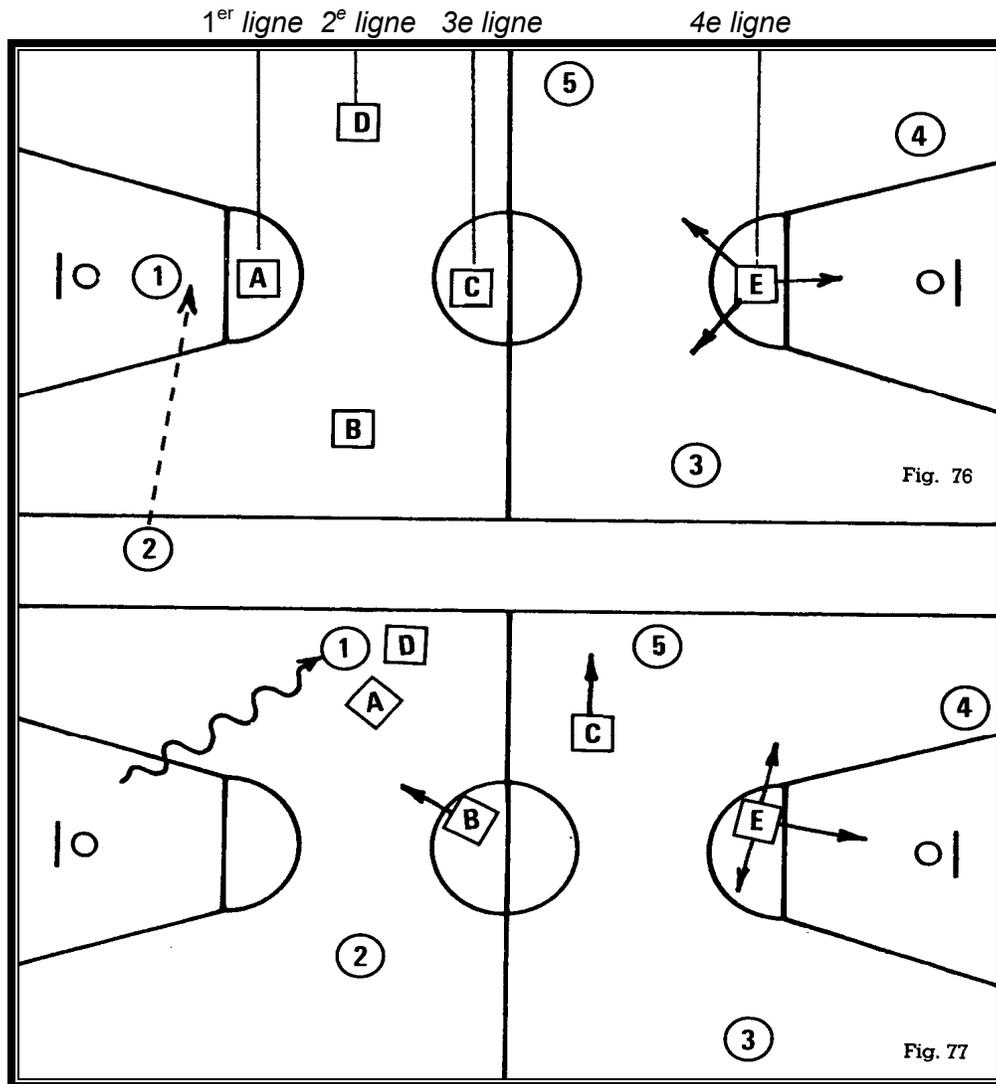
Les joueurs B et C qui se sont déplacés conjointement aux déplacements de A et D demeurent vigilants, car ils risquent à tout moment de pouvoir intercepter la passe que 1 va tenter d'effectuer, (B sur une passe latérale, C sur une passe en profondeur), et lancer alors une contre-attaque (fig. 77).

Joueur rapide  
rusé

Bon défenseur

Joueur de grande  
taille

Joueur de grande  
taille et mobile



Dans le cas où 1 parvient à transmettre la balle à 2, la défense en zone-press peut se perpétuer. B doit arrêter 2 tandis que A vient réaliser un double marquage sur le dribbleur. Dans ce cas, D et C assurent la couverture du double marquage. Ils ont alors toutes les chances d'intercepter la passe que 1 peut réaliser.

Si les attaquants parviennent à passer le premier rideau défensif et à s'enfoncer dans la zone-press, les défenseurs doivent se replier le plus vite possible afin de reprendre leur structure défensive correspondant à l'attaque placée des adversaires.

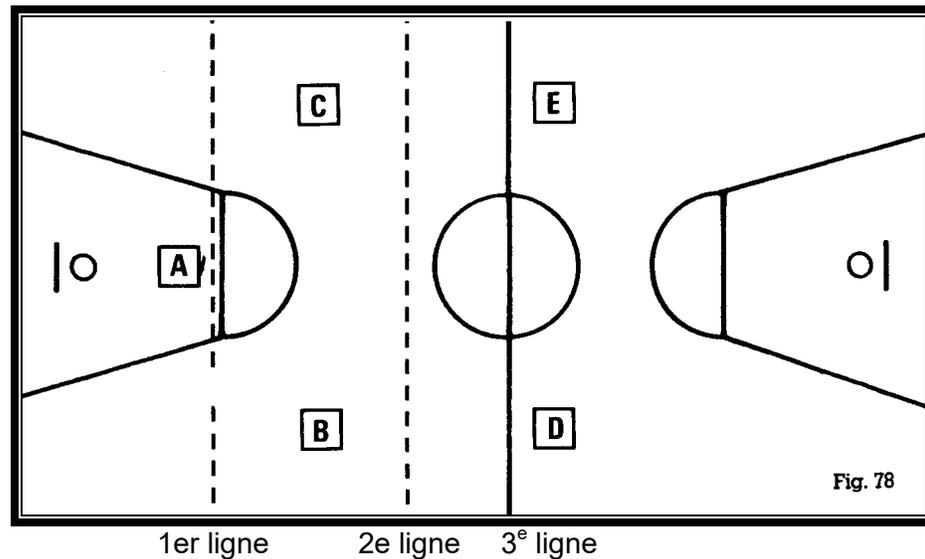
Pour réaliser ce type de défense, il est préférable de placer

- Un joueur de grande taille en E,
- Un joueur vif et rusé en A,
- Les meilleurs défenseurs en B et D,
- Un joueur de grande taille et affectionnant les interceptions en C.

### - LA ZONE-PRESS 1.2.2.

La structure de cette défense s'établit comme suit (fig. 78) :

- La 1ère ligne constituée par le joueur A, excellent défenseur, le plus rapide.
- La 2<sup>e</sup> ligne composée des joueurs B et C, bons défenseurs et relativement rapides;
- La 3<sup>e</sup> ligne qui regroupe les défenseurs D et E qui sont les joueurs les plus grands de l'équipe.



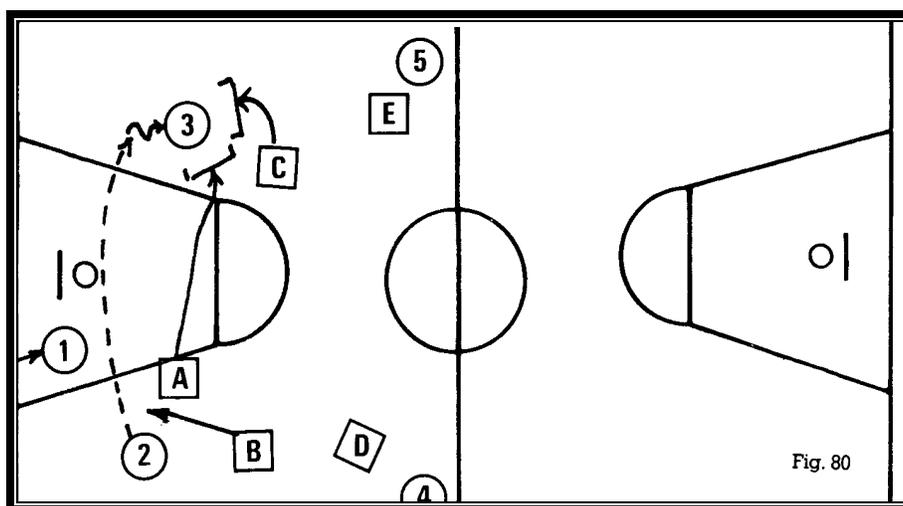
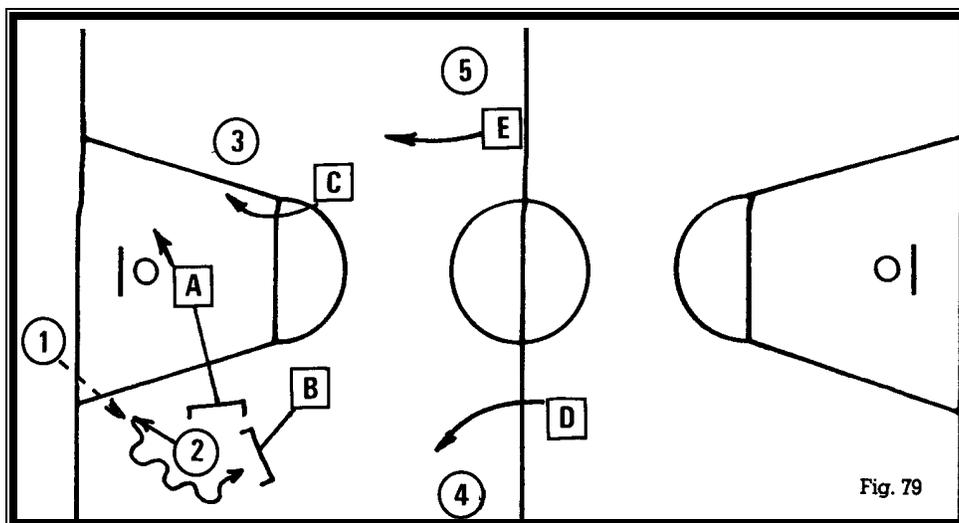
### Développement de la zone-press tout terrain 1.2.2.

A l'issue d'un panier réussi (fig. 79), l'attaque passe en défense. Celle-ci se développe initialement en zone adverse. A agit de telle façon qu'il empêche 3, meilleur dribbleur adverse, de recevoir le ballon. Cette action de A et le placement de B suggèrent à 1 d'adresser le ballon à 2 qui est moins bon dribbleur que 3.

Dès que ce joueur entre en possession du ballon, A et B se portent à sa rencontre pour former une trappe et arrêter son dribble. Dans ce double marquage, A et B veilleront à ce que 2 ne puisse les déborder ni d'un côté, ni l'autre, ni s'infiltrer entre eux.

Pour empêcher un débordement adverse, A et B garderont les pieds très écartés l'un de l'autre pour occuper le plus de terrain possible, mais ils veilleront à rester côte à côte presque genoux contre genoux pour éviter une infiltration adverse entre eux deux. A et B gêneront de leurs bras toutes les tentatives de passes de 2 et ce afin de l'obliger à faire une passe lobée, hasardeuse, susceptible d'être interceptée par C, D ou E.

Si le ballon parvient, malgré ces actions défensives, à 3, le joueur le plus proche de 2, C se porte immédiatement vers cet attaquant pour lui interdire toute progression et jusqu'à ce que A l'ait rejoint pour entreprendre un double marquage sur 3 (figure 80).



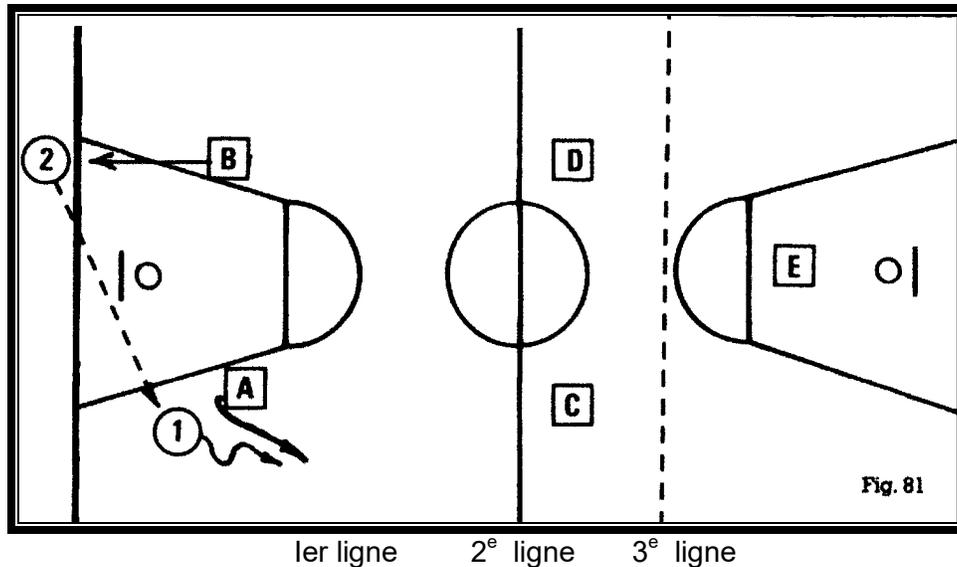
Si par contre 2 parvient à adresser une passe à son partenaire 4, la défense se mobilise différemment. D doit immédiatement bloquer le dribble de 4 afin de permettre à B de revenir auprès de lui pour assurer un double marquage sur le possesseur du ballon. Les autres défenseurs doivent à cet instant revenir vers la zone défensive pour adopter le type de défense de zone demi-terrain retenu.

En cours de route, ils pourront glaner quelques mauvaises passes et agiront de façon à permettre à B et D d'intégrer sans préjudice la zone demi-terrain.

Ce système défensif, dans la mesure où il utilise des doubles marquages successifs, présente une faille : il laisse à chaque fois un attaquant libre. Mais il s'avère que cet attaquant est le plus souvent celui qui est le plus éloigné du ballon ; il a donc très peu très peu de chances de recevoir une passe.

## LA ZONE-PRESS 2.2.1.

La défense de zone-press tout terrain 2.2.1. est une des zone press les plus employées de nos jours. Cette défense se caractérise par 3 lignes défensives (Fig. 81).



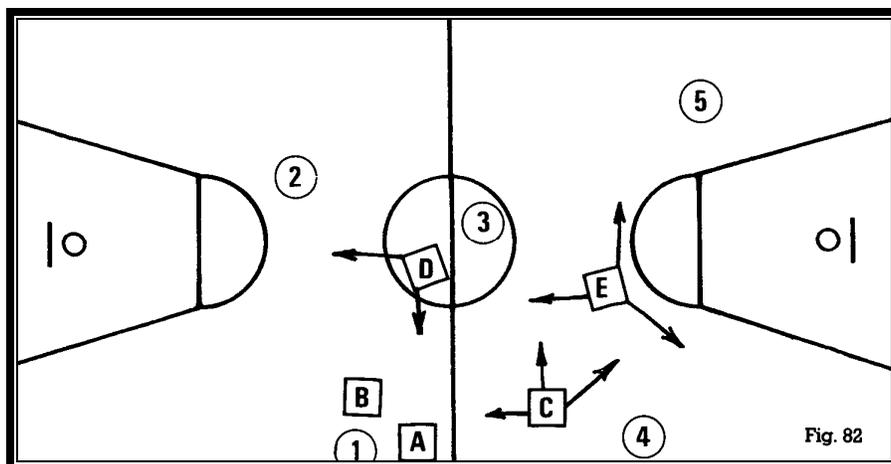
La 1<sup>re</sup> ligne constituée par les joueurs A et B excellents défenseurs, rapides et opportunistes.

La 2<sup>e</sup> ligne composée par C et D deux joueurs de grande taille, ayant des qualités d'anticipation et d'interception.

La 3<sup>e</sup> ligne s'appuie sur le joueur E grand et relativement mobile. Ce système défensif peut se développer à l'occasion de remises en jeu au fond du terrain, en ligne de fond ou sur le côté. Le système s'articule comme suit : B retarde la remise en jeu effectuée par 2 en se portant vers lui, ce qui laisse le temps à la zone-press de se mettre en place. 2 transmet le ballon à 1. A doit inciter 1 à partir en dribble du côté de la ligne de touche en «ouvrant» ses appuis vers celle-ci.

Cette manœuvre vise à isoler 1 de ses partenaires et notamment de 2 afin d'éviter une passe redoublée qui empêche la réalisation du double marquage du porteur du ballon.

Dès que le dribbleur s'est engagé résolument vers la ligne de touche, le défenseur A lui barre le passage et tente d'arrêter le dribble de 1. Cette action permet à B de venir réaliser un double marquage sur 1 (fig. 82). Les joueurs C et D, à ce moment-là, sont extrêmement vigilants, car ils ont toutes les chances d'intercepter une passe hasardeuse de 1 à l'un de ses partenaires. Dans le cas où A et B ne parviendraient pas à réaliser parfaitement le double marquage, C et D doivent intervenir pour arrêter effectivement le dribbleur. Le joueur E, quant à lui couvre les actions de C et D et veille à intercepter les passes qui auraient lobé la deuxième ligne défensive. Au cas où 1 défait le double marquage de A et B, ceux-ci ne doivent à aucun moment relâcher leur pression sur 1 et, dès l'instant où 1 effectue une basse, A et B doivent revenir au plus vite vers la zone de défense ainsi que leurs partenaires C, D et E. Ces cinq défenseurs s'organisent en fonction de la défense adoptée face à l'attaque placée adverse.

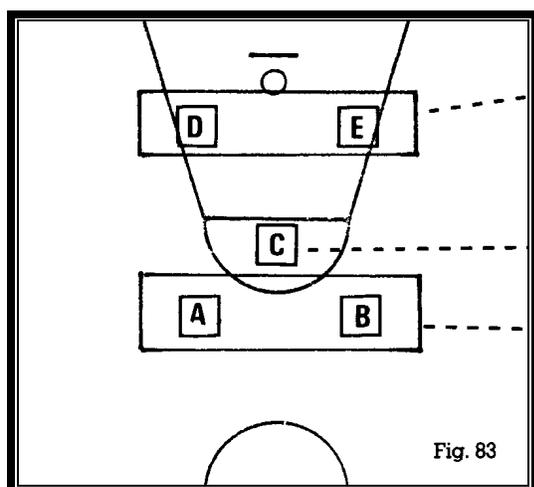


### LA ZONE-PRESS 2.1.2. DEMI-TERRAIN

Variante de la 2.1.2. normale, la zone-press 2.1.2. est une défense qui se développe exclusivement en zone de défense et principalement lorsque la défense classique habituellement utilisée n'a pas su endiguer les assauts adverses. Elle a le mérite d'empêcher l'équipe adverse de pratiquer un jeu posé conforme à la stratégie adoptée en désorganisant son attaque.

Les risques engendrés par ce type de défense sont moindres que ceux occasionnés par une défense presse tout terrain. Son efficacité, par contre, est tout à fait dévastatrice face à des équipes peu expérimentées et surtout mal entraînées à contrer ce type de défense. La formation de base de cette défense est la même que celle d'une 2.1.2, classique. Véritable escouade A, B, C fonctionnent en parfaite union. Il en va de même de D et E qui ajustent leur comportement sur ceux-là.

Pour parvenir à une parfaite coordination, l'un des 3 joueurs de devant sera désigné pour déclencher et diriger le harcèlement. La zone-press 2,1.2. se développe chronologiquement de la manière suivante ;

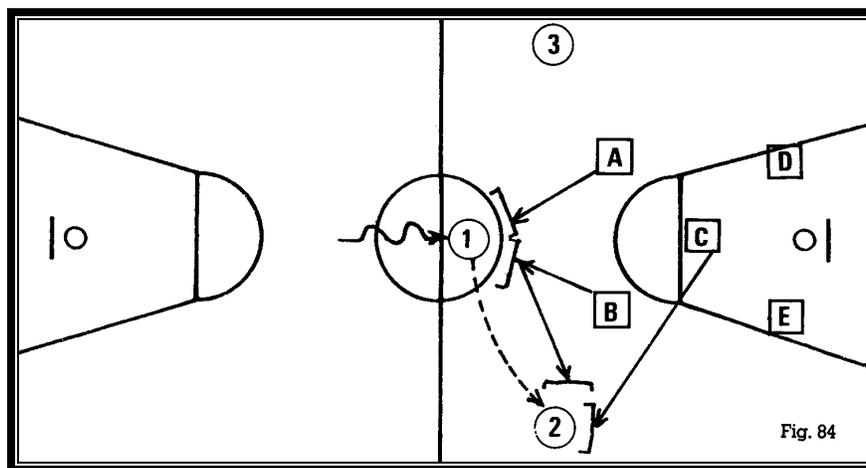


Les deux plus grands  
Joueurs de l'équipe

Meilleur "anticipateur"

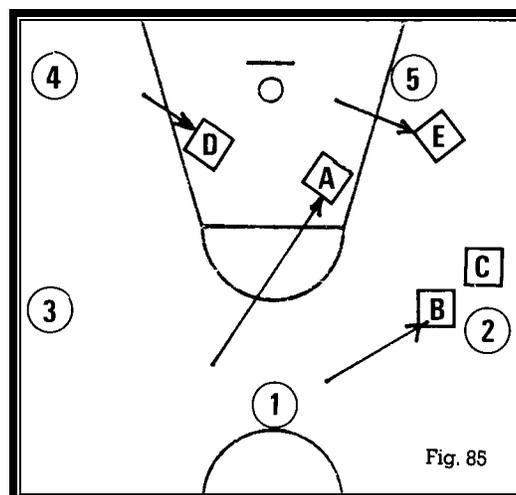
Les deux joueurs  
Les plus rapides

Après un panier marqué, l'équipe se replie et adopte une défense de zone 2.1.2. demi terrain. Au moment où le meneur de jeu 1 s'apprête à traverser en dribble la ligne médiane, A et B se précipitent à sa rencontre. Ils tentent en écartant au maximum leurs jambes d'empêcher la progression de 1 qui se trouve emprisonné dans le cercle central entre le mur A.B. et la ligne médiane. 1 qui ne peut effectuer un dribble de recul au risque de commettre une violation (retour en zone) doit se résoudre à passer le ballon à l'un de ses partenaires. A, B ont pour tâche principale, non pas de subtiliser le ballon à A, mais de l'inciter par des mouvements « d'aile de moulin à vent » à faire une mauvaise passe à 2 ou 3. C qui observe avec attention le comportement de 1, prédétermine la passe de celui-ci vers 2 et anticipe son action en se précipitant sur 2 et en stoppant un éventuel départ en dribble de celui-ci. B revient en soutien de C pour reconstruire avec celui-ci une nouvelle trappe sur 2. Celui-ci est contraint à son tour de faire une mauvaise passe, A revient rapidement vers la zone réservée pour intercepter une mauvaise passe de 2 vers le panier (fig. 84),



D et E se précipitent simultanément vers les attaquants les plus proches d'eux pour intercepter une passe de 2 (fig, 85).

La zone-press 2-1-2, demi terrain peut épouser d'autres formes.



Le meneur de jeu 1 s'adapte rapidement aux harcèlements répétés de A et B, Il anticipe sa passe vers 2 ou 3 dès que A et B se lancent à sa rencontre.

Ceux-ci s'adaptent à leur tour en feignant le harcèlement et en bifurquant rapidement vers 2 et 3 ; tandis que C bondit vers 1.

Cette nouvelle adaptation peut surprendre l'attaque adverse (fig. 86),

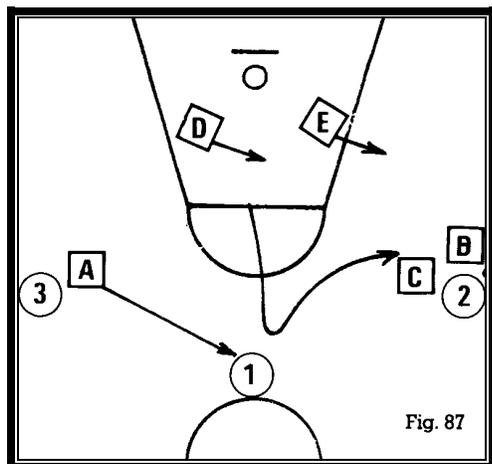


Fig. 87

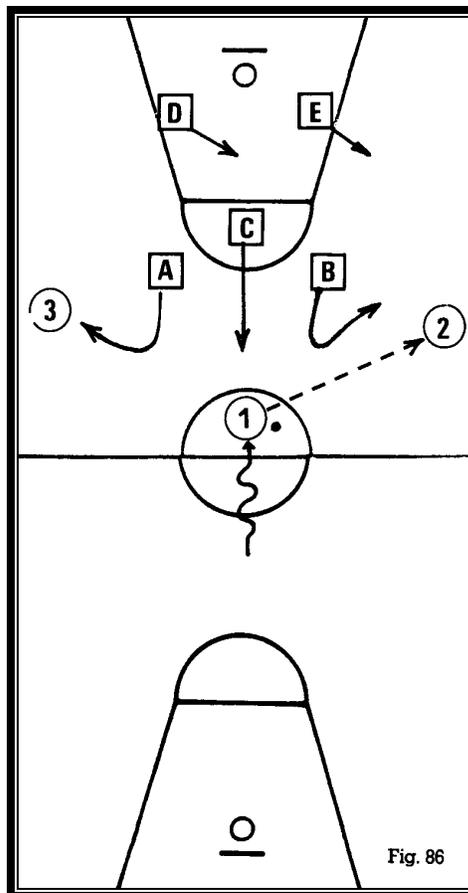


Fig. 86

A partir de ce dispositif initial, la défense s'articule comme l'indique le schéma ci-contre (fig, 87).

La défense de zone-press 2-1-2. peut n'être déclenchée qu'à partir du moment où le ballon se trouve près de la ligne de fond en possession de 4. La défense laisse toute latitude à l'attaquant de faire circuler le ballon et déclenche à un signal donné (lorsque 4 entre en possession du ballon), une zone-press surprise. Le déclenchement de celle-ci met 4 dans une situation particulièrement délicate, D et C l'obligent par leur harcèlement à précipiter une passe très souvent haute à un partenaire A, B et E restent à l'affût pour intercepter le ballon,

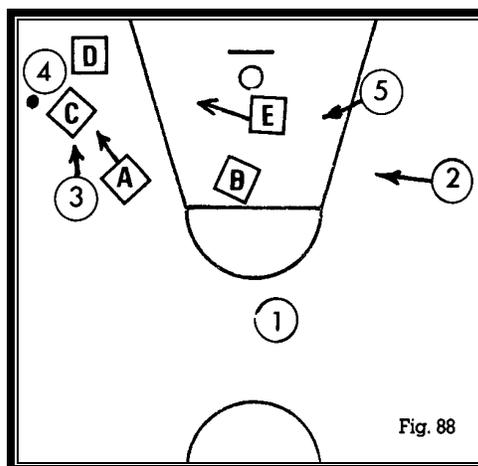


Fig. 88