



WORLD ASSOCIATION OF
**BASKETBALL
COACHES**

MANUEL DES ENTRAÎNEURS



NIVEAU 3

**ASSOCIATION MONDIALE DES
ENTRAÎNEURS DE BASKETBALL (WABC)**

MANUEL DES ENTRAÎNEURS



NIVEAU 3

L'ENTRAÎNEUR

1	Rôles et valeurs	03
2	Savoir-faire	29
3	Développement	45
4	Gestion	55

LE JOUEUR

1	Aptitudes offensives au basketball	65
2	Préparation physique	71

L'ÉQUIPE

1	Tactiques et stratégies défensives	79
2	Tactiques et stratégies offensives	155
3	Gestion	239
4	Coaching de match	266

NIVEAU 3



L'ENTRAÎNEUR

CHAPITRE 1

RÔLES ET VALEURS

CHAPITRE 1

RÔLES ET VALEURS

1.1 LEADERSHIP

1.1.1	Direction de l'équipe	05
1.1.2	Étude de cas	11
1.1.3	Choix de l'équipe d'encadrement	20
1.1.4	Influencer un vaste réseau d'entraîneurs	21
	<i>Approfondir</i>	23

1.2 TRAVAILLER AVEC LES ARBITRES

1.2.1	Points importants sur l'arbitrage	24
-------	-----------------------------------	----

1.3 RESPECT DE L'INTÉGRITÉ DU SPORT

1.3.1	Paris sportifs	25
	<i>Approfondir</i>	

1.1 LEADERSHIP

1.1.1 DIRECTION DE L'ÉQUIPE

“Un leader se définit non pas par ses actions, mais par l'inspiration dont il est la source.”

MICHAEL HAYNES

“Le leadership se traduit par la capacité d'une personne à montrer l'exemple et à favoriser la création d'un environnement dans lequel chacun est à même de se surpasser.”

NATHAN BUCKLEY

Les documents de référence abordant le thème du leadership, ainsi que les modèles d'évaluation et de développement des compétences en la matière, affluent en nombre.

Ce chapitre vise à reproduire l'œuvre du centre académique Fuqua/Coach K Center on Leadership & Ethics (COLE). Pour tous les adeptes du basketball, l'entraîneur Mike Krzyzewski figure parmi les plus grands de son domaine, et l'un des plus connus. Ses équipes de l'Université Duke ont remporté plusieurs titres nationaux. En outre, il a décroché la médaille d'or de la Coupe du monde de basketball FIBA et des jeux Olympiques avec son équipe masculine américaine. Son formidable parcours découle sans conteste de ses aptitudes de leader pour lesquelles il est particulièrement prisé.

SIX DOMAINES DE LEADERSHIP¹

Au sein du centre académique Fuqua/Coach K Center on Leadership & Ethics (COLE), nous avons la chance d'interagir avec une multitude de cadres et d'étudiants. Tandis que certains demeurent sceptiques, d'autres font preuve d'optimisme. Les premiers nous ont posé la question suivante: “Comment parvenez-vous à enseigner le leadership? N'est-ce pas un trait inné que certains possèdent et d'autres pas?”. Quant aux optimistes, ils se sont empressés de nous demander tous les secrets pour devenir de meilleurs leaders.

Nous avons répondu aux sceptiques que les véritables meneurs pouvaient

être des leaders naturels, mais également “façonnés”. Nous affichons tous des forces et des faiblesses qui nous sont propres et qui affectent nos capacités en matière de leadership. Néanmoins, rares sont les personnes qui parviennent à tirer pleinement profit de leur potentiel de leadership. En qualité de formateurs, nous aidons nos étudiants à mieux exploiter leurs capacités.

Notre réponse aux optimistes différerait quelque peu. Nous leur avons confié que le leadership se rapportait aux comportements, plutôt qu'aux traits de caractère et à la personnalité. Autrement dit, il n'existe pas un seul “type de leadership”. Nous avons tous rencontré d'incroyables leaders des plus discrets, mais non pas moins inspirants, et d'autres dont la personnalité était hors du commun. Le leadership se traduit avant tout par nos actions et la manière dont elles affectent la perception que nous avons de nous-mêmes. Par exemple, si les autres discernent ce en quoi vous croyez et comprennent que vous tenez réellement à eux, ils vous accorderont toute leur confiance et feront preuve d'une grande loyauté. Les leaders peuvent être “façonnés” et devenir encore meilleurs s'ils sont à même d'analyser leurs comportements au sein d'un système, de comprendre les types de comportements et les interactions qui conduisent à l'efficacité du leadership, et de modifier leurs comportements en fonction de ce qu'ils en ont tiré.

¹ Cet article, rédigé par Sim B. Sitkin, E. Allan Lind et Sanyin Siang, est reproduit dans son intégralité avec leur permission. Les auteurs travaillent au Fuqua/Coach K Center on Leadership & Ethics (COLE). Pour de plus amples informations, consultez la page suivante: <http://cole.fuqua.duke.edu>

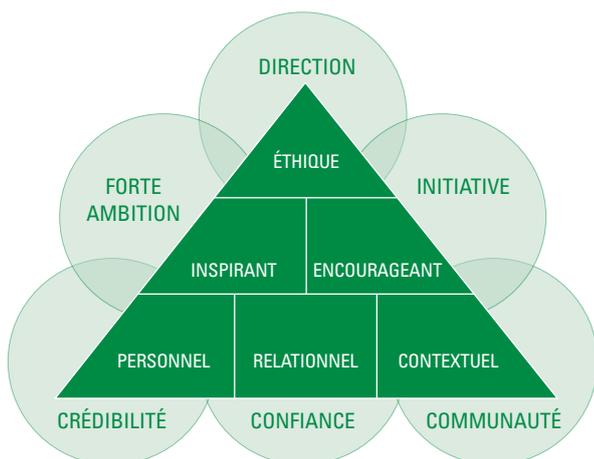
QU'EST-CE QUE LE LEADERSHIP?

En matière de leadership, il n'est point question de prestige, de pouvoir ou de statut, mais plutôt d'influence et de persuasion. Il ne s'agit pas non plus de position, ou simplement de relations hiérarchiques, mais bien de guider les supérieurs et les pairs tout comme les subordonnés directs. Une organisation peut parfaitement être composée uniquement de leaders qui démontrent leur propre comportement d'encadrement.

Le leadership repose sur la création, l'adaptation et la pérennisation des organisations face à des défis à la fois internes et externes. Ainsi, nous considérons le leadership différemment de la gestion pure et simple, le premier étant davantage axé sur les personnes et créateur de valeur, tandis que le second s'oriente plutôt sur les systèmes, la mise en place et les processus. Les deux revêtent une importance similaire et jouent des rôles essentiels au sein d'une organisation.

SIX DOMAINES DE LEADERSHIP

Il y a quelques années, nous avons entrepris à deux (Sitkin et Lind) le développement d'un cadre sur le leadership reposant de manière prépondérante sur la théorie et une multitude de travaux de recherche. Toutefois, nous cherchions également à élaborer un modèle fonctionnant parfaitement en termes d'actions au quotidien. Nous nous sommes penchés sur les recherches et la théorie sur le leadership en matière de comportements organisationnels, ainsi que sur des sujets connexes comme la confiance au travail, l'impartialité et le contrôle, tout en examinant les points de vue des sciences sociales et politiques, de la psychologie cognitive, politique et sociale. Dans le cadre de nos recherches, six domaines distincts de comportements de leadership sont apparus, avec leurs propres effets sur les suiveurs, à savoir, le style personnel, le style relationnel, le style contextuel, le style inspirant, le style encourageant et le style éthique. Ensemble, ils constituent un modèle intégral et dynamique d'activités de leadership, tel qu'illustré par le schéma ci-dessous :



DOMAINES DE LEADERSHIP ET EFFETS

La répartition des différents domaines au sein d'un même cadre démontre leurs liens et les effets qu'ils produisent, tel qu'indiqué par les cercles. Par exemple, le domaine relationnel figure en position centrale étant donné que le leadership repose principalement sur la dynamique leader-suiveur, et que la confiance qu'il confère constitue un élément commun à tous les autres styles de leadership. Les trois domaines de base forment les fondations des niveaux suivants: le leadership inspirant et encourageant. Pour assurer la mise en place au sommet du leadership éthique, les cinq autres domaines doivent être bien ancrés.

“Un leader performe au mieux lorsque l'on se rend à peine compte de sa présence, que le travail est fait, que l'objectif est rempli et que les autres disent alors: nous l'avons réalisé nous-mêmes!”

LAO TZU

Cette représentation des comportements de leadership composés des six domaines présentés ci-dessus intègre non seulement les aspects intellectuels, mais également les aspects émotionnel et de réflexion qui concernent chaque leader ainsi que les relations qu'ils nouent avec les autres à petite et à grande échelle. Ainsi, notre modèle s'adresse tant aux leaders qu'aux étudiants en leadership à différents niveaux.

Au niveau individuel, il encourage les personnes à explorer leur potentiel de leader.

Au niveau de l'équipe, il pousse les membres et les chefs d'équipe à réfléchir sur leurs relations interpersonnelles, ainsi que sur leurs habilités à forger des liens émotionnels avec les autres et sur leur désir de soutenir et de mettre au défi les individus en cas de besoin.

Au niveau organisationnel, il offre aux leaders une plateforme contextuelle destinée à leur faire accepter les responsabilités découlant de leur position: insuffler un sentiment commun de fierté. Le cadre est également remarquable du fait qu'il se concentre sur les comportements, qu'il propose une conceptualisation intégrée et dynamique du leadership et qu'il s'ancre dans un large éventail de disciplines universitaires.

Dans ce chapitre, nous présentons une vue d'ensemble des six domaines susmentionnés, ainsi que des comportements connexes et des effets qu'ils produisent chez les suiveurs.

DOMAINES DE BASE – LEADERSHIP PERSONNEL, RELATIONNEL ET CONTEXTUEL

Leadership personnel:

Les leaders doivent être jugés capables de tenir les rênes et de faire preuve de dévouement et d'authenticité envers leur équipe. Par ailleurs, ils doivent être crédibles en matière de vision et d'expérience. Les suiveurs se posent les questions suivantes: cet individu

est-il suffisamment qualifié pour nous diriger? A-t-il une idée de la direction empruntée par l'équipe/l'organisation et du chemin pour y parvenir? L'objectif visé est-il en définitive une bonne chose pour l'organisation dans son ensemble et correspond-il aux valeurs prônées par les membres de l'équipe? Lors de sa préparation, le leader a-t-il pris le temps de bien comprendre l'environnement et les défis liés à l'objectif?

En fin de compte, les individus désirent être guidés par une véritable personne, et non par un titre ou un rôle. En matière de leadership personnel, les leaders doivent développer et démontrer un style authentique en adéquation avec leur personnalité et leurs valeurs. En outre, ils doivent faire preuve de passion et d'engagement envers l'organisation et l'équipe, autrement dit, être impliqués à 100 %. Dans le cadre de ce domaine, leurs promesses méritent d'être concrétisées. Nombreuses sont les histoires où des cadres supérieurs ont tenté d'intégrer un changement au sein de l'organisation, et ce, sans succès, puisqu'ils ne semblaient pas s'adapter eux-mêmes aux valeurs qu'ils prônaient. Pour finir, la constance et la prédictibilité des actions d'un leader sont essentielles.

Quand un potentiel leader fait preuve d'un bon style personnel en démontrant ses compétences, son authenticité et son dévouement, il gagne en crédibilité.

Leadership relationnel:

Alors que le leadership personnel se concentre sur l'habileté d'une personne à se projeter et à démontrer ses valeurs afin de forger une image de leader, le leadership relationnel repose sur la capacité du leader à comprendre et à respecter le suiveur, tout en tenant compte de son bien-être. Le leader considère-t-il les suiveurs comme des personnes à part entière, avec des forces et des faiblesses uniques et capables de ressentir des émotions, ou comme un outil pour parvenir à ses fins? Pour témoigner sa compréhension et sa reconnaissance, le leader doit être à même de motiver l'équipe et de laisser

“Un leader mène les individus là où ils désirent aller. Un grand leader les guide là où ils n’ont pas nécessairement envie d’aller, mais où ils devraient être.”

ROSALYNN CARTER

la parole avant même d'écouter les idées partagées, et de démontrer toute l'importance de ces échanges à l'échelle du groupe.

Les individus ont certes besoin d'être guidés par une personne en chair et en os, mais aussi d'être compris, respectés et épaulés. Le leader affiche-t-il un intérêt sincère envers les suiveurs? Ces sentiments peuvent être transmis simplement par une carte de remerciement, ou, dans le cadre d'une stratégie plus complexe, sous la forme d'une politique de soutien à l'emploi pour chaque personne ayant perdu leur travail à la suite d'un licenciement massif.

En vue de devenir un leader relationnel incontestable, il convient également de faire preuve d'honnêteté avec chaque membre de l'équipe, ainsi qu'avec le groupe dans son ensemble. Pour ce faire, la transparence peut être de mise dans les prises de décision, ainsi que dans les feedbacks sur les performances d'un individu en particulier. À partir du moment où un véritable leadership relationnel est en place, la confiance règne entre le leader et les suiveurs.

Leadership contextuel:

Aujourd'hui et comme jamais auparavant, l'identité des personnes est étroitement liée à leur organisation. Les individus forgent davantage leur identité au travers de leur milieu professionnel, et les bons leaders contextuels encouragent et exploitent cette caractéristique pour le bien de l'équipe et pour atteindre ses objectifs. En matière de leadership contextuel, les leaders forgent un sentiment d'identité commune à l'équipe en aidant les membres à entrevoir les valeurs de l'équipe, sa mission et ce que l'équipe représente dans son ensemble.

De plus, un bon leader contextuel est capable de créer un sentiment de cohérence et une coordination de qualité en clarifiant les structures, les procédures, les normes et les pratiques en place, et ce, pour chaque membre. Pourquoi ces procédures et systèmes existent-ils et comment s'implantent-

ils au sein de notre organisation et au travers de notre mission? Qui plus est, quel est mon rôle en tant que membre de cette équipe, et quelle est ma place et celle des autres? De la sorte, le leader contextuel peut cadrer les membres de l'équipe et générer un sentiment d'identité commune, de fierté et d'appartenance au sein de l'équipe. C'est ainsi que se forme une communauté des plus solides.

DOMAINES INTERMÉDIAIRES – LEADERSHIP INSPIRANT ET ENCOURAGEANT

L'organisation des domaines au sein du cadre traduit les liens qu'ils entretiennent entre eux. Par exemple, le domaine relationnel se positionne au centre, étant donné que le leadership constitue avant tout la capacité d'une personne à créer une dynamique autour d'elle et que la confiance forme un élément commun à tous les types de situations de leadership. Les trois domaines de base forment les fondations sur lesquelles s'appuient les domaines intermédiaires: le leadership inspirant et encourageant.

Leadership inspirant:

Comme l'indique Jack Welch, lorsque vous laissez les personnes se fixer elles-mêmes des objectifs, ces derniers sont souvent plus élevés que ceux visés par le leader. Le leadership inspirant ne repose donc pas sur l'instauration de normes, mais bien sur la création d'un climat d'excellence, lequel conduit au désir de viser plus haut et à un esprit d'enthousiasme et d'optimisme de toute l'équipe pour parvenir à l'objectif.

Lorsque l'on pense au leadership, la notion de leader inspirant vient généralement directement à l'esprit. Néanmoins, il convient de noter que ce domaine ne se rapporte pas au charisme ou au charme. En effet, il s'agit plutôt d'un comportement suscitant l'envie d'un changement chez les autres. Les leaders inspirants poussent les personnes à imaginer les choses telles qu'elles pourraient l'être et ensuite à leur donner envie de poursuivre dans cette direction.

Chacun souhaite s'investir dans de grandes choses, et le leader inspirant aide à comprendre la raison pour laquelle la vision, parfaitement réalisable, mérite que l'équipe s'investisse au maximum. De plus, le leader inspirant génère une culture de la passion qui se traduit par de hautes ambitions au sein des membres de l'équipe.

Le leadership inspirant se révèle nécessaire dans bon nombre de situations – une organisation entrepreneuriale aux ressources limitées, mais aux objectifs sans limites, une organisation phare devant s'assurer que ses collaborateurs poursuivent sur la voie de l'innovation et continuent de se dépasser, une entreprise en pleine crise dans laquelle le moral est au plus bas. Tous ces cas de figure requièrent que les suiveurs quittent sa zone de confort afin de réaliser ce qui en apparence semble impossible. Pour ce faire, le leader doit les amener à faire la démarche.

Reposant sur les domaines personnel et relationnel, le leadership inspirant se forge sur le caractère authentique et le niveau d'engagement du leader, ce dernier devant être crédible dans son rôle aux yeux des suiveurs. Ces derniers doivent vouloir réussir à la fois pour l'équipe, mais également pour le leader. En outre, en vue d'inciter les personnes à quitter leur zone de confort, la confiance est de mise non seulement envers le leader qui doit à la fois être présent pour le groupe et connaître les capacités de chaque membre, mais également envers sa démarche, qui doit être jugée bénéfique pour le groupe dans son intégralité. Pour instaurer un tel climat de confiance, un leadership relationnel de qualité doit être en place.

Leadership encourageant:

Tandis que le leadership inspirant traite de la manière dont le leader montre à l'équipe qu'elle peut aller plus loin et même voler, le leadership encourageant s'apparente à donner aux membres une piste d'atterrissage, un plan de vol, une carte et des directives. Le leadership encourageant confère un sentiment de sécurité à l'équipe de sorte que les membres prendront

des risques calculés et continueront d'avancer dans leur rôle. Cette sécurité n'est, néanmoins, que conditionnelle puisqu'elle coïncide également avec le leadership inspirant et protège donc les membres les plus audacieux, et non les "planqués".

Plusieurs comportements permettent de mettre en place ce sentiment de sécurité. Parmi ceux-ci, parlons de la capacité du leader à offrir une assistance en interne. Le leader aide-t-il les membres de l'équipe à obtenir les ressources et les outils dont ils ont besoin pour atteindre l'objectif fixé? Par exemple, des règles et des systèmes sont-ils en place et des formations supplémentaires sont-elles proposées au besoin? Il incombe au leader de comprendre les limites de l'équipe, ce dont elle est capable et ce dont elle n'est pas en mesure de réaliser. La confiance s'installe si le leader connaît les forces et faiblesses des membres de son équipe et ne les pousse donc pas trop loin. En matière de gestion d'une équipe de subordonnés, un leader encourageant met en place un filet de sécurité permettant la prise de risques calculés. En termes de gestion de supérieurs, un leader encourageant pousse les supérieurs à comprendre la situation et à prendre conscience des ressources nécessaires à la réalisation des objectifs. Ainsi, le leadership encourageant repose sur le domaine de leadership relationnel et la confiance qui en découle, mais également sur la clarification et la compréhension des différents rôles et fonctions au sein d'une équipe, ce qui implique aussi un leadership contextuel de qualité.

De plus, le leadership encourageant offre une protection contre les forces externes pouvant distraire ou freiner l'équipe et ainsi réduire son efficacité. De même, il gère les aspects politiques extérieurs à l'équipe et limite l'intervention éventuelle de la bureaucratie externe, de sorte à créer un véritable espace pour l'équipe afin qu'elle se concentre sur ses objectifs.

Enfin, un sentiment de sécurité peut découler de la culture d'apprentissage mise en place et remplaçant la culture du blâme. Bien que les reproches aient tendance à fuser de manière naturelle et instinctive lorsque les choses vont de travers, le blâme est particulièrement néfaste pour l'esprit d'équipe. Le leader encourageant opte plutôt pour le dialogue honnête sur les problèmes observés, au lieu de désigner un coupable. Le leader peut inviter l'équipe à faire un débriefing ultérieur pour fêter les réussites et identifier les axes d'amélioration. Un article en couverture du magazine hebdomadaire américain BusinessWeek intitulé "How Failure Breeds Success" (que l'on pourrait traduire par "L'art de transformer les échecs en réussite"), en date du 10 juillet 2006, illustre les innovations découlant des leçons retenues à la suite d'échecs monumentaux. Dans cet article, plusieurs leaders bien connus racontent comment ils ont appris de leurs erreurs. S'ils sont devenus ce qu'ils sont aujourd'hui, c'est grâce à des leaders encourageants qui leur ont permis de commettre ces erreurs et d'en tirer une leçon.

Cette sécurité conduit à une confiance collective à l'égard des compétences de l'équipe et des intentions de chaque membre de l'équipe. Ainsi, les membres de l'équipe ont la possibilité de devenir eux-mêmes des leaders et de guider les autres dans leur développement de leadership. Le leadership encourageant conduit à une prise d'initiatives des membres de l'équipe, qui prennent ainsi des décisions intelligentes et des actions indépendantes en connaissance de cause. L'équipe devient opérationnelle sans la présence constante de leur leader principal.

DOMAINE SUPÉRIEUR – LEADERSHIP ÉTHIQUE

Tandis que les cinq domaines susmentionnés abordent le thème des traits importants pour devenir un leader efficace, le leadership éthique

se concentre sur ce qu'il faut pour devenir un leader à la fois efficace et formidable. Lorsque l'on dirige un groupe, nos actions et décisions affectent la vie de ceux qui nous entourent. Les leaders doivent penser en termes de rentabilité, mais également trouver un équilibre entre ce qui est bon pour l'équipe, l'organisation et la société dans son ensemble. Ils sont amenés à équilibrer les objectifs à long terme et à court terme pour le bien de chaque personne impliquée. Ainsi, il convient de trouver le parfait équilibre entre vie privée et vie professionnelle.

Les leaders éthiques constituent de véritables modèles pour leur organisation et favorisent à leur tour le développement d'autres modèles. Ils incarnent l'organisation et, à travers leurs actions, montrent comment intégrer les valeurs prônées par l'organisation dans le respect de leurs propres valeurs.

Les leaders éthiques font également en sorte que les suiveurs déterminent les valeurs organisationnelles et les respecte. Ils encouragent un sentiment d'appartenance vis-à-vis de l'organisation, et par extension, de son avenir, notamment dans les étapes difficiles caractérisées par des compromis délicats. Par exemple, l'organisation doit-elle succomber à la corruption lorsqu'elle est en affaires avec des pays dont cette pratique est la norme, ou risquer de perdre son client au profit de ses concurrents? L'organisation doit-elle étendre ses ressources pour faire l'acquisition de matériaux plus onéreux, mais plus écologiques?

En présence d'un leadership éthique fort, l'équipe partage un sentiment de fierté à l'égard de l'organisation et assume une certaine responsabilité envers les actions entreprises par l'organisation. De la sorte, chaque suiveur considère l'organisation comme la sienne.

CONCLUSION

Certains considèrent le leadership comme un art, et non comme une science, lequel découle d'un mélange complexe d'instinct, de décisions conscientes et d'actions reposant sur la situation, les personnes impliquées, les objectifs et l'expérience du leader. Cependant, cet art n'est pas aussi délicat que la tâche consistant à imaginer la prochaine œuvre naissant de l'intuition et de la créativité d'un artiste. Six domaines distincts de comportements interagissent ensemble de manière à former un sentiment de loyauté, de confiance, de communauté, d'ambition, de jugement indépendant et de direction au sein des suiveurs. En tirant des leçons de nos comportements et en y réfléchissant, en motivant les autres et en faisant preuve d'ouverture sur la perception desdits comportements au sein de ces six domaines, nous pouvons apprendre à devenir de meilleurs leaders, toujours plus efficaces.

1.1.2 ÉTUDE DE CAS

Nous avons reproduit des extraits d'une interview avec l'entraîneur Mike Krzyzewski, qui livre une vue détaillée de son style de leadership et des défis auxquels il a été confronté dans le cadre de son programme au sein de l'Université Duke. L'article est reproduit avec la permission des détenteurs des droits d'auteur.

MISE EN PLACE D'UN LEADERSHIP D'ÉQUIPE: UNE INTERVIEW AVEC L'ENTRAÎNEUR MIKE KRZYZEWSKI ²

De plus en plus, les équipes assurent des tâches au sein des entreprises et d'un large éventail d'autres formes d'organisations. La qualité du leadership d'équipe, découlant de leaders formels ou d'autres membres de l'équipe, revêt une importance toujours plus significative. La question à se poser est donc d'une importance fondamentale: "Que faut-il pour promouvoir et développer un magnifique leadership d'équipe?"

L'entraîneur Mike Krzyzewski entraîne l'équipe masculine de basketball de Duke depuis 1980 et a également été désigné à la tête de l'équipe des États-Unis de basketball américaine. Il figure parmi les trois entraîneurs dans l'histoire du championnat NCAA de basketball à avoir remporté au moins quatre titres de division 1 masculine en basketball. Il a également entraîné et mené à la victoire l'équipe masculine américaine pour la Coupe du monde et les Jeux olympiques. L'interview qu'il a livrée est structurée autour de trois questions, à savoir:

- 1 Comment recruter et développer les leaders d'équipe?
- 2 Comment créer un cadre propice à la réussite de l'équipe?
- 3 Comment développer et maintenir les capacités de leadership dans sa propre équipe?

À titre pratique, les questions sont rédigées en italique, tandis que les réponses de "Coach K" se trouvent immédiatement à la suite.

² Sim B. Sitkin et J. Richard Hackman, *Developing Team Leadership: An Interview with coach Mike Krzyzewski*, Academy of Management Learning & Education, 2011, Vol. 10, No 3, pp. 494-501

RECRUTER ET DÉVELOPPER DES LEADERS D'ÉQUIPE

Vous avez eu des joueurs relativement différents les uns des autres, et vous êtes bien connu pour l'une de vos spécificités, celle de toujours ajuster votre système et votre stratégie en fonction de la composition de votre équipe, et ce, chaque année. Comment y parvenez-vous?

Citons un exemple. Dans notre dernière équipe, nous avons deux co-capitaines expérimentés qui devaient devenir nos leaders. Ils avaient des personnalités totalement différentes. L'un d'eux, Kyle Singler, n'était pas un leader particulièrement discursif, il montrait plutôt l'exemple et je ne lui en ai jamais demandé beaucoup plus. Je lui ai dit: "Tu te donnes à fond, tant en match qu'à l'entraînement. Mais de temps à autre, n'hésite pas à encourager un peu l'un de tes co-équipiers en disant " Bien joué " ou à te rassembler avec l'équipe pour les motiver ". Si je lui avais demandé d'en faire davantage en parlant, ça n'aurait sans doute pas fonctionné. En revanche, Nolan Smith débordait d'énergie. Il motivait les troupes pendant les déplacements, dans les vestiaires et sur le terrain. Cependant, il éprouvait beaucoup de difficultés en cas de confrontations. C'est pourquoi j'ai expliqué à ce leader que: "Durant le match, tu n'as aucun problème à entrer en confrontation". Ensuite, en tant qu'équipe, nous avons dû mener plusieurs confrontations, étant donné que ce n'était pas le point fort de nos deux co-capitaines. J'essaie d'ajuster mon leadership en fonction des personnes qui m'aident à diriger l'équipe.

Vous avez indiqué que chaque leader d'équipe est amené à faire des choses différentes en fonction de ses capacités. Vous êtes peut-être capable de les former, mais il vous est impossible de changer leur personnalité. Comment faites-vous la part des choses entre le fait de les encourager à développer de nouvelles compétences en tant que leaders tout en tenant compte de leurs freins?

J'essaie de m'entretenir deux fois par mois avec Kyle et Nolan, dans le but de mieux les comprendre et non pas de les transformer. Je m'inquiétais du fait d'insister sur le type de leaders qu'ils devraient être. Je voulais également qu'ils assurent leur rôle de joueurs et je n'avais aucune envie d'influer sur leurs capacités de jeu naturelles. Je pense que c'est important. Tout comme dans une entreprise, lorsqu'une personne reçoit une promotion, vous dites: "J'ai désormais besoin que tu diriges". Donc voilà, s'ils occupent ce poste, c'est parce qu'ils ont certaines compétences dans leur profession. Nous désirons qu'ils gardent leurs forces tout en progressant dans leur leadership. J'ai déjà travaillé avec d'autres capitaines qui dirigeaient l'équipe dans son ensemble et leur position de leader les a aidés à devenir de meilleurs joueurs. Mais, ce n'est pas toujours le cas. Je vous l'avoue, ce n'est pas simple de trouver plusieurs leaders.

AIDER LES LEADERS EN HERBE À PRENDRE CONSCIENCE DE LEUR POTENTIEL

Parfois, les meilleurs leaders sont les plus jeunes ou les plus récents membres de l'équipe. Comment parvenez-vous à les pousser à se démarquer et à montrer toujours du respect aux joueurs les plus chevronnés?

Le leadership se conjugue au pluriel et non au singulier, c'est pourquoi il peut y avoir un certain nombre de leaders. Il convient de s'assurer que, pendant que nous formons nos leaders les plus expérimentés, nous n'étouffons pas un nouveau dont les qualités de leadership sont notables. Nous leur donnons la possibilité d'aider le leader senior et au moment où le leader en herbe devient expérimenté à son tour, il est encore meilleur.

Je pense qu'il est important que je rencontre les joueurs dans leur équipe lycéenne avant même qu'ils ne rejoignent notre équipe. Ainsi, je pressens déjà s'ils ont des compétences pour devenir leaders, je connais leurs capacités de communication et je prends conscience de leur type de leadership, que ce soit verbal ou par exemple. Ensuite, j'essaie d'encourager ceux qui, pour moi, pourraient devenir des leaders, à assurer ce rôle directement, même en tant que juniors. Je mets un point d'honneur à respecter le principe suivant: ce n'est pas parce que le joueur le plus ancien a la plus grande ancienneté qu'il est le leader. J'espère que les leaders le sont parce qu'ils ont le plus d'expérience, mais dans tous les cas, chaque membre d'une équipe n'est pas nécessairement un leader, ni ne souhaite le devenir.

Les personnes ne prennent pas toujours conscience de la manière dont les autres attendent qu'elles jouent le rôle de leader. Elles ne perçoivent pas le pouvoir et l'influence qu'elles ont, ou leurs capacités à mener les autres. Comment les aidez-vous à leur faire entrevoir ce qu'elles ont à offrir?

L'un des plus grands leaders parmi mes joueurs est de loin Shane Battier, qui est parti rejoindre les rangs de la NBA. Lors du premier entraînement de sa dernière année, l'équipe venait de terminer les étirements et je me préparais à leur livrer un petit discours d'encouragement. Avant que je ne commence, Shane a réuni l'équipe pour leur dire quelques mots. Ensuite, je lui ai dit que c'était vraiment bien et que je ne pensais pas faire mieux. Après l'entraînement, je lui ai confié: "C'était très bien. Si tu souhaites le faire tous les jours, tu peux!". Il m'a répondu qu'il le ferait au quotidien et je n'ai plus jamais eu à encourager l'équipe avant l'entraînement de toute l'année.

Voici un autre exemple: l'une de nos "règles" est de faire transparaître notre puissance sur le visage. Lorsque nous regardons les vidéos de match, nous n'analysons pas seulement nos attaques et nos défenses. Si je tombe sur un passage où un joueur montre un visage fort, je mets sur pause pour faire un

commentaire. Avec l'équipe masculine des États-Unis de basketball, j'ai mis sur pause alors que Kevin Durant, une formidable jeune recrue que j'espérais voir briller, montait sur le terrain. Il était simplement magnifique et si fort. J'ai donc demandé à son co-équipier, Russell Westbrook: "Quand il est ainsi, comment te sens-tu?". Il m'a immédiatement répondu que, dans ces situations, il était convaincu qu'ils allaient gagner. Je me suis donc tourné vers Kevin pour lui dire ces quelques mots: "Kevin, je veux que tu prennes conscience du pouvoir que tu as. Même avant que tu ne passes à l'attaque ou en défense, tu es capable de créer une atmosphère dans laquelle tes partenaires sentent que l'équipe peut gagner. N'est-ce pas merveilleux?".

Plus on gagne en confiance en tant que leader et plus il est facile de partager le leadership et de responsabiliser les autres. Heureusement que j'avais de super leaders sur le terrain. L'un d'eux entraîne l'équipe d'Harvard aujourd'hui, Tommy Amaker, un meneur et leader naturel depuis sa première année. Ensuite, j'ai eu Quinn Snyder, qui était également génial. Plus je rencontrais ce genre de personnes, plus je prenais conscience que je devais leur donner davantage de moyens. Tout vient avec l'expérience.

DÉCOUVRIR LE LEADERSHIP LÀ OÙ L'ON NE S'Y ATTEND PAS

Vos joueurs n'ont pas tous le même talent, la même motivation et le même rêve de gloire. Et pourtant, vous devez vous assurer qu'ils forment une équipe efficace. Comment utilisez-vous tous ces talents malgré la foule de compétences et les différents degrés de motivation de vos joueurs?

Dans certaines organisations, seul le talent compte. Vous devez être doué avant de pouvoir donner des conseils ou d'obtenir une quelconque reconnaissance. Nous avons fait en sorte de ne pas adopter cette culture. Parfois, la nouvelle recrue de première année est meilleure que le joueur de dernière année. Ce n'a pas toujours été ainsi puisqu'avant, les joueurs de classe supérieure devaient toujours battre les nouveaux. Maintenant, il est possible d'intégrer trois nouvelles recrues et de les faire commencer tout de suite. Alors, la question est la suivante: comment un joueur senior peut-il diriger une équipe alors qu'il n'est pas le plus talentueux?

Nous comptons dans notre équipe un joueur sans bourse d'études qui jouait depuis cinq ans, Jordan Davidson. Il est finalement devenu boursier. Ses co-équipiers l'écoutaient plus que quiconque parce qu'il avait gagné sa place. Donc, je pense que la crédibilité joue un rôle important. Si j'ai une réunion d'équipe, je peux très bien demander l'avis de Jordan avant celui des autres, afin de témoigner tout mon respect pour ses qualités de leader.

SYMBIOSE ENTRE LES TALENTS

Dans la culture occidentale, à tout le moins, il est courant de saluer le leader pour sa victoire ou de le blâmer pour les piètres performances de l'équipe. Des études menées sur des orchestres symphoniques professionnels, par exemple, ont démontré que le public et les critiques avaient tendance à tenir pour responsable le chef d'orchestre pour la qualité du spectacle. De plus, les solistes invités – de merveilleux violonistes ou d'extraordinaires chanteurs – s'attendent parfois à ce que tout le monde se plie à leurs volontés.

Les joueurs des plus grandes équipes de basketball, qu'il s'agisse de l'équipe de Duke ou de l'équipe olympique que vous avez entraînée, sont composée souvent de grandes stars et ont l'habitude que le monde entier gravite autour d'eux. Comment faites-vous face à ce genre de situation? Comment faites-vous pour que les joueurs acceptent votre façon de les entraîner et, dans l'idéal, le leadership des autres joueurs sur le reste de l'équipe? Et qu'en est-il en présence d'un jeune de 18 ans, qui a encore certaines choses à apprendre, figurant parmi les meilleurs et sollicité par cinq universités, et qui s'attend à briller tout autant dans l'équipe de Duke?

En réalité, au-delà de ce qui se passe sur le terrain, nous prenons le facteur social très au sérieux. Nous ne recruterions pas un joueur si nous sentions qu'il ne s'intégrerait pas à l'équipe, car sa présence serait plus destructrice que constructive malgré son formidable talent. Dès lors, le caractère revêt une importance essentielle dans le cadre du recrutement. Bien entendu, les notes scolaires sont également un facteur déterminant, mais le caractère est la première chose à prendre en compte. Je veux que la personne écoute son entraîneur, respecte ses parents et les autorités auxquelles elle doit faire face, et qu'elle soit désireuse d'apprendre.

Ces facteurs sont essentiels au moment de recruter un nouveau joueur dans l'équipe, même si ce dernier s'avère être un incroyable athlète. Certes, nos meilleurs joueurs peuvent nous faire remporter le

championnat, mais ils peuvent également nous mener au bas du classement. Étant donné que le joueur le plus talentueux aura une influence notable dans l'équipe, il faut s'assurer de pouvoir entretenir de bonnes relations avec lui.

Tous les joueurs qui débarquent à l'Université Duke sont rapidement ramenés à la réalité en raison de la quantité de travail, de la vitesse à laquelle ils doivent jouer, et du fait qu'ils ne sont pas toujours les meilleurs sur le terrain. Bon nombre d'entre eux n'ont jamais travaillé si dur auparavant, car, étant précédemment les meilleurs, ils n'en avaient simplement pas besoin. Quand ils rejoignent notre équipe, ils peuvent devenir les meilleurs, mais ils ne le sont pas au départ. Une autre personne fait davantage d'effort et court plus vite... de quoi devenir particulièrement fragile.

Je compare cette situation à ma propre histoire, lors de mon arrivée à l'Académie militaire de West Point. Je pensais être réellement doué. Au départ, j'ai été submergé et j'avais besoin d'aide. Dès lors, lorsque vous êtes la personne qui offre cette aide, vous développez davantage votre côté relationnel, vous protégez les autres et les aidez à ne pas craquer. Pendant les mauvais jours, vous souhaitez être là pour vos joueurs ou vous demandez à un autre membre de l'équipe de les soutenir, ce qui les aide à se développer. Vous demandez au joueur le plus expérimenté, qui n'est pas aussi doué que l'autre, mais qui s'est démarqué lors du match, d'aller parler à son compatriote fragilisé en lui disant: "Pas d'inquiétude mon gars, tu vas devenir notre meilleur joueur".

De quoi ont besoin les grandes stars du basketball de la part de leur entraîneur?

J'ai compris que, lorsque j'entraîne mon équipe de Duke, je dois être leur meilleur ami. Les joueurs au sommet sont souvent seuls. Même si l'on vous félicite, indépendamment de la qualité de l'équipe, la jalousie ne disparaît jamais entièrement. Jamais. Pourquoi? Simplement parce qu'il s'agit d'une compétition, et qu'un peu de compétitivité ne fait pas de mal. Toutefois, je veux m'assurer d'entretenir des liens avec ce joueur parce que dans les moments difficiles, il sera probablement meilleur sachant qu'il n'est pas seul.

Avec l'équipe olympique, Kobe Bryant a dit à ma cadette une chose intéressante: "Depuis que je suis à l'université, personne n'a jamais essayé de me motiver. Ils préféreraient me payer. Ton père et son équipe nous motivent chaque jour, et ça fait un bien fou!". Le leadership ne se limite pas à laisser performer le joueur, mais à être son ami et à le motiver. L'équipe ira beaucoup plus loin si les meilleurs joueurs progressent encore, et que les autres membres doivent s'efforcer de suivre le rythme.

Qu'en est-il des joueurs reconnus et très expérimentés? L'approche pour les entraîner et les former à devenir des leaders est-elle identique à celle utilisée pour les joueurs universitaires, ou totalement différente?

Je me souviens de l'époque où j'étais entraîneur adjoint de la Dream Team qui a remporté la médaille d'or aux Jeux olympiques de 1992 à Barcelone. Nous avions Michael Jordan, Larry Bird, Magic Johnson, David Robinson, Patrick Ewing, Karl Malone, Charles Barkley et Scottie Pippen. C'était mon tout premier entraînement et Jordan était le meilleur joueur. En haut de l'échelle, nous avions donc Michael Jordan – de l'Université de Caroline du Nord, et bien en dessous, moi, Mike Krzyzewski, de Duke.

J'étais donc un peu nerveux à l'idée de commettre une erreur. Après le premier entraînement, alors que je buvais un soda, Jordan s'est dirigé vers moi. J'étais convaincu qu'il allait me taquiner, avec la rivalité Duke / Caroline du Nord. En réalité, il est venu me demander si l'on pouvait s'entraîner une demi-heure sur des déplacements individuels. Après notre petit entraînement, il m'a remercié! De toutes les choses que j'ai tirées de cette expérience, celle-ci a été la plus importante et me donne encore des frissons rien qu'à y penser. Ces situations décuplent la force de chaque équipe.

Alors qu'il aurait pu se comporter comme une véritable diva, il ne l'était pas le moins du monde. Il comprenait que dans l'équipe, chaque membre était de même importance. Il aurait pu me demander d'accourir et je l'aurais fait. Certes, je me serais senti idiot, mais je serais allé à lui et j'aurais perdu le respect que j'avais envers moi-même. Ce n'est pas ce qu'il voulait, alors il m'a appelé "Entraîneur" et n'a pas manqué d'y mettre les politesses et de me remercier. N'est-ce pas fantastique? Selon moi, c'était magistral de sa part. C'est incroyable quand une personne de son niveau se comporte de la sorte afin de favoriser un environnement propice à la victoire. Je ne sais pas s'il en avait conscience, mais je le respecterai toujours pour ce qu'il a fait et la manière dont il l'a fait, d'autant plus que ça a influencé mes méthodes de travail par après à la Duke.

De toute évidence, votre méthode d'entraînement repose principalement sur chacun de vos joueurs, à l'échelle individuelle: les aider à surperformer, mais également à apprendre à soutenir leurs coéquipiers. Que faut-il pour que chaque membre de l'équipe soutienne le leadership?

Avec l'équipe olympique, j'ai essayé, lors de chaque entraînement, de confier les aspects techniques à mes assistants. Je me suis donné pour objectif de discuter avec quatre à six joueurs chaque jour, sur la vie et non sur le basketball, en posant des questions telles que: "Quand ta famille vient-elle te rendre visite?" ou "J'ai entendu ça, qu'en penses-tu?". Ainsi, j'ai pu découvrir leur personnalité, ce qui m'a permis de mieux comprendre la dynamique sur laquelle travailler avec l'équipe.

Dans cette équipe, Kobe Bryant et LeBron James étaient tous deux ce que j'appelle des mâles alpha. Alors que l'un avait déjà accompli beaucoup de choses, l'autre désirait ce que son "rival" avait. J'ai fait en sorte qu'ils communiquent et je leur ai dit d'être bons l'un envers l'autre. Le moins que l'on puisse dire est que LeBron a un grand sens de l'humour et ne manque jamais l'occasion d'amuser la galerie! Par exemple, pendant une réunion d'équipe, il se mettait à imiter Kobe – il baissait son pantalon et imitait toute une scène sous les rires de l'équipe et de Kobe, puisque ce geste montrait son acceptation et son affection. Ces deux professionnels sont devenus, du moins à l'époque, de bons coéquipiers, et plus seulement des rivaux, ce qui a donné le ton pour tous les autres.

J'aimerais également expliquer mon expérience avec la Dream Team olympique. Alors que Jordan était sans aucun doute le meilleur joueur, deux exceptionnels autres joueurs plus anciens faisaient également partie de l'équipe: Larry Bird et Magic Johnson. L'entraîneur principal, Chuck Daly était en réunion avec Lenny Wilkens, P. J. Carlesimo et moi-même, lorsque Jordan est arrivé. Nous avons discuté de la désignation du capitaine de l'équipe, et Jordan a déclaré qu'il ne voulait pas le devenir, que ce rôle devrait être confié à Larry et à Magic. Incroyable, n'est-ce pas? C'était énorme de sa part.

GÉRER LES FAUTEURS DE TROUBLES

Comment gérez-vous la présence de fauteurs de troubles, qui posent des problèmes dans leur équipe, quelle qu'elle soit, tant en affaires que dans le domaine sportif ou musical? Lorsqu'ils sont là, de mauvaises choses arrivent. Ces personnes manquent d'intégrité, sont incapables de voir le monde sous un autre regard ou font ressortir le pire chez leurs coéquipiers. Imaginez-vous la situation suivante: vous venez de recruter un étudiant de première ou de deuxième année qui s'avère être un fauteur de troubles et dégrade l'équipe. Essayez-vous de le ramener sur le droit chemin ou le virez-vous de l'équipe?

Nous faisons en sorte de l'aider. Bien entendu, pour l'équipe olympique, nous ne l'aurions pas sélectionné parce que nous n'avions pas suffisamment de temps pour nous en occuper. En revanche, pour les équipes universitaires, c'est différent. Un jeune peut s'écarter du droit chemin et devenir un fauteur de troubles, car il ne se sent pas en sécurité, ou pour de nombreuses autres raisons. Le soutenir est important, car il se peut simplement qu'il ait perdu sa position de titulaire, ou se soit rendu compte qu'il n'était pas suffisamment bon malgré tous ses efforts. Dans cette optique, il peut être bénéfique de redéfinir ce que la réussite signifie pour ce jeune. Auparavant, il n'avait d'autres ambitions que de passer professionnel et de figurer sur la liste des premiers choix de la Draft de la NBA. Tout d'un coup, il se dit qu'il n'est même plus titulaire de sa propre équipe, que sa vie est horrible et qu'il va donc ternir également celle des autres.

Je ferais alors en sorte de le conseiller personnellement et de lui parler directement en disant: "Écoute, tu n'es pas dans l'équipe pour l'instant. Enfin, ce n'est pas que tu es écarté à proprement parler, mais que tu ne fais pas partie du groupe. Dis-moi pourquoi tu fais toutes ces choses négatives et j'essayerai de comprendre. Sais-tu pourquoi tu te comportes de la sorte?". Dans ce cas de figure, rien n'est plus efficace que de régler le problème en tête-à-tête.

LEADERSHIP DE L'ÉQUIPE POUR LA RÉUSSITE

Lorsque vous avez été recruté par l'Université Duke comme entraîneur il y a 30 ans, vous n'aviez pas encore de programme élaboré pour prendre en main cette équipe ou une culture axée sur la victoire et le respect mutuel. Comment avez-vous fait pour que tout se mette en place et que ce programme fonctionne sur le long terme?

Nous n'aurions pas pu réussir si je n'avais pas fait moi-même partie d'une grande équipe. Je veux dire que l'Université Duke avait une superbe équipe sous la présidence de Terry Sanford, et avec Tom Butters comme directeur sportif. J'ai toujours eu l'impression d'appartenir à cette équipe, et ce, avec chaque président et directeur sportif nommés depuis lors. J'ai travaillé dur pour nourrir de bonnes relations avec ces personnes et ils ont fait en sorte que ça fonctionne également. J'avais conscience du fait que je dépendais d'eux et que j'avais besoin qu'ils me soutiennent pendant que j'apprenais encore. J'ai beaucoup appris d'eux et des personnes qui les entouraient.

GARANTIR LA STABILITÉ

En matière de basketball universitaire, nous observons actuellement des changements fréquents chez les meilleurs joueurs, à l'instar des entreprises qui perdent leurs plus grands talents, tandis que les programmes de maîtrise sont également confrontés à la difficulté de forger un sentiment de communauté alors que les étudiants ne sont présents que pour un court laps de temps. Comment parvenez-vous à créer un "cocon" propice au développement du leadership dans vos équipes? Le changement complet des équipes, avec des joueurs totalement différents, constitue-t-il un problème?

La culture du basketball universitaire a évolué. Avec la dynamique du "one-and-done", où les joueurs universitaires ne restent qu'une année avant de se présenter à la Draft, il est impossible de déterminer quels joueurs seront présents d'une année à l'autre. Diverses dynamiques sont en vigueur dans notre sport. Ce dont nous sommes certains, c'est que nous allons nous assurer que notre culture reste intacte.

La question est la suivante: comment perpétuer cette culture, cet environnement dans lequel va se trouver le nouveau groupe? Comment garantir la stabilité? Eh bien, tout d'abord, je suis là depuis 31 ans, et mon équipe n'a pas vraiment changé non plus. De plus, plusieurs de mes anciens joueurs ont rejoint nos rangs. Ils sont devenus des "anciens" qui connaissent l'Université Duke, le basketball universitaire et, évidemment, ils me connaissent moi. La stabilité passe également par nos responsables. Ils sont au nombre de 12 et ils sont simplement géniaux. Ils s'occupent de la logistique afin de préparer tout pour nous et ils sont sur un pied d'égalité avec nos joueurs. Ils sont présents de la première année à la dernière année. Nous essayons de nous habituer à la nouvelle dynamique du basketball universitaire et nous ne nous débrouillons pas trop mal. Cependant, je préférerais quand même entraîner un jeune de la première à la dernière année, avec les plus anciens révélant leur savoir aux plus jeunes.

Notre équipe nationale olympique a également besoin de stabilité, laquelle provient du leadership de Jerry Colangelo, à la tête de la fédération des États-Unis de basketball (USA Basketball). En 2006, ce dernier a indiqué que nous allions bâtir un programme marqué par une certaine continuité et dans lequel nous connaîtrions nos joueurs. À l'époque, nous pensions qu'il suffisait de sélectionner 12 joueurs et un entraîneur pour former une équipe, ce qui est absurde. Notre équipe olympique a grandement bénéficié de cette stabilité au niveau des membres et du leadership. Même si pendant la saison, je ne suis pas avec ces joueurs, je les appelle ou je leur écris pour continuer à nourrir notre relation.

Qu'en est-il du timing? Vous concentrez-vous à certaines périodes sur différentes activités de leadership?

Certaines choses ne prennent pas beaucoup de temps, alors que d'autres sont beaucoup plus longues à mettre en place. Une fois dans la phase de jeu, au début de la saison, le rythme s'accélère. À ce moment précis, vous récoltez les fruits de votre travail durant la saison "morte". Pendant les entraînements, vous n'êtes pas jugé par vos victoires ou défaites, et vous pouvez donc prendre un peu plus de temps. Par exemple, je pourrais très bien dire à un joueur: "Aujourd'hui à l'entraînement, j'aimerais que tu dises certaines choses. Je me fiche de quand ou de comment tu les dis, mais il faut que ce soit fait". Par chance, ces actions serviront plus tard, lors des championnats. Le rythme n'est pas comparable selon les saisons.

ÉTABLIR DES NORMES ET ÉVITER LES SOURCES DE DISTRACTION

Vous êtes confronté à des environnements clos, dont l'évolution est rapide. Que faites-vous pour que les membres de l'équipe restent sur la même longueur d'onde?

Nous essayons de ne pas fixer de règles avec nos équipes. Disons plutôt que j'établis des normes. Lorsque je suis allé à l'Académie militaire de West Point, nous avions une tonne de règles à respecter et je ne pouvais l'accepter. Généralement, lorsque des règles sont imposées, il faut les respecter sans pour autant les accepter toutes. En revanche, en présence de normes, et si chacun contribue à la manière dont nous procédons, nous finissons par intégrer totalement la manière de faire les choses. Selon mon expérience, les meilleures équipes sont celles qui ont parfaitement intégré les normes établies.

Avec l'équipe olympique, j'ai rencontré de vraies stars, notamment Jason Kidd, de manière individuelle, puis LeBron, Kobe et Dwayne Wade, et ce, avant que nous ayons notre première réunion collective. Je leur disais: "Nous allons avoir une réunion ce soir, non pas sur les stratégies offensives et défensives, mais sur la vie de l'équipe ces 6 prochaines semaines. Je vous confierai deux des normes que je souhaite voir s'établir: premièrement, pendant nos discussions, nous nous parlons en nous regardant dans les yeux. Deuxièmement, nous ne mentons jamais à l'autre. Si nous y parvenons, nous nous ferons confiance, ce qui est la chose la plus importante pour devenir un groupe digne de ce nom". J'ai ensuite poursuivi ainsi: "Tu n'as pas à me le dire maintenant, mais j'aimerais que tu contribues à la réunion et que tu dises au moins une chose ce soir. Ce que tu diras, si chaque joueur l'accepte, deviendra l'une de nos normes".

Notre réunion s'est déroulée parfaitement et nous y avons établi 15 normes. Chaque joueur a participé et s'est approprié ces normes. Il ne s'agissait plus simplement de talent, mais également de ce qui avait été dit. LeBron a proposé la norme suivante: "Plus d'excuses. Nous savons que nous sommes talentueux. Nous jouons pour le plus grand pays et nous n'avons donc plus d'excuses". C'est ainsi que notre première norme est née. Jason Kidd a alors pris la parole: "Nous ne devrions jamais être en retard et nous devons faire preuve de respect les uns envers les autres". Ensuite, j'ai proposé ceci: "Nous devrions respecter nos adversaires parce qu'ils nous ont battus ces dernières années. Nous devons donc nous préparer et ne jamais nous entraîner pour de faux". Et la réunion s'est poursuivie avec les propositions de chaque joueur. Nos entraînements se sont toujours déroulés à merveille et chaque joueur se montre ponctuel. Cette activité nous a rapprochés, car je n'étais pas le seul à leur proposer quelque chose en quoi je croyais. Au contraire, c'était plutôt moi qui leur demandais ce en quoi ils croyaient.

Vous dites que personne n'a plus jamais été en retard, mais qu'en était-il si cela était arrivé? Les autres joueurs se seraient-ils tournés vers vous pour que vous fassiez face à la situation, ou auraient-ils assumé la responsabilité afin de faire respecter cette norme?

Si une personne était arrivée en retard, j'aurais sans doute fait le premier pas s'il s'agissait de la première fois. J'aurais dit à quelques-uns des joueurs les plus respectés quelque chose du genre: "Tu sais, Dwayne était en retard. Veux-tu que je fasse quelque chose?". Ensuite, si ça se produisait à nouveau, j'en aurais parlé à toute l'équipe sans hésitation si les joueurs ne s'en étaient pas chargés plus tôt.

Comment procédez-vous pour vous assurer que les problèmes sont résolus et que les petits soucis ne prennent pas trop d'ampleur au point de nuire aux objectifs de l'équipe?

Je fais systématiquement attention au contexte dans lequel évolue l'équipe. Parfois, je me réunis avec l'équipe ou les collaborateurs et je leur demande de réfléchir aux causes d'irritation. Ensuite, nous en discutons ensemble en réunion pour essayer de nous débarrasser d'un maximum de ces causes. En d'autres termes, ne laissons pas Duke l'emporter sur Duke, car nous ne supportons pas un souci au quotidien. J'essaie de m'assurer, même avec l'équipe olympique, que tout va bien pour eux. Il est plus simple de diriger une équipe si les joueurs ne sont pas distraits.

Le simple fait de demander aux personnes comment elles se sentent ou si quelque chose les ennuie témoigne de votre compassion. Cet intérêt montre qu'elles font partie intégrante de l'équipe et qu'elles ont quelque chose à apporter, notamment qu'elles voient des aspects qu'en tant que leader, vous auriez pu manquer. De la sorte, vous avez des yeux partout et savez comment les choses fonctionnent. Si une chose empêche l'un de mes assistants de se donner à fond, il faut y remédier.

Deux éléments, présents dans toutes bureaucraties, bloquent les bonnes idées. Premièrement, il s'agit de la réflexion suivante: pourquoi le faire maintenant, alors que nous ne l'avons jamais réalisé auparavant? Deuxièmement, il s'agit de l'argent à consacrer: si nous n'avons pas le budget, nous n'allons plus aborder les bonnes idées. J'ai essayé de trouver des solutions à ces deux problèmes ces 15 à 20 dernières années, en collectant des fonds de manière à mettre tout en place pour garantir notre réussite.

CULTIVER ET ASSURER LA PÉRENNITÉ DE VOS PROPRES COMPÉTENCES DE LEADERSHIP: PRENDRE SOIN DE SA PERSONNE

Les entraîneurs ont, comme tout le monde, des émotions, et peuvent être en colère. "Tu es venu jouer aujourd'hui ou juste faire acte de présence?" Voilà une phrase bien blessante, mais l'entraîneur n'est pas content et le montre. Comment trouvez-vous l'équilibre, sans cacher vos émotions, mais également sans aller trop loin dans leur expression?

Au quotidien, il faut trouver l'équilibre et rester lucide. Il convient donc de veiller à ce que vos problèmes personnels soient mis de côté de sorte que, lorsque des obstacles surgissent, vous ne perdez pas les pédales. J'aime résoudre les problèmes directement, en face à face. J'ai besoin d'équilibre et j'essaie que les causes d'irritation personnelles soient mises de côté lorsque je travaille: je mets de côté le reste pour me concentrer sur l'aspect professionnel. J'ai découvert qu'il était essentiel de mener une vie saine et active, de conserver la foi et de profiter de la vie de famille afin de devenir un meilleur leader. Je n'ai aucune idée de la manière dont les choses fonctionnent pour les autres, mais quand je me lève le matin, ma conscience est tranquille. Ainsi mon environnement est propice à la réussite et j'essaie de transmettre cette atmosphère à l'équipe.

Même si on ne le montre pas clairement, les joueurs le perçoivent. Ce type de leadership axé sur les questions de caractère, de santé et de bien-être général est perceptible. Je suis convaincu que certains de nos joueurs se disent "Mon Dieu, j'aimerais faire preuve d'autant de résilience moi aussi". Ceci doit leur être utile pendant leur développement.

Toutefois, la pression est parfois trop grande et vous pouvez tout de même perdre les pédales. Lorsque cela se produit, je pense que l'effet est bien plus puissant étant donné que c'est très rare. J'ai appris, au fil du temps, qu'il fallait écouter, voir et ressentir les choses pour bien diriger une équipe. Et si vous vous sabotez vous-même – que vous vous empêchiez de comprendre la vision des autres, que vous n'échangiez jamais avec personne ou que vous perdiez la santé – vous serez confronté à des situations délicates plus régulièrement.

NE JAMAIS CESSER D'APPRENDRE

Vous êtes entraîneur depuis un bon bout de temps. Que faites-vous pour vous assurer de continuer d'apprendre en qualité de leader?

J'apprends tant de choses en dehors de mon travail. Je pense qu'il est important de s'impliquer, que ce soit au sein d'une organisation caritative, d'un hôpital ou d'un groupe d'enfants, afin d'apprendre sans cesse.

Si vous observez autour de vous, vous verrez des signes de leadership naturel à tout moment. Je suis habitué à diriger une équipe et à être confronté à d'autres entraîneurs de basketball universitaire. Je vais à l'encontre des pratiques des meilleurs entraîneurs internationaux. Ils pensent différemment, ce qui ne veut pas dire qu'une approche est bonne et l'autre non. En conséquence, je suis amené à penser différemment, ce qui est nécessaire pour s'améliorer continuellement en matière de leadership.

Vous pouvez apprendre à devenir un meilleur leader de tout le monde. Vous pouvez notamment vous lancer dans l'étude des orchestres, tout comme l'analyse d'une équipe de basketball, d'une entreprise, etc. C'est la raison pour laquelle j'adore parler de leadership. Tant de choses permettent d'améliorer ces pratiques. Cela explique aussi mon enthousiasme à l'égard de ma collaboration avec la Fuqua School of Business puisqu'elle me permet de sortir de mon environnement et de voir les choses sous un nouvel angle: "Quelle bonne façon de voir les choses... Je n'y avais jamais pensé de la sorte". Je pense que les gens qui désirent comprendre le leadership doivent adopter cette approche tellement intéressante.

Le fait de développer votre leadership ne permet pas uniquement d'aider un jeune de votre équipe à devenir un meilleur leader. En effet, l'apprentissage que vous lui prodiguez contribue à l'amélioration de votre propre leadership. J'ai appris des choses de chacun de mes discours. Nous avons notre propre émission radio dans laquelle, au lieu d'être interviewé moi-même, je pose des questions et prends des notes à chaque instant. C'est ma façon de voir les choses... Tout n'arrive pas de suite. Vous ne vous dites jamais: "OK, j'ai compris, je suis le leader", parce qu'alors, vous perdez ce privilège.

ÊTRE SOI-MÊME

L'une des choses que nous observons parfois chez les étudiants qui envisagent une carrière en management ou aspirent à un poste de direction, c'est qu'ils lisent un livre ou entendent un discours et disent alors qu'ils veulent devenir comme ce qu'ils viennent de lire/d'entendre. Vous mentionnez souvent les personnes qui vous ont appris tant de choses. Avez-vous des conseils pour les autres qui voient en vous, ou en d'autres leaders, une référence?

J'ai eu la chance d'être coaché par l'un des plus grands entraîneurs de tous les temps, Bob Knight. Cette rencontre m'a permis de faire la connaissance de deux autres entraîneurs incroyables, Henry Iba et Pete Newell. Je les ai simplement écoutés... À plusieurs reprises, lorsque l'entraîneur Knight était parti, Iba et Newell m'ont dit: "Nous savons que l'entraîneur t'a appris plein de choses et qu'il est très talentueux. Mais, tu dois être toi-même. Si tu souhaites aborder un sujet avec ton équipe, réfléchis à ce que tu veux leur transmettre et agis en accord avec tes valeurs et ta personnalité. N'essaie en aucun cas de nous imiter". Ils figuraient parmi les trois meilleurs entraîneurs de tous les temps, réunis dans un seul et même environnement. Ce qu'ils m'ont transmis avait véritablement du sens.

Je raconte la même chose aux personnes qui travaillent pour moi: "N'essaie jamais d'être comme moi". Et il en va de même pour les joueurs de mon équipe: "Je ne veux pas que tu deviennes comme ce joueur, je veux que tu sois toi-même. Découvre qui tu es, le leader que tu es, et ce que nous pouvons faire pour t'améliorer". C'est pourquoi je ne suis pas le genre de personne à lire une autobiographie et à souhaiter devenir la personne décrite. Impossible de le devenir, ce serait ridicule. En revanche, il est possible d'apprendre des expériences d'autres leaders, de suivre des cours qu'ils ont suivis et de se forger un ensemble de compétences en conséquence. C'est ce que j'essaie de faire avec mes joueurs et je pense que cette approche fonctionnerait bien dans d'autres équipes et organisations.

1.1.3 CHOIX DE L'ÉQUIPE D'ENCADREMENT

De nombreux rôles sont présents au sein d'une même équipe, outre le jeu et l'entraînement, bien que l'entraîneur soit parfois amené à en endosser plusieurs.

Liste des rôles cruciaux au sein d'une équipe:

- Administration – Organisation des déplacements, tenues, repas, transport, lieux d'entraînement et logement;
- Gestion – Organisation des boissons lors des matchs, soin des blessures bénignes (p. ex., règle relative à la présence de sang), gestion des accès au vestiaire, planification de l'alimentation pour la récupération;
- Entraînement physique – Échauffement, fitness, musculation, souplesse et maintien de la préparation pour le match (notamment pour les joueurs qui jouent seulement quelques minutes);
- Domaine médical – Évaluation et gestion des blessures, rééducation ;
- Physiothérapie – Traitement des blessures et rééducation, bandage (p. ex., des chevilles), étirement et massage;
- Équipement – Achat et entretien de l'équipement, mise en place pour l'entraînement et les matchs;
- État d'esprit – Relaxation, visualisation, contrôle des émotions et fixation d'objectifs;
- Domaine financier – Budget, paiements et factures;
- Média – Gestion des engagements des médias (particulièrement les interviews) et décision en matière d'utilisation des réseaux sociaux.

En fonction de l'équipe, l'entraîneur peut être amené à s'occuper de certaines de ces tâches, des personnes peuvent être désignées par le club ou l'entraîneur peut avoir l'autorité d'engager des personnes dûment qualifiées.

En matière d'entraînement physique, les services médicaux et de physiothérapie peuvent être délégués à des professionnels dédiés à l'équipe ou (notamment dans les équipes juniors) chaque athlète peut être responsable de ses propres soins.

L'entraîneur doit faire preuve de transparence quant à ses attentes concernant le rôle qu'un membre de l'équipe d'encadrement doit exercer, et être conscient des éventuelles politiques ou procédures devant être respectées par les administrateurs de l'équipe.

Au moment de sélectionner le personnel, il convient de déterminer avec précision l'étendue des engagements de sorte que les candidats puissent évaluer s'ils disposent des compétences adéquates. Il peut s'avérer utile pour l'entraîneur de programmer des réunions avec l'intégralité du personnel pour que chacun ait une vision d'ensemble des engagements des joueurs.

L'entraîneur peut solliciter les membres du personnel d'encadrement et, selon leur domaine d'expertise,

ces derniers peuvent se voir attribuer des responsabilités et être amenés à prendre des décisions, lesquelles influencent souvent d'autres domaines. En outre, un dialogue continu entre l'entraîneur et le personnel d'encadrement se révèle essentiel.

Par exemple, un chef d'équipe peut avoir la responsabilité d'organiser des repas de l'équipe lors d'un championnat. Lors des réunions avec le personnel d'encadrement, les paramètres suivants peuvent être définis:

- L'entraîneur désire que les joueurs arrivent au stade 2 heures avant le match, et que l'équipe se réunisse 45 minutes avant le match
- Le physiothérapeute peut demander à voir les joueurs 30 minutes avant qu'ils ne quittent leur chambre pour réaliser d'éventuels bandages;
- Le responsable des médias peut demander aux joueurs d'être disponibles pour des interviews 45 minutes après le match;
- L'entraîneur physique souhaite que les joueurs ingèrent une certaine quantité (environ 30 grammes) de glucides juste après le match.

Le chef d'équipe peut ensuite organiser les repas pour l'équipe (en ce compris l'alimentation pour la récupération après le match) en fonction des paramètres susmentionnés.

1.1.4 INFLUENCER UN VASTE RÉSEAU D'ENTRAÎNEURS

Tous les entraîneurs seniors, au sein d'un club ou d'une équipe régionale ou encore nationale, devraient être désireux de contribuer au développement d'autres entraîneurs, même si ces derniers peuvent être amenés à jouer contre eux.

POURQUOI INFLUENCER UN RÉSEAU PLUS ÉTENDU?

L'implication dans le développement d'autres entraîneurs permet, outre le raffermissement des normes d'entraînement en règle générale qui contribue au basketball, ce qui suit:

- Obtenir le soutien de votre équipe et de votre programme chez les autres entraîneurs;
- Contribuer à l'identification d'entraîneurs adjoints au sein de votre programme et dans le cadre d'un plan de relève global au sein du club;
- Aider à repérer les joueurs et induire l'amélioration des joueurs, notamment en conduisant à la progression des compétences en matière d'apprentissage en raison des changements réguliers d'équipes au sein du club;
- Au sein d'une équipe régionale ou nationale, vos joueurs passeront plus de temps au sein de l'environnement du club que dans votre programme. Plus le club (et l'entraîneur du club) se montre encourageant, notamment par rapport à ce qui se fait dans le cadre de votre programme, moins les joueurs se sentiront perdus entre les deux environnements.

En termes de développement des entraîneurs qui entrent parfois en compétition, mieux l'équipe adverse est préparée, mieux la vôtre doit l'être, ce qui contribue à nouveau à la

progression générale du basketball.

COMMENT INFLUENCER UN PLUS VASTE RÉSEAU D'ENTRAÎNEURS?

Il s'agit principalement de nouer des relations avec les entraîneurs, notamment au travers de la participation à des cliniques de coaching, de l'accès libre de vos entraînements aux autres entraîneurs et de la rédaction d'un bulletin d'informations à l'intention de ces derniers.

Pour les entraîneurs régionaux ou nationaux (qui sélectionnent les athlètes dans les clubs), des réunions doivent être organisées avec chacun des entraîneurs de club afin d'aborder le programme et les joueurs/entraîneurs concernés, et ce, dans le but de gagner en efficacité.

Avec les entraîneurs, les éléments clés sont les suivants:

ÉCOUTE

Prenez le temps de découvrir l'activité de l'entraîneur, les défis auxquels il est confronté et, sans doute encore plus important, ce qu'il a envie d'apprendre. Ce point est évidemment plus délicat à mettre en place dans les cliniques mais il est important, dès que vous en avez l'occasion, d'écouter les entraîneurs qui se trouvent dans votre réseau étendu.

Ces entraîneurs pourraient connaître vos joueurs mieux que vous et passer plus de temps avec les athlètes (ces derniers risquant d'être moins présents dans votre propre programme). Par conséquent, ces entraîneurs peuvent avoir des connaissances sur les joueurs qui vous seront d'une grande utilité, qu'il s'agisse d'une méthode pour les motiver ou d'un éventuel changement de poste.

PARTAGE

Pour gagner le soutien d'un réseau d'entraîneurs, il convient de partager des choses avec eux. Donnez leur accès à vos séances d'entraînement et à vos procédés de planification. L'accès à ce "jardin secret" ou à des expériences que les autres n'ont pas peut se révéler excitant et motivant pour les entraîneurs.

N'hésitez pas à expliquer ou à partager certaines difficultés rencontrées (p. ex., au sujet du timing des camps de basketball), d'autant plus que les entraîneurs risquent bien de vous aider au lieu de gêner le programme. L'un des premiers éléments qu'il convient de partager est sans aucun doute votre calendrier.

OUVERTURE

Le partage passe également par l'ouverture de soi aux entraîneurs. Si des erreurs ont été commises (p. ex., si les engagements de l'équipe régionale entrent en conflit avec ceux du club), admettez-les et faites preuve

d'ouverture en vue de les réparer ou, à tout le moins, de ne plus les commettre à l'avenir. Si vous n'êtes pas sûr de votre réponse, voici ce qu'il faut dire:

Pour toutes questions techniques (p. ex., comment défendriez-vous cette situation) ou d'ordre général, vous pouvez parfaitement répondre que vous n'en êtes pas certain et ensuite discuter de comment vous procéderiez pour prendre une décision. De la sorte, les entraîneurs comprendront mieux votre procédé de prise de décisions et pourront réfléchir sur le leur.

CONCEPTS, PAS DE SCÉNARIOS

La structure de jeu de votre équipe peut sembler singulière, ce qui amènera bon nombre de questions. Répondez à vos collègues le plus ouvertement possible, et indiquez-leur également pourquoi vous avez choisi cette structure: est-elle particulièrement adaptée à vos joueurs ou s'avère-t-elle efficace contre les probables adversaires?

Il est important que les entraîneurs comprennent vos raisons, afin qu'ils puissent déterminer par la suite si cette structure est adaptée ou non à leur propre équipe. De nombreux entraîneurs participeront à des cliniques de coaching et essayeront ensuite de mettre en place tout ce qu'ils y ont appris dans leur propre équipe, sans réfléchir sur l'adéquation de ces éléments avec leurs joueurs. Certes, il n'est pas possible de les en empêcher, mais vous pouvez toutefois:

- Leur indiquer pourquoi votre équipe utilise cette structure singulière;
- Discuter des compétences fondamentales requises pour utiliser en toute efficacité votre structure;
- Démontrer les forces et faiblesses de votre structure;
- Parler des variations possibles et des facteurs pouvant influencer sur cette décision.

APPROFONDIR

1. Menez une réflexion pour citer le meilleur leader que vous ayez rencontré. Pourquoi ce dernier est-il un bon leader?
2. Lisez la biographie ou l'autobiographie d'un leader (du monde sportif ou autre). Quels traits lui permettent d'être un si bon leader?
3. Discutez avec un collègue entraîneur de la manière dont vous gèreriez un joueur continuellement en retard pour l'entraînement? Impliqueriez-vous d'autres joueurs ou vous en chargeriez-vous vous-même?
4. Citez les entraîneurs qui ont eu une influence dans votre développement personnel. Êtes-vous toujours en contact avec ces entraîneurs?
5. Quels réseaux d'entraîneurs existent dans votre domaine? Participez-vous-y activement?
6. Comment pourriez-vous influencer un réseau d'entraîneurs? Comment identifieriez-vous les entraîneurs présents dans ce réseau?
7. Connaissez-vous des entraîneurs actifs dans d'autres sports? Sont-ils dans un réseau que vous pourriez rejoindre?

1.2 TRAVAILLER AVEC LES ARBITRES

1.2.1 POINTS IMPORTANTS SUR L'ARBITRAGE

Dans la majorité des ligue et des championnats, l'arbitre reçoit les directives et une formation adaptée. Il incombe aux entraîneurs de faire en sorte d'identifier ces tendances.

Les arbitres peuvent, par exemple, se voir demander d'adopter une attitude stricte avec les joueurs et l'entraîneur, ce qui peut conduire à une sanction plus rapide pour faute technique.

Ainsi, les entraîneurs doivent découvrir les habitudes des arbitres et faire attention aux tendances d'arbitrage du jeu. Par exemple, les arbitres sont-ils stricts ou tolérants vis-à-vis des mouvements d'antenne par les poseurs d'écran ou des contacts avec les joueurs libérés de l'emprise du défenseur en attente d'une passe? Outre les matchs qu'ils regardent ou qu'ils jouent, les entraîneurs peuvent échanger avec d'autres entraîneurs sur les tendances des arbitres.

Les arbitres constituent bien évidemment une meilleure source d'informations, plus directe, et les entraîneurs devraient profiter des réunions avant-match pour discuter avec eux de leurs spécificités.

En saison de Ligue, l'entraîneur peut parfaitement inviter des arbitres aux séances d'entraînement (notamment en présaison) afin que ces derniers arbitrent un match amical, ce qui permet aux joueurs et aux entraîneurs d'observer les tendances des arbitres.

Enfin, l'entraîneur peut échanger avec les personnes responsables de l'arbitrage sur les tendances d'arbitrage du jeu.

1.3 RESPECT DE L'IN-TÉGRITÉ DU SPORT

1.3.1 PARIS SPORTIFS

RÉPERCUSSIONS DES PARIS SPORTIFS

Les paris sportifs figurent parmi les activités les plus lucratives au monde, et affichent une croissance notable avec l'arrivée de sites en ligne. Selon les estimations, en 2012, USD 74,3 milliards ont été parés dans le domaine des sports à l'échelle internationale³, soit une augmentation de 210 % depuis 2004, où le montant investi s'élevait à USD 23,9 milliards.⁴

Nombreux sont les pays à réguler les paris sportifs. Toujours selon les estimations, entre USD 700 milliards et USD 1 000 milliards sont parés chaque année, à la fois légalement et sur le marché noir.⁵

PARIS AU BASKETBALL

Les paris sur diverses ligues de basketball du monde entier sont relativement courants, et les grandes ligues professionnelles ne sont pas les seules concernées. En effet, les ligues régionales de certains pays attirent également l'attention et tombent généralement en dehors du contrôle des organisateurs de la ligue.

Le basketball est considéré comme un sport facile sur lequel parié. Voici les principaux types de paris concernant ce sport:

ÉCARTS DE POINTS

Voici un exemple de système de paris à handicap. Par exemple, lors d'un match, une équipe sera considérée comme la favorite. Les Spurs pourraient avoir l'avantage sur les 76ers. La société de paris (ou "bookmaker") présente les Spurs comme favoris avec 10 points.

Ainsi, une personne qui parie sur les Spurs remporte son pari si les Spurs gagnent le match avec au minimum 11 points d'avance. Inversement, une personne qui parie sur les 76ers l'emporte si celle-ci remporte le match ou le perd avec une différence maximale de 9 points.

TOTAUX

Dans ce type de paris, les personnes misent sur ce que sera le score combiné des deux équipes. Par exemple, la société de paris peut pronostiquer que le match Spurs vs 76ers aura pour résultat final "plus de/moins de" 188.

Les parieurs peuvent miser "plus de" (et l'emporteront si le score combiné excède 188 points) ou "moins de" (et remporteront des gains si le score est inférieur).

PARIS SUR LE VAINQUEUR

Il s'agit simplement de parier sur l'équipe qui l'emportera (ou perdra). Les sociétés de paris proposent des cotes différentes en fonction de l'équipe favorite.

³ <http://www.statista.com/statistics/270261/amount-wagered-and-won-in-global-online-sports-betting/>

⁴ Ibid

⁵ Football Betting – the global gambling industry worth billions, BBC, <http://www.bbc.com/sport/0/football/24354124>

RESTRICTIONS SUR LES PARIS

Dans bon nombre de championnats, les entraîneurs, les arbitres et les joueurs ne sont pas autorisés à parier sur les matchs en jeu, indépendamment de leur mise. Par exemple, un entraîneur ou un joueur ne peut aucunement parier, et ce, même sur la victoire de sa propre équipe.

Ces restrictions permettent d'éliminer les doutes quant aux intérêts éventuels de l'entraîneur, du joueur ou de l'arbitre de fausser davantage les résultats de la compétition sportive.

PRESSION DU "MONDE DES PARIS SPORTIFS"

Nous pouvons citer plusieurs exemples de ce dernier siècle où les paris sportifs ont eu des répercussions sur le monde du sport. Dans la plupart des cas, ce n'est pas le résultat direct qui est compromis, mais ce sont les joueurs, les arbitres ou les entraîneurs qui sont mis sous pression, avec des demandes telles que:

- Livrer des "informations internes" sur la santé des joueurs, les conditions météorologiques (pour les sports extérieurs), la composition de l'équipe;
- Truquer l'"écart de points" d'un match (c.-à-d. ne pas pousser l'équipe à la défaite, mais manipuler l'écart de points) ;
- Manipuler les situations tactiques.¹²

Ces procédés malhonnêtes peuvent constituer une infraction pénale et être sujets à des sanctions réclamées par la ligue sportive.

Ces procédés de paris sont souvent considérés comme "légitimes" pour les joueurs et les entraîneurs étant donné qu'ils ne sont pas incités à influencer sur le résultat global. Néanmoins, l'implication dans ces procédés constitue une affaire relativement grave.

Les joueurs et les entraîneurs doivent également faire preuve de vigilance quant à la divulgation d'informations sensibles en matière de paris. Par exemple, le fait de divulguer qu'un joueur est blessé constitue une information sensible en matière de paris. Cette information est pertinente à la fois pour les pronostics de victoire d'une équipe, mais également pour le nombre de paniers marqués par cette personne, ce critère pouvant faire l'objet d'un pari.

La meilleure méthode est de ne pas divulguer des informations à moins qu'elles ne soient déjà dans le domaine public.¹³

QUE FAIRE EN CAS DE SOLLICITATION?

Les joueurs ou les entraîneurs doivent signaler à leur club ou à leur ligue toutes demandes d'informations internes ou sensibles en matière de paris.

¹² Par exemple, lors d'un match de ligue de rugby à XV, un joueur s'est vu demander de commettre une faute personnelle à partir du moment où l'équipe adverse serait en mesure de marquer une pénalité. Les parieurs étaient invités à miser sur le premier score étant une pénalité.

¹³ Par exemple, un joueur de football a été sanctionné par la ligue, car il avait divulgué des informations à sa mère relatives aux sélections de l'équipe avant que ces données ne soient révélées publiquement.

APPROFONDIR

1. Savez-vous si les sociétés de paris agréées prennent des paris sur les compétitions auxquelles participe votre équipe?
2. Que feriez-vous si une personne vous demandait des informations sur l'état de santé de vos athlètes (p. ex., blessures)? Aborderiez-vous ce problème avec l'un de vos collègues entraîneurs? Qui devez-vous contacter pour signaler l'incident?

NIVEAU 3



L'ENTRAÎNEUR

CHAPITRE 2

SAVOIR-FAIRE

CHAPITRE 2

SAVOIR-FAIRE

2.1 VISION STRATÉGIQUE

2.1.1 Développement d'une vision stratégique pour une équipe	31
--	----

2.2 PLANIFICATION

2.2.1 Organisation de l'année	33
2.2.2 Élaboration de stratégies offensives et défensives	37

2.3 COMMUNICATION

2.3.1 Gestion des médias	42
<i>Approfondir</i>	44

2.1 VISION STRATÉGIQUE

2.1.1 DÉVELOPPEMENT D'UNE VISION STRATÉGIQUE POUR UNE ÉQUIPE

Les entraîneurs professionnels doivent le plus souvent présenter au club une "vision stratégique" pour l'équipe. Lors de l'entretien d'embauche, cette étape peut déterminer si un entraîneur sera ou non choisi pour être à la tête de l'équipe.

Un "plan stratégique" semblable à celui d'une entreprise ou même d'un club n'est pas nécessaire, bien que certains éléments soient toutefois similaires. La vision stratégique devra définir:

- Un laps de temps (généralement 3 à 5 ans);
- Une vision précise des objectifs que l'équipe devra atteindre durant cette période (objectif final);
- Les valeurs de l'équipe (principes qui guident les actions de l'équipe);
- Les éléments indispensables au succès (p. ex., sélection des joueurs, assistance médicale, conditionnement, etc.);
- Les principaux résultats servant à évaluer la réussite durant cette période. Ces points représentent des étapes intermédiaires essentielles pour atteindre l'objectif final.

Au moment de préparer la vision stratégique pour l'équipe, l'entraîneur doit également établir un diagnostic de la situation actuelle de l'équipe. Cette étape peut se révéler compliquée s'il ne connaît pas l'équipe. Dès lors, afin de s'informer, l'entraîneur peut:

- Examiner les performances de l'équipe au cours des 3 à 5 dernières années;
- Passer en revue les profils des joueurs (si les joueurs prennent de l'âge, l'équipe peut-elle maintenir ses résultats?);

- Discuter avec les joueurs ou les entraîneurs ayant été en relation avec l'équipe (il n'est pas toujours possible de s'adresser aux joueurs ou aux entraîneurs actuels).

Divers facteurs peuvent avoir des conséquences sur la capacité de l'entraîneur à mener à bien le programme. Bien que l'entraîneur n'ait que peu d'influence sur ces facteurs, ces derniers doivent être pris en considération:

- Les contrats des joueurs – La première année, il est peu probable que l'entraîneur ait la meilleure des équipes, car il faut parfois compter une à deux saison(s) pour transférer des joueurs;
- L'état d'esprit et la culture – Tout changement culturel demande du temps et si l'entraîneur estime qu'un tel changement est nécessaire, il convient de prévoir une à deux année(s).
- Les ressources du club – Les ressources disponibles pour une équipe varient considérablement d'un club à l'autre. Le club pourrait ne pas être en mesure d'affecter les ressources que l'entraîneur souhaiterait recevoir;
- Les blessures – Toute équipe peut être confrontée à des blessures susceptibles d'affecter ses performances. Le risque peut être réduit, mais cela ne dépend pas

de l'entraîneur. Ce dernier peut souhaiter former l'équipe de manière à mieux gérer les problèmes découlant des blessures, de sorte que des joueurs puissent jouer à de nombreux postes et s'adapter à différents styles de jeux.

L'entraîneur décide d'une vision stratégique réaliste en tenant compte de la situation actuelle de l'équipe et des facteurs susceptibles d'affecter ses performances. Bien que l'entraîneur puisse être tenté (lorsqu'il aspire à être nommé) d'envisager simplement de remporter le championnat dans un avenir proche, sa vision stratégique constituera la base des critères d'évaluation des performances.

L'entraîneur ne peut à lui seul concrétiser la vision stratégique et a également besoin de l'équipe, du club et des partenaires. À l'image d'un puzzle, la vision stratégique comprend des pièces qui doivent être assemblées. Le rôle de l'entraîneur est de communiquer la vision et:

- de définir les rôles;
- de tenir les individus responsables de leur rôle – Plus les rôles sont clairement définis, plus les membres de l'équipe (y compris l'équipe d'encadrement) se sentiront responsables;
- de reconnaître les bonnes performances sans se contenter d'évaluer le succès par rapport au nombre de matchs remportés.

La plupart des gens se basent sur le nombre de matchs remportés ou perdus pour évaluer les performances d'une équipe et de son entraîneur.

L'entraîneur doit analyser les performances à l'aide d'indicateurs plus adaptés afin d'atteindre l'objectif final dans le temps imparti.

La vision de l'entraîneur pour l'équipe doit être relativement stable alors que les stratégies et les délais peuvent évidemment être modifiés selon les circonstances. Les jeunes joueurs peuvent se développer plus vite que prévu ou de graves blessures risquent d'avoir des conséquences sur les performances d'une année.

2.2 PLANIFICATION

2.2.1 ORGANISATION DE L'ANNÉE

Lorsqu'il s'agit de développer et d'améliorer la force et la condition physique d'un athlète, la plupart des sportifs imaginent un "programme annuel" ou un "programme périodisé".

Aussi précieux que puisse être un tel programme pour le développement des athlètes⁶, les entraîneurs ne doivent pas oublier d'élaborer:

- Un programme annuel pour leur propre développement;
- Un programme annuel pour l'équipe.

Les entraîneurs ne restent pas toujours avec une équipe une année entière, surtout lorsqu'il s'agit d'équipes juniors. En effet, une saison peut ne durer que 6 mois et la saison suivante peut compter beaucoup de joueurs différents puisque des joueurs plus âgés passent au niveau supérieur et des joueurs plus jeunes arrivent dans le groupe. Quelle que soit la période en question, les entraîneurs doivent avoir préparé, pour chaque équipe, un programme qui couvre la période durant laquelle ils entraîneront l'équipe.

CONTENU DU PROGRAMME

Tous ceux qui ont déjà voyagé avec des enfants connaissent la fameuse question: "On est bientôt là?". Pour pouvoir y répondre, encore faut-il savoir où se trouve ce "là". Il en va de même pour entraîner une équipe. Le programme de l'entraîneur doit déterminer où se trouve ce "là" pour l'équipe, c'est-à-dire, définir les objectifs de l'année.

Si les objectifs de l'année (ou de la saison) ne sont pas clairement définis, il n'est pas possible de déterminer si

l'année a été bonne ou non. Dans toute compétition, il ne peut y avoir qu'un seul vainqueur sans pour autant que cela signifie que l'autre équipe ait mal joué.

Lorsqu'il définit les objectifs de l'année, l'entraîneur doit également déterminer où se situe l'équipe (sur le plan du niveau de compétences). La réussite se définit par la progression des joueurs jusqu'au "là"!

Une des missions de l'entraîneur consiste à développer les compétences des joueurs surtout avec les jeunes athlètes. À cet égard, la réussite de l'entraîneur pourra seulement être évaluée plusieurs années après.

À titre d'exemple, l'équipe d'Argentine qui a participé au Championnat du monde des 22 ans et moins en 1997 n'a pas remporté le tournoi. Toutefois, le noyau de cette équipe (5 joueurs) a remporté le Tournoi olympique en 2004, et trois d'entre eux (Fabricio Oberto, Luis Scola et Manu Ginobili) ont ensuite fait carrière à la NBA. Dans ce contexte, le programme de 1997 de l'Argentine a sans doute été un véritable succès, peut-être même plus que celui de l'équipe qui a remporté le tournoi (Australie), mais qui n'a pas gagné de médaille olympique par la suite!

⁶ see Chapter 25, Preparing Players Physically for Basketball

Par conséquent, le programme de l'entraîneur ne doit pas simplement se limiter à la participation (gagnante espérons-le) à la compétition, mais plutôt contenir:

- les objectifs du programme dans leur ensemble qui représenteront aussi bien la philosophie de l'entraîneur que les attentes du club;
- les objectifs clés que l'équipe doit atteindre;
- les étapes clés pour atteindre ces objectifs.

Comme nous le verrons ci-après, le programme comprend bien entendu d'autres informations dont certaines sont nécessaires à son élaboration. Le programme ne doit pas nécessairement être un document prolix et peut tenir sur une page. À bien des égards, les démarches entreprises pour élaborer le programme importent plus que le programme lui-même.

Un tel programme ne devrait pas demeurer statique, mais plutôt être révisé et, très probablement, modifié au fil du temps. Le programme et la planification doivent être dynamiques par rapport aux aspects sur lesquels l'entraîneur a un certain contrôle (p. ex., rythme auquel se développent les joueurs) et aux facteurs externes sur lesquels l'entraîneur n'a que peu de contrôle (p. ex., salle d'entraînement non disponible ou modification de l'horaire d'une compétition).

ORGANISATION DYNAMIQUE

Les étapes clés du processus de planification dynamique sont les suivantes:

- Préparer l'agenda;
- Organiser (connaître) les ressources disponibles;
- Évaluer l'équipe;
- Mener à bien les objectifs et déterminer les priorités;
- Communiquer le programme;
- Mettre le programme en pratique;
- Modifier le programme;
- Réfléchir au programme.

DÉFINIR L'AGENDA

L'agenda doit être l'une des premières références de l'entraîneur lorsqu'il prépare son programme étant donné que le temps disponible a évidemment une incidence sur les objectifs pouvant effectivement être atteints. Au-delà des questions évidentes telles que les délais pour la sélection de l'équipe, la disponibilité d'une salle d'entraînement et les dates des compétitions, l'entraîneur de jeunes athlètes doit aussi tenir compte des éléments suivants:

- Des dates des périodes scolaires;
- Des dates des examens scolaires (selon l'âge des joueurs);
- Des dates des autres programmes auxquels les joueurs participent (p. ex., équipes régionales ou nationales, programmes de développement des athlètes talentueux);
- Des facteurs culturels et religieux pouvant influencer sur la disponibilité des joueurs (p. ex., plusieurs joueurs ne sont pas disponibles certains jours de la semaine).

Une fois l'agenda bouclé, l'entraîneur connaîtra le temps dont il dispose avec l'équipe et pourra donc envisager ce qu'il sera possible de réaliser.

ORGANISER (CONNAÎTRE) LES RESSOURCES DISPONIBLES

Très peu d'entraîneurs obtiendront les ressources demandées et celles dont ils disposent peuvent échapper à leur contrôle, qu'il s'agisse d'argent, d'équipements ou de personnel. Ils doivent donc s'organiser pour utiliser au mieux les ressources disponibles.

Un entraîneur adjoint et/ou un chef d'équipe peut être un exemple de ressource. Plus l'entraîneur énoncera clairement ce qu'il attend de lui, plus il tirera avantage de sa présence.

ÉVALUER L'ÉQUIPE

Évaluer correctement la situation de départ est capital pour la réussite du programme. En effet, il s'avère inutile de prévoir des structures offensives complexes si l'équipe n'a pas encore compris les concepts de base tels que l'occupation de l'espace et les déplacements.

Les joueurs présenteront probablement un grand nombre de compétences que l'entraîneur devra développer chez chacun d'entre eux.

Cette mission constitue sans doute le plus grand défi de l'entraîneur qui devra, tout au long de la saison, veiller à être exigeant avec les athlètes les plus talentueux sans pour autant négliger les athlètes moins compétents.

L'évaluation de l'équipe servira de base pour évaluer le succès de l'équipe dans son ensemble grâce aux progrès réalisés.

Comme le disait J. Wooden: "Le succès vient de la certitude que vous avez fait de votre mieux pour devenir le meilleur possible".

MENER À BIEN LES OBJECTIFS ET DÉTERMINER LES PRIORITÉS

Les objectifs du programme doivent être SMART:

Spécifique:

Cibler des domaines précis (p. ex., défense ou attaque), pas uniquement "des victoires et des défaites".

Mesurable:

Présenter la façon dont les objectifs seront évalués. Cette étape peut également permettre de voir les progrès réalisés tout au long du processus.

Ambitieux:

Les objectifs doivent être stimulants afin de susciter la motivation.

Réaliste:

Le temps que l'entraîneur peut passer avec l'équipe déterminera ce qu'il est possible d'accomplir de façon réaliste, d'où l'importance de l'agenda.

Temporel:

Il est essentiel que les objectifs soient définis dans le temps afin de pouvoir suivre les progrès tout au long du programme.

Le programme peut définir des objectifs à long, moyen ou court terme. Les objectifs à long terme s'étendent au-delà de la saison actuelle, tandis que les objectifs à court terme sont constamment actualisés au fur et à mesure des progrès. Voici un exemple relatif à la défense de l'équipe:

COMPÉTENCE: DÉFENSE DE L'ÉQUIPE

NIVEAU DE COMPÉTENCES ACTUEL	ATTEINTS D'ICI LA SEMAINE 4	ATTEINT D'ICI LA FIN DE LA SAISON	ATTEINTS LA SAISON SUIVANTE
<ul style="list-style-type: none"> Compréhension des responsabilités du 1 contre 1 Concept "sans aide" 	<ul style="list-style-type: none"> Comprendre les positions de base Sprinter jusqu'à l'axe panier-panier Sauter pour attraper la balle 	<ul style="list-style-type: none"> "Aider-reprendre" (Help and Recover) pour faire pression sur les dribbleurs Effectuer une rotation pour arrêter une pénétration Effectuer une rotation pour "aider le joueur qui aide" (Help the Helper) 	<ul style="list-style-type: none"> Prise à deux dans une des zones de la raquette et les corners Déployer la défense pour trapper la première passe sur demi-terrain

Lorsqu'il planifie la progression des compétences, l'entraîneur ne doit pas passer à un concept plus complexe si l'étape précédente n'a pas encore été assimilée. Cependant, il peut passer à un concept plus complexe si l'équipe n'exécute simplement pas encore "parfaitement" l'étape précédente. Il peut alors continuer la pratique des deux concepts en peaufinant le premier et en enseignant le second.

Les entraîneurs commettent souvent l'erreur de ne pas introduire de concepts plus complexes assez tôt et risquent donc d'arriver à la fin de la saison sans avoir vu toute la matière qu'ils souhaitaient couvrir. Ils peuvent éviter cette erreur en définissant clairement les échéances du programme.

Les entraîneurs doivent se souvenir des différentes étapes de l'apprentissage et adapter les activités en conséquence. L'équipe peut être "inconsciemment compétente" dans un concept de base et pourtant "inconsciemment incompétente" dans un concept plus avancé. Les deux concepts peuvent être pratiqués, mais les exercices seront différents.

Tous les objectifs ne revêtent pas la même importance, et l'entraîneur doit donc déterminer les priorités et ensuite passer plus de temps sur les objectifs considérés essentiels. Toutefois, il convient de ne pas consacrer trop de temps à ces derniers au risque de négliger les autres objectifs du programme.

COMMUNIQUER LE PROGRAMME

Le programme de l'entraîneur ne peut réussir sans que les joueurs ne s'impliquent réellement. Ces derniers doivent donc croire que les objectifs sont réalisables et prendre les mesures nécessaires pour les atteindre. Par conséquent, l'entraîneur ne doit pas simplement développer le programme, mais aussi le communiquer.

Pour ce faire, il existe une série de moyens:

- Réunions avec les joueurs/parents pour discuter du programme;
- Réunions avec les administrateurs du club pour parler du programme et définir les ressources dont l'entraîneur a besoin;
- Présenter les "objectifs" de chaque séance d'entraînement et les associer aux objectifs généraux du programme.

Il n'existe pas de recette miracle pour communiquer au mieux le programme, mais sans cette étape, ce dernier est voué à l'échec.

METTRE LE PROGRAMME EN PRATIQUE

L'entraîneur a tant de choses à faire que sa tâche peut lui sembler insurmontable et qu'il est difficile pour lui de savoir par où commencer. Le meilleur moyen de commencer est de se lancer!

MODIFIER LE PROGRAMME

L'entraîneur doit réexaminer son programme régulièrement. Chaque entraînement et chaque match sont une occasion d'analyser la progression de l'équipe en vue d'atteindre les objectifs du programme. Il peut également s'avérer utile de demander à un collègue de venir observer un entraînement ou un match et de donner son avis sur la progression de l'équipe.

De telles analyses révéleront si l'équipe progresse plus ou moins vite par rapport à ce que l'entraîneur avait initialement prévu et permettront d'adapter le programme si nécessaire. De même, certains facteurs externes impliquent obligatoirement certaines modifications. L'équipe peut, par exemple, avoir affaire à des défenses de zone lors des premiers matches alors que l'entraîneur n'avait prévu d'introduire les bases de l'attaque offensive contre la défense de zone que plus tard dans la saison. Il peut alors décider d'introduire certaines de ces bases plus tôt que prévu.

L'entraîneur doit également réexaminer le programme à la fin de la saison afin de déterminer les points forts de l'équipe et ceux à améliorer. S'il travaille avec des équipes juniors, il peut arriver que l'entraîneur ne les suive plus pour la compétition suivante ou que les joueurs changent d'équipe. Le programme peut néanmoins servir de base pour l'année suivante et peut être prolongé ou "remis en jeu" avec un nouveau point de départ et de nouveaux objectifs.

Les entraîneurs d'un club doivent partager les informations concernant les équipes et les joueurs afin de les aider à atteindre les objectifs de développement à long terme.

RÉFLÉCHIR AU PROGRAMME

En plus de réexaminer les détails du programme, l'entraîneur doit, à la fin de la saison, réfléchir au programme ainsi qu'au processus de planification. Il doit notamment se poser les questions suivantes:

- Dans quelle mesure l'évaluation de l'équipe était-elle correcte? Les objectifs pour l'équipe étaient-ils trop ou pas assez exigeants?
- Les ressources disponibles étaient-elles suffisantes? De quelles ressources supplémentaires pourrais-je avoir besoin et comment les obtenir? Les entraîneurs adjoints et les responsables ont-ils été correctement orientés?
- Y a-t-il des facteurs qui n'ont pas été pris en compte lors de l'élaboration du programme et qui devraient l'être à l'avenir?
- Le programme a-t-il reçu le soutien souhaité? Les joueurs se sont-ils impliqués? Aurais-je pu communiquer le programme plus clairement?

Une fois encore, les remarques des joueurs, des parents et des collègues peuvent contribuer à cette réflexion. Lorsqu'il entame sa réflexion, l'entraîneur doit surtout tenir compte des éléments qui ont fonctionné et des succès de l'équipe.

2.2.2 ÉLABORATION DE STRATÉGIES OFFENSIVES ET DÉFENSIVES

“... parfois on laisse d’autres équipes dicter le rythme du match, rapide ou lent, intense ou calme... Je pense que pour réussir, on doit faire ce que les meilleures équipes de cette ligue font et dicter la façon dont est joué le match... avant de commencer à obtenir des résultats, on doit apprendre à imposer la cadence.”⁷

HARRY SHIPP

“L’introduction d’une stratégie défensive devrait donner à vos athlètes la confiance nécessaire pour influencer et contrôler le rythme du match.”⁶

JOANNE P MCCALLIE

Le basketball continue d’évoluer alors que la condition physique et le niveau de compétences des joueurs évoluent et que les entraîneurs inventent des stratégies pour en tirer avantage et remettre en cause l’évolution des aspects techniques du jeu.

QU’EST-CE QU’UNE STRATÉGIE OFFENSIVE OU DÉFENSIVE?

Les entraîneurs doivent décider de la façon dont ils veulent voir jouer leur équipe. Les stratégies offensives et défensives représentent simplement les tactiques globales et la philosophie de jeu de l’équipe.

De nombreuses équipes juniors, en particulier les jeunes équipes, auront une approche du jeu particulière et simple (p. ex., adopter une défense “homme à homme”). C’est seulement lorsque la préparation d’une équipe implique plusieurs tactiques différentes (p. ex., action offensive contre une défense “homme à homme”, action offensive contre une “défense de zone avec 1 défenseur sur la première ligne défensive”, action offensive contre une “défense de zone avec 2 défenseurs sur la première ligne défensive”, etc.) que l’on parle de stratégie.

VOTRE PHILOSOPHIE “CONTRE” VOTRE ÉQUIPE

De nombreux entraîneurs acquièrent une réputation, car ils sont particulièrement adeptes de certains éléments du jeu (p. ex., “c’est un super entraîneur défensif”, “c’est une excellente entraîneuse de tir”) ou sont associés à certains modèles de jeu (p. ex., “l’attaque UCLA” de John Wooden, “l’attaque Princeton” de Pete Carril) ou à des styles de jeu (p. ex., Paul Westhead et son “basketball contre-attaque”).

Les entraîneurs doivent en effet développer leur philosophie quant à la façon dont le match doit être joué. Par exemple, la FIBA encourage vivement les entraîneurs de jeunes joueurs à se concentrer sur l’enseignement des bases de l’attaque et des compétences défensives du jeu avant de passer à des modèles spécifiques ou à des jeux “définis”.

⁶ Entraîneuse Joanne P. McCallie, Entraîneuse principale de basketball féminin de l’université Duke (États-Unis).

⁷ Harry Shipp, milieu de terrain du club Fire de Chicago, dans la Major League Soccer américaine.

Une fois les joueurs plus expérimentés, les occasions pour les entraîneurs de développer des stratégies plus complexes ne manquent pas.

Les entraîneurs doivent cependant rester attentifs aux qualités des joueurs de leur équipe. Inutile de mettre en place une tactique qui exige des qualités que les joueurs de l'équipe n'ont pas.

Bien entendu, des entraînements bien ciblés permettent aux joueurs de développer de nouvelles compétences. L'entraîneur doit donc savoir:

- a) Quelles qualités et compétences sont nécessaires à son style de jeu préféré;
- b) Dans quelle mesure les joueurs ont déjà ces qualités et compétences;
- c) Dans quelle mesure les joueurs peuvent acquérir ces qualités et compétences.

C'est uniquement lorsque l'entraîneur pense que les joueurs ont ou peuvent développer les qualités et compétences nécessaires à un style de jeu précis qu'il peut mettre en pratique le style de jeu en question avec l'équipe. Au moment de prendre la décision, l'entraîneur doit également réfléchir au temps de préparation disponible et se montrer réaliste au moment d'évaluer les objectifs qu'il est possible d'atteindre.

Lors du recrutement de certains joueurs (ou types de joueurs) pour leur équipe, de nombreux entraîneurs juniors ont une marge de manœuvre limitée. Il leur est donc parfois impossible de jouer leur style de jeu préféré avec une équipe en particulier, cette dernière n'ayant pas les compétences, l'expérience ou les qualités physiques nécessaire(s) ou encore, car ils manquent de temps pour la préparation.

AVANTAGES DE L'INTRODUCTION D'UNE STRATÉGIE

Une stratégie offensive ou défensive prépare simplement l'équipe afin qu'elle soit capable de jouer plus d'un "set" ou d'une structure. Une stratégie défensive peut par exemple inclure:

- un pressing défensif tout terrain;
- les règles de transition défensive;
- les règles d'une défense individuelle demi-terrain;
- défense des joueurs de poste;
- défense des joueurs de périmètre;
- les règles de défense de zone demi-terrain.

Dans la défense "homme à homme" demi-terrain et les structures des zones, il existe des options de forte pression (pouvant généralement accélérer le rythme du match) ainsi que des options pouvant ralentir le match.

Une stratégie offensive ou défensive offre plusieurs avantages directs par rapport à un style de jeu unique:

- (a) Être difficile à "recruter";
- (b) Être capable de modifier le rythme du match;
- (c) Être capable de s'adapter aux stratégies des adversaires pendant le match;
- (d) Donner confiance aux joueurs pour qu'ils puissent s'adapter et résister aux différentes stratégies des adversaires;
- (e) Être capable de s'adapter rapidement entre les matchs, ce qui peut être particulièrement utile durant les tournois et les finales.

Généralement, un élément d'une tactique s'appuie sur la base d'une autre partie de la tactique, telle que la défense match up 1-1-3 mentionnée plus haut qui servira également de base à la défense "Box and one" et à la défense match up 1-3-1.

ÉLABORATION D'UNE STRATÉGIE OFFENSIVE

Qu'elle soit offensive ou défensive, une stratégie n'a pas besoin d'être trop complexe. Par exemple, beaucoup d'entraîneurs utilisent la même attaque de base contre les défenses homme à homme et les défenses de zone et insistent sur certains aspects de l'attaque en fonction de la défense:

- Les angles des écrans et les positions peuvent changer – p. ex., contre une zone, des écrans peuvent être utilisés à "l'extérieur" de la zone;
- L'avantage relatif de l'équipe peut être différent selon l'adversaire – p. ex., une équipe peut être "relativement" grande comparé à un adversaire, mais avoir un avantage sur les joueurs de périmètre par rapport à un autre adversaire.

Lorsque l'entraîneur prend en considération certains aspects dans le but d'introduire une stratégie offensive, il doit penser:

- à créer des options pour le jeu vers l'avant et le jeu de périmètre;
- à créer des éléments pour "accélérer" l'attaque et d'autres pour "dégonfler la balle" et ralentir le rythme;
- au fait que les joueurs doivent savoir d'où ils effectueront la plupart des tirs et quels joueurs les effectueront;
- à éviter d'élaborer une stratégie qui dépend exclusivement d'un ou de deux joueur(s).

Si ce(s) dernier(s) peu(ven)t exécuter la stratégie mieux que d'autres joueurs, il(s) peu(ven)t également se blesser ou se trouver en difficultés et ne pas pouvoir jouer;

- à avoir, autant que possible, des règles cohérentes avec les éléments de la stratégie;
- à évaluer l'efficacité de chaque élément de la stratégie lors d'un jeu spécifique, mais aussi tout au long de la saison.

Plus important encore, l'entraîneur doit penser au temps dont il dispose avec son équipe car c'est cela qui en fin de compte déterminera l'efficacité avec laquelle il pourra mettre la stratégie en place.

ÉLABORATION D'UNE STRATÉGIE DÉFENSIVE

Grâce à une stratégie défensive, l'équipe peut modifier son jeu en fonction des adversaires et des situations. Il ne s'agit pas seulement de passer d'une défense homme à homme demi-terrain à une défense homme à homme tout terrain. La stratégie doit mettre l'équipe en confiance pour qu'elle puisse jouer dans différents styles et répliquer face aux adversaires.

Lors de l'élaboration de la stratégie, l'entraîneur doit tenir compte:

- de la défense "standard" que l'équipe va utiliser;
- de la défense qui sera utilisée pour augmenter la pression;
- de la défense qui sera utilisée lorsque les joueurs seront à la traine et devront "se rattraper" (accélérer le rythme);
- de la façon de défendre une équipe avec des joueurs de poste dominants;
- de la façon de défendre une équipe avec des joueurs de périmètre dominants.

Dans toute stratégie défensive, la capacité des joueurs à exécuter les compétences de base est essentielle. Par exemple:

- Les joueurs connaissent différentes techniques pour défendre un écran sur porteur: "surpasser", "passer en dessous", "doubler", "changer" ou "pousser" (loin de l'écran);
- Dans une pression défensive, ils peuvent "doubler";
- Contre des joueurs de périmètre doués au tir, ils peuvent "surpasser" ou "changer";
- Contre de bons joueurs de poste, ils peuvent "pousser".

Une stratégie ne doit pas nécessairement comprendre un grand nombre d'options et, comme pour une stratégie offensive, ce qui peut être réalisé avec l'équipe dépendra du temps de préparation dont cette dernière dispose.

MISE EN PRATIQUE D'UNE STRATÉGIE OFFENSIVE OU DÉFENSIVE

De nombreux entraîneurs se servent de mots-clés ou de signaux visuels pour définir certains éléments d'une stratégie:

- "rouge" pour une pression défensive, en particulier une prise à deux sur le porteur;
- le porteur de balle qui tapote sur son maillot peut vouloir désigner un jeu offensif spécifique.

L'utilisation de tels signaux facilite la transmission des instructions aux joueurs et bien sûr, lorsqu'ils recrutent un adversaire, les entraîneurs recherchent ces signaux afin d'anticiper les actions de l'adversaire pendant le match.

Quels que soient les signaux, ils doivent également être utilisés durant les entraînements afin que les joueurs s'habituent à y être attentifs et à les reconnaître tout comme ils se familiarisent avec les éléments de la stratégie.

ÉVALUATION DE L'EFFICACITÉ DE LA STRATÉGIE

Lors de l'élaboration d'une stratégie, les entraîneurs doivent déterminer la façon d'évaluer son efficacité. Alors qu'au basketball, le but ultime est de battre l'adversaire, le score n'est pas toujours un indicateur fiable de l'efficacité de l'équipe.

Par exemple, si l'entraîneur décide de jouer une défense de zone 1-1-3 dans le but de forcer l'adversaire à tirer depuis l'extérieur, le fait que l'adversaire puisse réussir certains tirs ne signifie pas nécessairement que le déplacement vers la zone soit raté. Dans une telle situation, l'entraîneur peut évaluer l'efficacité de la défense selon les critères suivants:

- L'analyse de l'endroit depuis lequel l'adversaire tire;
- Le nombre de "touches au poste" de l'adversaire;
- Le nombre de fois où la balle a pénétré la raquette;
- Le moment (selon l'horloge des 24 secondes) auquel l'adversaire a effectué le tir.

De même, l'entraîneur peut évaluer l'efficacité de son attaque selon:

- l'endroit depuis lequel les tirs sont réalisés;
- le joueur qui réalise le tir;
- que l'équipe pénètre en dribblant ou en passant;
- la fréquence à laquelle l'équipe marque à cause d'éléments spécifiques de leur stratégie offensive.

L'entraîneur Lindsay Gaze, repris dans le FIBA Hall of Fame, a utilisé la phrase "l'opération a été une réussite, mais le patient est décédé" pour décrire les situations durant lesquelles une équipe réalise le tir souhaité, mais le rate. L'entraîneur et l'équipe doivent être en confiance pour persévérer et ne pas abandonner une tactique, et ce,

uniquement parce qu'ils n'ont pas réussi à marquer.

Afin d'évaluer l'efficacité d'une stratégie, l'entraîneur doit se baser sur des indicateurs précis (pouvant être différents des statistiques officielles) pouvant être suivis par un entraîneur adjoint. Par exemple:

STRATÉGIE OFFENSIVE/ DÉFENSIVE	INDICATEURS
DÉFENSE – PRISE À DEUX TOUT TERRAIN	<ul style="list-style-type: none"> • Temps restant au chronomètre des tirs quand l'attaque progresse vers l'avant du terrain; • Ballon sans meneur lorsque les adversaires attaquent; • Passes déviées; • Attaque de l'adversaire débutée du mauvais côté du terrain;
DÉFENSE – "PACK LINE" DEMI-TERRAIN⁸	<ul style="list-style-type: none"> • Nombre de fois où l'attaque "inverse" la balle (passe d'un côté à l'autre); • Nombre de fois où les adversaires pénètrent/la balle entre dans la raquette; • Nombre de fois où la pénétration est arrêtée par un défenseur qui effectue une rotation; • Pourcentage de tirs réalisés à l'extérieur de la raquette;
DÉFENSE – PRISE À DEUX POSTE BAS	<ul style="list-style-type: none"> • Nombre de fois où un poste bas passe la balle (pourcentage de touches).

Lorsqu'il définit les indicateurs, l'entraîneur doit également envisager la réaction potentielle de l'adversaire. À titre d'exemple, une prise à deux sur le joueur de poste peut offrir à l'adversaire des tirs extérieurs plus ouverts. Un pressing défensif tout terrain peut conduire à des tirs en course (lay-ups) ouverts si l'adversaire "brise" le pressing.

Des indicateurs précis permettent à l'entraîneur d'éviter toute décision impulsive qu'il risque de prendre s'il s'intéresse uniquement au score de l'adversaire. L'adversaire peut, par exemple, obtenir deux lay-ups ouverts, mais s'il avait six possessions pour réaliser un tir sous pression, la défense tout terrain pourrait être considérée comme étant une réussite.

⁸ Une défense "pack line" est une défense homme à homme destinée à arrêter la balle qui pénètre dans la raquette, en particulier les dribbles de pénétration.

2.3 COMMUNICATION

2.3.1 GESTION DES MÉDIAS

Dans certaines équipes (surtout dans les ligues professionnelles), les médias peuvent être constamment présents et distraire les joueurs et les entraîneurs.

Dans d'autres équipes (p. ex., équipes juniors), les médias peuvent être relativement absents et l'entraîneur peut avoir pour mission d'attirer leur attention.

Facteurs importants à prendre en considération pour gérer les médias:

- Autorité clairement définie – Qui a le droit de faire des commentaires? Si une personne extérieure est interrogée sur un sujet, elle doit tout simplement répondre "pas de commentaire";
- Messages clés – Avoir un avis sur un sujet et le répéter lors de toutes les rencontres avec les médias;
- Briefing – Il est important pour le club (et cela peut ne pas relever de la responsabilité de l'entraîneur) de s'assurer que les personnes susceptibles d'être interrogées soient briefées sur les sujets;
- Accessibilité – Parfois, les entraîneurs peuvent être tentés d'arrêter les joueurs qui interagissent avec les médias, surtout si cela est perçu comme une distraction pour les joueurs. En la matière, l'entraîneur doit comprendre les obligations du club ou de la ligue en ce qui concerne la disponibilité des joueurs. Le fait d'exclure les médias peut également attirer davantage leur attention;
- Solidarité – Les entraîneurs et les joueurs ne doivent pas se servir des médias pour exprimer leurs plaintes au sein de l'équipe, même si les médias inciteront certainement à de tels commentaires;
- Respect – Tout ce qui est révélé aux médias arrivera aux oreilles des adversaires, et les entraîneurs (ainsi que les joueurs) doivent éviter tout commentaire pouvant manquer de respect aux adversaires. Ces derniers pourraient utiliser ces commentaires comme source de motivation;
- Réflexion – Les entraîneurs seront souvent interrogés juste après le match (ou même pendant), ce qui peut être un moment de grande émotion. Dans de telles situations, les entraîneurs peuvent se révéler être francs (p. ex., "on n'a pas bien joué aujourd'hui", "on a été dépassés et on doit travailler là-dessus", etc.). Toutefois, les entraîneurs doivent être prudents et ne pas faire de critique personnelle ni tirer de conclusions concernant le match. Ils doivent garder ces remarques pour l'analyse qu'ils feront avec l'équipe.

Les entraîneurs doivent s'entraîner aux techniques d'interview, car ils seront probablement contactés par les médias. Au lieu de les éviter (pour eux-mêmes et les joueurs), les entraîneurs doivent prévoir certains créneaux pour le contact avec les médias.

Si l'équipe ne fait pas partie d'une ligue et n'attire pas l'attention des médias, l'entraîneur peut jouer un rôle afin d'attirer leur attention. Pour ce faire, il peut:

- fournir aux médias un résumé écrit après les matchs (qui servira de base pour un article). Ce résumé ne doit pas uniquement parler de sa propre équipe, mais également mentionner les bonnes performances de l'adversaire;
- fournir une photo (ou un montage vidéo);
- fournir une histoire au-delà des résultats du match – par exemple, les performances des joueurs locaux à un niveau régional ou national intéressent souvent les médias;
- fournir des informations constamment, que les résultats de l'équipe soient bons ou mauvais.

APPROFONDIR

1. Quelle est votre vision de l'équipe? Pensez-vous que d'autres membres de l'équipe connaissent votre vision et la partagent? Discutez-en avec eux.
2. Discutez avec un collègue entraîneur de sa façon de préparer un programme annuel et des différences entre vos approches.
3. Si vous étiez l'entraîneur d'une équipe U18 dans votre club, comment d'autres entraîneurs juniors influents du club (du groupe d'âge inférieur) pourraient-ils aider à mettre en place une stratégie offensive et défensive pour le club?
4. Appliqueriez-vous une stratégie défensive avant une stratégie offensive? Parlez-en avec un collègue.

NIVEAU 3



L'ENTRAÎNEUR

CHAPITRE 3

DÉVELOPPEMENT

CHAPITRE 3

DÉVELOPPEMENT

3.1 COMPRÉHENSION DU JEU

- 3.1.1 Intégration des tendances internationales et réaction face à ces tendances 47

3.2 STYLE D'ENTRAÎNEMENT ET PHILOSOPHIE

- 3.2.1 DLTA - Compréhension du modèle de DLTA 49

3.3 DÉVELOPPEMENT PERSONNEL DE L'ENTRAÎNEUR

- 3.3.1 Création du programme de développement de l'entraîneur 51
Approfondir 53

3.1 COMPRÉHENSION DU JEU

3.1.1 INTÉGRATION DES TENDANCES INTERNATIONALES ET RÉACTION FACE À CES TENDANCES

Les entraîneurs intègrent généralement les tactiques offensives et défensives vues chez d'autres équipes, en s'inspirant soit des équipes contre lesquelles ils ont joué, soit des matchs qu'ils ont regardés.

Les entraîneurs doivent toutefois garder à l'esprit un certain nombre de recommandations:

1. **Se concentrer sur la mise en pratique des connaissances et non sur le modèle de jeu**

De nombreux entraîneurs commettent l'erreur de faire jouer leur équipe selon un "modèle" spécifique sans se concentrer sur la capacité des joueurs à prendre de bonnes décisions et à mettre en pratique leurs connaissances techniques du jeu. À titre d'exemple, intéressons-nous aux Spurs de San Antonio qui utilisent une tactique appelée "Zipper" qui se révèle être relativement simple.

Pour les Spurs, l'efficacité ne vient pas de l'endroit où la coupe est exécutée ni de celui où l'écran est posé, mais de la capacité des joueurs à interpréter les actions des défenseurs et à agir pour prendre l'avantage.

Les entraîneurs doivent à tout prix prendre ces connaissances en compte et se baser ensuite sur un modèle de jeu qui servira de cadre. Le "Zipper" implique un écran. La première fois, le joueur qui coupe (ou "cutter") peut contourner l'écran (car le défenseur n'arrive pas à

le suivre), mais si le défenseur change de tactique (p. ex., il passe sous l'écran), le joueur qui coupe doit réagir de façon adéquate (p. ex., il s'écarte de la pression défensive).

2. **Savoir quel modèle convient à votre équipe**

Chaque équipe a ses forces et ses faiblesses. Avant de décider de suivre un modèle de jeu, l'entraîneur doit déterminer si ce dernier convient aux joueurs. De nombreuses équipes utilisent les écrans sur le porteur de balle dans leur attaque, ce qui nécessite des joueurs doués pour le dribble de pénétration. En l'absence de tels joueurs, vous privilégieriez sans doute un autre modèle de jeu.

3. **Savoir s'il s'agit d'un jeu ou d'une "interprétation"**

Ce point nous ramène au point 1, notamment si un entraîneur propose un modèle de jeu en s'inspirant du repérage ou de l'observation d'une autre équipe. Dans ce cas, l'entraîneur peut avoir observé un cadre général et certaines "interprétations" spécifiques des joueurs.

Lorsqu'il observe le modèle de jeu, l'entraîneur doit également observer ce que fait l'adversaire. S'il relève un modèle de jeu offensif, l'entraîneur doit être attentif:

- Au type de défense utilisée (p. ex., défense homme à homme ou défense de zone, prise à deux ou défense pénétrante, etc.);
- À la position de certains défenseurs (p. ex., un joueur qui pose un écran sur le porteur de balle peut "faire glisser" l'écran lorsque les défenseurs font une prise à deux sur le porteur). Le mouvement change-t-il si les actions des défenseurs sont différentes?
- À tout signe verbal ou visuel de la défense (p. ex., certaines équipes annoncent "rouge" pour signaler une prise à deux);
- Au moment de l'horloge des 24 secondes lors duquel a été effectuée l'action. Le mouvement change-t-il en fonction du temps restant à l'horloge?

4. Comprendre ce qui fait l'efficacité de l'action principale

Une fois de plus, il s'agit d'observer toute une équipe plutôt qu'une certaine partie du match. L'entraîneur pourrait par exemple vouloir intégrer à ses propres tactiques une défense au poste. Toutefois, il doit d'abord comprendre la position des autres défenseurs (p. ex., ligne d'aide derrière le joueur de poste), les principes de rotation défensive utilisés par l'équipe, etc.

Afin d'être bien préparés, les entraîneurs doivent également pouvoir réagir aux tendances présentes chez les équipes adverses. Au lieu d'adopter une stratégie spécifique pour faire face à un type de jeu particulier, ils peuvent mettre l'accent sur les principes de base du jeu (p. ex., faire une prise à deux sur un écran sur le porteur de balle). L'entraîneur doit également tenir compte de la réaction éventuelle de l'adversaire.

À titre d'exemple, lors d'une prise à deux sur un écran sur le porteur de balle, le poseur d'écran pourrait couper au panier et l'entraîneur devra donc déterminer une rotation appropriée pour défendre ce joueur.

3.2 STYLE D'ENTRAÎNEMENT ET PHILOSOPHIE

3.2.1 DLTA - COMPRÉHENSION DU MODÈLE DE DLTA

Le modèle de développement à long terme de l'athlète (DLTA) constitue un cadre physiologique visant à gérer l'attention, l'intensité et le type d'entraînement des athlètes lors de leur développement de l'adolescence à l'âge adulte.

Les entraîneurs doivent avoir une vision à long terme du développement de leurs athlètes. C'est la raison pour laquelle chaque joueur devrait avoir l'occasion de jouer à tous les postes. En effet, l'un des objectifs principaux des entraîneurs de jeunes athlètes consiste à leur donner le goût du basketball afin qu'ils continuent à jouer à long terme.

ÉTAPES DU MODÈLE DE DLTA DE BASE

L'objectif global du cadre du DLTA consiste à :

1. permettre aux participants de s'amuser, de garder la forme, d'entretenir des liens sociaux et de s'épanouir dans un univers entièrement dédié au sport; et
2. à offrir des possibilités de compétition appropriées sur le plan du développement, et de permettre aux joueurs d'atteindre l'excellence sportive.

L'approche de base du DLTA compte sept étapes:1

- Étape 1: enfant actif (0 à 6 an[s])
- Étape 2: s'amuser grâce au sport (filles 6 à 8 ans, garçons 6 à 9 ans)
- Étape 3: Apprendre à s'entraîner (filles 8 à 11 ans, garçons 9 à 12 ans)

- Étape 4: S'entraîner à s'entraîner (filles 11 à 15 ans, garçons 12 à 16 ans)
- Étape 5: S'entraîner à la compétition (filles 15 à 21 ans, garçons 16 à 23 ans)
- Étape 6: S'entraîner à gagner (filles 18+, garçons 19+)
- Étape 7: Vie active (participants de tous âges)

Les étapes 1 à 3 ont pour but de développer la littératie physique avant la puberté pour permettre aux enfants d'acquérir les compétences de base pour rester actifs pour la vie. La littératie physique englobe une grande variété de mouvements (course, saut, etc.) ainsi que des habiletés sportives élémentaires (lancer, rattraper, etc.)

Au fil de ces étapes, les enfants peuvent également décider de s'engager dans des activités physiques, des loisirs ou des activités sportives et, s'ils n'y trouvent aucun plaisir, ils seront clairement moins susceptibles de pratiquer une activité physique.

Ces étapes permettent également de poser les bases pour les jeunes qui souhaitent poursuivre un entraînement d'"élite" dans un sport spécifique.

⁹ This section is drawn from Long-Term Athlete Development 2.0 published by Canadian Sport for Life (for further information see www.LTAD.ca or www.canadiansportforlife.ca)

Plus important encore, la littératie physique est influencée par l'âge de l'individu, mais aussi par des facteurs tels que la maturation et les capacités. Les entraîneurs ne doivent pas simplement séparer les joueurs selon leur âge, mais aussi veiller à les "associer" en tenant compte de leur maturation physique et des facteurs sociaux (p. ex., jouer avec des amis).

Les étapes 4 à 6 sont axées sur la spécialisation d'"élite" qui permet aux athlètes d'atteindre l'excellence. Le basketball constitue une spécialisation relativement tardive puisque les habiletés nécessaires doivent être acquises avant la puberté.

DES OCCASIONS POUR TOUS LES JOUEURS

"L'identification de talent" est une science très inexacte. Pour chaque "règle" (p. ex., "les joueurs doivent être grands et athlétiques pour réussir au basketball"), il existe des exceptions (Muggsy Bogues et Spud Webb ont tous deux joué pour la NBA et mesuraient moins de 183 cm!).

Alors que la science raffole des moyennes et des modèles "types", en réalité, peu de joueurs entrent dans ces variables. Les entraîneurs doivent donc donner l'occasion de pratiquer ce sport au plus grand nombre de joueurs possible.

Chaque fédération nationale définit une voie pour les athlètes, et les entraîneurs doivent la connaître. Ils peuvent obtenir des informations en discutant avec d'autres entraîneurs ou en s'adressant à la fédération et doivent encourager les joueurs à participer à de tels programmes.

Les entraîneurs des joueurs juniors doivent également tenir compte de "l'âge relatif". En effet, le rythme de maturité physique varie d'un joueur à l'autre et les entraîneurs pourraient confondre maturité physique et talent. Les joueurs plus forts physiquement réussiront généralement à un niveau junior en raison de cette différence physique. Cependant, les autres joueurs qui évoluent aussi bien physiquement que mentalement pourraient devenir meilleurs que les joueurs initialement plus doués.

De plus, les entraîneurs doivent prendre en considération les recommandations suivantes au moment de sélectionner les joueurs et de les entraîner:

1. Faites évoluer tous les joueurs de la même manière. Ces derniers présentant chacun un type de talent et des niveaux de compétences différents, l'entraîneur doit leur donner à tous l'occasion de développer tous les aspects du jeu.

2. Ne sélectionnez pas les joueurs en vous basant sur l'année précédente. Choisir les joueurs qui feront partie de votre équipe peut se révéler être une décision ardue, surtout lors d'essais mettant les joueurs en concurrence. Certains joueurs seront probablement connus de l'entraîneur (car ce dernier les aura entraînés ou déjà vus jouer), d'autres pourraient avoir participé à de précédents essais sans être sélectionnés et d'autres encore seront inconnus de l'entraîneur. Observez surtout les joueurs que vous n'avez pas sélectionnés l'année précédente et que vous n'avez jamais vus afin d'avoir une vision actualisée de leurs aptitudes.
3. Sélectionnez les joueurs selon ce que vous pensez pouvoir leur apprendre et non selon leurs connaissances actuelles.
4. Si vous ne sélectionnez pas un joueur, donnez-lui des conseils pratiques concernant les points à améliorer. Rater les sélections motivera généralement les joueurs à "travailler leur jeu".

Lors des sélections, les entraîneurs peuvent appliquer le système des "feux de signalisation", surtout lorsqu'ils assistent à plusieurs sessions.

Selon ce système, dans un premier temps, les entraîneurs classent les joueurs comme suit

- feu vert (progrès certain, prochaine étape de la sélection);
- feu rouge (niveau insuffisant pour être sélectionné);
- feu orange (incertain).

Suite à cette première évaluation, l'entraîneur doit prendre le temps d'évaluer les joueurs ayant reçu un "feu orange".

Soyez exigeant avec vos athlètes, mais restez cohérent par rapport à leur niveau de maturité physique. Si vous avez des doutes sur leurs aptitudes potentielles, demandez conseil.

3.3 DÉVELOPPEMENT PERSONNEL DE L'ENTRAÎNEUR

3.3.1 CRÉATION DU PROGRAMME DE DÉVELOPPEMENT DE L'ENTRAÎNEUR

Qu'il entraîne des joueurs novices ou confirmés, on attend de l'entraîneur qu'il reste "contemporain" par rapport à la matière qu'il enseigne et à la façon dont il l'enseigne.

Tous les entraîneurs doivent investir dans leur propre développement et cela peut nécessiter des ressources financières et du temps.

Avant d'envisager des activités de développement spécifiques, l'entraîneur doit penser à ses qualités professionnelles puisque cela pourrait l'aider à évaluer les occasions particulières susceptibles de se présenter.

Tout programme de développement doit débuter par une évaluation des forces et des faiblesses de l'entraîneur.

L'entraîneur peut déterminer les points qu'il souhaite améliorer tels que les aspects techniques du jeu, la façon dont il enseigne certains aspects du jeu ou d'autres points non spécifiques au basketball (p. ex., leadership, budgétisation, gestion du temps, éléments clés de l'entraînement, etc.).

Lorsqu'il tente de déterminer les points qu'il doit lui-même améliorer, l'entraîneur doit se poser les questions suivantes:

- Les joueurs qui ont quitté le programme cherchaient-ils quelque chose de précis qu'ils n'ont pas trouvé dans le programme?
- Est-ce que je parcours habituellement tout mon programme d'entraînement? Pourrais-je le rendre plus efficace?
- Quels sont les joueurs avec lesquels je n'avais pas de bons rapports? Quelle était leur personnalité? Ai-je essayé différentes méthodes pour tisser des liens avec ces athlètes?
- Les concepts de l'équipe n'ayant pas bien été intégrés pourraient-ils être enseignés différemment?
- Suis-je satisfait de la culture et de l'éthique de travail de l'équipe et des différents joueurs? Comment puis-je améliorer ce point au sein de l'équipe?
- Mes entraîneurs adjoints s'impliquent-ils activement dans la planification et le déroulement des entraînements? Pourraient-ils s'impliquer davantage?

Sur base de cette réflexion, l'entraîneur peut déterminer les points à améliorer et discuter avec des collègues entraîneurs afin de savoir comment approfondir leurs connaissances dans ces domaines et de mieux les comprendre.

En outre, l'entraîneur peut discuter avec des entraîneurs avec qui il a déjà travaillé ou avec d'anciens joueurs pour avoir leurs impressions quant à l'efficacité des entraînements, savoir s'ils les ont appréciés et savoir ce qu'ils pensent être leurs points forts.

Au-delà de la réflexion personnelle, l'avis de collègues ou de mentors au sujet des points à améliorer peut être très bénéfique pour l'entraîneur et l'aider à réaffirmer les points déjà soulevés ou à en soulever d'autres. L'entraîneur doit être à l'écoute des remarques et s'entretenir avec des personnes qui lui donneront un avis sincère et ne se contenteront pas de lui répéter leurs propres réflexions.

La liste d'activités pouvant être incluses dans leur programme de développement est presque illimitée. Après avoir défini leur objectif, l'entraîneur peut comparer plusieurs activités en fonction de ce qu'il souhaite accomplir. Plusieurs types d'activités sont à envisager:

- Suivre un programme d'études à l'université ou dans l'enseignement supérieur;
- Suivre un cours d'accréditation ou s'inscrire dans une clinique de coaching ;
- Observer un autre entraîneur ou travailler avec lui (dans le domaine du basketball ou non);
- Avoir un mentor qui observera l'entraîneur et lui fera part de ses remarques;
- Observer un professionnel respecté dans un autre domaine ou travailler avec lui (p. ex., passer du temps avec un chef d'entreprise afin d'observer la façon dont il gère son équipe);
- Lire des livres ou des articles;
- Participer à d'autres programmes, surtout si ceux-ci adoptent une approche différente (p. ex., programme d'une autre région);
- Participer à des forums et à des groupes de discussion.

Mettre sur papier ce que vous faites et la raison pour laquelle vous le faites et en parler avec d'autres personnes est sans doute le point le plus important du programme de développement. Quand on a une vie active, on remet facilement à plus tard les activités de développement ou on en fait tout simplement l'impasse par manque de temps. L'entraîneur doit donc mettre au point des stratégies pour l'aider à se responsabiliser et à suivre le programme.

APPROFONDIR

1. Actuellement, comment vous tenez-vous au courant des tendances internationales en matière de basketball? Discutez avec un collègue entraîneur de sa façon de procéder.
2. Quelle est, selon vous, la tendance la plus importante du moment dans le basketball international? Partagez vos réponses avec un collègue entraîneur. Comment réagiriez-vous face à cette tendance? (P. ex., s'il s'agit d'une tendance offensive, comment la défendriez-vous?)
3. Êtes-vous impliqué dans les programmes de développement des talents de votre région? Comment pourriez-vous vous impliquer davantage?
4. Pensez à une équipe junior que vous avez sélectionnée. Avez-vous sélectionné les joueurs selon leurs compétences de l'époque ou selon leur potentiel?
5. Discutez avec un collègue entraîneur des critères recherchés lorsque vous évaluez le potentiel d'un athlète. Existe-t-il des consignes fournies par votre club/région/fédération susceptibles de vous aider?

NIVEAU 3



L'ENTRAÎNEUR

CHAPITRE 4

GESTION

CHAPITRE 4

GESTION

4.1 AIDER LES ATHLÈTES À SE PRENDRE EN CHARGE

4.1.1	Agents pour joueurs	57
4.1.2	Découvreurs de talent de l'université/ d'établissement d'enseignement supérieur	59

4.2 CONTRATS

4.2.1	Présentation des contrats	62
	<i>Approfondir</i>	63

4.1 AIDER LES ATHLÈTES À SE PRENDRE EN CHARGE

4.1.1 AGENTS POUR JOUEURS

La FIBA exige des agents sportifs représentant un joueur de basketball qu'ils soient agréés par la FIBA et que tout entraîneur contacté par un agent de joueurs commence par demander des précisions sur son agrément.

AGENTS DE JOUEURS

Un entraîneur peut également vérifier le fait de savoir si un agent est agréé ou non en consultant le site Internet de la FIBA (www.fiba.com).

Un entraîneur doit tâcher de ne pas conseiller des joueurs sur les éventuelles négociations qu'ils pourraient mener avec un club, mais doit vivement leur recommander de se faire conseiller!

La FIBA utilise un contrat standard pour joueurs; l'entraîneur doit indiquer à tout joueur qu'il peut en obtenir un exemplaire, ainsi que d'autres informations, sur le site Internet de la FIBA. Outre le contrat standard, la FIBA dispose de précisions sur les stipulations devant figurer dans un contrat pour joueurs. Les joueurs et les clubs ne sont pas tenus d'avoir recours au contrat standard, mais il est conseillé aux joueurs de s'assurer qu'un contrat contient les diverses stipulations recommandées par la FIBA.

Un joueur menant des pourparlers avec un agent pour joueurs est susceptible d'être distrait. Cette situation peut être attrayante pour le joueur, mais peut également détourner l'attention qu'il accorde à son équipe. Pendant les tournois, l'entraîneur doit notamment demander aux agents de ne pas

approcher des joueurs et demander également à ces derniers de reporter tout entretien à un moment après un tournoi.

Les informations figurant ci-dessous et portant sur les Agents pour joueurs ont également été préparées par la FIBA à l'intention des joueurs; les entraîneurs peuvent les remettre aux joueurs envisageant de faire appel à un agent:

COMMENT UN AGENT PEUT-IL APPORTER SON AIDE?

Au fur et à mesure que votre carrière avance, il se peut que vous soyez de plus en plus sollicité. Le plus grand nombre de compétitions, d'interventions pour les médias, d'allocutions prévues et d'exigences liées aux voyages sont susceptibles de ne plus vous laisser suffisamment de temps pour développer et maintenir vos compétences sur le terrain.

Un agent peut vous aider à optimiser le temps dont vous disposez en vous représentant par les méthodes suivantes:

- Comprendre votre valeur sur le marché du basketball et négocier avec l'équipe de gestion pour que vous soyez payé ce que vous valez;

- Comprendre vos besoins et objectifs pour négocier la durée de votre contrat ainsi que le salaire et les avantages supplémentaires pouvant vous être accordés;
- Identifier, chercher et obtenir des sources de revenus supplémentaires par des publicités, des apparitions, des prises de parole, etc.

Certains agents peuvent également donner des conseils juridiques et/ou financiers, mais il convient de réfléchir à certains aspects importants avant d'accorder un pouvoir excessif à une personne.

QUAND AVEZ-VOUS BESOIN D'UN AGENT?

La première étape consiste à étudier le fait de savoir si vous avez réellement besoin des services d'un agent.

Comme les éléments figurant ci-dessus l'indiquent, les agents peuvent participer, en votre nom, au travail de recherche et de négociation réalisé par rapport à des sources de revenus supplémentaires et vous accordent ainsi plus de temps pour vous focaliser sur les performances que vous réalisez sur le terrain.

Cependant, si votre carrière n'est pas au stade où des contrats de sponsoring et de complexes négociations contractuelles perturbent vos performances, il vaudrait alors mieux que vous ne réalisiez pas un investissement financier dans les services d'un agent.

Afin de mieux identifier vos besoins, posez-vous les questions suivantes: si vous répondez oui à toutes les questions ou à la plupart d'entre elles, une collaboration avec un agent peut alors être un bon choix:

- Pourrais-je bénéficier d'une aide dans la négociation du contrat et/ou du salaire m'étant accordés par mon équipe actuelle (ou dans la recherche d'une nouvelle équipe)?
- Des engagements en dehors du terrain (par exemple, des apparitions publiques, des déplacements, etc.) prennent-ils sur le temps nécessaire à l'entraînement, au jeu et au développement de mes performances sur le terrain?
- Est-ce que je dispose de contrats de sponsoring (ou est-ce que je cherche à en obtenir un)?
- Aimerais-je bénéficier de sources de revenus supplémentaires en lien avec ma carrière (p. ex., des publicités, des tournées de prises de parole, etc.)?
- Ma carrière est-elle à un stade où j'ai besoin d'aide pour gérer toutes les précisions accompagnant des revenus supplémentaires, des opportunités supplémentaires et le fait d'être contacté par rapport à divers engagements en dehors du terrain?

Il existe un livret complet que vous pouvez télécharger (gratuitement) à partir du site Internet de la FIBA (www.fiba.com).

4.1.2 DÉCOUVREURS DE TALENT DE L'UNIVERSITÉ/D'ÉTABLISSEMENT D'ENSEIGNEMENT SUPÉRIEUR

DÉCOUVREURS DE TALENT DE L'UNIVERSITÉ/D'ÉTABLISSEMENTS D'ENSEIGNEMENT SUPÉRIEUR

Dans les établissements d'enseignement supérieur et les universités, les joueurs ont souvent l'occasion de pratiquer le basketball, notamment en Amérique du Nord (États-Unis et Canada). Un grand nombre d'entraîneurs d'établissements d'enseignement supérieur assistent à des tournois pour juniors afin d'observer les joueurs. Ils s'entretiennent fréquemment avec des entraîneurs pour se renseigner sur un joueur. Les organes de direction d'un établissement d'enseignement supérieur (p. ex., la NCAA) disposent de règles très spécifiques sur le moment où ils peuvent prendre contact avec les joueurs.

Il existe également plusieurs organismes facturant souvent des frais élevés pour offrir aux joueurs des services les aidant à trouver une place au sein d'un programme proposé par un établissement d'enseignement supérieur. Encore une fois, les entraîneurs doivent demander à ce que les entraîneurs d'établissements d'enseignement supérieur et les découvreurs de talent ne contactent pas les joueurs pendant des tournois.

Les règles relatives aux termes d'admission à observer pour s'inscrire à l'université et/ou dans un établissement d'enseignement supérieur et les conditions spécifiques d'admission permettant de jouer dans une université et/ou un établissement d'établissement supérieur (notamment les Divisions 1 et 2 de la NCAA) sont complexes et changent fréquemment. Les entraîneurs ne doivent pas tenter de conseiller leurs joueurs et doivent leur recommander de

bien se renseigner. Les établissements d'enseignement supérieur et/ou les universités emploient des responsables des admissions et de la conformité qui collaborent avec le service des athlètes pour aider les futurs étudiants-athlètes dans ce processus.

Avant qu'un joueur ne décide de jouer dans un établissement d'enseignement supérieur, il doit établir clairement les voies existant au sein de sa propre fédération nationale et l'entraîneur peut l'aider à obtenir davantage d'informations à ce sujet.

Il est présenté, ci-dessous, quelques conseils que les entraîneurs peuvent transmettre aux joueurs envisageant de jouer dans un établissement d'enseignement supérieur ou une université des États-Unis.

Il est très important que l'étudiant-athlète et l'établissement d'enseignement supérieur et/ou l'université puissent trouver ce qui leurs conviennent réellement. Cette approche inclut l'aptitude de l'étudiant-athlète à réussir tant en cours que sur le terrain.

QUELS SONT LES RENSEIGNEMENTS QU'UN JOUEUR DOIT OBTENIR SUR L'ÉTABLISSEMENT D'ENSEIGNEMENT SUPÉRIEUR/L'UNIVERSITÉ?

Étudier dans une institution américaine est une expérience de vie, surtout pour les joueurs ne vivant pas aux États-Unis. Il s'agit d'une vie menée dans un autre pays! Quoi que vous ayez pu voir à la télévision sur les États-Unis, y vivre est une chose différente. Plusieurs établissements américains d'enseignement supérieur se situent dans des villes étroitement liées à

l'établissement en cause. Certains se trouvent dans de grandes villes, tandis que d'autres sont dans des petites villes rurales. Avant de décider de vous inscrire dans un établissement d'enseignement supérieur ou une université, vous devez obtenir certains renseignements sur cet établissement ou cette université.

QUESTIONS D'ORDRE GÉNÉRAL SUR L'ÉTABLISSEMENT D'ENSEIGNEMENT SUPÉRIEUR OU L'UNIVERSITÉ?

- Combien d'étudiants sont inscrits à l'établissement d'enseignement supérieur/ l'université?
- Combien d'étudiants internationaux sont inscrits à l'établissement d'enseignement supérieur/ l'université?
- Quelle est la composition socio-économique des étudiants inscrits à l'établissement d'enseignement supérieur/ l'université?
- L'établissement d'enseignement supérieur/ l'université entretient-il des liens avec des organisations ou des institutions religieuses?
- L'établissement d'enseignement supérieur/ l'université est-il/elle une institution publique ou privée?

LA VILLE OÙ L'ÉTABLISSEMENT D'ENSEIGNEMENT SUPÉRIEUR OU L'UNIVERSITÉ SE TROUVE?

- Quelle est la température moyenne?
- À quelle distance se situe la grande ville la plus proche?
- Quels sont les groupes culturels les plus importants de la ville?
- Quels sont les principaux secteurs économiques de la ville?

ÉTUDIER À L'ÉTABLISSEMENT D'ENSEIGNEMENT SUPÉRIEUR OU À L'UNIVERSITÉ?

- L'établissement d'enseignement supérieur /l'université propose-t-il un cursus que vous aimeriez étudier?
- La qualification délivrée par l'établissement d'enseignement supérieur/l'université est-elle reconnue par votre pays?
- Quels sont les programmes d'aide universitaire mis à la disposition des étudiants-athlètes?
- Quel est le nombre d'heures-crédits pris par les joueurs pendant et en dehors de la saison? Quelle est la durée nécessaire à l'obtention de leur diplôme?
- Existe-t-il une école d'été? Si un joueur doit s'inscrire à une école d'été, sera-t-elle payée par l'établissement d'enseignement supérieur /l'université? (Cette pratique est courante car l'entraînement exige des athlètes qu'ils soient inscrits à certains modules de l'école d'été).
- L'établissement d'enseignement supérieur/l'université est-il/elle reconnu(e)?

LA VIE DANS L'ÉTABLISSEMENT D'ENSEIGNEMENT SUPÉRIEUR OU À L'UNIVERSITÉ?

- Quelle est la journée type passée par un étudiant-athlète? (Le nombre d'heures passées en cours et à l'entraînement).
- Combien d'étudiants partagent une chambre dans les résidences universitaires? (Un grand nombre des résidences universitaires sont des dortoirs, donc vous aurez un camarade de chambre!).
- Les résidences universitaires sont-elles mixtes (hommes et femmes)?
- Les résidences universitaires disposent-elles de salles d'étude?
- Les résidences universitaires disposent-elles de salles de bains communes et d'une buanderie?
- La plupart des étudiants-athlètes vivent-ils sur le campus?

QUESTIONS À POSER À L'ENTRAÎNEUR RECRUTANT UN JOUEUR?

À chaque fois que vous discutez avec un entraîneur tentant de vous recruter, n'oubliez pas qu'il s'entretient avec plusieurs athlètes et qu'il essaie de vous inciter à vous inscrire dans son établissement d'enseignement supérieur.

Vous pourriez lui poser les questions suivantes:

LE JEU AU SEIN DE L'ÉQUIPE

- Quelle est la philosophie de votre programme?
- Quels sont les postes qui pourront m'être affectés dans votre équipe?
- Ferais-je l'objet d'une interdiction pendant ma première saison (c.-à-d. ne pas être autorisé à jouer)?
- Quelles sont vos attentes pour l'entraînement et le conditionnement?
- Combien d'athlètes sortent diplômés de votre programme? (Ce point est un indicateur sur l'importance accordée par l'entraîneur aux études).
- L'équipe utilise-t-elle un système ou mode de jeu particulier?
- Qui sont les autres joueurs figurant sur votre planning et susceptibles d'être en concurrence par rapport au même poste?
- Quelle est la durée de jeu que vous pensez m'accorder? (Méfiez-vous de tout entraîneur vous garantissant un poste de départ).

À PROPOS DE L'ENTRAÎNEUR

- Comment décririez-vous votre style d'entraînement?
- À quel moment le contrat de l'entraîneur principal prend fin et combien de temps a-t-il l'intention de rester?
- Si je suis gravement blessé pendant une compétition, qui sera tenu au paiement de mes dépenses médicales?

À PROPOS DE LA BOURSE

- Quel est le type de bourse offerte? Est-elle complète, partielle, sportive ou universitaire?
- Quels sont les éléments inclus dans la bourse: la pension, les frais d'inscription, les repas, le matériel, les chaussures, etc. ?
- Qui est tenu au paiement des déplacements à destination et en provenance des États-Unis?
- Comment mettre un terme au versement de la bourse si j'ai le mal du pays ou si je ne suis pas heureux à l'établissement d'enseignement supérieur / l'université? Plus particulièrement, existe-t-il une obligation de remboursement de la bourse ?
- Quelles sont les notes universitaires dont j'ai besoin (notations SAT/ACT et Moyenne des notes) pour être admis dans l'établissement d'enseignement supérieur ou à l'université?
- Quelle Moyenne des notes dois-je avoir pour pouvoir conserver la bourse?
- La bourse est-elle accordée pour quatre ans ou est-elle attribuée tous les ans?

QUE DOIS-JE FAIRE SI UN DÉCOUVREUR DE TALENT/ ENTRAÎNEUR ME CONTACTE?

Vous pouvez répondre à des questions et fournir des informations à l'entraîneur sur les équipes avec lesquelles vous avez joué, etc. Cependant, les joueurs sont encouragés à ne pas prendre d'engagement avant d'obtenir toutes les informations dont ils ont besoin.

LE NIVEAU DE BASKETBALL D'UN JOUEUR S'AMÉLIORERA-T-IL DANS LE CADRE DU PROGRAMME D'UN ÉTABLISSEMENT D'ENSEIGNEMENT SUPÉRIEUR?

Un établissement d'enseignement supérieur ou une université peut être un bon moyen permettant d'améliorer votre jeu. La plupart des programmes proposés par les établissements d'enseignement supérieure et les universités comprennent un entraînement quotidien commençant à la date de départ de la période officielle de basketball (début novembre) jusqu'à la fin de la saison (mars).

La NCAA restreint les contacts que les entraîneurs peuvent avoir avec les joueurs à la fois pendant et en dehors de la saison. En dehors de la saison, il se peut que vous ne puissiez pas bénéficier d'un grand nombre de sessions

d'entraînement. L'entraîneur principal du programme de basketball d'un établissement d'enseignement supérieur ou d'une université est généralement employé à temps plein et fait souvent l'objet d'une pression considérable pour créer des équipes gagnantes. La conséquence de cette situation est que certains entraîneurs ne se focalisent pas sur le développement global des athlètes, mais ont pour simple objectif d'essayer de gagner.

Un grand nombre d'entraîneurs d'établissements d'enseignement supérieur ont recours à des « systèmes » très stricts attribuant des fonctions particulières (et parfois très limitées) à des joueurs.

Tous les entraîneurs n'observent pas ces pratiques, mais ceux qui y adhèrent ne seront pas susceptibles de développer votre jeu considérablement.

Les règles de basketball d'un établissement d'enseignement supérieur et d'une université diffèrent également de certaines des règles énoncées par la FIBA (p. ex., pour un chronomètre des tirs plus long [35 secondes]), la ligne plus proche des 3 points); pour votre développement, il serait préférable de jouer en vertu des règles de la FIBA.

QUAND POURRAIS-JE COMMENCER MON CURSUS DANS L'ÉTABLISSEMENT D'ENSEIGNEMENT SUPÉRIEUR OU À L'UNIVERSITÉ?

L'année universitaire américaine débute en août ou septembre de chaque année. Il est possible de commencer « en cours d'année » (p. ex., en janvier), bien que cette pratique soit inhabituelle.

POUR EN SAVOIR PLUS

Pour que les futurs étudiants-athlètes puissent bénéficier d'une aide, ils peuvent consulter les ressources en ligne suivantes:

- NCAA – www.ncaa.org
- NCAA Eligibility Center – www.eligibilitycenter.org
- NAIA Eligibility Center – www.playnaia.org/index.php and www.naia.org
- NJCAA Eligibility Center – www.eligibilitycorner.njcaa.org/
- NCCAA – www.thenccaa.org

4.2 CONTRATS

4.2.1 PRÉSENTATION DES CONTRATS

De nombreux entraîneurs, notamment les juniors, exercent leurs fonctions bénévolement, mais ils ont bien entendu la possibilité d'être payés dans le cadre d'un emploi à temps plein.

Lorsqu'un entraîneur est tenu de signer un contrat, il doit lire ce document attentivement avant de le signer.

Le contrat stipulera les règles régissant la relation entretenue par l'entraîneur avec l'équipe ou l'organisation le recrutant.

Avant la préparation d'un contrat, un entraîneur aura effectué plusieurs entretiens pouvant peut-être avoir lieu avec plusieurs personnes différentes. Il est fort probable que si le contrat n'inclut pas un aspect ayant été discuté, les éléments discutés ne sont alors pas applicables! Par conséquent, il est important que les entraîneurs lisent le contrat et s'assurent qu'il expose tous les éléments qu'il souhaite voir inclus.

Les autres aspects que l'entraîneur doit considérer par rapport au contrat sont les suivants:

- Assurez-vous que vous comprenez les stipulations du contrat. En cas de doute sur une question quelconque, l'entraîneur doit demander des éclaircissements.
- S'agit-il d'un contrat à durée déterminée ou indéterminée? S'il s'agit d'un contrat à durée déterminée, stipule-t-il une option de reconduction et, dans l'affirmative, quelles sont les conditions applicables?
- Assurez-vous que le contrat indique clairement l'identité du supérieur de l'entraîneur et le fondement sur lequel le contrat peut être résilié d'une manière incluant:
 - les périodes de notification s'imposant ;
 - le fondement sur lequel l'entraîneur ou le club peut résilier le contrat (divers motifs peuvent être accompagnés de diverses périodes de notification);
 - le fait de savoir si le contrat restreint l'aptitude de l'entraîneur à mener des entraînements après avoir quitté le club.
- Si le contrat se réfère à d'autres documents (p. ex. d'autres politiques du club), l'entraîneur doit en prendre connaissance.
- La propriété intellectuelle doit être abordée et les droits de l'entraîneur doivent notamment être bien protégés. Il s'agit d'un domaine du droit complexe par rapport auquel l'entraîneur doit obtenir des conseils spécifiques, notamment s'il a l'intention de rédiger des livres, diriger des cliniques ou créer d'autres ressources.
- Assurez-vous que le contrat stipule clairement les obligations de l'entraîneur en dehors du terrain (p. ex. par rapport aux apparitions faites pour les sponsors).
- Le contrat doit énoncer les processus quelconques qui seront utilisés par l'équipe ou l'organisation pour examiner les performances de l'entraîneur et les indicateurs spécifiques de performances que l'entraîneur doit respecter.

L'entraîneur doit également s'assurer que les responsabilités lui incombant soient clairement énoncées, bien que ce niveau de précision puisse ne pas être observé dans le contrat en tant que tel et puisse simplement faire l'objet d'une description. L'entraîneur a-t-il le dernier mot sur les joueurs étant recrutés? Existe-t-il un panel de sélection ou un processus de sélection doit-il être respecté?

APPROFONDIR

1. Une partie des joueurs que vous entraînez aimerait-elle pratiquer le basketball professionnellement ou dans un établissement d'enseignement supérieur? Où obtiennent-ils des informations sur les opportunités qui existent?
2. Quels conseils donneriez-vous à un joueur ayant été contacté par un agent pour joueurs lui proposant ses services? Discutez de votre réponse avec un collègue entraîneur.

NIVEAU 3



LE JOUEUR

CHAPITRE 1

APTITUDES OFFENSIVES AU BASKETBALL

CHAPITRE 1

APTITUDES OFFENSIVES AU BASKETBALL

1.1 PASSES

1.1.1	Passes créatives	67
	<i>Approfondir</i>	69

1.1 PASSES

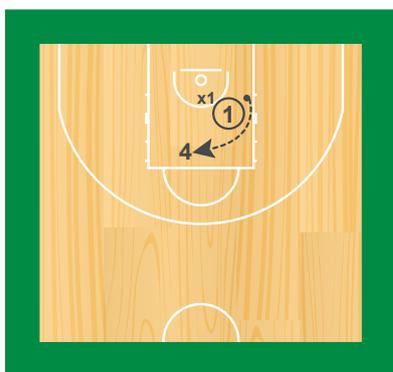
1.1.1 PASSES CRÉATIVES

Platon nous rappelle que "la nécessité, qui est la mère de l'invention" encourage souvent la création d'une voie permettant d'atteindre son objectif.

De la même manière, de nombreux de styles de jeu caractéristiques que l'on observe au basketball n'ont pas été appris, mais simplement inventés par un joueur talentueux qui a trouvé une clé vers le succès.

Les entraîneurs peuvent créer cette opportunité pour les joueurs de la manière suivante:

- Utiliser des exercices contestés dans la pratique dès que possible;
- Faire jouer les joueurs contre des athlètes plus âgés (et faire jouer les filles contre les garçons). Souvent, les athlètes plus âgés sont plus grands, possèdent une plus grande envergure de bras, etc., ce qui complique les passes ou les tirs. Les joueurs doivent donc apprendre à créer de l'espace et à être efficaces;
- Ne pas arrêter les exercices lorsqu'un joueur est "créatif" et exécute une action différemment de la manière dont elle a été enseignée. Laisser l'exercice continuer et permettre aux joueurs d'explorer ce qui fonctionne;
- Si un joueur a une habitude qui, selon l'entraîneur, ne fonctionnera pas pendant les matchs (p. ex., il effectue un mouvement de rotation sans regarder), effectuer un exercice qui mettra en évidence l'action qui ne fonctionnera pas selon l'entraîneur.



LA PASSE DANS LE DOS

La clé de n'importe quelle passe réussie est de comprendre où se trouve la ligne de passe (et de la créer si besoin).

Ici 1 est étroitement défendu par x1 et a 4 "arrières". Dans cette situation, une passe dans le dos peut être très efficace et plus rapide que de s'arrêter et de pivoter.

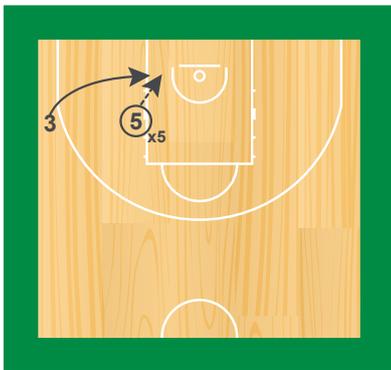
Il est courant que les joueurs commettent l'erreur de tenter une passe dans le dos en "tenant" la balle avec leur main en dessous. Cela résulte souvent d'un sentiment de manque de contrôle de la balle. Pour effectuer une passe réussie, le joueur doit avoir sa main sur le côté de la balle, la pousser dans la direction de son coéquipier (si la main est en dessous de la balle, elle poussera la balle vers le haut).

Envelopper la balle autour de la taille le plus vite possible aidera les joueurs à développer un meilleur sens du contrôle sur la balle et améliorera leur capacité à faire une passe dans le dos.

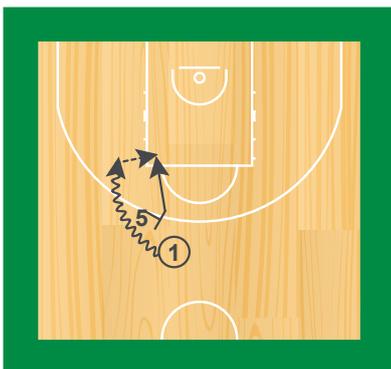
Les joueurs ont parfois des difficultés à faire une passe dans le dos à un coéquipier qui se trouve devant eux. Pour y arriver, le joueur doit détourner son buste de son coéquipier, en créant l'angle de passe entre sa main et le coéquipier.

PASSE À TERRE

Une passe à terre est couramment utilisée lorsque la voie est barrée par plusieurs défenseurs qui laissent peu d'espace. Cette technique s'apparente à simplement lâcher la balle qui sera récupérée par un coéquipier, mais en la lançant exactement dans la trajectoire voulue. La passe est lancée depuis la hanche du passeur.



Un joueur de poste utilisera souvent une "passe à terre" avec un coéquipier qui coupe à côté de lui. Il est important qu'il effectue la passe du côté opposé à son propre défenseur.



La passe à terre est, en outre, souvent utilisée par un dribbleur, en particulier lorsqu'il vient de prendre un écran et qu'il fait une passe au poseur d'écran au moment de couper vers le panier.

FAUSSES PASSES EN DÉPLACEMENT

La devise "simuler une passe pour faire une passe" souligne l'importance des fausses passes pour créer une ligne de passe. Simuler une passe en déplacement est difficile et plus aisé en prenant les mêmes appuis que pour effectuer un lay-up.

Par exemple, lorsque le joueur récupère la balle (en atterrissant sur son premier appui), il simule une passe dans une direction, puis passe la balle dans une autre direction (ou tire) sur le deuxième appui.

L'efficacité de toute fausse passe est accrue en se tournant pour regarder en direction de la passe proposée et/ou en tournant également le buste dans cette direction.

APPROFONDIR

1. Encouragez-vous les joueurs à se montrer “créatifs” ou non? Parlez de votre approche avec un collègue entraîneur.

NIVEAU 3



LE JOUEUR

CHAPITRE 2

PRÉPARATION PHYSIQUE

CHAPITRE 2

PRÉPARATION PHYSIQUE

2.1 FORCE ET MISE EN CONDITION

2.1.1 Programmes individuels de force et de mise en condition 73

2.2 NUTRITION

2.2.1 Utilisation de compléments alimentaires 75

Approfondir 77

2.1 FORCE ET MISE EN CONDITION

2.1.1 PROGRAMMES INDIVIDUELS DE FORCE ET DE MISE EN CONDITION

Les entraîneurs doivent comprendre les exigences de condition physique et de force inhérentes au basketball et peuvent se forger un point de vue sur les domaines dans lesquels un joueur doit s'améliorer.

Cependant, les entraîneurs doivent uniquement proposer des programmes spécifiques pour un joueur s'ils sont expérimentés dans ce domaine. La plupart des entraîneurs ne possèdent pas l'expérience requise.

Ceux qui ne possèdent pas l'expérience requise doivent solliciter l'aide d'entraîneurs valablement qualifiés dans le domaine de force et de mise en condition.

L'entraîneur doit rencontrer l'expert pour s'assurer qu'il possède une bonne compréhension du basketball et de la position du joueur, de sorte à pouvoir concevoir un programme adapté.

L'entraîneur doit travailler avec l'expert et doit en particulier aborder:

- L'emploi du temps du joueur: lorsque la saison débute/se termine et la charge d'entraînement sur le terrain que le joueur assumera à diverses étapes du programme;
- La charge de travail du joueur: l'entraîneur peut avoir à réduire la charge de travail du joueur pendant les périodes intenses pour développer la force et la mise en condition;

- Intégrer la force et la mise en condition dans la pratique: cela peut être effectué par l'expert qui vient assister à l'entraînement ou donne simplement des instructions à l'entraîneur;
- Le nombre de minutes que l'athlète jouera pendant la saison, car leur programme de mise en condition en particulier devra éventuellement être varié. Par exemple, un joueur qui joue seulement quelques minutes à chaque match a besoin d'un programme de mise en condition qui maintient la "mise en condition de jeu".

Bien que les joueurs puissent suivre des programmes distincts, il est souvent utile pour eux de s'entraîner avec des coéquipiers, ce qui peut accroître leur niveau de motivation et peut également encourager un rapprochement des coéquipiers. L'entraîneur doit être préparé (en particulier pendant l'avant saison) pour avoir la possibilité d'aider les joueurs d'accomplir les autres aspects de leur entraînement dans le cadre du calendrier des matchs.

Un programme personnalisé offre divers avantages spécifiques:

- Il peut être personnalisé en fonction des besoins de chaque joueur, en tenant compte de son niveau actuel de forme physique, du rôle qu'il joue au sein de l'équipe et du style de jeu utilisé par l'entraîneur;
- Chaque joueur disposera d'une souplesse et d'une mobilité articulaire différentes (que reflètera son patrimoine génétique ou toute blessure/rééducation antérieure), et les exercices peuvent être sélectionnés pour améliorer les facteurs qui doivent être perfectionnés en tenant compte de ces limites;
- Il peut être intégré dans des mouvements "propres au sport";
- Il peut fixer des objectifs qui s'appuient sur des "normes" objectives (lorsque des données sont disponibles) et des objectifs spécifiques à chaque athlète. Les athlètes considéreront souvent ces derniers comme plus réalistes et accessibles;
- Le programme reflètera le niveau d'expérience et de compétence de chaque athlète. Par exemple, il est souvent recommandé que les athlètes évitent les appareils de musculation tant qu'ils ne maîtrisent pas les techniques de base et n'ont pas développé la force nécessaire pour utiliser ces machines.

2.2 NUTRITION

2.2.1 UTILISATION DE COMPLÉMENTS ALIMENTAIRES

Dans de nombreux pays, l'utilisation de "compléments alimentaires" est courante pour ceux qui souhaitent améliorer leur santé ou leurs performances sportives. Il existe des compléments alimentaires sous forme de pilules, tablettes, capsules ou liquides.

Les compléments alimentaires peuvent constituer une part importante de la préparation d'un athlète, mais ne peuvent se substituer à l'entraînement, à un régime équilibré et à une bonne hydratation. Tous les compléments alimentaires utilisés par un athlète doivent s'ajouter à l'ensemble du programme.

Les athlètes sont entièrement responsables de toutes les substances contenues dans leur corps, et certains compléments alimentaires peuvent nuire à leur santé et à leur entraînement ou peuvent contenir des substances interdites en vertu du Code mondial antidopage. Par exemple, certains compléments alimentaires peuvent contenir des ingrédients qui ne sont pas mentionnés sur l'étiquette du produit, qui peuvent éventuellement avoir été ajoutés intentionnellement ou non (p. ex. des résidus présents sur l'équipement utilisé pour la production des compléments alimentaires).

En outre, il faut garder à l'esprit qu'il n'existe pas de raccourci vers la réussite et que même si certains produits sont promus par des champions reconnus, les compléments alimentaires en eux-mêmes ne mèneront pas au succès.

Informed Sport (www.informed-sport.com) effectue régulièrement des tests sur les compléments alimentaires pour déterminer s'ils ne contiennent pas de substances interdites en vertu du Code de l'Agence mondiale antidopage (AMA). Les athlètes peuvent trouver des informations sur certains compléments alimentaires spécifiques qu'ils envisagent de prendre sur ce site Internet. Pour obtenir des conseils fiables, il est toutefois recommandé à l'athlète de travailler avec un diététicien du sport.

PHYSIOLOGIE DU BASKETBALL

Le basketball est un sport rapide, très technique et physique, extrêmement exigeant pour les systèmes anaérobie et aérobie. Pour fournir les efforts nécessaires et atteindre des niveaux d'énergie élevés, les joueurs doivent:

- réduire au maximum l'épuisement des glucides;
- maintenir une hydratation adéquate.

“BIOCHIMIE” DU BASKETBALL

Les compléments alimentaires ne sont pas des pilules miracles. L'utilisation scientifique des compléments alimentaires peut améliorer le milieu biochimique ou le métabolisme d'un athlète et contribuer à de meilleures performances et à une récupération plus rapide. Néanmoins, cela nécessite des connaissances et une certaine organisation. En basketball, il est important de produire une quantité élevée d'énergie et de l'utiliser de manière adaptée et au bon moment. Parallèlement à cela, la réduction des concentrations d'acide lactique et de cortisol accroîtra également la performance.

NUTRIMENTS UTILISÉS DANS LA PRODUCTION D'ÉNERGIE

La formule recherchée consiste à augmenter la production d'énergie et l'oxygénation, le tout combiné à la réduction d'acide lactique et de cortisol. En bref, voici les nutriments les plus importants pour optimiser le métabolisme.

1. Vitamines du complexe B

Ces nutriments consistent dans une catégorie de composants structurellement différents utilisés comme cofacteurs d'enzymes dans le métabolisme intermédiaire humain. Thiamine (vitamine B1), riboflavine (vitamine B2), niacine (nicotinamide, acide nicotinique, vitamine B3), pyridoxine (vitamine B6), cobalamine (vitamine B12), folate, pantothénate (vitamine B5). Ces vitamines constituent les bases de la production d'énergie.

2. Vitamine C (acide ascorbique)

La vitamine C participe à diverses réactions métaboliques relatives à l'activité physique. Physiologiquement, l'acide ascorbique fournit les électrons qui permettent d'importantes réactions enzymatiques. En outre, la vitamine C renforce le flux d'électrons nécessaire pour optimiser la production d'énergie aérobie (2).

3. Coenzyme Q10 (ubiquinone)

Le CoQ10 est un composé qui participe directement à la production d'adénosine triphosphate (ATP), la molécule d'énergie cellulaire. Il permet de transporter les molécules d'énergie dans la mitochondrie.

4. L- Carnitine

La carnitine est un composé essentiellement actif dans le transport des acides gras dans la mitochondrie de la cellule, où la graisse peut être utilisée comme combustible énergétique.

5. Acide alpha-lipoïque (acide thioctique)

L'acide lipoïque est un composé d'oxydoréduction liposoluble. Il soutient le cycle de Krebs, qui est un processus

fondamental dans la production d'énergie. Il soutient également la production d'ATP en agissant comme catalyseur dans la production d'acétylcoenzyme A, une molécule importante dans la voie énergétique aérobie.

6. Créatine

Le phosphate de créatine est un composé organique azoté qui sert de réservoir d'ATP dans les tissus musculaires et nerveux. Il participe à la régénération de l'ATP. De nombreuses études montrent que la créatine a une influence essentielle sur la régulation et le maintien de l'énergie musculaire, le métabolisme et la fatigue.

7. Ribose

Le D-ribose est un sucre carbone cinq naturel utilisé pour créer de l'énergie musculaire lorsqu'une personne est très active. Il participe également au processus de récupération et réduit la fatigue et les courbatures.

RECOMMANDATIONS GÉNÉRALES

Des recommandations générales sont fournies ci-dessous, mais il est fortement recommandé aux athlètes de demander des conseils spécifiques à leur situation auprès d'un diététicien du sport:

1. Une dose élevée de multivitamines et de minéraux qui contiendront les vitamines B nécessaires et autres nutriments synergiques.
2. Vitamine C 500 mg
3. CoQ10 100 mg
4. L-Carnitine 2 g
5. Acide alpha-lipoïque 300 mg
6. Créatine 5 g
7. Ribose 3 g

Cette combinaison de nutriments associée à un apport adapté de glucides complexes, de protéines maigres et d'acides gras essentiels renforcera la production d'énergie et l'endurance pendant la compétition.

APPROFONDIR

1. Que conseillerez-vous à un joueur qui souhaite “prendre du muscle”? Parlez de votre approche avec un autre entraîneur.
2. Vos joueurs suivent-ils actuellement un programme de poids? Si oui, qui l’a élaboré et qui les supervise? Si non, comment obtenir un programme préparé pour eux? Parlez-en avec d’autres entraîneurs.

NIVEAU 3



L'ÉQUIPE

CHAPITRE 1

TACTIQUES ET STRATÉGIES DÉFENSIVES

CHAPITRE 1

TACTIQUES ET STRATÉGIES DÉFENSIVES

1.1 SCHÉMAS DÉFENSIFS CLASSIQUES

1.1.1	Défense en pack line	81
1.1.2	Défense en horns set	87
	<i>Approfondir</i>	91

1.2 SCHÉMAS DÉFENSIFS

1.2.1	Élaboration de la stratégie pour les défenseurs individuels	92
1.2.2	Défenses multiples contre les écrans porteurs	94
1.2.3	Élaboration de la stratégie pour la défense de l'équipe	100
	<i>Approfondir</i>	102

1.3 DÉFENSES DE ZONE

1.3.1	Défense match up 1-2-2	103
1.3.2	Défense match up 1-1-3	114
1.3.3	Défense match up 1-3-1	126
	<i>Approfondir</i>	130

1.4 TECHNIQUES DE DÉFENSE AVANCÉES

1.4.1	Défenses des passes main à main dans le dribble	131
1.4.2	Prise à deux sur joueurs de poste	135
1.4.3	Technique pour enlever la balle des mains du meneur	140
1.4.4	Contestation des positions sur la surface	143
1.4.5	Défense en boîte ("Box & 1")	144
	<i>Approfondir</i>	147

1.5 SCHÉMAS DÉFENSIFS ADAPTÉS À DES SITUATIONS PARTICULIÈRES

1.5.1	Jeu à l'extérieur du terrain depuis la ligne de fond et la ligne latérale	148
1.5.2	Dernières secondes de l'horloge des 24 secondes	149
1.5.3	Jeu sur les dernières possessions	150
1.5.4	Remontée au score – utilisation stratégique des fautes	153
	<i>Approfondir</i>	154

1.1 SCHÉMAS DÉFENSIFS CLASSIQUES

1.1.1 DÉFENSE EN PACK LINE

La défense en "Pack Line" est une défense homme à homme qui vise spécifiquement à garantir une meilleure protection contre la pénétration en dribble.

Alors que l'expression "défense en pack line" est plutôt récente, le concept de défense en flottement ("sagging") n'est pas nouveau.

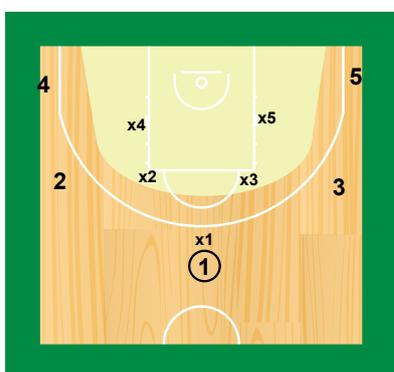
Toutefois, la "défense en pack line" n'est pas conçue comme une défense passive ou douce. Son efficacité repose plutôt sur:

- le joueur défendant la balle qui exerce une pression forte;
- tous les défenseurs qui se positionnent en cherchant à intercepter une passe dans le cas où un joueur a une "balle morte" (c.-à-d., il a déjà dribblé et ne peut pas redribbler);
- les défenseurs qui sont en mesure de limiter le déplacement du porteur de balle et ne pas se laisser prendre en dribble;
- les défenseurs de poste qui se positionnent de $\frac{3}{4}$ sur le côté haut pour contester la passe au joueur de poste.

Les défenseurs de poste qui essaient de faire bouger le joueur de poste de façon à ce qu'il ne puisse pas prendre position au poste. Certains entraîneurs placeront une défense devant le poste bas lorsque la balle est sur l'aile et, dans cet alignement, permettront aux défenseurs de se positionner dans la zone de non-charge.

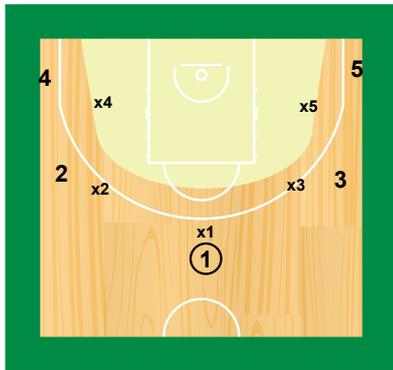
La "pack line" est tout simplement la surface à l'intérieur de la ligne à 3 points (à peu près 16 pieds/4.9 mètres du panier). Lors de la défense d'un joueur qui n'a pas la balle, le défenseur doit avoir les deux pieds dans la pack line et être placé approximativement à égale distance entre son adversaire direct et le porteur de balle.

La différence entre cette position de flottement et la défense intégrant le positionnement en "contestation" est présentée ci-dessous:



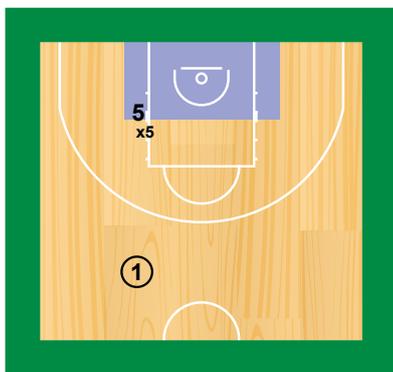
DÉFENSE EN PACK LINE

Les joueurs qui défendent les joueurs non porteurs de balle ont les deux pieds dans la "pack line". Ils se trouvent approximativement à égale distance entre leur adversaire direct et le porteur de balle. Il est important pour eux de garder les deux joueurs dans leur champ visuel.

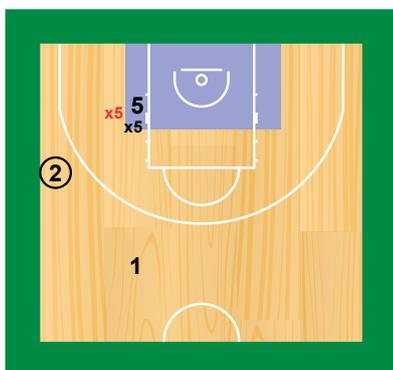


DÉFENSE "HOMME À HOMME" AVEC CONTESTATION DE PASSE

La position défensive dépend de la distance entre un adversaire et le porteur de balle. La balle est contestée aux joueurs qui se trouvent "à une passe".

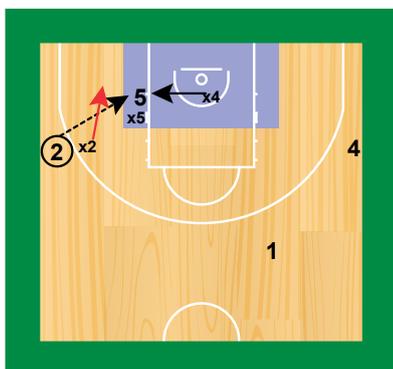


Les défenseurs essaieront d'empêcher les joueurs de poste de se positionner dans la zone de poste bas. Si la balle est en haut de la raquette, le défenseur contestera la passe depuis une position de $\frac{3}{4}$ sur le côté haut.



Certains entraîneurs vont également placer une défense devant le poste bas lorsque la balle est sur l'aile (en rouge sur l'illustration); d'autres pourront rester en position de $\frac{3}{4}$ (en noir sur l'illustration).

Le mode de défense du poste bas est laissé à la discrétion de l'entraîneur.



De la même façon, les entraîneurs pourront choisir une prise à deux sur le joueur de poste une fois qu'il reçoit la balle.

Les entraîneurs pourront choisir de doubler le poste bas depuis l'axe panier-panier et/ou d'envoyer le défenseur d'aile faire pression sur le joueur de poste.

AVANTAGES DE LA DÉFENSE EN PACK LINE

La défense en pack line présente les avantages clés suivants:

1. Elle empêche la pénétration en dribble car les défenseurs en flottement se trouvent en position pour aider, les attaquants ayant ainsi du mal à trouver un "intervalle" pour pénétrer. Le défenseur du porteur de la balle se sent davantage confiant pour mener un jeu plus agressif car il sait que l'aide est là.
2. Elle protège contre les coupes dans le dos et les flash cuts, les défenseurs en flottement se trouvant en position d'aide.
3. Une défense en pack line efficace est susceptible d'amener un adversaire à tirer davantage depuis le périmètre et ces tirs seront contestés. Par conséquent, le pourcentage de réussite de tirs de l'adversaire sera plus faible notamment si l'équipe défensive joue bien au rebond et ne permet pas à l'adversaire de marquer des paniers de "seconde chance".

FAIBLESSES DE LA DÉFENSE EN PACK LINE

La défense en pack line présente des faiblesses relatives:

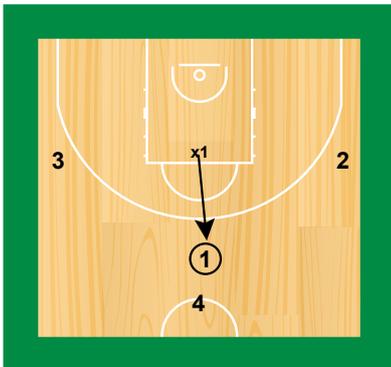
1. Lorsqu'elle est mise en œuvre par de jeunes joueurs, les défenseurs du porteur de balle pourront ne pas avoir l'aptitude nécessaire pour limiter le déplacement du dribbleur et se reposeront plutôt sur l'aide qui est inhérente à la défense.
2. La défense impose aux défenseurs de recourir constamment au "close-out" qui est une technique défensive difficile à maîtriser. Si la défense n'est pas optimale, l'adversaire pourra avoir des occasions de pénétrer en augmentant ainsi le pourcentage de réussite de ses tirs.
3. Un adversaire qui tire bien depuis le périmètre pourra bien se débrouiller contre la défense.
4. En absence de l'horloge des 24 secondes, l'adversaire pourra faire écouler le temps restant sur le chrono avant de tirer.

Compte tenu de ces faiblesses, il est recommandé aux jeunes équipes de ne pas utiliser la défense en pack line. Pour pouvoir la mettre en œuvre, les joueurs doivent maîtriser le close out et la technique permettant de limiter le déplacement des dribbleurs au niveau du périmètre.

MISE EN PRATIQUE DES FONDAMENTAUX DE LA DÉFENSE EN PACK LINE

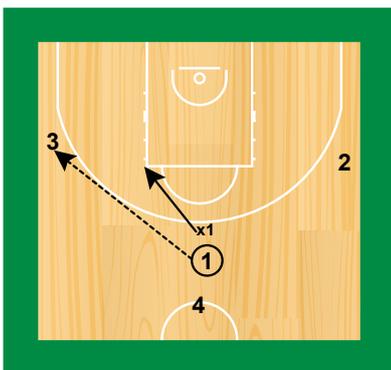
Deux techniques clés doivent être régulièrement mises en pratique pour la défense en pack line:

- Close-out – technique consistant à passer d'une position défensive sur le non-porteur de balle à une défense sur le porteur de balle.
- Positionnement – technique consistant à ajuster la position chaque fois que la balle ou que l'adversaire bouge.

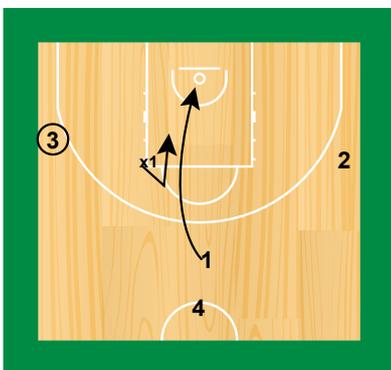


BLACKHAWK – MISE EN PRATIQUE DE LA TECHNIQUE DU CLOSE-OUT

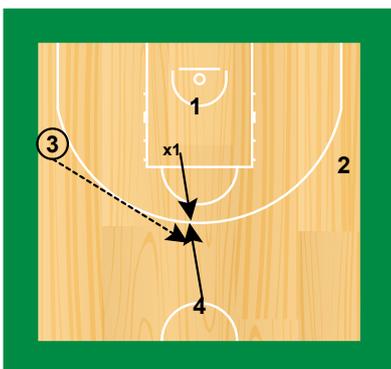
x1 opère un close-out sur 1 en gardant les deux mains en hauteur pour empêcher un tir.



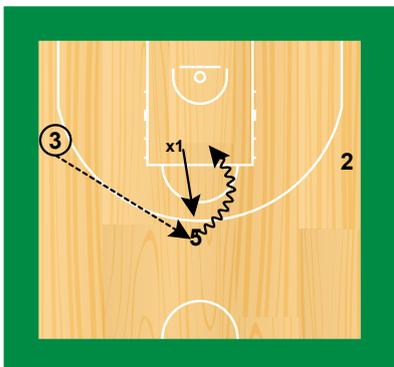
1 passe à l'un des ailiers et x1 ajuste sa position pour se trouver dans le "dribble gap" (à égale distance entre 3 et 1).



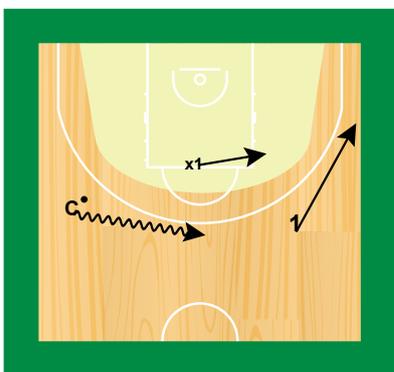
Au moment où 1 coupe au panier, x1 doit "bumper" le coupeur et faire obstacle à sa coupe vers le milieu de la raquette.



La balle est passée au joueur d'à côté se trouvant en tête de raquette et x1 opère de nouveau un close-out.



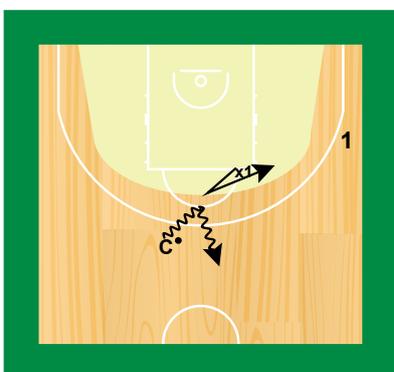
Après les 2 coupes défendues par x1, au troisième close-out, un 1 contre 1 est joué. Il convient de limiter le nombre de dribbles à 2 ou 3 pour se concentrer sur la pénétration vers le panier.



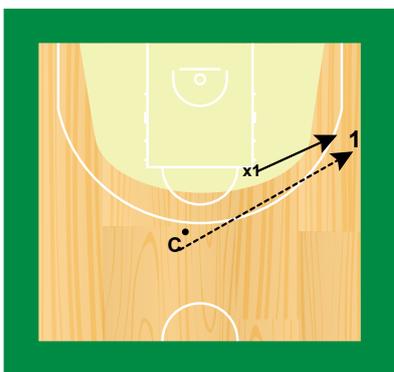
POSITION 2 SUR 1

Cet autre exercice permet de mettre en pratique la position défensive et notamment la position de "gap dribble".

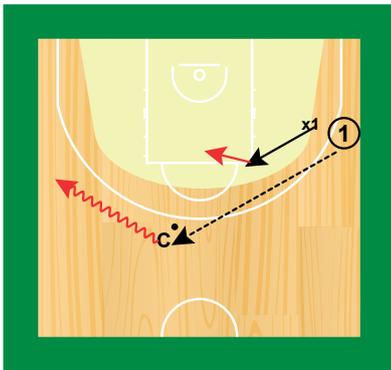
L'entraîneur se déplace et 1 ajuste sa position; x1 s'ajuste pour bien se positionner.



Au moment où l'entraîneur pénètre en direction de la raquette, x1 doit apporter une aide défensive ("hedge") pour arrêter la pénétration puis reprendre sa position défensive pour défendre 1.

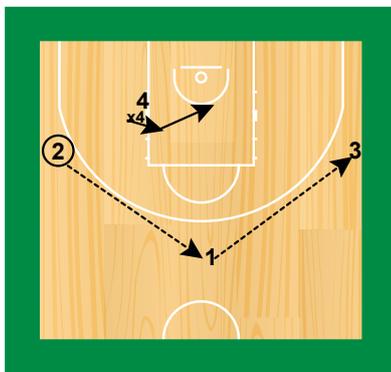


Lorsque l'entraîneur passe à 1, x1 doit opérer un close-out sur 1 et se positionner pour stopper toute pénétration en ligne de fond.



Au moment où la balle est repassée à l'entraîneur, x1 doit "sauter avec la balle" pour se placer en position de "gap dribble" puis continuer à adapter sa position à mesure que l'entraîneur se déplace.

Après environ 30 secondes, l'entraîneur dit "live" (jouable) et alors, au moment où 1 a la balle, il tente le tir.

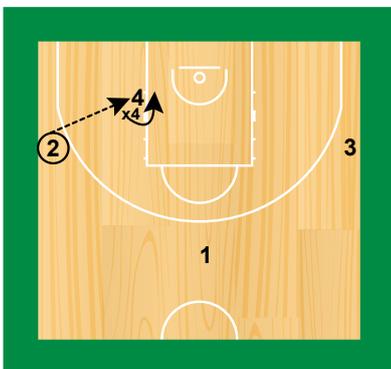


3 EN EXTÉRIEUR, 1 EN INTÉRIEUR, 1 DÉFENSEUR

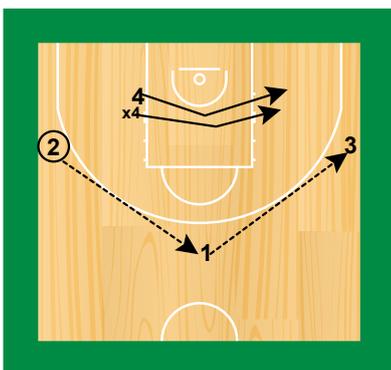
3 joueurs de mi-distance passent la balle et x4 adapte sa position pour défendre le poste bas.

Lorsque 2 a la balle, x4 peut soit jouer de $\frac{3}{4}$ soit se placer totalement devant, en fonction des préférences de l'entraîneur.

Lorsque la balle se trouve en tête de raquette (avec 1), x4 doit jouer "sur la ligne/ au-dessus de la ligne" pour contester toute passe à 4.



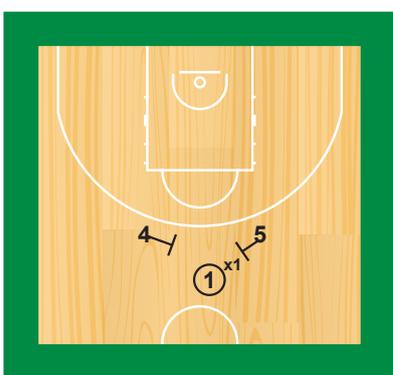
Si la balle est passée au poste bas, x4 doit se mettre en position derrière le joueur de poste. Le défenseur doit garder ses mains en hauteur et contester la passe sans sauter.



Au moment où la balle est renversée, le joueur de poste peut couper vers le poste opposé. Le défenseur doit "bumper" le coupeur puis se placer devant lui.

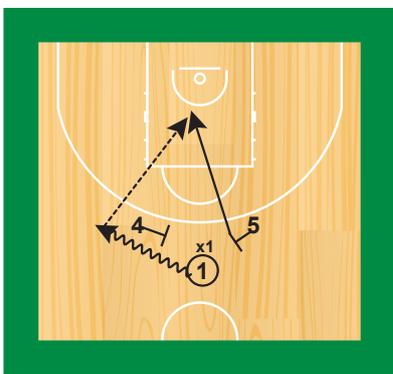
1.1.2 DÉFENSE EN HORNS SET

Le "Horns Set" utilise deux écrans, généralement des joueurs de grande taille ("big") posant des écrans sur un meneur. La plupart des équipes ne souhaitent pas permuter les écrans car ceci créerait un décalage.



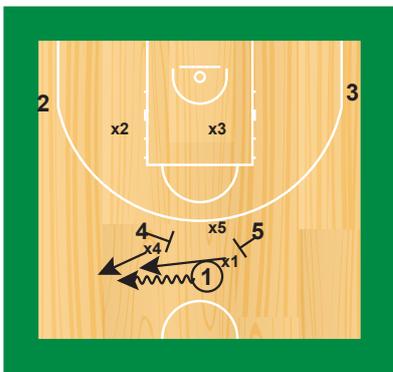
Généralement, le défenseur du porteur de la balle forcera le dribbleur sur un côté du terrain et l'empêchera d'utiliser l'un des écrans. Ceci permet à d'autres défenseurs d'adapter leur position en fonction de la direction que la balle est susceptible de prendre.

Le défenseur forcera normalement le dribbleur du côté inverse à celui de sa main préférée bien qu'une équipe puisse également choisir de forcer d'un certain côté du terrain.



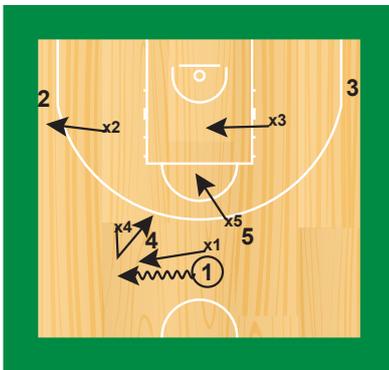
La défense doit tenir compte de ce que l'attaque tente de faire. À titre d'exemple, ici l'attaque dribble généralement loin de 5 de façon à pouvoir passer à 5 au moment où il monte au panier.

Dans cette situation, x1 forcera 1 à s'éloigner de l'écran de 4 et lui fera utiliser l'écran posé par 5 qui est l'option qu'il aime le moins. Les tactiques comme celle-ci dépendront des joueurs qui posent les écrans et seront identifiées lors du travail de "repérage" effectué par les entraîneurs.



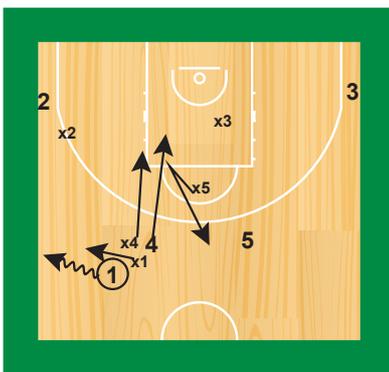
Une autre tactique classique mise en œuvre par les équipes consiste à modifier la tactique défensive en fonction de la situation du match – à titre d'exemple, la prise à deux de l'écran de la balle chaque fois que l'horloge des 24 secondes est inférieure à 10 secondes.

Ici, x3 et x5 se déplacent vers le milieu du terrain pour pouvoir défendre si 4 perce au panier ou si 1 tente de percer au panier.

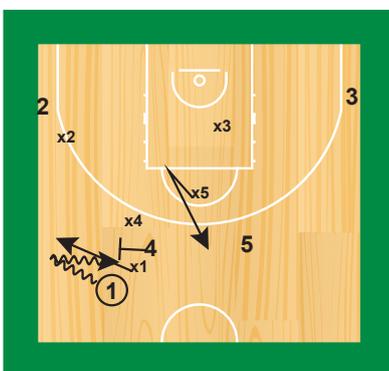


Dans d'autres équipes, x4 se présentera en "hard show" (pour forcer 1 à écarter son jeu) puis x1 bougera au-dessus de l'écran pour continuer à forcer 1 à se diriger vers la ligne latérale.

x2 se déplace pour contester la passe à 2 (la passe la plus facile) et x5 et x3 se mettent en position d'aide. Leur principale responsabilité consistera à défendre toute coupe vers le panier opérée par 5 ou 4.

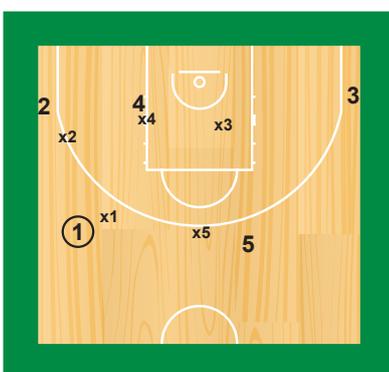


x4 récupère pour suivre la coupe de 4 et x5 (qui a "bumpé" la coupe initiale de 4) revient pour contester la passe de 5 (qui est également une passe facile).



x1 doit forcer 1 à se diriger vers la ligne latérale.

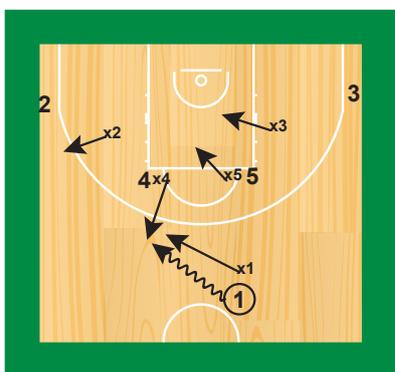
Il doit maintenir 1 au-dessus de la position de 4 sur la surface afin d'éviter tout "remplacement d'écran". De la même façon, x1 ne se déplace pas devant 1 car ceci lui permettrait de repartir vers le milieu en dribble (avec éventuellement un remplacement d'écran).



L'alignement final de la défense est le suivant:

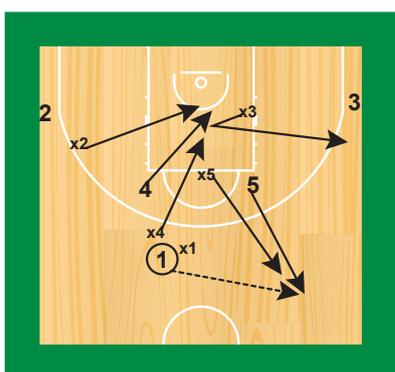
- x2 conteste la passe à 2;
- x4 défend 4 au poste bas;
- x5 conteste la passe à 5;
- x3 reste en position d'aide;
- x1 continue de faire le pressing sur 1 en essayant de le forcer à mettre fin à son dribble.

Certaines équipes pourront choisir d'appliquer un niveau de pression plus élevé sur les écrans avant la ligne à 3 points en faisant une prise à deux sur le dribbleur avant même que l'écran n'ait été posé.

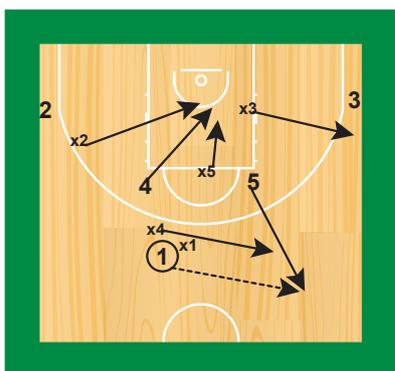


x4 accélère pour trapper 1 avant que 4 ne se soit positionné pour faire écran.

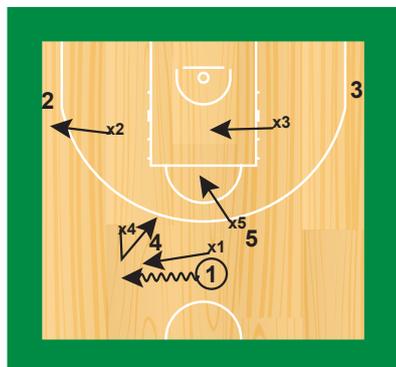
x2 se déplace pour contester la passe à 2 et x5 et x3 se mettent en position d'aide dans la raquette.



Ici, 1 fait une passe de "renversement" et 4 monte au panier. 5 opère un close-out pour défendre 5 et x3 se placera en position pour contester la passe mais d'abord, il avance pour "bumper" 4 et ne bouge pas tant que x4 ou x2 ne s'est pas positionné pour défendre 4.



Toutefois, si la principale menace offensive est 3, x3 se déplace immédiatement pour contester la passe à 3 et x5 peut se placer pour défendre 4 alors que x4 bouge pour défendre 5. Cette tactique est particulièrement efficace si 5 agit comme passeur depuis le haut de la raquette et ne cherche pas à perforer ou tirer.



Dans d'autres équipes, x4 se présentera en "hard show" (pour forcer 1 à écarter son jeu), puis x1 bougera au-dessus de l'écran pour continuer à forcer 1 à se diriger vers la ligne latérale.

x2 se déplace pour contester la passe à 2 (la passe la plus facile) et x5 et x3 se mettent en position d'aide. Leur principale responsabilité consistera à défendre toute coupe vers le panier opérée par 5 ou 4.

APPROFONDIR

1. Discutez avec un collègue entraîneur des forces et faiblesses de la défense en pack line.
2. Quels schémas offensifs sont courants dans votre championnat? Discutez avec un collègue entraîneur des forces et faiblesses des différentes tactiques de défense de ces schémas.
3. Tenez compte des différentes tactiques défensives identifiées dans la question 2. Vos joueurs ont-ils les compétences pour utiliser efficacement chacune d'entre elles?

1.2 SCHÉMAS DÉFENSIFS

1.2.1 ÉLABORATION DE LA STRATÉGIE POUR LES DÉFENSEURS INDIVIDUELS

Les défenseurs plus expérimentés souhaiteront que l'entraîneur leur explique spécifiquement la façon dont ils doivent défendre leur éventuel adversaire. Les consignes de l'entraîneur dépendront de son travail de "repérage" par rapport à l'équipe adverse.

L'entraîneur doit veiller à ce que chacun de ses joueurs sache:

- Si son adversaire est droitier ou gaucher;
- Si son adversaire est un joueur de "poste" ou de "mi-distance";
- Si son adversaire est un "driver" ou un "tireur";
- Si son adversaire préfère se déplacer vers sa droite ou vers sa gauche (cette préférence n'étant pas liée au fait qu'il soit gaucher ou droitier);
- S'il a ou non des responsabilités en matière d'aide (dans le cadre de la défense d'un bon tireur de mi-distance, il pourra rester proche de son adversaire et ne pas jouer sur la "ligne d'aide").
- Le rôle que joue son adversaire au sein de l'attaque de l'équipe adverse (p. ex., poseur d'écran, tireur) et toutes tactiques spécifiques de l'équipe auxquelles il prend part (p. ex., il pourra couper des écrans successifs ou poser un écran et s'écarter).

Un grand nombre de ces caractéristiques ne sont que des tendances et, dans toute possession donnée, l'adversaire pourra agir à l'inverse des attentes de l'entraîneur. En fonction de ces tendances, l'entraîneur pourra demander au défenseur de réaliser une action spécifique.

À titre d'exemple:

- Opérer un close-out "court" sur un "driver" et gêner le dribble de son côté préféré;
- Aller "au-dessus" des écrans si un joueur est un excellent joueur de mi-distance, mais aller "dessous" s'il a tendance à percer;
- "Apporter une aide défensive" (hedge) sur un adversaire, mais ne pas se déplacer vers la ligne d' "aide" s'il est un bon tireur de mi-distance.

Quelle que soit la technique établie pour le joueur individuel, elle doit également s'inscrire dans le schéma défensif général. À titre d'exemple, s'il est demandé au joueur individuel de se placer totalement devant son adversaire au poste bas, cette tactique sera plus efficace avec à la fois une aide à la défense derrière (pour intercepter une passe en cloche) et un bon pressing sur le passeur de mi-distance.

L'entraîneur doit estimer la quantité d'informations à donner à chacun de ses joueurs, car un excès d'informations pourra semer la confusion. Avec des joueurs moins expérimentés, l'entraîneur pourra travailler davantage sur ce qu'il souhaite que son défenseur fasse (p. ex., contester la passe, aller sur les écrans)

et ne pas donner trop d'informations sur les tendances de l'adversaire. Avec des joueurs plus expérimentés, l'entraîneur pourra donner des informations sur les tendances de l'équipe adverse mais laisser au joueur choisir sa défense. La quantité d'informations à donner dépendra grandement du joueur individuel.

Évidemment, la tactique préconisée par un entraîneur avec des défenseurs individuels dépend de leur niveau de compétences et de leurs connaissances.

Il est important que l'entraîneur apprenne à tous les joueurs les techniques offensives et défensives sur le périmètre et au poste. Toutefois, l'entraîneur peut également lancer un défi à son joueur en lui imposant un certain résultat.

À titre d'exemple, l'entraîneur pourra demander à son joueur de forcer le dribbleur sur sa gauche sans donner des points d'apprentissage spécifiques et en laissant le joueur choisir son mode d'action. Cette tactique peut notamment être utilisée lors d'un match en réaction à ce qu'un adversaire fait pendant ce match.

1.2.2 DÉFENSES MULTIPLES CONTRE LES ÉCRANS PORTEURS¹

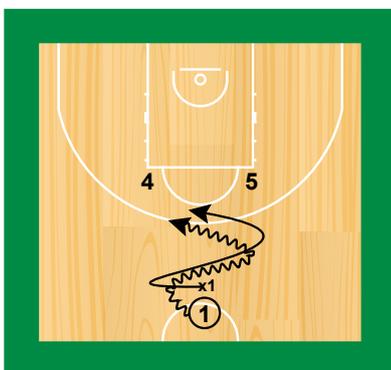
Les écrans porteurs constituent une tactique offensive particulièrement populaire et, dans certaines ligue, plus de la moitié des possessions offensives peuvent être jouées en ayant recours à une forme de “pick and roll” (ou écran sur le porteur).

En règle générale, la défense d’un “écran sur le porteur” impose:

- aux joueurs d’avoir une bonne vision du terrain de façon à savoir où sont positionnés tous les attaquants et défenseurs;
- d’être agressif et décisif; souvent, la réussite de la défense dépend moins de la tactique particulière utilisée et davantage de la façon dont les joueurs parviennent à jouer ensemble pour forcer l’attaque à réagir;
- un bon timing et des déplacements efficaces.

Il existe de nombreuses façons de défendre un “écran sur le porteur” et les équipes qui réussissent vont souvent défendre différemment en fonction (a) de la zone du terrain concernée, (b) des attaquants particuliers impliqués et de leurs forces et (c) des limitations de leurs propres joueurs.

Nous décrivons ici un schéma défensif qui intègre un ensemble de techniques différentes pour défendre un écran sur le porteur. Il n’est pas suggéré aux entraîneurs de mettre en œuvre ce schéma défensif spécifique; il est présenté ici pour montrer le niveau de précision qu’un entraîneur pourra souhaiter apporter à son propre schéma défensif.

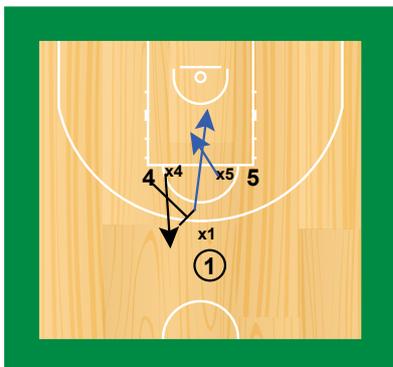


DÉFENSE DE “HORNS”

Le “Horns” ou le “A-Set” est une tactique offensive classique où deux postes hauts placés au niveau des coudes de la raquette (ou de son prolongement) posent des écrans sur le dribbleur.

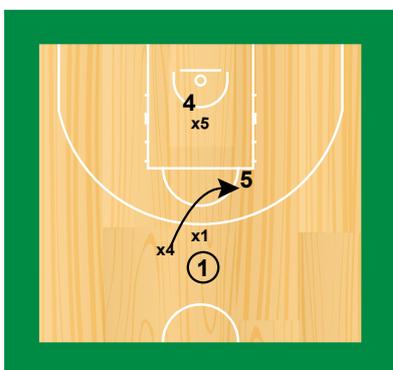
Selon ce schéma, le dribbleur n’est pas forcé vers une direction particulière. En revanche, le défenseur de la balle est agressif et force le dribbleur à changer de direction au moins une fois (et encore mieux deux fois) avant d’avoir recours aux écrans.

¹ Des extraits de cet article sont tirés d’un article de Dusko Ivanovic qui a été publié dans la 9e édition de FIBA Assist.

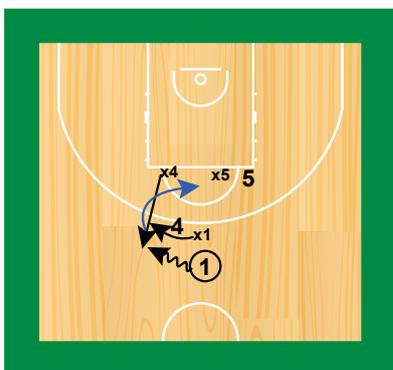


Il faut empêcher le dribbleur d'utiliser l'écran qu'il souhaite (p. ex., il pourra être particulièrement efficace en bougeant vers la gauche). Dans cette situation, le défenseur (x4) doit avancer "verticalement" par rapport à l'écran de façon à ce que le dribbleur ne puisse pas bouger dans cette direction.

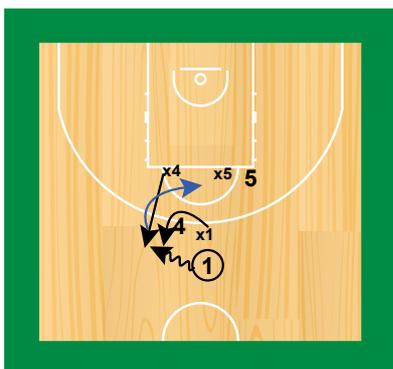
Le défenseur d'écran garde le contact avec le poseur d'écran. Ceci forcera généralement le poseur d'écran (4) à couper au panier et il est défendu par l'autre joueur de poste (x5). Ceci pourra démarquer 5 au niveau du coude de la raquette; toutefois, cette option est préférable à une situation où 4 serait démarqué au niveau du panier.



Le défenseur d'écran qui a avancé pour arrêter le dribble doit désormais accélérer pour reprendre la défense du poste haut. Les joueurs du périmètre ne se déplacent pas pour aider sur le poste haut car ceci permettra un tir à 3 points ouvert.



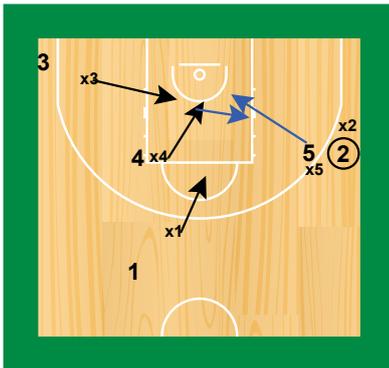
Si le porteur de balle (1) est un bon tireur de mi-distance, x1 passera au-dessus de l'écran.



Si 1 n'est pas un bon tireur de mi-distance, x1 passera sous l'écran.

DÉFENSE DU SIDE PICK AND ROLL

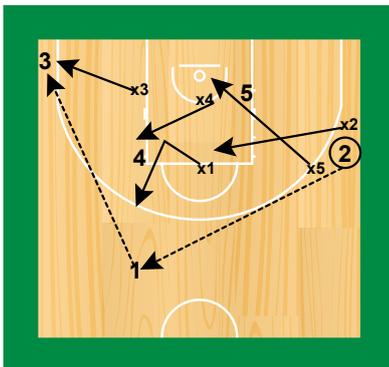
Souvent, les équipes joueront un "side pick and roll" tout en ayant également un poste haut. Ceci pourra se produire dans le "Horns" où la balle est passée au poste haut qui repasse au périmètre et suit sa passe vers l'écran.



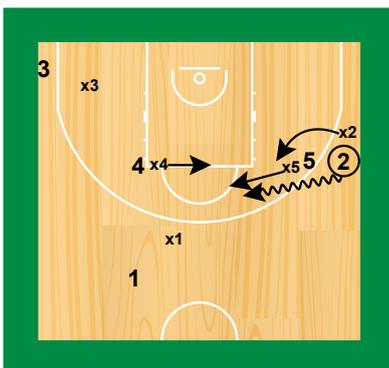
Le défenseur de balle (x2) se déplace pour forcer le porteur de balle dans la direction de l'écran. Il doit empêcher le porteur de balle de dribbler loin de l'écran (ligne de fond).

Le défenseur d'écran se déplace "verticalement" pour faire pression sur le dribbleur.

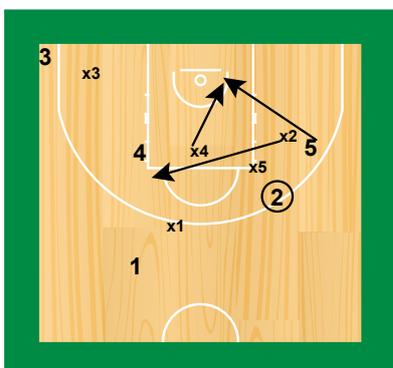
Les autres défenseurs flottent dans la raquette. Le défenseur du poste haut notamment se déplace vers l'axe panier-panier bas (low split) et se tient prêt à défendre le poseur d'écran s'il coupe au panier. x1 tourne pour aider le pressing sur le poste haut et x3 flotte également dans la raquette.



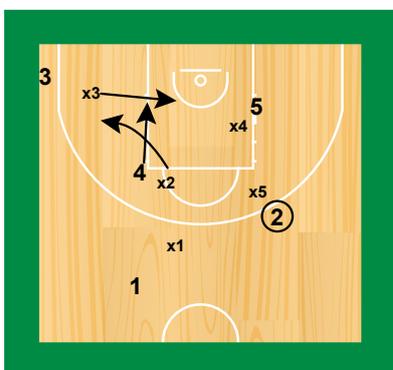
Si la balle est transmise depuis l'aile, les joueurs reviennent sur leur joueur assigné. x4 pourra hésiter au niveau de l'axe panier-panier bas, en laissant du temps à x5 pour reprendre.



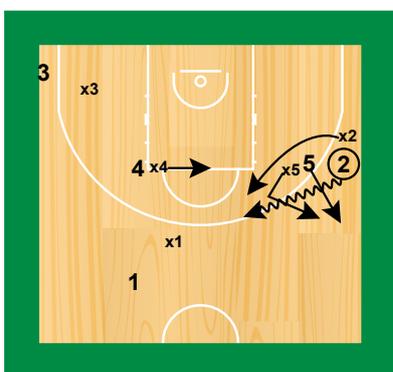
Autrement, si x5 et x2 changent, x4 se déplace dans la raquette pour exercer davantage de pression sur le porteur de balle.



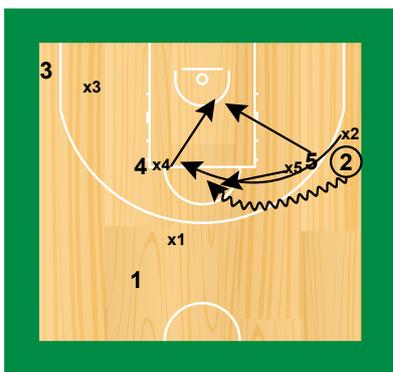
Toutefois, dans ce cas de figure, si 5 coupe au panier, x2 change avec x4 de façon à ce qu'un "big" défende le poseur d'écran au panier. Cette défense est notamment utilisée chaque fois que 4 n'est pas un bon tireur de mi-distance.



Si 4 coupe au panier (après changement de x2), x3 avancera dans la raquette pour défendre 4 et x2 bougera pour défendre 3 sur le périmètre. Là encore, il convient d'éviter d'avoir une défense d'arrière au poste.

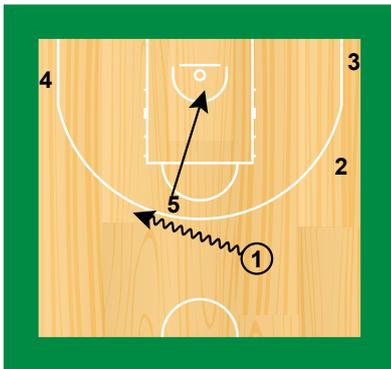


Si le défenseur d'écran n'est pas en mesure de limiter le déplacement d'un porteur de balle, x2 et x5 ne permutent pas et x2 passera généralement dessous.

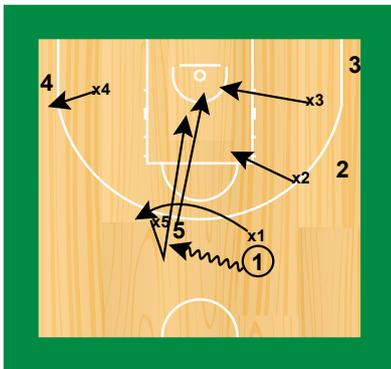


Si le porteur de balle est un bon tireur de mi-distance, x2 passera au-dessus de l'écran.

Là encore, x4 tourne pour défendre 5 au moment où il coupe au panier et x2 tourne sur le poste haut alors que x5 limite le déplacement de 2.

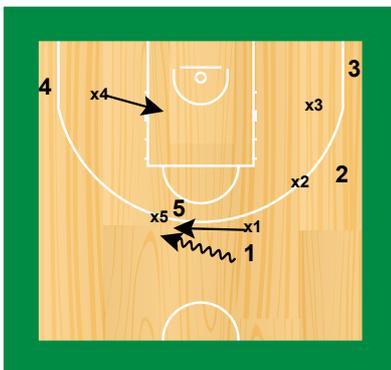


Souvent les équipes auront un écran posé en haut de la raquette et auront 4 dans le corner. Cette tactique est notamment utilisée lorsque que 4 est un bon tireur de mi-distance. Sur le pick and roll, 5 coupera au panier alors que d'autres joueurs se tiendront prêts sur le périmètre à attraper la balle et tirer.



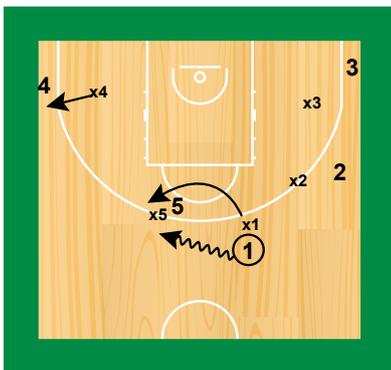
Lorsque l'écran est posé à l'extérieur de la ligne à 3 points, x5 se présentera puis reprendra pour défendre 5 au moment où il coupera au panier. x3 et x2 flottent tous les deux dans la raquette, notamment x3 pour aider à défendre 5.

x4 n'aide pas et continue plutôt de défendre 4.

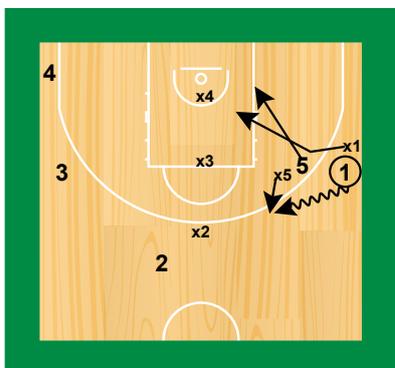


Lorsque l'écran est posé à l'intérieur de la ligne à 3 points, x5 se présentera de nouveau devant pour aider à limiter le déplacement du dribbleur et x1 passera au-dessus de l'écran si 1 est un bon tireur de mi-distance.

Ici, x4 pourra flotter dans la raquette car la pression sur 1 pourra rendre difficile une passe rapide à 4.

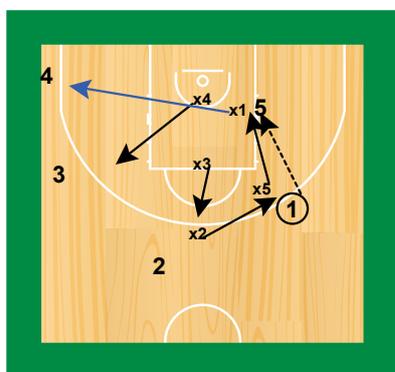


Si 1 n'est pas un bon tireur de mi-distance, x1 passera sous l'écran. Toutefois, x4 doit rester sur le périmètre pour défendre 4.



DÉFENSE "4 EN EXTÉRIEUR"

Dans ce schéma, un écran est posé et tous les autres joueurs se trouvent sur le périmètre. Si le poseur d'écran n'est pas un bon tireur, les défenseurs permutent et x1 accélère pour empêcher 5 de prendre position au poste bas.

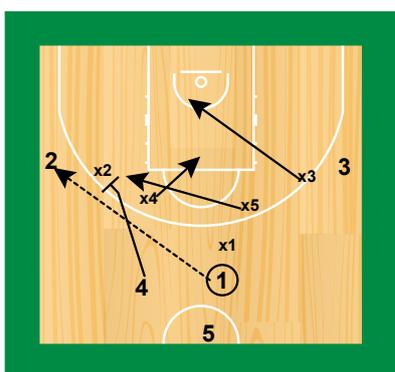


Si le poste bas (5) a la balle, les défenseurs trappent avec x5 en suivant la passe.

x2 tourne pour défendre 1, x3 tourne pour défendre 2 et x4 défend d'abord les deux joueurs sur le côté faible. Une fois que x5 a établi une bonne position défensive sur le poste bas, x1 se libère pour défendre 4.

DÉFENSE DU TRAILER

Il est courant pour le trailer de poser un écran sur le joueur à l'ailier qui est porteur de balle.



Pour cette défense, x4 et x5 doivent tous les deux avoir bougé rapidement en transition et être à l'intérieur de la ligne à 3 points.

Le défenseur qui défendrait normalement le poseur d'écran (à savoir x4) ne le fait pas et glisse plutôt vers la raquette au niveau de l'axe panier-panier haut (high split). Il est chargé de défendre 4 s'il bouge vers le panier. x5 bouge pour défendre le poseur d'écran.

1.2.3 ÉLABORATION DE LA STRATÉGIE POUR LA DÉFENSE DE L'ÉQUIPE

L'entraîneur doit déterminer le schéma défensif de base qu'une équipe va utiliser. Ce schéma pourra se caractériser par un certain nombre d'éléments comme:

- la défense en milieu de terrain – "homme à homme", contestation des passes de renversement;
- la défense en pressing tout terrain – Trappe en zone 2-2-1, ramassage au niveau de la ligne des lancers francs;
- les écrans porteurs – trappe ou passage "dessous" avec présentation en "hard show".

Dans ce schéma, l'entraîneur pourra enseigner un certain nombre de tactiques distinctes comme les différentes techniques de défense des écrans ou de défense des joueurs de poste. L'entraîneur pourra alors choisir des tactiques en fonction d'adversaires particuliers et ces tactiques pourront être changées lors de la préparation d'un match ou pendant un match.

Le degré de complexité que l'entraîneur peut inclure lors de la préparation de l'équipe dépendra du niveau d'expérience des joueurs et également d'éléments comme le nombre d'heures d'entraînement de l'équipe chaque semaine.

Avec des équipes moins expérimentées, la préparation est souvent axée sur la répétition du schéma défensif de base choisi pour l'équipe. Avec des équipes plus expérimentées, la préparation est axée sur les forces de l'adversaire et sur la façon de les contrecarrer au mieux.

Lors de l'examen des forces de l'équipe adverse, l'entraîneur va tenir compte des points suivants:

- Rythme que l'équipe adverse préfère;
- Tendances des joueurs de poste – sont-ils des passeurs, des rebondeurs, des marqueurs?;
- Tendances des joueurs de mi-distance – sont-ils des marqueurs sur dribble ou sur passe?;
- Écrans généralement utilisés.

L'entraîneur peut ensuite choisir des tactiques qui, selon lui, mettront à mal les forces de l'équipe adverse.

À titre d'exemple:

- Faire une prise à deux sur des joueurs particuliers (p. ex., poste bas) ou dans des situations particulières (p. ex., écrans);
- Contester la passe à des joueurs particuliers (p. ex., se placer devant un poste bas) ou dans une zone particulière de la surface (p. ex., contester la passe à l'aile mais permettre la passe au corner);
- Forcer le jeu sur un côté particulier du terrain (p. ex., contester la passe sur l'aile droite mais permettre une passe sur le côté gauche);
- Jouer une défense de zone contre une équipe qui est forte dans les percées;
- Faire un pressing tout terrain contre une équipe qui préfère un rythme lent (l'équipe pourra également jouer à un rythme plus rapide en attaque dans une volonté d'accélérer le rythme du match);
- Jouer une défense forte en contestation afin de perturber le mouvement de balle de l'équipe adverse.

En choisissant les tactiques défensives de l'équipe, l'entraîneur doit également tenir compte de ce que l'équipe préfère et de son style de jeu "naturel". Le fait d'opérer trop de changements peut perturber l'équipe. Il pourra également changer les tactiques à des moments précis pendant les matchs puis revenir à son style de jeu normal.

Dans le cadre de la stratégie défensive de l'équipe, l'entraîneur pourra également changer les responsabilités individuelles qui incombent au joueur, en choisissant des "match ups" qui, selon lui, seront à l'avantage de son équipe. Ceci pourra inclure notamment de commencer avec un joueur différent de d'habitude en s'appuyant sur le fait que ce joueur est capable de défendre plus efficacement un adversaire particulier.

L'entraîneur pourra également choisir de mettre moins de pression sur certains des joueurs d'opposition en leur permettant effectivement de tirer afin de pouvoir mettre davantage de pression sur le joueur qui marque la majorité des points de l'équipe adverse. Cette tactique pourra inclure les actions suivantes:

- Avancer sur un joueur sur le périmètre qui est généralement un passeur afin de contester plus agressivement les passes aux autres joueurs;
- Faire une prise à deux contre un marqueur, en permettant des passes puis en contestant une passe retour au marqueur;
- Se déplacer en position forte sur la ligne d'aide, en permettant une passe au joueur qui n'est pas un bon marqueur, afin d'exercer davantage de pression sur la pénétration en dribble;
- Ne pas se mettre en position d'aide lorsque la pénétration de la balle est opérée par un joueur qui préfère passer et rester plutôt en position de contestation de la passe.

APPROFONDIR

1. Discutez avec un collègue entraîneur du nombre de stratégies ou tactiques défensives différentes dont il dispose avec son équipe. Dans quel ordre a-t-il présenté les différentes tactiques?
2. Êtes-vous d'accord avec l'idée que les équipes junior n'ont besoin que d'une seule défense? Discutez de votre point de vue avec un collègue entraîneur.

1.3 DÉFENSES DE ZONE

1.3.1 DÉFENSE MATCH UP 1-2-2

Une zone de "Match Up" combine des éléments de défense "homme à homme" (sur la balle) et de défense de zone (loin de la balle) et a parfois été décrite comme une défense "homme à homme" changeante.

L'un des avantages de la défense match up est qu'elle pourra semer la confusion chez l'équipe adverse quant à la défense jouée par votre équipe. Elle peut notamment s'avérer efficace contre des adversaires qui ont mis en place une attaque pour jouer contre la défense de zone et une attaque séparée pour jouer en homme à homme. Divers alignements peuvent être utilisés en zone et la plupart offre des options de trappe et de pressing en "contestation" si vous souhaitez les utiliser. En déterminant la défense de zone à utiliser, vous devrez tenir compte des éléments suivants:

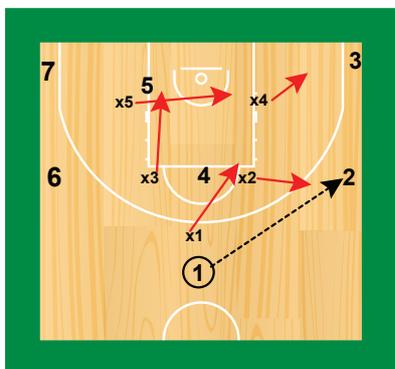
- Vos talents physiques: certaines zones vous permettront de garder les joueurs de grande taille près du panier, d'autres permettent beaucoup d'interaction entre les joueurs de mi-distance et les joueurs de poste;
- Les tirs de votre adversaire: certaines zones assurent une meilleure couverture des tireurs de mi-distance que d'autres (p. ex., un alignement 1-3-1 garantit une meilleure couverture qu'un alignement 1-1-3);
- Votre temps de préparation: plus votre zone de défense a des règles qui sont cohérentes avec votre défense "homme à homme", moins de temps il vous faudra pour l'enseigner.

Toutes les zones match up nécessitent de bonnes compétences en défense "homme à homme", notamment:

- La capacité de limiter les mouvements du porteur de balle et d'influencer la direction du dribble ou de la passe;
- La nécessité de garder dans son champ de vision la balle ainsi que les joueurs du "côté faible";
- "Voler avec la balle": les défenseurs bougent vers leur position suivante alors que la balle est encore en l'air de façon à ce qu'ils arrivent au moment où la balle est attrapée.

DÉFENSE MATCH UP 1-2-2

La défense match up 1-2-2 peut être démontrée et mise en pratique contre 7 joueurs.



ALIGNEMENT INITIAL ET GLISSEMENTS

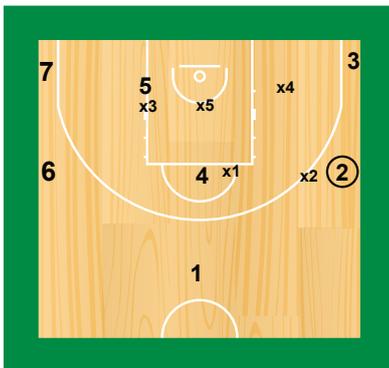
Le recours à sept attaquants (5 sur le périmètre, un poste haut et un poste bas) montrera toute la couverture qui est nécessaire.

Les défenseurs commencent:

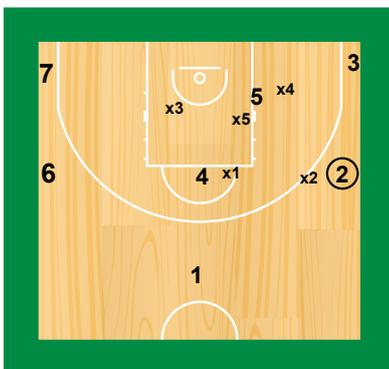
- x1 se met sur la balle;
- x2 et x3 occupent la zone du poste haut - en gardant les bras devant le joueur de poste pour stopper toute passe;
- x4 et x5 sont dans la zone du poste bas.

Sur une passe vers l'aile:

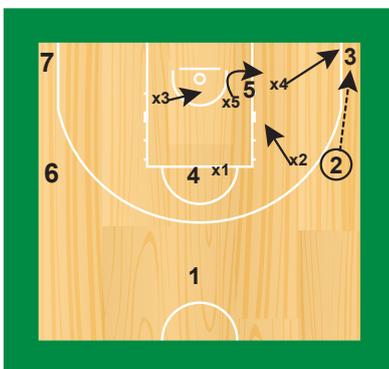
- L'arrière le plus proche (x2) s'empare de la balle;
- x1 revient pour marquer le poste haut;
- L'avant le plus proche (x4) recule;
- L'autre avant traverse;
- L'autre arrière se tourne sur la front line.



x4 est en position pour marquer le joueur de mi-distance au corner s'il reçoit la balle. Il garde ses mains actives pour décourager toute passe dans la zone du poste bas derrière lui.



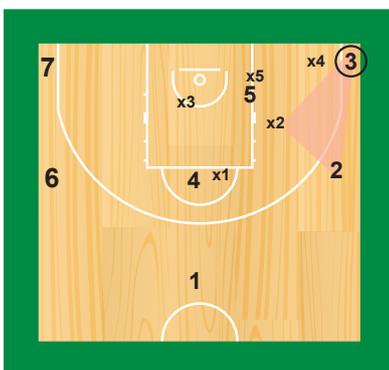
En présence du poste bas côté balle, x4 et x5 doivent tous les deux avoir une main devant le poste pour contester toute passe.



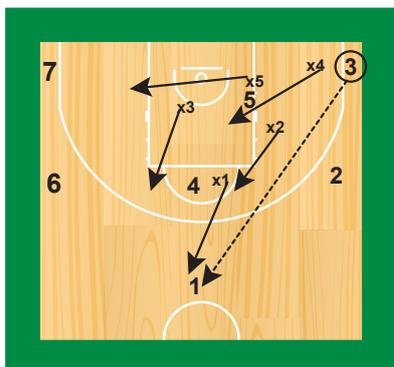
Lorsque la balle est lancée vers le corner, l'avant (x4) recule et doit contester toute percée vers la ligne de fond.

x5 se déplace de $\frac{3}{4}$ devant le poste bas du côté de la ligne de fond. x2 se déplace assez près pour contester toute passe sur le poste bas.

x1 reste au niveau de la zone du poste haut et x3 se trouve en position d'aide.

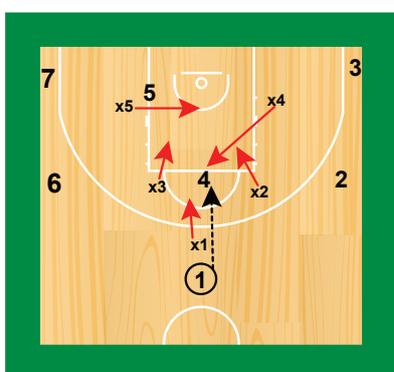


x2 doit veiller à garder dans son champ de vision les deux ailiers et le porteur de balle. Il fait face au porteur de balle pour bien montrer qu'il est prêt à aider; le joueur risque donc moins de tenter la percée.



Au moment où la balle est lancée du corner, les défenseurs tournent leur position. Si la balle était transmise sur l'aile, x2 la prendrait.

Si la balle est renvoyée en haut de la raquette, les défenseurs tournent et se remettent dans l'alignement 1-2-2. x1 pourra "retenir" au niveau de la ligne des lancers francs pour contester une passe à 4, en restant là jusqu'à ce que x2 ou x3 reprennent. x4 doit avoir ses mains devant 5 pour arrêter une passe sur le poste bas.

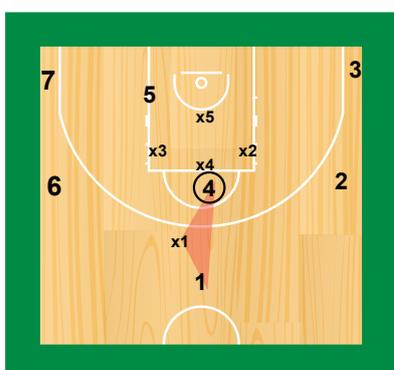


DÉFENSE DU POSTE HAUT

Si la balle est transmise au poste haut (4), x4 ou x5 avance pour le défendre, l'autre avant tourne vers le milieu de la raquette.

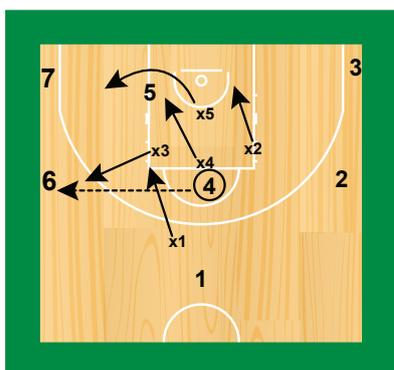
Déterminer le défenseur qui doit bouger pour défendre le poste haut est fonction de plusieurs facteurs:

- Qui est le plus proche;
- L'endroit où se trouve également un poste bas alors que le défenseur de l'autre côté de la raquette s'avance pour défendre le poste haut;
- Une des règles de l'équipe selon laquelle, s'il ne doit y avoir qu'un seul défenseur, ce sera toujours le défenseur du poste haut; ou
- Le côté par lequel le joueur du poste haut préfère percer; le défenseur de ce côté bouge alors pour le défendre (et se trouve dans une meilleure position pour arrêter les dribbles).



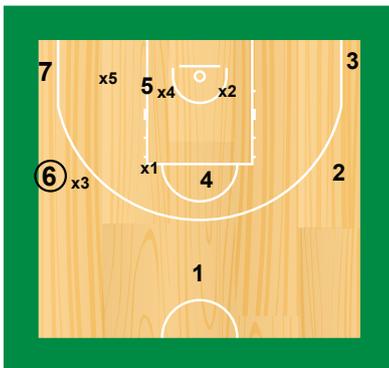
Les deux ailiers (x3 et x2) se placent en dessous du poste haut et aident notamment à contester toute passe vers un poste bas.

x1 se place également pour faire pression sur le poste haut.

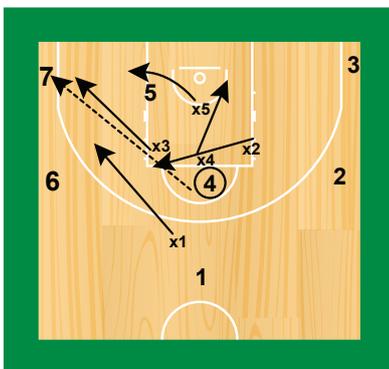


Alors que x1 peut faire pression sur le poste haut, il est important qu'il garde dans son champ de vision l'attaquant en haut de la raquette.

Si le poste haut passe au périmètre, x3 ou x2 se déplacera pour se mettre sur la balle. Les autres joueurs se tournent dans leur position.



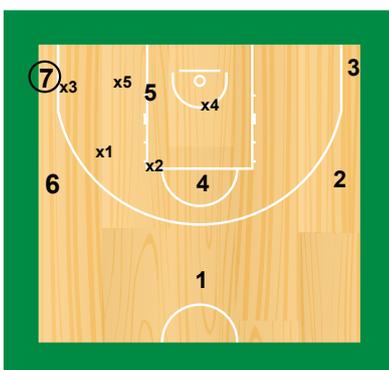
L'alignement est désormais celui qui existerait si la balle a été d'abord transmise de 1 à 6.



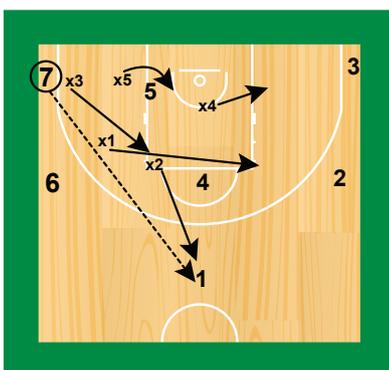
Il est important de noter que si la balle est transmise vers le corner, elle est prise par un arrière (x3).

Les autres joueurs tournent de façon à se retrouver avec:

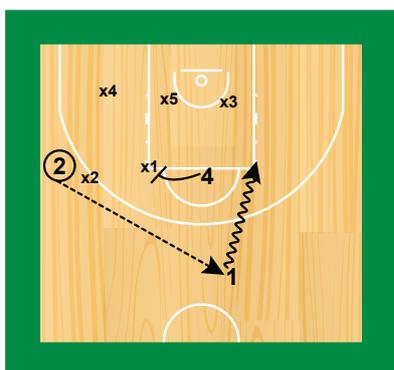
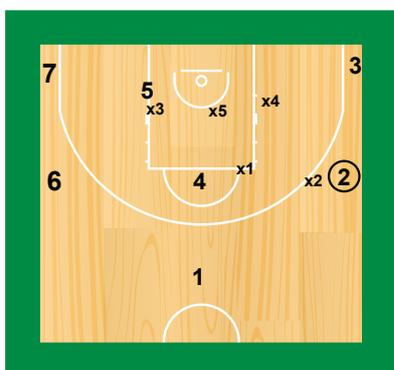
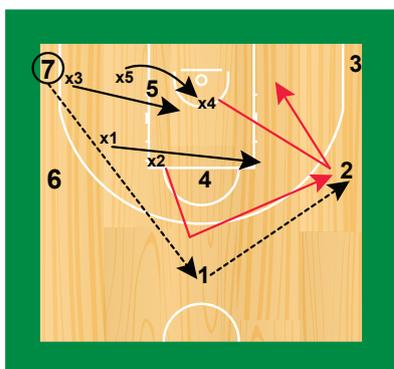
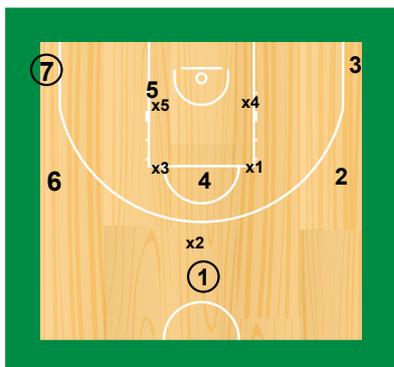
- 3 joueurs sur la front line (x3, x5 et x4) – marquant la balle, le poste bas et la position d'aide;
- 1 arrière au niveau du poste haut (x2);
- 1 arrière sur l'aile, assez proche du poste bas pour aider à contester la passe.



x4 ne tourne pas en position de poste bas car il pourrait être facilement "verrouillé" par le joueur de poste. Les défenseurs de poste doivent venir du côté de la ligne de fond vers la position de poste.



Au moment où la balle est transmise du corner vers la tête de raquette, x3 revient en position d'arrière.



Il est important que tous les joueurs bougent au moment où la balle est en l'air.

ACTIONS VISANT À "BROUILLER" LES ROTATIONS

Les rotations sur une passe depuis le corner renvoient les défenseurs dans l'alignement initial. Toutefois, si la balle est rapidement passée sur l'aile opposée, les glissements devront sans doute être différents:

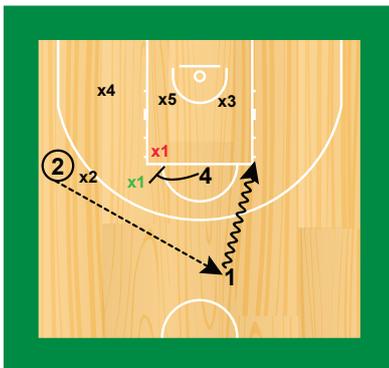
- x4 est plus proche de 2 et opère d'abord un close-out pour marquer la balle. Toutefois, une "règle" de la défense veut que x4 et x5 ne marquent pas sur l'aile;
- x2 se déplace vers l'aile aussi vite que possible, permettant à x4 de revenir en position sur la front line;
- x1 se déplace pour marquer le poste haut et x3 reste sur la front line.

L'alignement à la fin est cohérent avec les glissements initiaux présentés. Ce "scramble" est un exemple pour montrer l'"efficacité" des glissements et le déplacement du défenseur le plus proche vers la balle.

ACTION VISANT À ÉVITER LES ÉCRANS

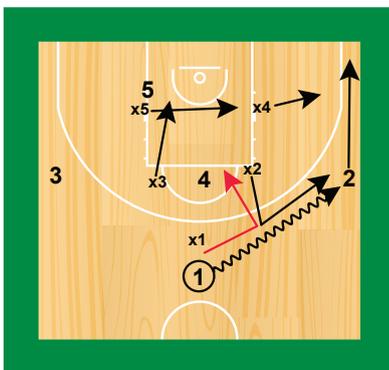
Une tactique classique utilisée contre les défenses de zone consiste à poser des écrans à l'"extérieur". Par conséquent, les défenseurs doivent adapter leur position afin de s'assurer que le défenseur de poste ne peut pas poser un écran efficace.

Ici, 4 peut poser un écran sur x1 en donnant à 1 un couloir pour pénétrer dans la raquette. x1 a besoin d'ajuster sa position de façon à ce qu'il puisse passer devant le poste haut.



Lorsque l'écran est posé, le défenseur doit adapter sa position de façon à ce qu'il puisse sortir de l'écran. Il peut bouger en dessous (en vert sur l'illustration) ou au-dessus (en rouge sur l'illustration) du poseur d'écran.

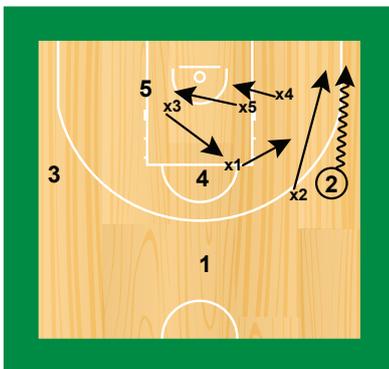
Un déplacement sous l'écran pourra être préconisé car il donne un meilleur angle pour stopper la pénétration de 1. Toutefois, si 1 est un très bon tireur de mi-distance, x1 doit bouger l'écran de 4. S'il passe dessous, 4 pourra reposer un écran sur lui et x1 ne pourra pas contrer un tir.



DÉFENSE DE DRIBBLE

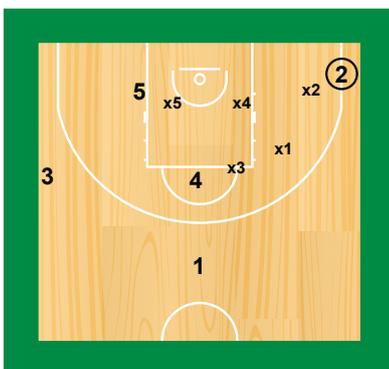
x1 doit tenter de faire aller la balle d'un côté du terrain ou de l'autre. Le côté dépendra du travail de "repérage" et des tendances de l'adversaire. S'il joue généralement du côté droit, il faut le forcer à jouer à gauche!

Au moment où la balle est dribblée sur l'aile, x1 "passe" le dribbleur à x2 qui le marque à l'aile. D'autres joueurs tournent également comme si la balle était transmise sur l'aile.



Si l'ailier dribble vers le corner, l'arrière (x2) défend.

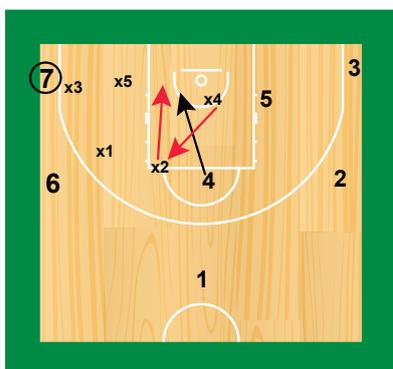
x4 tourne sur le poste bas et x5 tourne en position d'aide - les trois défenseurs formant la front line. x3 se déplace pour défendre le poste haut et x1 avance vers l'aile.



Là encore, l'alignement en résultant est similaire à celui qui existe lorsqu'une balle est envoyée vers le corner.

Si le joueur de corner dribble vers l'aile:

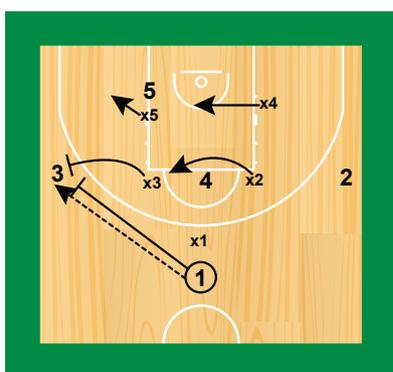
- Si un arrière défend (ex: x2) – il reste sur le joueur sur l'aile;
- Si un avant défend – il passe à l'arrière le plus proche puis tourne pour revenir sur la front line.



DÉFENSE CONTRE LA COUPE DE POSTE

Si le poste haut monte au panier, l'arrière doit également défendre cette coupe. Pour cela, il doit échanger avec le défenseur côté aide (comme illustré) bien que cette action soit plus efficace lorsque le défenseur côté aide est un arrière.

Cette action peut également être réalisée en "passant" le coupeur à l'un des défenseurs de la front line, ce qui est particulièrement efficace en cas de post up.

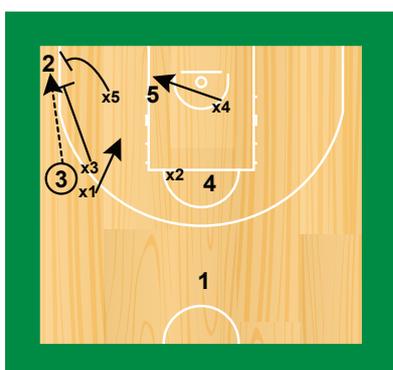
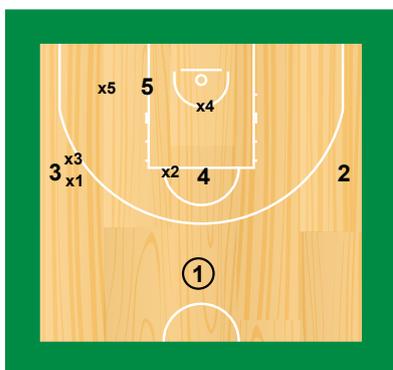


TRAPPE

La zone peut trapper au niveau de l'aile ou du corner. La trappe sur l'aile est faite:

- x3 se déplace vers l'aile au moment où la balle est transmise et x1 suit la passe (ceci fonctionne mieux lorsque x1 est plus proche de l'aile que du milieu du terrain);
- x2 se déplace pour couvrir en contestation du poste haut
- x5 se déplace vers le short corner et x4 tourne sur le poste bas.

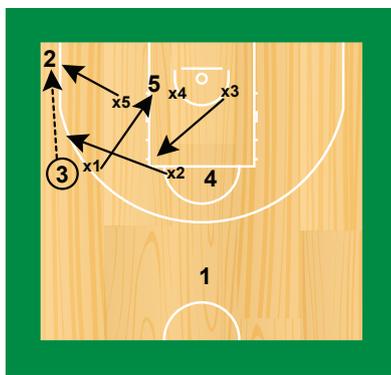
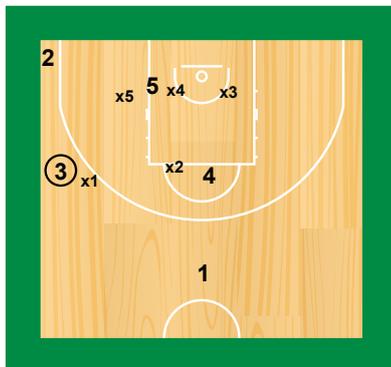
Dans cet alignement, x2 et x5 sont des "intercepteurs" et x4 est la "sécurité".



Pour trapper au corner, l'arrière depuis l'aile suit la passe. Cette action peut être réalisée après avoir trappé au niveau de l'aile ou juste dans le corner.

Un avant défend ensuite le poste bas et les arrières défendent à la fois le poste haut et l'aile.

La différence ici par rapport à la couverture normale est que le "défenseur en aide" n'est pas présent.



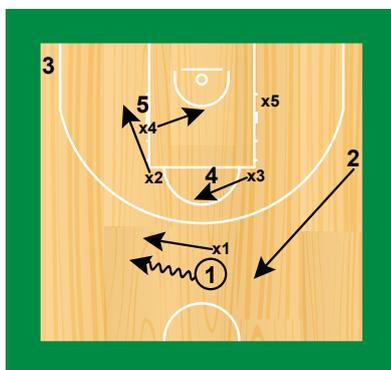
“FIRE” - PRESSING DÉFENSIF

Le match up 1-2-2 peut également servir de défense en pression où les passes aux postes et à l'aile sont contestées.

Ici, x4 et x5 s'associent pour contester la passe au poste, en gardant leurs bras actifs pour être devant.

Sur une passe va vers le corner:

- x5 tourne pour défendre la balle;
- x3 tourne pour contester la passe au poste haut;
- x4 reste derrière le joueur de poste pour stopper toute passe en cloche;
- x2 tourne pour contester une passe retour vers l'aile;
- x1 tourne pour contester une passe au poste haut.

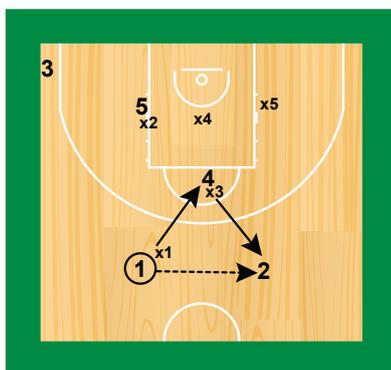


AJUSTEMENT À UN “2 GUARD FRONT”

Généralement, une équipe offensive qui affronte une défense de zone avec un arrière au milieu de la surface placera deux attaquants en haut de la raquette.

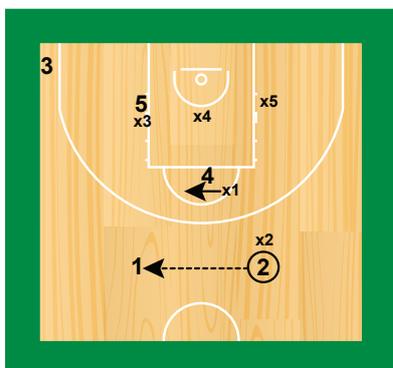
Dans le match up 1-2-2, l'arrière qui a la balle (x1) se déplace avec et l'autre arrière (x3) se déplace vers le milieu de la ligne de lancers francs et devant un poste haut. x2 tourne vers la front line.

x2 opère cette rotation au moment où x3 s'est déplacé pour atteindre la position.

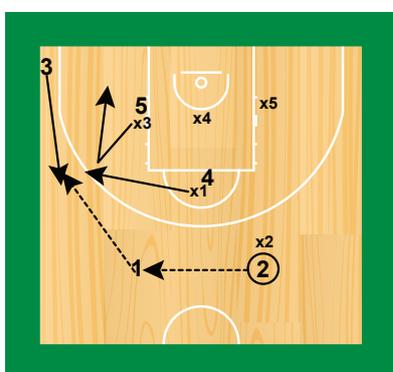


Une fois que la balle est renversée, l'arrière du poste haut défend la balle et l'autre arrière tourne pour revenir au poste haut.

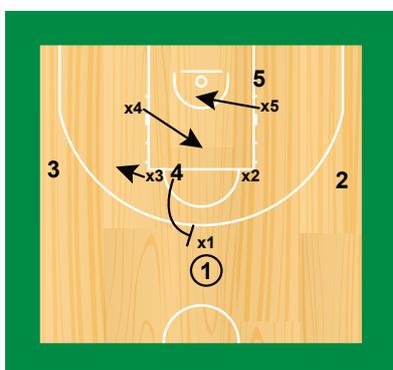
De la même façon, si la balle est transmise à l'aile, l'arrière au poste haut bouge pour défendre l'aile. Pour cela, l'arrière pourra se tenir près du poste haut côté balle tout en gardant ses mains devant le joueur pour contester une passe.



x1 se place près de 4 côté balle et traverse au moment où la balle est renversée à 1.



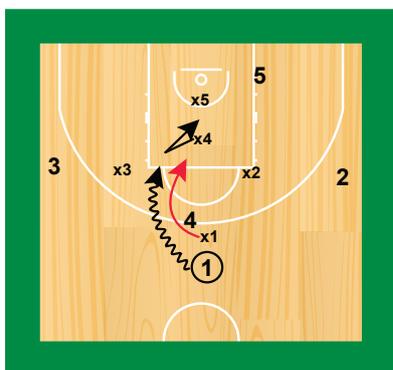
Au moment où la balle est transmise vers l'aile, l'avant pourra se positionner en aide défensive vers l'aile avant de reprendre sur la front line. Ceci peut donner à l'arrière du temps pour arriver jusqu'à l'aile.



DÉFENSE DE PÉNÉTRATION

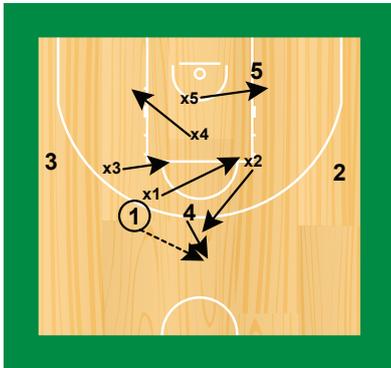
Limiter les mouvements des porteurs de balle est une compétence défensive importante à la fois en défense homme à homme et en défense match up.

Si 1 pénètre, les autres arrières sont chargés d'arrêter les passes aux tireurs de mi-distance – ils n'aident pas à stopper le dribble.

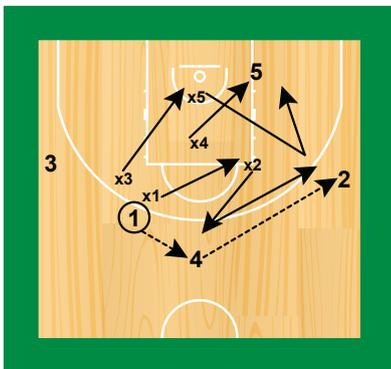


Une tactique classique consiste pour le poste haut à poser un écran sur le défenseur de la balle. Lorsque cet écran est posé, x4 et x5 bougent en position de tandem.

Au moment où le dribbleur pénètre, x4 se déplace pour stopper la pénétration. Il reprend une fois que x1 se remet dans une bonne position.

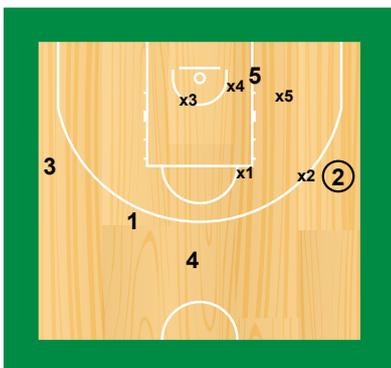


Si le poseur d'écran s'écarte vers le périmètre et reçoit la balle, l'arrière le plus proche bouge pour le défendre et les autres joueurs tournent dans l'alignement initial.



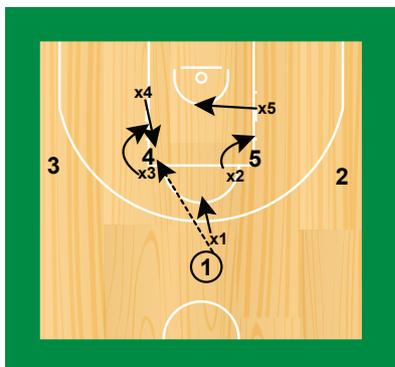
Souvent, le poseur d'écran va rapidement passer à l'aile – cette "seconde passe" est souvent la plus efficace pour créer une occasion de tir ouvert.

Il s'agit d'une situation de "scramble". L'avant pourra avoir besoin de marquer l'aile puis d'être "bougé" par un arrière pour revenir dans l'alignement. Ceci est illustré dans le mouvement de x5 et x2.



Une bonne communication est la clé pour cette tactique. L'objectif est de rendre les glissements les plus "efficaces" possibles et, si tous les coéquipiers savent ce que les autres font, la défense peut être efficace.

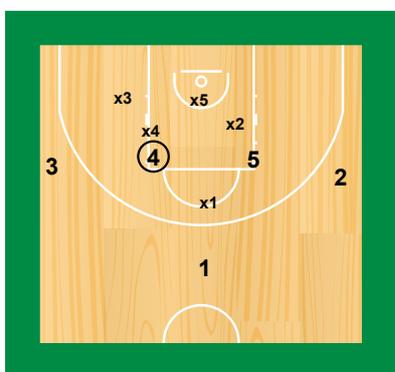
Ici, la règle de l'équipe peut être la suivante: "Faire participer les coéquipiers est la clé du succès!".



DÉFENSE SUR 2 POSTES HAUTS

Chaque fois qu'une attaque a deux postes hauts, les deux arrières au poste haut contestent les passes d'un attaquant. Là encore, ils n'ont pas à se tenir directement devant le joueur de poste mais doivent contester la passe en ayant au moins un bras en travers du joueur de poste.

Si la balle est transmise à l'un des joueurs de poste, les deux arrières se placent et l'avant avance pour marquer le joueur de poste alors que l'autre avant bouge vers le milieu de la raquette.



La défense s'est désormais déplacée dans le même alignement que celui qui existe lorsqu'un seul poste haut reçoit la balle. Les arrières (x3 et x2) se déplaceront pour défendre un ailier ou un joueur de corner qui reçoit une passe du poste haut.

QUAND UTILISER L'ALIGNEMENT 1-2-2?

Les principales caractéristiques de cette défense sont les suivantes:

- x4 et x5 ne sont pas tenus de marquer les ailiers;
- x2 et x3 seront chargés de défendre sur la "front line" ce qui peut parfois supposer de marquer des joueurs de poste.

Par conséquent, la défense pourra convenir à des équipes disposant de joueurs de grande taille qui sont lents pour marquer les joueurs de mi-distance ou disposant de "swing players" qui peuvent marquer à la fois le périmètre et le poste.

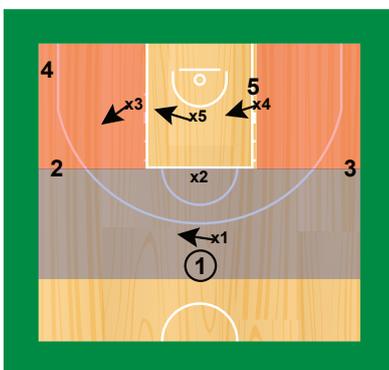
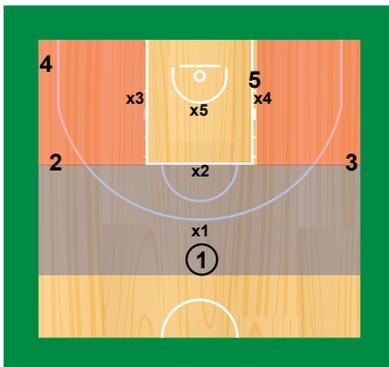
1.3.2 DÉFENSE MATCH UP 1-1-3

Une autre défense en zone match up classique est le 1-1-3 qui (à la différence du 1-2-2) impose aux joueurs de "front line" de défendre à l'aile, les entraîneurs devant prendre cela en considération au moment de déterminer s'ils souhaitent ou non utiliser la défense.

CONCEPTS CLÉS

Les concepts clés de la défense 1-1-3 sont les suivants:

1. Contester toutes les passes en pénétration;
2. Agir de façon à faire aller la balle d'un côté du terrain et le garder là;
3. Contester les passes au poste – défense devant les joueurs de poste bas;
4. Garder les mains en hauteur et actives pour arrêter les passes;
5. Ne jamais laisser un coupeur sur le "côté fort" se mettre devant un défenseur.

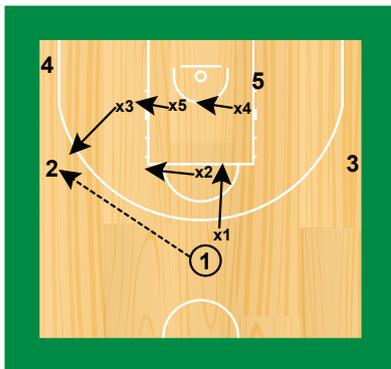


ALIGNEMENT INITIAL

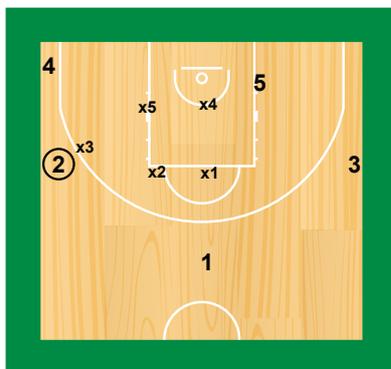
Au départ, un arrière (x1) défend la balle – l'up guard. Le second arrière (x2) conteste les passes dans la zone du poste haut. Les arrières sont chargés de marquer la balle au-dessus de la ligne des lancers francs.

La "front line" (x3, x4 et x5) se met en position à l'arrière de la zone, en restant devant un joueur de poste bas.

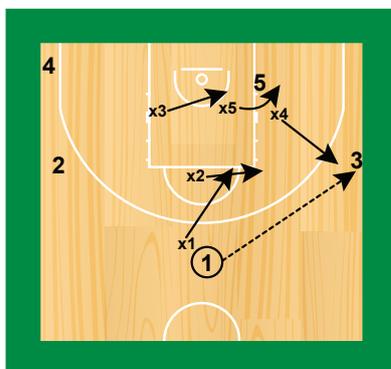
L'"up guard" force le jeu d'un côté de la surface. La front line anticipe la transmission de la balle sur l'aile et apporte également une aide défensive dans cette direction.



Lorsque la balle est transmise sur l'aile, la front line bouge pour défendre la balle. La front line et les arrières s'adaptent pour former une "défense en boîte" ("box") avec deux défenseurs au poste haut et au poste bas (devant les attaquants) et deux défenseurs en position d'aide.



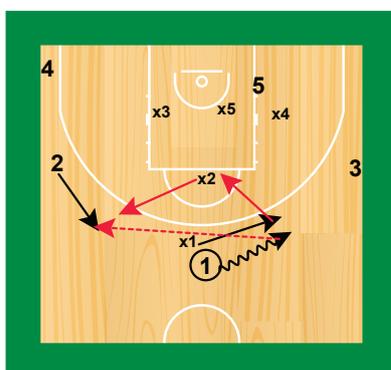
Les joueurs en position d'aide se placent de la même façon que sur l'axe panier-panier" en défense "homme à homme".



x2 et x5 contestent toute passe vers les positions de poste. x4 et x1 sont en position d'aide.

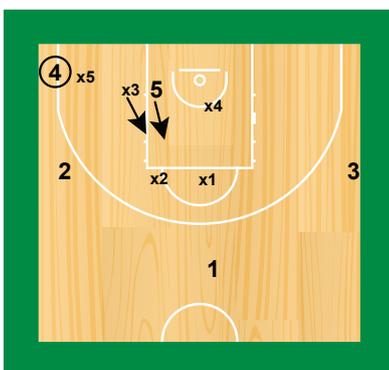
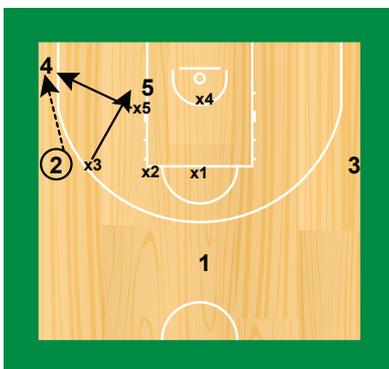
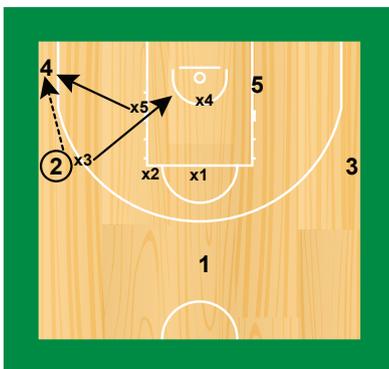
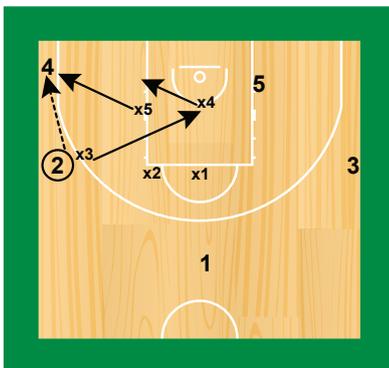
Lorsque la balle est transmise sur l'aile du côté fort, le défenseur de la front line au poste bas se met devant. Le défenseur en aide devient particulièrement important pour stopper toutes passes en cloche sur le poste.

La pression sur l'ailier (de façon à ce qu'il ne puisse pas faire la passe en cloche) est également très importante.



DÉFENSE DU DRIBBLEUR

Lorsque la balle est dribblée depuis le haut de la raquette, l'"up guard" la défend. Sur toute passe de renversement, l'"up guard" et le "back guard" permutent (en rouge sur l'illustration).



“DÉFENSE DU CORNER”

Lorsque la balle est transmise au corner, elle est défendue par le joueur de “front line” le plus proche. La rotation préconisée consiste pour le joueur en aide de bouger en position de poste et pour le défenseur à l’aile d’accélérer pour se remettre en position d’aide.

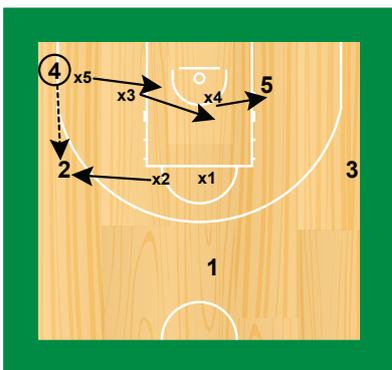
Autrement, l’ailier peut tourner et revenir dans la position de poste bas.

Cette action peut s’avérer efficace lors que le poste haut n’est pas occupé par un attaquant.

Toutefois, elle peut également être utilisée pour se mettre en position de “fronting” chaque fois qu’il y a un joueur de poste bas offensif.

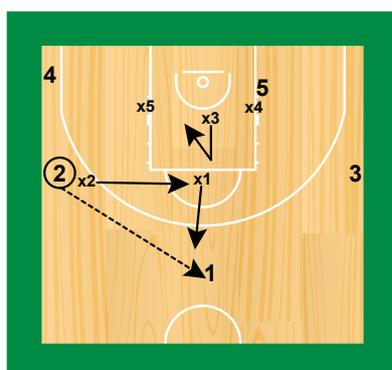
Le défenseur se met devant le poste bas. Même si l’attaquant a bougé vers le poste haut, le défenseur de front line (x3) reste entre le porteur de la balle et le joueur de poste.

Le défenseur sur le porteur de la balle ne doit pas permettre une pénétration en ligne de fond.



Lorsque la balle est transmise du corner, l'aile est alors prise par le défenseur du poste haut. Et les trois joueurs de front line tournent en travers.

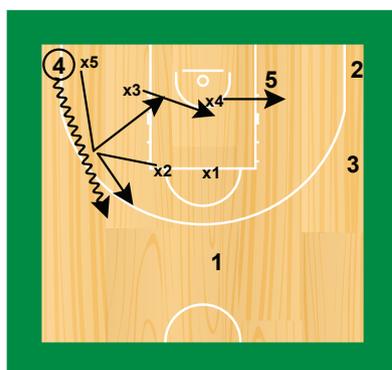
C'est différent d'une passe en pénétration (depuis la tête de raquette vers l'aile) où l'aile serait défendue par un joueur de front line.



Si la balle est ensuite renversée en tête de raquette, le "back guard" bouge pour défendre la balle. Il doit hésiter avant de bouger pour donner à l'autre arrière le temps de reprendre la position au poste haut.

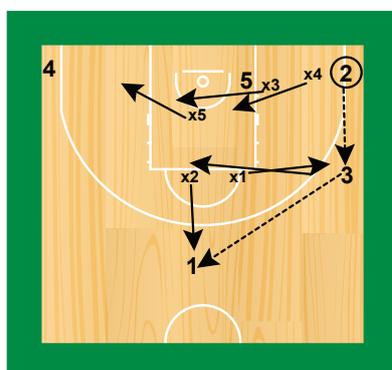
Le joueur du milieu sur la front line peut également apporter une aide défensive vers la ligne de lancers francs pour assurer davantage de protection.

Cette action permet de revenir à l'alignement initial.

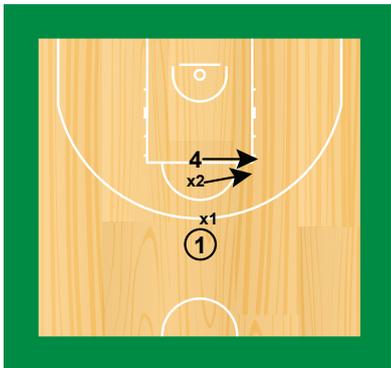


Si la balle est dribblée du corner, elle est d'abord défendue par le joueur de front line (x4) et est ensuite confiée à l'"up guard" (x2).

C'est également l'occasion de trapper le cas échéant.



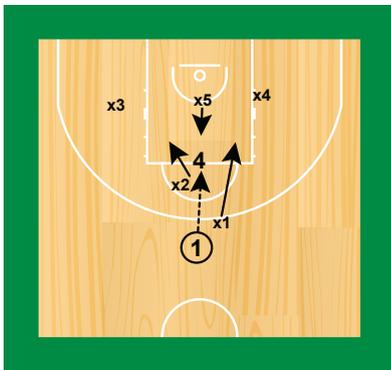
Lorsque l'"up guard" défend sur l'aile, si la balle est transmise vers la tête de raquette, l'arrière doit accélérer vers le milieu de la zone du poste haut. Il ne marquera aucune aile sur la passe suivante et doit se concentrer sur la défense de la zone du poste haut.



DÉFENSE DU POSTE HAUT

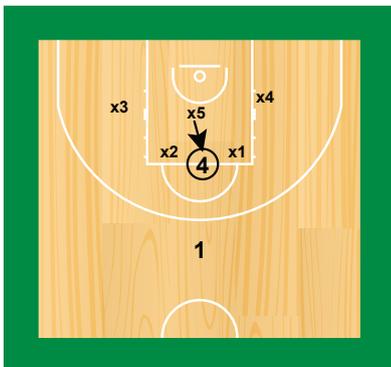
Lorsque la balle est en tête de raquette, le "back guard" doit se mettre devant un attaquant au poste haut. À cette fin, il doit au moins avoir les bras et les mains devant le joueur de poste.

Les défenseurs pourront choisir de se tenir directement devant le joueur de poste.

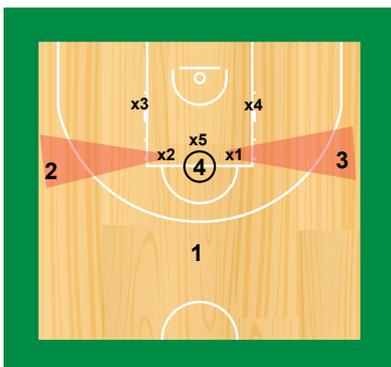


Si la balle est transmise au joueur de poste haut, les deux arrières se placent sur la ligne de lancers francs et pourront faire pression sur le joueur. Ils sont chargés de marquer l'ailier s'il reçoit une passe.

x5 apporte une aide défensive vers le joueur de poste haut et x3 et x4 se chargent des joueurs de poste bas.

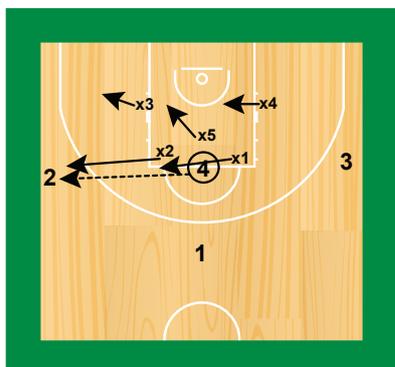


Si le poste haut tourne pour faire face au panier, x5 avance pour le défendre.



DÉFENSES DES PASSES FAITES PAR LE POSTE HAUT

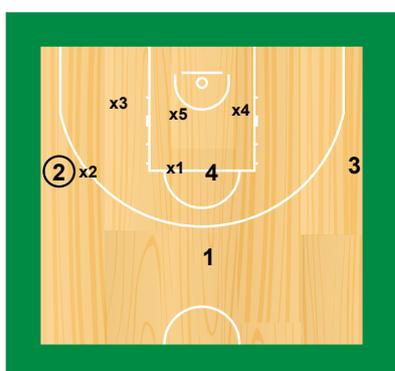
Toute passe vers l'aile faite par le joueur de poste haut est défendue par l'arrière qui se trouve de ce côté-là de la surface. Ceci signifie qu'il est important que l'arrière garde dans son champ de vision les joueurs de mi-distance sur l'aile.



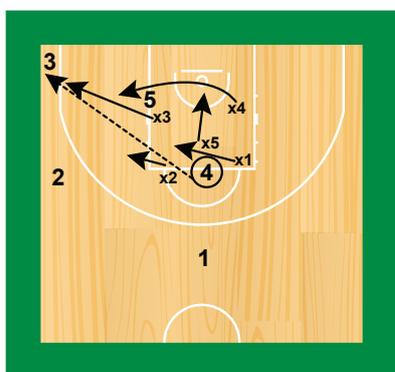
Chaque fois que la balle est transmise, tous les joueurs doivent bouger.

Au moment où le poste haut transmet à l'aile, l'arrière le plus proche bouge pour défendre la balle et l'autre arrière bouge pour défendre le poste haut.

Les joueurs de la front line adaptent leur position en direction de la balle.



La défense se trouve désormais dans le même alignement que celui qui existe lorsque la balle est transmise du corner à l'aile.



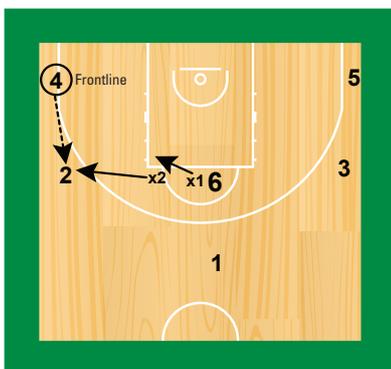
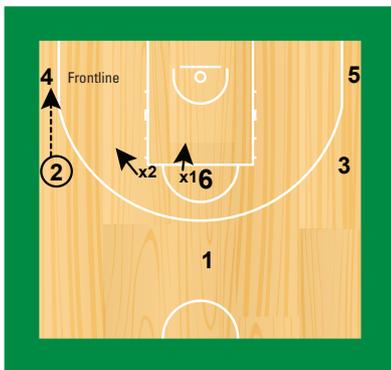
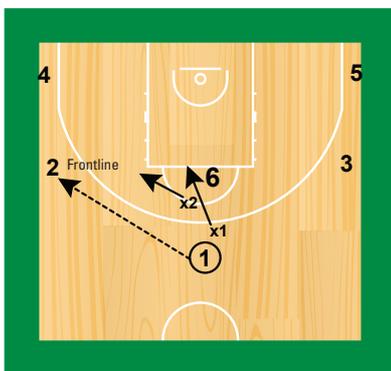
Sur une passe au corner, le joueur de front line le plus proche défend le joueur de corner et le joueur de front line se trouvant en face bouge en travers de la ligne de fond pour se mettre devant un joueur de poste bas. Il doit bouger vers un joueur de poste sur le côté de la ligne de fond.

Le joueur de la front line qui défendait le poste haut tourne et se place en position d'aide. Il ne bouge pas vers le poste bas (même s'il pourra être plus proche) car il a un mauvais angle et pourrait facilement être verrouillé par le joueur de poste.

MISE EN PRATIQUE DE LA DÉFENSE MATCH UP 1-1-3

Une façon efficace de développer une défense match up consiste à jouer contre 6, 7 ou même 8 attaquants. Au départ, il convient de limiter les attaquants à la passe de la balle puis de leur donner la liberté de dribbler et enfin de couper.

Lorsqu'une équipe apprend d'abord les "glissements" ou les mouvements dans la zone match up, il peut être utile de travailler séparément avec les arrières et la front line.



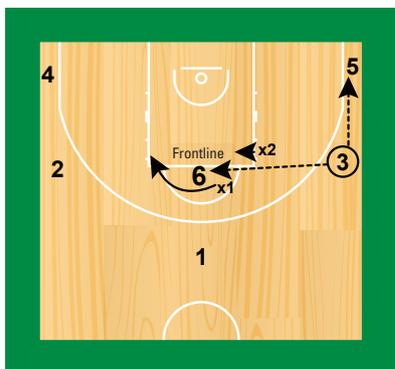
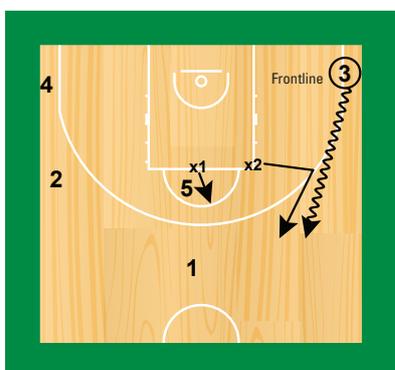
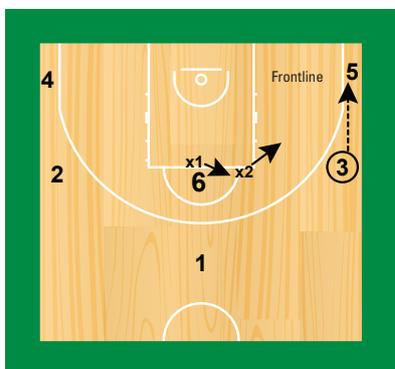
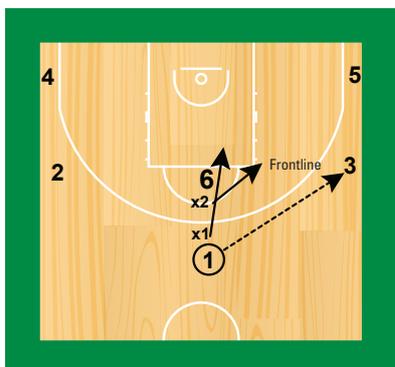
GLISSEMENTS DES ARRIÈRES

Au moment où la balle est transmise par des attaquants, les deux arrières bougent comme ils le feraient en réaction au mouvement de la balle.

Si l'"up guard" marque la balle, il dit "balle". Si la balle est défendue par un joueur de la front line, alors les deux arrières disent "front line".

Il arrive parfois que le mouvement des joueurs soit minime; toutefois, chaque fois que la balle est transmise, les deux arrières doivent ajuster leur position.

Alors qu'au départ les attaquants seront lents, laissant ainsi du temps aux arrières pour ajuster leur position, ils doivent rapidement se mettre dans une vitesse de match.



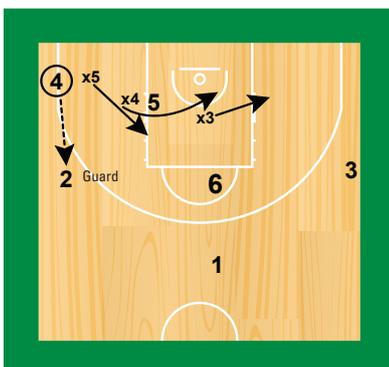
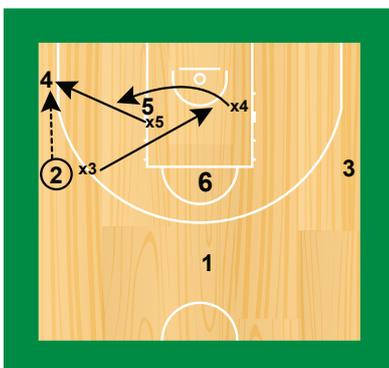
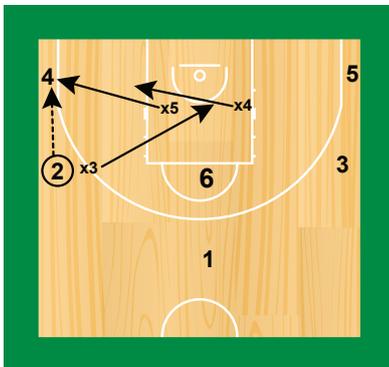
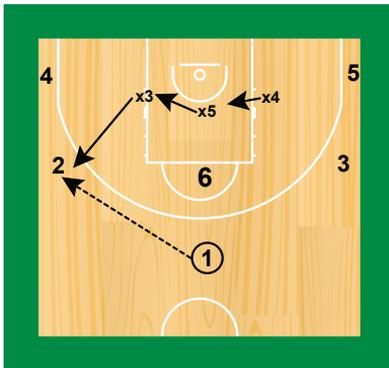
L'exercice peut se faire directement avec des joueurs qu'un arrière est chargé de défendre et qui sont capables de tirer ou de pénétrer.

Ceci aidera également les attaquants à comprendre les mouvements défensifs car ils peuvent décider par anticipation de tirer ou percer au moment où ils reçoivent la balle.

Dans cette série de diagrammes, tous les mouvements basiques que les arrières pourront être tenus de faire en défense sont montrés.

Comme dans n'importe quelle défense, il est important que les défenseurs "volent avec la balle", en bougeant lorsque la balle est en l'air de façon à ce qu'ils soient placés dans leur prochaine position défensive au moment où la balle est attrapée.

Les passes du poste haut doivent être contestées par les arrières à tout moment mais une fois que le joueur a la balle, c'est un joueur de front line qui est chargé de défendre le joueur de poste.



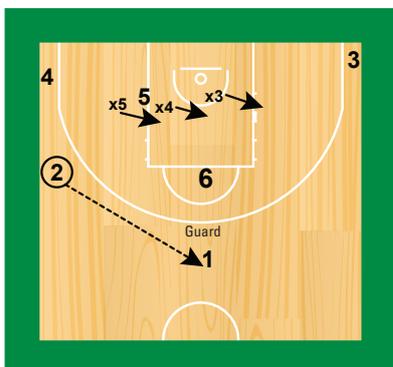
GLISSEMENTS DE LA FRONT LINE

De la même façon, les glissements des joueurs de la front line peuvent être isolés avec des passeurs d'abord lents mais doivent se structurer pour que les passes soient pleinement contestées.

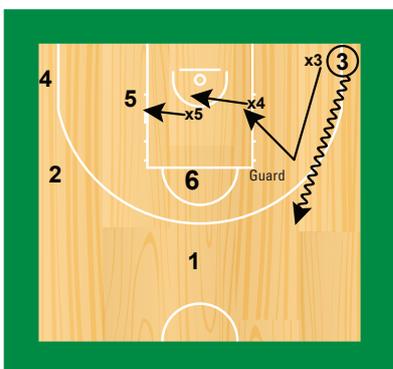
Au moment où la balle est transmise au corner, les joueurs de la front line s'adaptent.

Il est essentiel que le défenseur en aide (x4) bouge sous (côté ligne de fond) le poste bas pour se mettre en position de défense.

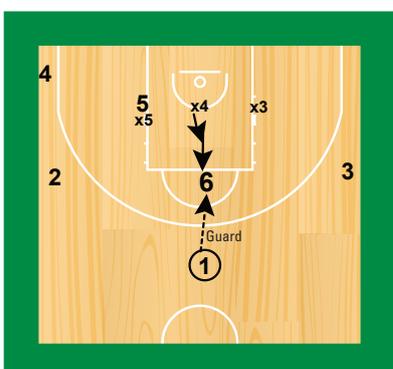
Là encore, les joueurs de front line disent "balle" s'ils défendent la balle et tous les joueurs disent "arrière" si la personne qui a la balle doit normalement être défendue par l'un des arrières.



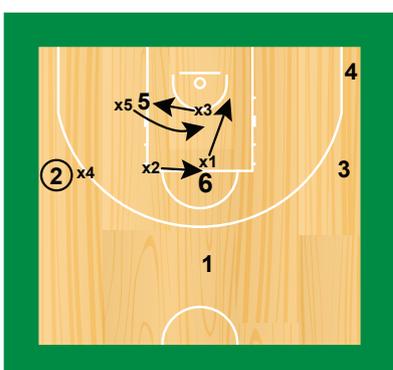
L'accélération pour se placer dans la position suivante est cruciale tout comme la contestation de passe à tous les joueurs de poste.



Lorsque la balle passe du corner vers l'aile, la front line fait pression sur un joueur de poste bas.



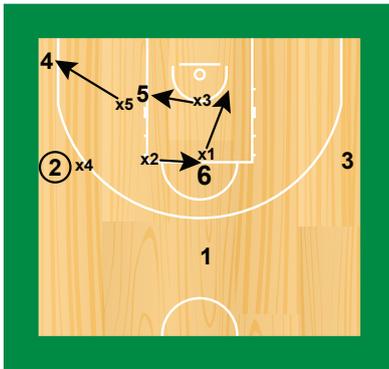
Lorsque le poste haut reçoit la balle, le joueur du milieu de la front line (x4) apporte une aide défensive sur lui. Si le poste haut tourne pour se mettre face au panier, il est de la responsabilité de x4 de défendre le joueur du plus près possible.



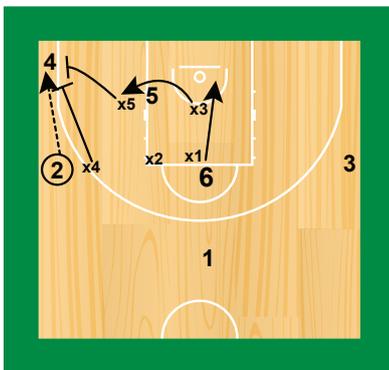
JEU AU REBOND DANS LE MATCH UP 1-1-3

Si le tir est lancé depuis l'un des corners ou depuis l'aile, le défenseur de la front line qui est devant le joueur de poste bas n'a pas de responsabilité en matière de verrouillage (car il est dans une mauvaise position). Il doit effectuer un pivot intérieur vers la raquette en passant devant le joueur de poste pour disputer le rebond.

D'autres joueurs tournent loin de l'endroit d'où le tir a été tenté et "trouvent un corps" sur lequel poser un écran de retard.



Toutefois, en présence d'un joueur au corner, x5 (qui défendait le poste bas) est chargé de poser un écran de retard sur le joueur de corner.

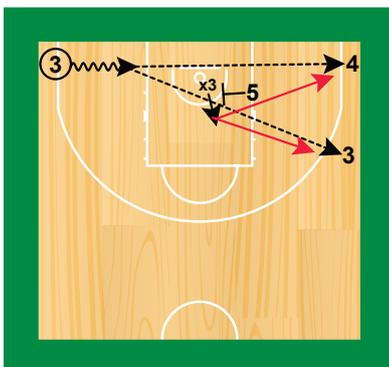


TRAPPE DANS L'ALIGNEMENT 1-1-3

La trappe dans l'alignement 1-1-3 se fait principalement dans le corner avec le défenseur de l'aile qui suit la passe pour trapper.

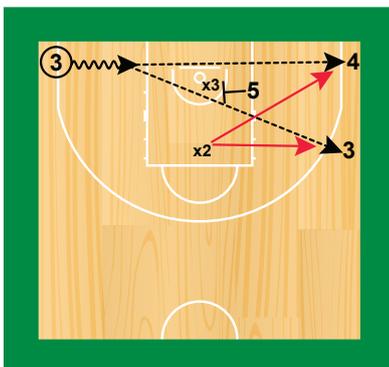
Le défenseur de la front line et l'arrière défendent toujours les joueurs de poste bas ou haut et bougent pour intercepter les passes.

Le "back guard" doit descendre en position d'aide derrière un joueur de poste bas.



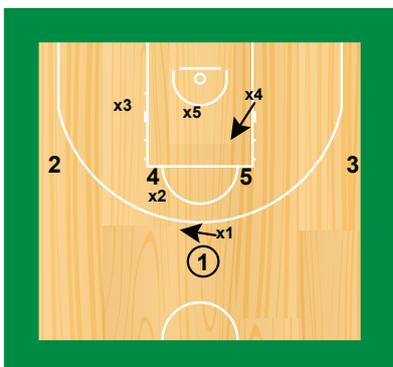
"SCRAMBLING"

Dans de nombreuses attaques, des écrans sont posés à l'extérieur de la zone puis une passe transversale au-dessus de la tête est faite ou un coupeur est envoyé le long de la ligne de fond. Le joueur de la front line porteur d'écran doit ajuster sa position de façon à ce qu'il ait un "avantage de pied" et puisse passer le poseur d'écran.



Toutefois, si l'écran est efficace, l'arrière pourra avoir besoin de se tourner pour défendre la balle.

La règle simple veut que le joueur qui y arrive le plus vite soit le joueur qui défende la balle.



1-1-3 CONTRE DEUX POSTES HAUTS

Chaque fois qu'il y a deux joueurs de poste haut, l'"up guard" tente de faire aller la balle vers un côté et le "back guard" conteste la passe au poste haut sur ce côté.

Le joueur de la front line (x3) apporte une aide défensive vers l'autre poste haut.

1.3.3 DÉFENSE MATCH UP 1-3-1

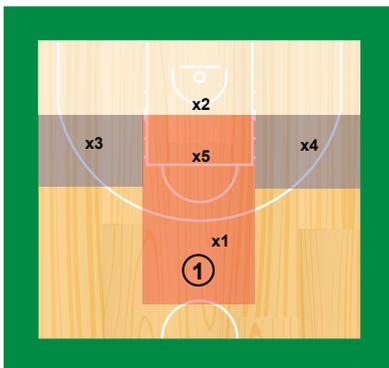
À l'instar de la défense en boîte ("Box & 1"), une défense match up 1-3-1 peut être expliquée relativement facilement à partir d'un alignement initial 1-1-3.

Pour bien jouer cette défense:

- Les défenseurs de la front line doivent être capables de défendre des joueurs de mi-distance à l'aile (comme c'est le cas dans l'alignement 1-1-3);
- Il faut un arrière très rapide qui joue à l'arrière de la zone et est chargé de la couverture d'un corner à l'autre;

- L'arrière qui doit jouer à l'arrière de la zone doit de préférence être relativement grand car il sera parfois chargé de défendre au poste bas.

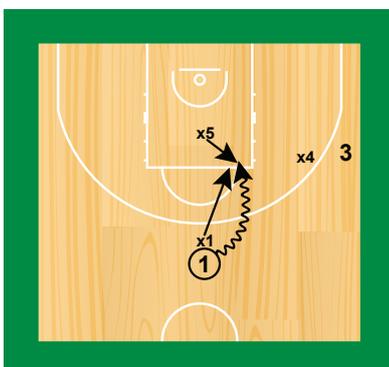
Le match up 1-3-1 présente l'avantage par rapport au match up 1-1-3 de permettre une meilleure couverture sur les tireurs de mi-distance notamment sur l'aile.



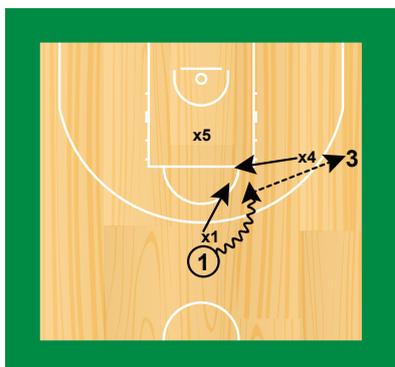
ALIGNEMENT INITIAL EN 1-3-1

L'"up guard" est responsable du milieu du terrain et est chargé de faire aller la balle d'un côté. Le "back guard" joue comme dernière ligne de la défense et couvre d'un corner à l'autre.

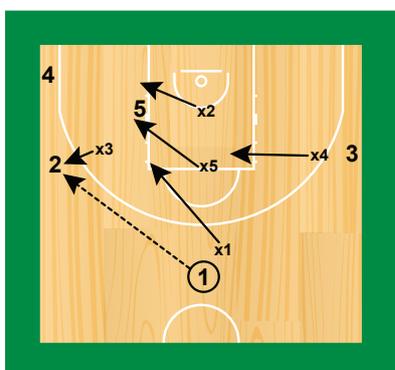
x3 et x4 restent en charge de la défense des joueurs de mi-distance à l'aile et ont moins de distance à couvrir que dans l'alignement 1-1-3.



x5 est chargé de stopper toute pénétration dans la raquette.



La raison pour laquelle x5 est chargé de défendre la pénétration en dribble est que, si x4 avance pour stopper la percée, ce mouvement démarquera 3 ce qui contrecarrera l'avantage de la zone (qui est la couverture sur les tireurs de mi-distance).

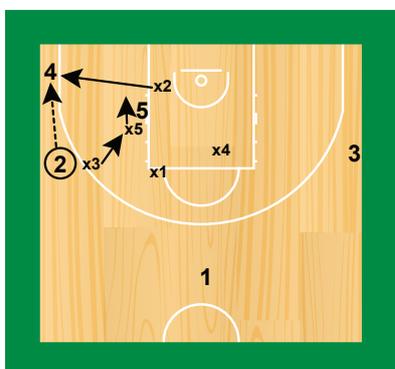


Sur une passe vers l'aile, les règles de l'alignement 1-1-3 s'appliquent:

- Le joueur de la front line (x3) défend l'ailier;
- L'"up guard" tourne pour contester la passe du poste haut;
- Le joueur de la front line (x5) tourne pour se placer devant un joueur de poste bas;
- x4 tourne pour se mettre en position d'aide.

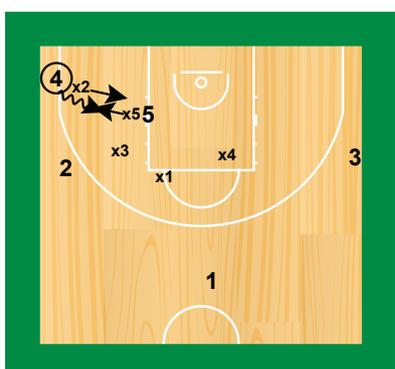
Le "back guard" (x2) se déplace vers le corner mais reste dans la raquette.

Si le joueur dans le corner est un très bon tireur, x2 peut se rapprocher pour apporter une aide défensive.



Lorsque la balle est transmise dans le corner, x2 se déplace pour défendre le joueur. x5 bouge pour faire face au joueur de poste bas et x4 reste en position d'aide derrière le joueur de poste.

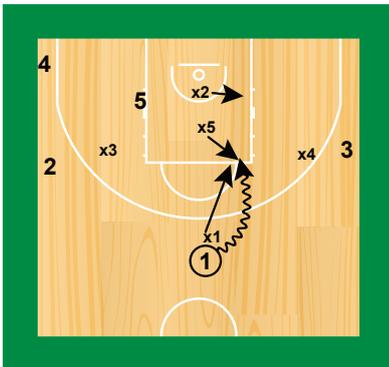
x3 peut apporter une aide défensive en direction du poste bas, mais est principalement chargé de défendre l'aile.



DÉFENSE DU DRIBBLE

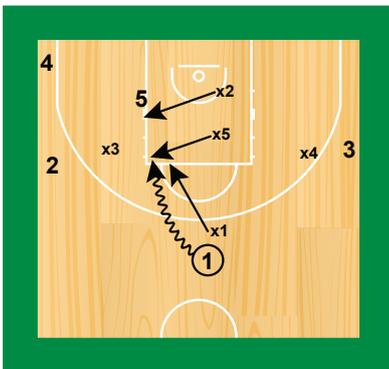
Sur toute pénétration en dribble depuis le corner, le défenseur dans la zone de poste bas se déplace pour arrêter le dribbleur.

x3 pourra apporter son aide défensive sur le dribbleur mais, en dernier lieu, il ne doit pas perdre de vue l'ailier et être prêt à marquer cette position.

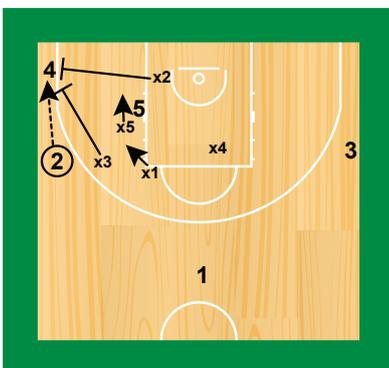


De la même façon, toute pénétration en dribble depuis la tête de raquette est défendue par x5 qui empêche le dribbleur d'entrer dans la raquette.

Le "back guard" (x2) se déplace également en travers de la raquette pour se rapprocher d'un tireur de mi-distance dans la raquette.

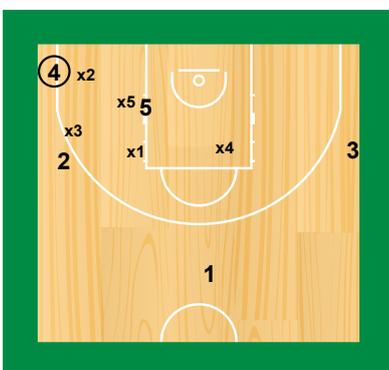


En présence d'un joueur de poste bas, x2 pourra tourner pour contester la passe faite par un dribbleur en pénétration à un joueur de poste bas.



TRAPPE DEPUIS UN ALIGNEMENT 1-3-1

Un joueur dans le corner peut également être "trappé" par le défenseur de mi-distance qui suit la passe.



Autrement, x3 peut contester toute passe retour vers l'aile ce qui signifie que toutes les passes proches sont contestées.

Quelle que soit la défense match up qu'une équipe choisit de mettre en œuvre, elle ne réussira que si:

1. Les défenseurs peuvent défendre un joueur de mi-distance pour l'empêcher de passer ou dribbler;
2. Les défenseurs "volent avec la balle" en bougeant au moment où la passe est faite;
3. Les défenseurs communiquent entre eux.

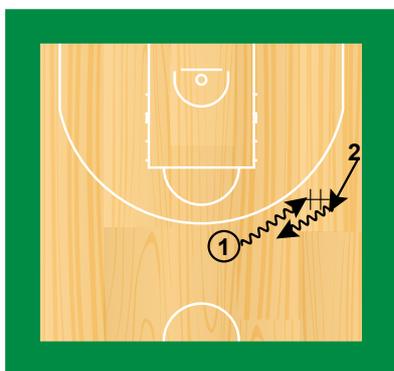
APPROFONDIR

1. Quelles sont les forces et faiblesses relatives d'une défense match up 1-2-2?
2. Pensez à une équipe que vous avez entraînée. Quelle attaque (ou quels principes offensifs) aurait-elle mis(e) en œuvre contre une défense match up 1-1-3?
3. Quand présenterez-vous une défense de zone à votre équipe? Expliquez votre réponse.

1.4 TECHNIQUES DE DÉFENSE AVANCÉES

1.4.1 DÉFENSES DES PASSES MAIN À MAIN DANS LE DRIBBLE

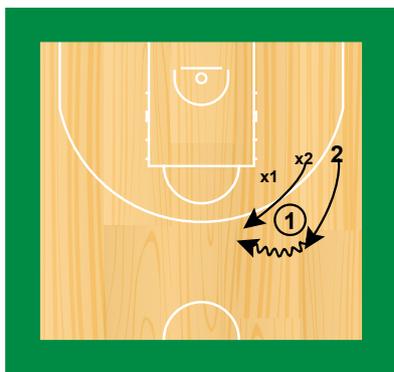
Une passe main à main dans le dribble est similaire à un écran porteur et peut être défendue avec des techniques similaires.



Une passe main à main dans le dribble est un échange entre un porteur de balle et un joueur passant à sa hauteur. Il s'agit d'un mouvement dynamique, le dribbleur s'arrêtant et passant immédiatement la balle à un joueur passant devant.

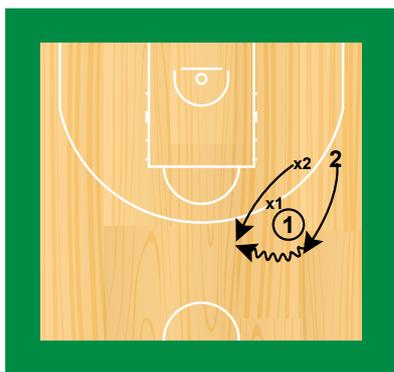
1 dribble en direction de 2 qui coupe devant, attrape la balle et dribble immédiatement.

Pour des raisons pratiques, sur les diagrammes suivants, 1 n'est pas montré en train de dribbler; toutefois, 1 sera normalement en mouvement ce qui rendra plus compliquée la défense.



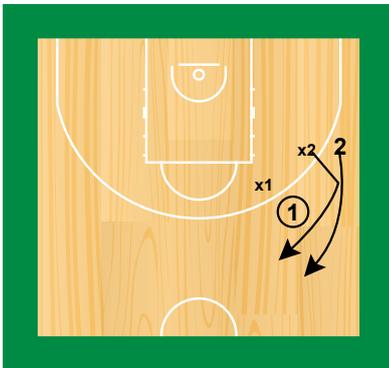
À TRAVERS

x1 pourra s'éloigner du dribbleur laissant un couloir à x2 pour passer à travers pour défendre 2.



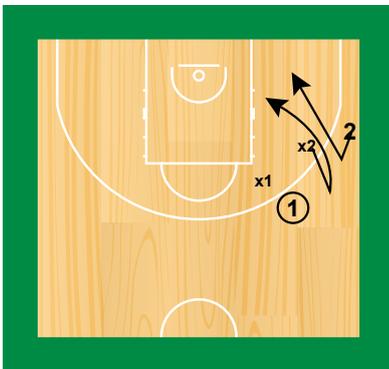
DERRIÈRE

x1 pourra bloquer ("jam") le dribbleur de façon à ce que x2 puisse passer derrière lui pour défendre 2.



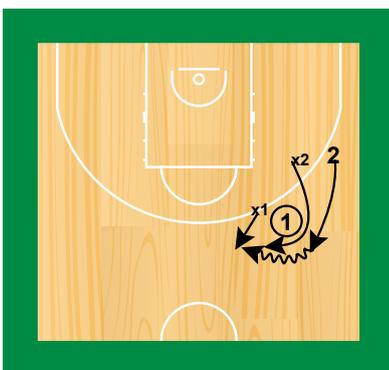
SAUTER

x2 pourra se mettre directement dans la trajectoire de 2. Si 2 continue de couper, x2 se tient entre 2 et 1, rendant la passe main à main inefficace.



Autrement, 2 pourra choisir de couper dans le dos vers le panier et x 2 bouge pour se mettre en défense.

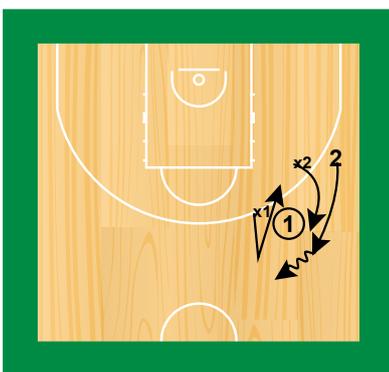
2 pourra essayer de se rapprocher de 1 avant de réaliser la coupe dans le dos (de façon à ce que x2 soit "bloqué" sur 1). Dans ce cas, x1 pourra défendre la coupe dans le dos et x2 pourra se replacer pour défendre 1.



À DEUX

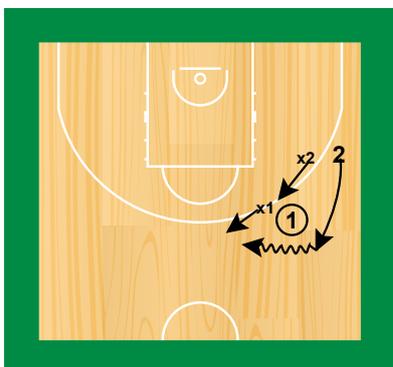
Les défenseurs pourront faire une prise à deux sur 2 au moment où il commence son dribble. x1 se déplace pour se mettre dans la trajectoire de 2 et x2 suit et bouge avec 2.

x1 ne doit pas bouger de position tant que 1 n'a pas arrêté son dribble et ramassé la balle. Si x1 bouge trop tôt (alors que 1 dribble toujours), 1 pourra simplement tourner pour dribbler vers le panier.



PRÉSENTATION

Plus ou moins comme le jeu "à deux", x1 peut se présenter en se mettant dans la trajectoire de 2 et en reprenant ensuite pour défendre 1. Ceci empêchera 2 de tourner au corner et d'attaquer la raquette et donne du temps à x2 pour reprendre et défendre 2.

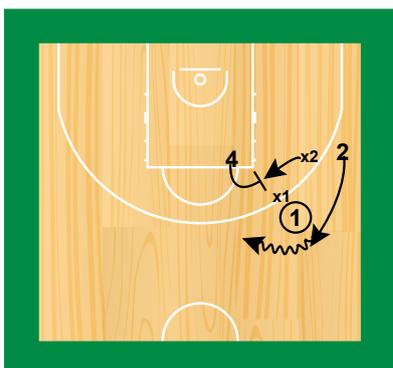


PERMUTATION

Notamment si la passe main à main est faite par un arrière à un autre arrière, les défenseurs pourront permuter, x1 se déplaçant pour défendre 2 (qui est désormais porteur de la balle) et x2 se déplaçant pour défendre 1.

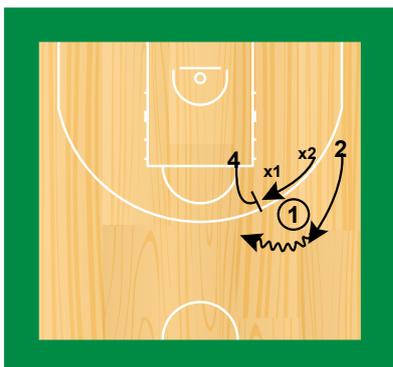
Les deux défenseurs doivent "être ensemble" au moment où ils permutent afin de garantir l'absence d'espace par lequel le dribbleur pourrait pénétrer après que x2 a arrêté de défendre la balle et avant que x1 ne défende la balle.

Certaines équipes ajoutent un écran à l'action de la passe main à main qui sert à empêcher le défenseur qui va défendre le nouveau porteur de balle de se mettre en position à cette fin.

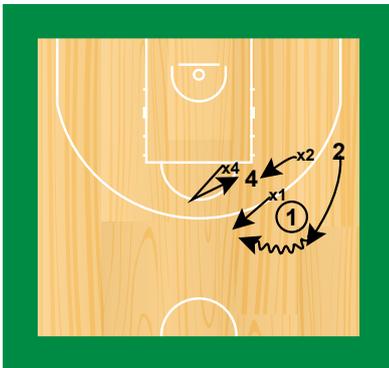


4 sort du poste haut pour se placer sur la trajectoire de x2 (qui, sur l'illustration, passe "dessous" pour défendre la passe main à main).

4 ne pose pas l'écran à un "endroit" et doit plutôt "lire" la façon dont x2 défend l'écran et se déplacer vers un endroit qui empêchera x2 de pouvoir défendre 2.

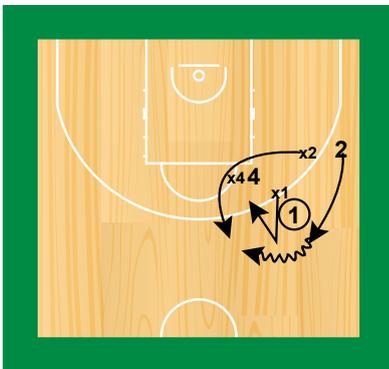


Si les défenseurs changent pour défendre la passe main à main, x4 aura alors besoin d'établir une position pour faire écran à x1.

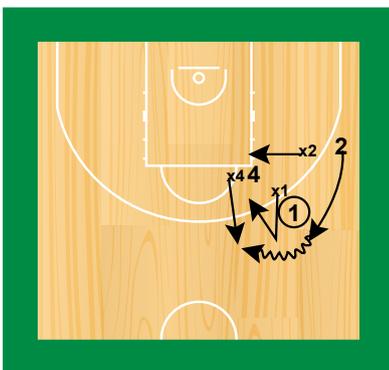


Le défenseur du poseur d'écran (x4) peut également aider à la défense de la passe main à main.

Si x2 et x1 s'apprêtent à apporter leur aide défensive, x4 pourra sortir pour veiller à ce que 2 ne puisse pas pénétrer dans la raquette (présentation), x1 défend alors 2 et x2 tourne pour défendre 1.



x4 pourra bloquer ("jam") l'écran de façon à ce que x2 puisse passer "dessous". x1 doit se présenter puis reprendre sur 1 afin de veiller à ce que 2 ne puisse pas tenter un tir facile si la passe main à main réussit.



x4 peut changer sur 2 et x2 tourne en travers pour défendre le poseur d'écran (4). x1 pourra se présenter puis reprendre pour défendre 1.

Cette tactique pourra être utilisée si il ne reste plus beaucoup de temps sur l'horloge des 24 secondes ou si x4 n'est pas particulièrement décalé dans sa défense sur le périmètre.

1.4.2 PRISE À DEUX SUR JOUEURS DE POSTE

George Mikan a été si difficile à défendre et à contrer que la NBA a dû changer ses règles du jeu afin de l'empêcher de dominer totalement la ligue.¹²

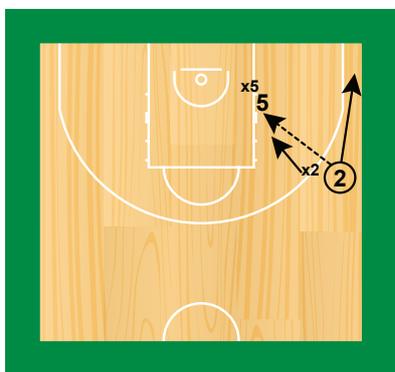
Le basketball est un sport d'équipe, mais il ne fait aucun doute que les talents individuels peuvent avoir un impact significatif sur le succès d'une équipe; et il est courant pour une équipe d'employer des tactiques spécifiques visant à réduire l'impact des joueurs dominants.

Certains entraîneurs adopteront des tactiques spécifiques pour défendre un joueur dominant alors que d'autres pourront se préparer à accepter qu'un joueur dominant marque un certain nombre de points et à se concentrer sur le fait de limiter les performances d'autres joueurs. La défense en boîte "Box & 1" évoquée plus haut est un exemple de tactique qui pourrait être utilisée contre un joueur dominant.

Avec les équipes junior, il est probablement plus efficace de souligner des aspects particuliers d'une défense existante plutôt que de créer quelque chose de nouveau pour marquer un joueur dominant. Il est important que l'équipe ait du temps pour se préparer et s'entraîner selon les instructions de l'entraîneur.

PRISE À DEUX SUR JOUEURS DE POSTE

Souvent, lorsqu'une équipe a un joueur de poste dominant, la défense pourra tenter de limiter la fréquence avec laquelle le joueur reçoit la balle. Cette action peut être réalisée en se plaçant devant ("fronting") le joueur de poste de façon à ce que la passe ne puisse pas être faite. Les entraîneurs pourront autrement préférer que leur équipe essaie de limiter l'efficacité du joueur de poste une fois qu'il reçoit la balle.



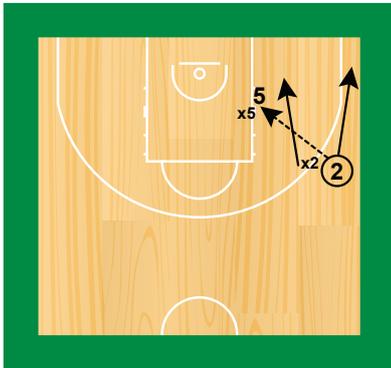
ACTION VISANT À FAIRE PRESSION SUR LE JOUEUR DE POSTE

Lorsque la balle est transmise à un joueur de poste bas, le défenseur de l'aile pourra apporter une aide défensive vers le poste (un ou deux pas) pour réduire l'espace dans lequel le poste doit jouer.

Ceci peut s'avérer particulièrement efficace contre un joueur de poste qui joue face au panier.

Le défenseur de l'aile reste chargé de défendre l'ailier et ne doit pas le perdre de vue.

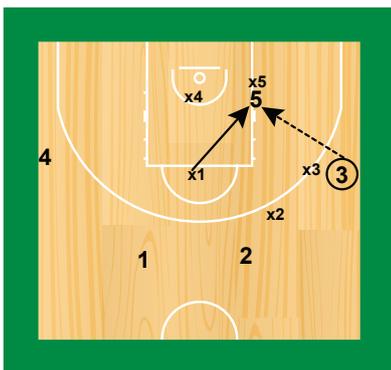
¹² http://www.nba.com/history/players/mikan_bio.html La NBA a changé la forme et la taille de la raquette dans une volonté de réduire la domination de George Mikan.



L'ailier peut aller d'un côté ou de l'autre du joueur de poste et ce choix dépend de l'endroit où est positionné le défenseur du poste. Si le défenseur du poste est bas, l'aile pourra faire pression sur le côté haut (qui est la direction dans laquelle le joueur de poste pourra bouger).

Comme illustré ici, le défenseur de poste est haut et donc le défenseur de l'aile se place bas. Il jouera tout "contre la ligne de fond" – avec son dos à la ligne de fond pour ne pas perdre de vue son adversaire et le joueur de poste.

L'option consistant à faire pression ("crowding") sur le joueur de poste permet effectivement un jeu 1 contre 1 entre le joueur de poste et son défenseur. Une autre tactique consiste à faire une prise à deux sur le joueur de poste une fois qu'il reçoit la balle dans une volonté de le forcer à faire une passe ou tenter un mauvais tir.

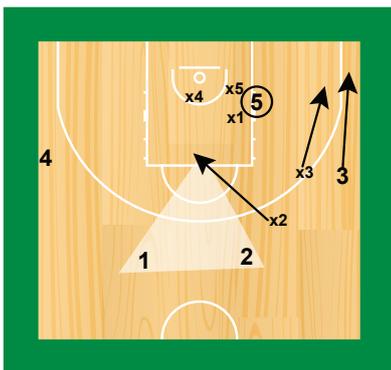


PRISE À DEUX SUR LE POSTE

Lorsqu'une prise à deux est faite sur le poste, x5 se positionne d'un côté ou de l'autre du joueur de poste. Ceci définit d'où vient le "double".

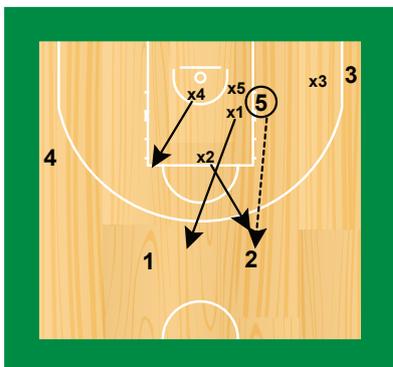
Lorsque x5 se trouve du côté de la ligne de fond, x1 fait une prise à deux sur le joueur de poste en se déplaçant depuis une position haute sur l'axe panier-panier.

Dans la prise à deux, x1 doit garder ses mains en hauteur – toucher la balle aboutira souvent à une faute.



Il est important de noter que x3 conteste une passe retour à 3 et x2 tourne en position d'aide en haut de la raquette.

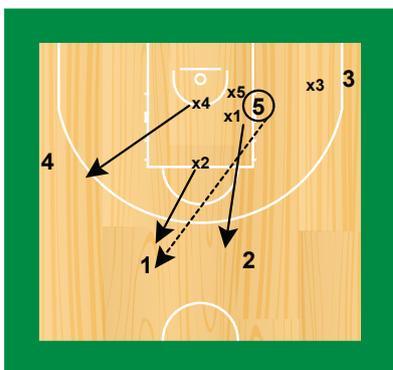
x2 doit être actif et adapter sa position pour éventuellement intercepter une passe que le joueur de poste bas pourra faire.



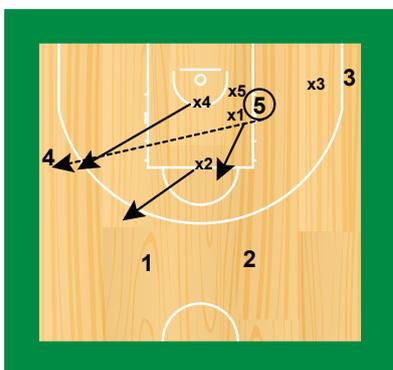
Lorsque le joueur de poste passe la balle, la rotation défensive est similaire à celle qui se produit lorsqu'il y a eu une pénétration en dribble.

x2 tourne vers la première passe et x1 se déplace pour marquer le joueur de mi-distance se trouvant à côté de lui.

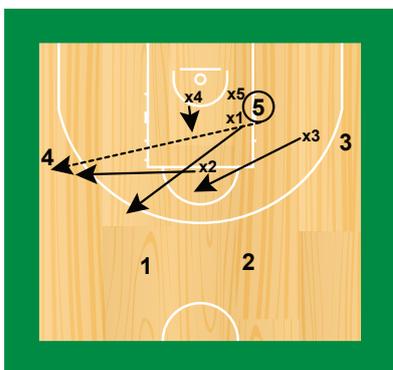
Ceci signifie que x4 reste chargé de défendre 4 et adapte sa position en conséquence.



Lorsque la balle est transmise à 1, x4 ajuste sa position pour défendre 4. Si 4 est un "driver" plutôt qu'un "tireur", x4 pourra ne pas se déplacer en position de contestation de la passe mais restera dans une position permettant de défendre la pénétration.

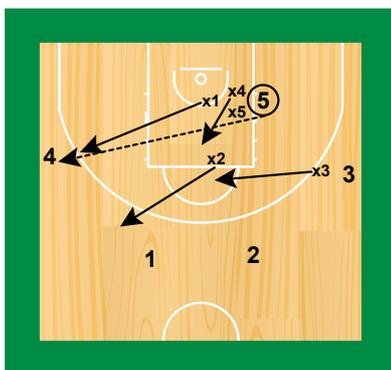
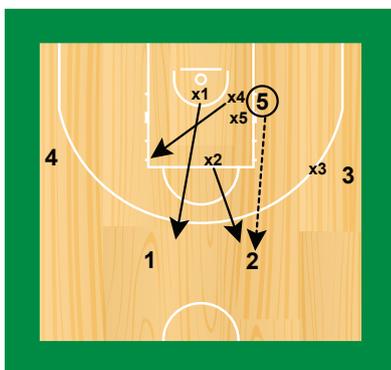
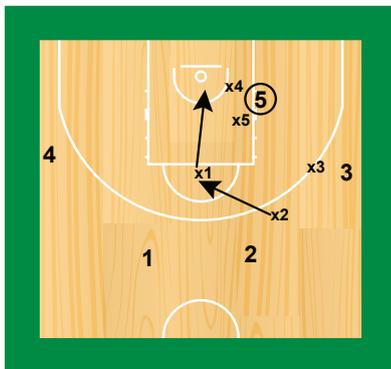
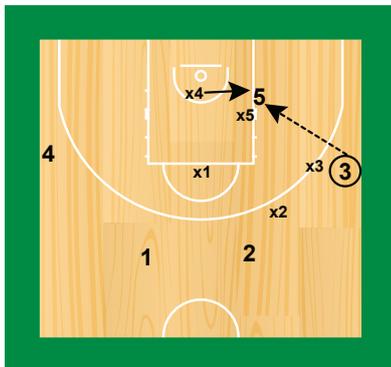


Lorsque la balle est transmise vers l'aile opposée, l'équipe peut simplement décider que x4 opère un "close-out" et marque son joueur.



Toutefois, le fait que x2 tourne pour défendre l'aile permet d'exercer plus de pression sur un tir extérieur et cette action pourra être privilégiée si 4 est un bon tireur de mi-distance.

Au moment où x2 tourne sur 4, x1 tourne pour contester la passe à 1 et x3 tourne dans la raquette pour se mettre en position d'aide et est chargé de défendre 2. Cette action laisse x4 dans la raquette (x4 étant désormais chargé de défendre 3) ce qui peut s'avérer très efficace si 4 est susceptible de percer car x4 sera en position d'aide si nécessaire.



PRISE À DEUX DEPUIS UNE POSITION BASSE

Si x1 défend le joueur de poste bas sur le côté "haut", x4 tourne en travers pour faire une prise à deux. La prise à deux doit arriver au moment où la balle est attrapée en veillant à ce que le joueur de poste n'ait pas le temps de faire un mouvement offensif vers le panier.

Là encore, suivant les principes d'"aide à l'aide", x1 tourne pour se mettre en position d'aide basse et x2 tourne pour se mettre en position d'aide haute.

x3 continue de contester une passe sur l'aile; toutefois, si 2 était davantage une menace offensive, x3 pourrait flotter vers la raquette pour contester toute passe à 2.

L'équipe peut tourner comme indiqué plus haut; toutefois, cette action imposera à x5 de se déplacer vers le périmètre et à x1 de rester en position d'aide basse.

Autrement, x1 peut tourner pour défendre la "seconde passe" (le joueur de mi-distance le plus proche de l'endroit d'où la balle a été tirée) et x4 tourne pour défendre son joueur.

Sur une passe à l'aile opposée (4), x1 peut défendre 4, x2 tourne sur 1 et x3 tourne pour se mettre en position d'aide haute.

Si 4 est un tireur de mi-distance connu, x2 pourra tourner vers lui. Si 4 est un "driver" connu, x1 doit tourner car il a alors un meilleur angle pour défendre une percée.

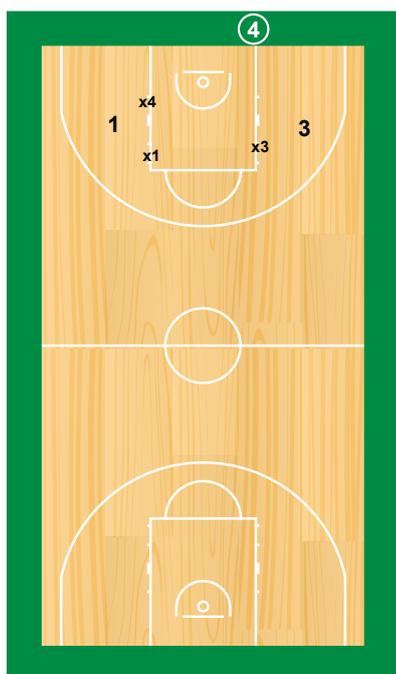
Avec des équipes juniors, il pourra être préférable d'utiliser la même rotation indépendamment du fait de savoir si la prise à deux initiale provenait de la position haute ou de la position basse.

1.4.3 TECHNIQUE POUR ENLEVER LA BALLE DES MAINS DU MENEUR

De nombreuses équipes (à la fois au niveau junior et au niveau senior) ont un meneur préféré qui a la balle "en main" pendant la majeure partie de l'attaque de l'équipe.

C'est également souvent la façon dont l'équipe s'entraîne, le joueur préféré ayant la balle la plupart du temps.

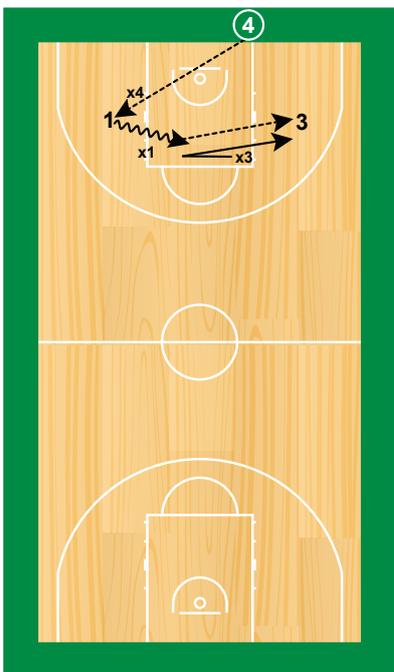
Une tactique très efficace peut donc être d'avoir une défense capable de forcer un joueur différent à avoir la balle.



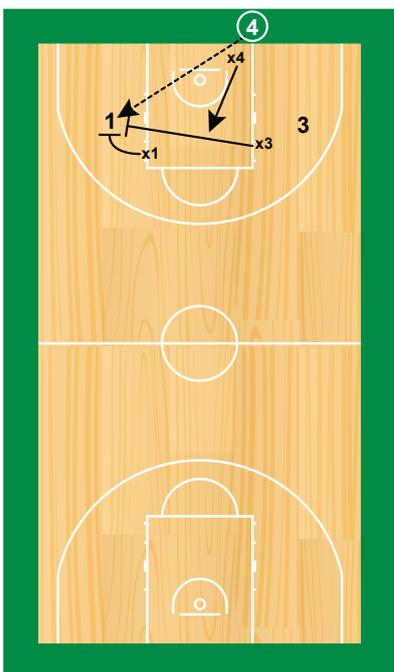
Une remise en jeu est l'occasion la plus courante où une équipe défensive doit forcer la balle à arriver dans les mains d'un joueur autre que le joueur préféré.

Plutôt que de marquer le joueur faisant la remise en jeu, le défenseur (x4) peut contester une passe de manière agressive au joueur préféré (1). Ceci permet également à x4 de s'éloigner de la ligne de fond afin de mieux se positionner pour le défendre s'il reçoit effectivement la balle.

Dans cet exemple, x3 est en position pour contester une passe à 3 au milieu du terrain mais permettrait une passe vers la ligne latérale.



Les équipes pourront également décider que x3 sorte de façon à ce que x3 soit en position pour aider à défendre un dribble si 1 a effectivement la balle. Une aide défensive forte pourra amener 1 à passer la balle ce qui permet de réaliser l'objectif défensif consistant à faire en sorte que la balle se retrouve dans les mains d'un autre joueur.



Une autre tactique consiste à faire en sorte que x3 réalise une prise à deux sur 1 dès que celui-ci reçoit la passe. Cette prise à deux doit se produire rapidement de façon à ce que x3 arrive au moment où la passe est attrapée.

Sur la passe, x4 peut tourner pour défendre x3 ce qui permet à 1 de faire une passe facile et ce qui permet là encore d'atteindre l'objectif défensif.

x3 est utilisé pour la prise à deux sur 1 car il vient d'une position qui peut permettre de stopper le dribble de 1; x4 n'est pas en position pour stopper ce dribble car il se trouve au-dessus de la ligne de la balle.

Ces tactiques peuvent également être adoptées dans le contexte d'une moitié de terrain lorsque l'équipe a des passes de remise en jeu. Le plus difficile est de garder la balle hors des mains du joueur préféré en "transition" ou en jeu ouvert.

Cette action est rendue possible par des tactiques comme:

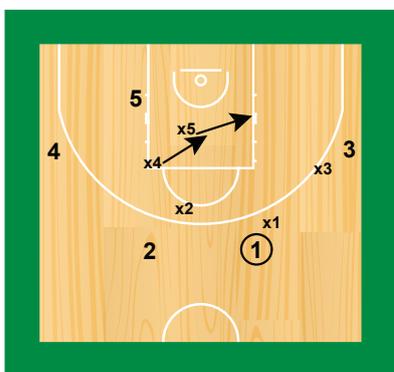
- la "prise à deux" sur le porteur de balle puis la contestation de la passe retour;
- un jeu de défense en "flottement" avec des défenseurs en aide prêts à tourner pour stopper une pénétration en dribble;
- une contestation immédiate de la passe du "joueur préféré" par celui qui est défendu par ce joueur après une tentative de tir.

1.4.4 CONTESTATION DES POSITIONS SUR LA SURFACE

Tout comme de nombreuses équipes ont un meneur préféré, de nombreuses équipes ont une position préférée sur la surface à partir de laquelle elles lancent leur attaque.

Généralement, c'est de l'aile que part l'attaque et c'est souvent du côté droit

de la surface compte tenu du fait que la plupart des joueurs sont droitiers.



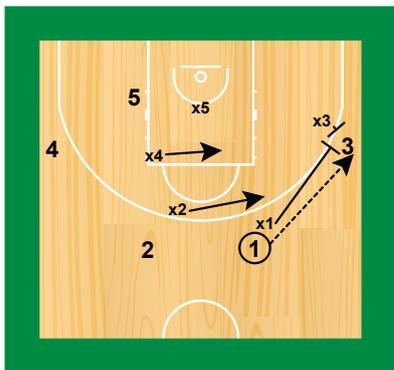
CONTESTATION AGRESSIVE DES PASSES

x3 conteste la passe à l'aile ce qui pourra amener 3 à couper dans le dos de la défense.

x5 avance sur l'aile pour aider à stopper toute passe vers une coupe dans le dos.

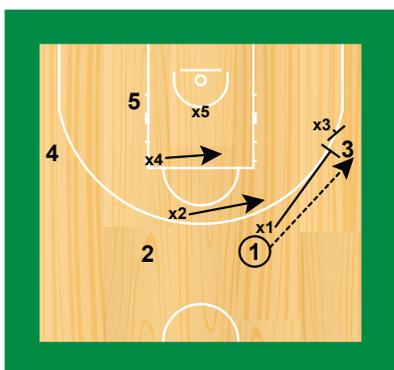
De la même façon, x4 bouge vers le milieu de la surface.

Si l'équipe offensive cherche à partir depuis l'une des ailes, alors x4 pourra contester une passe à 4 alors que x2 flotte vers la raquette.



Une autre tactique consiste à automatiquement faire une prise à deux sur la balle lorsqu'elle est transmise vers une zone préférée du terrain.

x1 suit la passe vers l'aile et x3 ajuste sa position pour forcer tout dribble retour vers x1. x2 et x4 tournent tous les deux en travers.



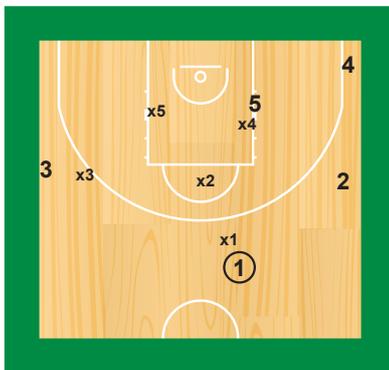
À partir de la prise à deux, le joueur qui a vu d'où venait la passe s'élance.

1.4.5 DÉFENSE EN BOÎTE

Une défense en boîte ("Box & 1") est souvent considérée comme une défense "au rabais". Néanmoins, notamment si une équipe met en œuvre la défense match up 1-1-3, la défense en boîte peut être intégrée au schéma défensif afin de donner une option contre laquelle la plupart des équipes ne savent pas jouer, par manque d'expérience.

La défense en boîte est simplement une défense en combinaison avec un défenseur contestant les passes à tout moment à un joueur particulier. Il faut à cette fin jouer une défense "serrée" de style homme à homme, sans avoir toutefois de responsabilité en matière d'"aide" ou de rotation. La défense est surtout mise en œuvre si une équipe a un joueur de mi-distance particulièrement dominant.

Les quatre autres défenseurs jouent une défense de "zone" et les règles du match up 1-1-3 peuvent être appliquées pour développer rapidement une défense en boîte.

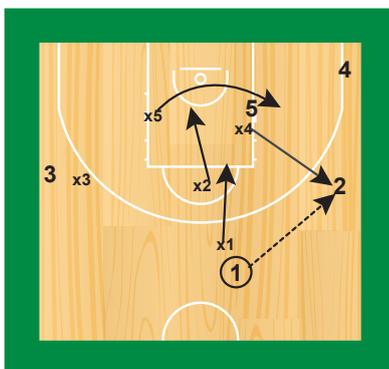


MÉTHODE D'ENSEIGNEMENT DE LA DÉFENSE EN BOÎTE

Pour expliquer la défense en boîte, il faut 4 défenseurs et jusqu'à 7 attaquants.

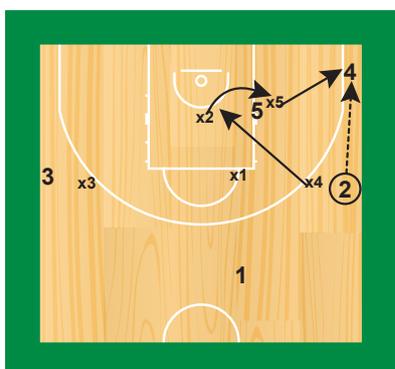
Les défenseurs doivent avoir recours aux glissements de l'alignement 1-1-3 à condition que:

- 1 défenseur soit toujours sur la balle;
- 3 défenseurs aient toujours un pied dans la raquette (ou se mettent devant un joueur de poste).

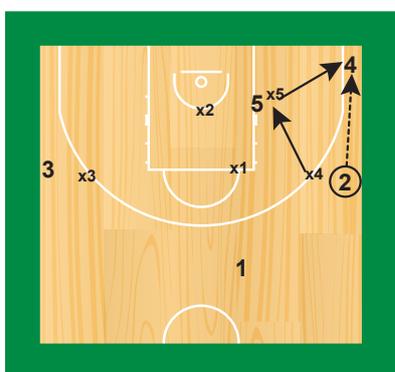


Les règles 1-1-3 utilisées sont illustrées ici:

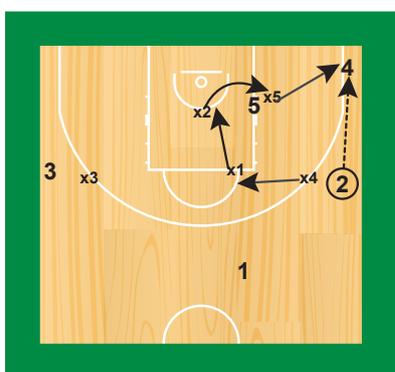
- Un défenseur de la front line (x4) prend l'aile;
- Un défenseur de la front line (x5) se place devant le poste bas;
- L'arrière (x2) bouge en position d'aide derrière le poste (p. ex. la même position que dans le cadre d'une trappe sur l'alignement 1-1-3).
- x3 reste proche de 3 en lui contestant les passes.



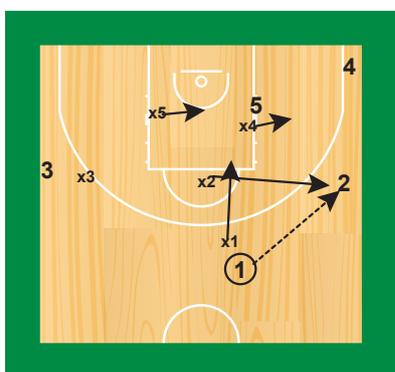
Comme la balle est tirée vers le corner, le défenseur de front ligne (x5) se déplace vers cet endroit. Le défenseur en aide (x2) se déplace pour se mettre devant le poste et le défenseur qui était sur l'ailie opère le "glissement long" vers la position d'aide.



Autrement, x4 aurait pu effectuer un "glissement court" en se plaçant devant le poste bas et en laissant x2 dans la position d'aide. La difficulté avec ce placement est que le joueur de poste bas pourra "verrouillé" x4 au moment où il tourne.

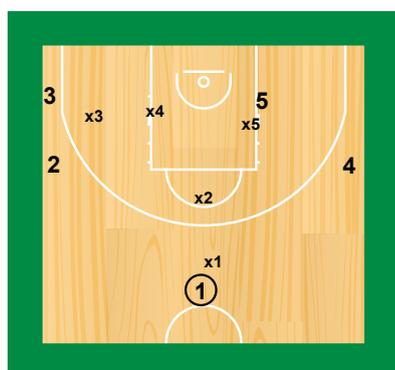


Une autre rotation alternative consiste pour x4 à tourner vers le poste haut (et à contester les passes des joueurs de poste haut) et pour x1 à tourner pour se placer en position d'aide.



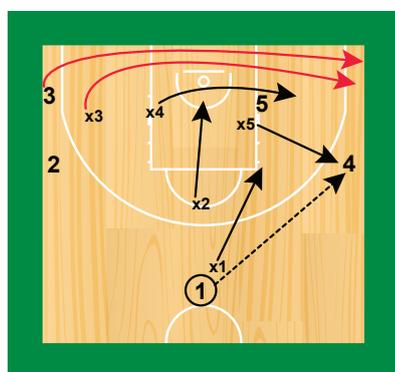
Les défenseurs pourront également appliquer le principe selon lequel "celui qui peut attraper la balle le plus rapidement est celui qui bouge". Ici, x2 tourne pour défendre 2 à l'ailie et x1 se place pour contester la passe au poste haut.

Ainsi, les deux joueurs de la front line (x3 et x4) défendent le joueur de poste bas.

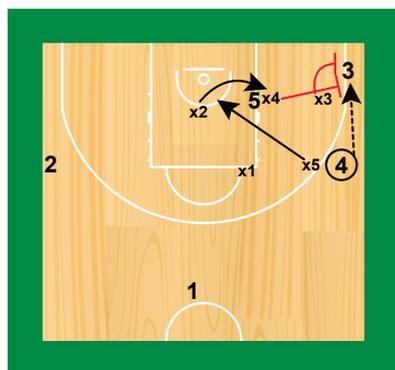


JEU DE DÉFENSE EN BOÎTE

Comme illustré, l'alignement initial est très similaire au 1-1-3, exception faite que x3 marque seulement 3. x3 reste proche de l'attaquant sans avoir besoin de bouger dans des positions d'aide.



x3 défend 3 partout où il va sur le terrain – en contestant toute passe à x3.



Lorsque la balle est transmise au joueur qui est sous pression (3), le défenseur de zone qui aurait normalement tourné pour défendre une personne dans cette zone peut désormais opérer la même rotation et trapper ou faire une prise à deux sur l'attaquant.

APPROFONDI

1. Discutez avec un collègue entraîneur des pour et des contre concernant l'utilisation de la défense en boîte avec une équipe de joueurs de moins de 18 ans. Si une équipe utilisait cette défense contre votre équipe, que diriez-vous à votre attaquant qui était défendu par le défenseur "homme à homme"?
2. Comment organiseriez-vous la défense d'un joueur de poste dominant? Si vous entraîniez ce joueur de poste, que lui demanderiez-vous de faire en réaction à cette défense?
3. Certains entraîneurs ne mettent pas en place un schéma défensif particulier pour arrêter le joueur dominant et se concentre plutôt sur les actions à mettre en place pour limiter les tirs du reste de l'équipe. Êtes-vous d'accord avec cette approche? Discutez de votre point de vue avec un collègue entraîneur.
4. Qui sont les joueurs dominants contre lesquels votre équipe joue? Comment avez-vous défendu ces joueurs dans le passé? Quel changement apporteriez-vous?

1.5 SCHÉMAS DÉFENSIFS ADAPTÉS À DES SITUATIONS PARTICULIÈRES

1.5.1 BJEU À L'EXTÉRIEUR DU TERRAIN DEPUIS LA LIGNE DE FOND ET LIGNE LATÉRALE

Les équipes défensives choisissent certaines options classiques comme:

- la permutation de chaque écran;
- le jeu en défense de zone (constituant essentiellement une autre forme de permutation sur des écrans);
- la défense du passeur par un grand joueur, indépendamment du fait de savoir si le passeur est un arrière, un avant ou un centre. Le défenseur va souvent placer son corps de façon à "permettre" une passe sur le périmètre mais à bloquer toute passe vers le panier;
- le flottement des défenseurs vers la raquette mais avec des passes permises vers le périmètre;
- le "flottement" dans la raquette essentiellement en autorisant une passe vers le périmètre mais en contestant toute passe dans la raquette;
- la contestation forte de la remise en jeu en zone arrière. Ceci peut être particulièrement efficace car la présence du panneau limite les zones du terrain où cette passe peut être faite.

Il n'y a pas nécessairement de méthode préférée pour défendre une remise en jeu en ligne de fond mais l'important est que l'équipe soit organisée et que tous les joueurs comprennent (et mettent en œuvre) la méthode employée.

DÉFENSE DU JEU À L'EXTÉRIEUR DU TERRAIN SUR LA LIGNE LATÉRALE

Comme avec la défense du jeu à l'extérieur du terrain sur la ligne de fond hors du terrain, il n'existe pas de façon particulièrement privilégiée pour défendre un jeu à l'extérieur du terrain sur une ligne latérale bien que chaque entraîneur puisse avoir sa propre préférence.

Un entraîneur pourra également choisir d'avoir plus d'une façon de défendre puis choisir une tactique particulière en fonction des facteurs suivants:

- Temps restant sur l'horloge (du match ou du tir);
- Écart entre les équipes (en d'autres termes, l'adversaire doit-il tenter un tir à 3 points?);
- Positionnement sur la ligne latérale chaque fois que la balle doit être remise en jeu.

La défense du jeu à l'extérieur du terrain sur la ligne latérale utilise certaines options classiques comme:

- la permutation des écrans;
- la défense par un grand joueur des passes de remise en jeu – le joueur jouant la remise en jeu pourra également se tenir selon un certain angle afin que la balle soit transmise dans une certaine zone sur le terrain;

- le flottement d'un joueur dans la raquette pour stopper toute passe en cloche à un joueur coupant au panier (ce qui est souvent fait sur un écran dans le dos et c'est souvent le défenseur du poseur d'écran qui flottera);
- l'action visant à permettre la remise en jeu mais à faire une prise à deux sur un receveur particulier;
- la contestation complète des passes à un joueur en dehors de la ligne à 3 points forçant les joueurs à couper à l'intérieur de la ligne à 3 points (cette action pourrait être réalisée si l'attaque avait 3 points d'avance);
- la défense du passeur jouant la remise en jeu puis la contestation forte d'une passe au moment où ce passeur entre sur le terrain;
- la contestation de passes à des endroits particuliers sur la surface (p. ex. en fonction de l'endroit d'où des joueurs particuliers préfèrent tirer ou stopper des tirs particuliers).

1.5.2 DERNIÈRES SECONDES DE L'HORLOGE DES 24 SECONDES

Les équipes ne doivent pas nécessairement avoir des jeux compliqués ou sophistiqués, mais il est extrêmement important que tous les joueurs connaissent les règles de l'équipe qui s'appliquent dans les dernières secondes de l'horloge des 24 secondes.

Certaines tactiques sont communément employées comme:

- la prise à deux sur tout écran porteur;
- la coupure de tous les écrans;
- la contestation de la réception de passe sur un joueur particulier (p. ex. meneur);
- la contestation de la passe vers une zone particulière du terrain (p. ex. aile si l'équipe adverse utilise souvent un écran porteur depuis l'aile);
- la prise à deux sur le poste bas.

Les entraîneurs sont souvent frustrés chaque fois qu'un défenseur fait une faute au moment où l'horloge des 24 secondes est sur le point de se terminer et c'est d'autant plus frustrant s'il fait une faute alors qu'il essaie d'intercepter la balle. Il est peu probable que le simple fait de dire aux joueurs "ne faites pas de fautes" soit efficace.

Les entraîneurs doivent plutôt aider les joueurs à prendre conscience du fait que:

- l'horloge des 24 secondes est comme un défenseur et "interceptera" la balle;
- le rôle des autres défenseurs consiste à empêcher l'adversaire de tirer.

Cette prise de conscience peut être renforcée à l'entraînement en appliquant la règle du "no grab" qui signifie simplement qu'un défenseur ne peut pas prendre la balle des mains d'un attaquant. Les passes peuvent être interceptées, mais l'accent doit être mis sur une défense agressive sans chercher à attraper la balle.

1.5.3 JEU SUR LES DERNIÈRES POSSESSIONS

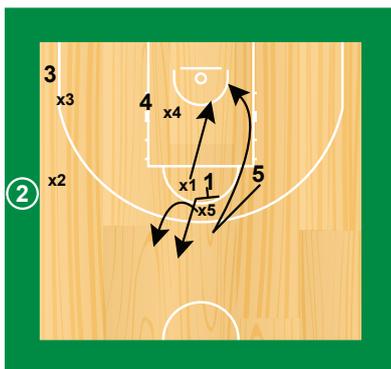
JEU SUR LES DERNIÈRES POSSESSIONS

Dans une situation de “dernières possessions” (“last play”), l’équipe défensive doit prendre en considération un certain nombre de questions:

- Comment défendre les coupes dans le dos?
- Que choisir entre un jeu de défense en “aide” et une défense du tir à 3 points?

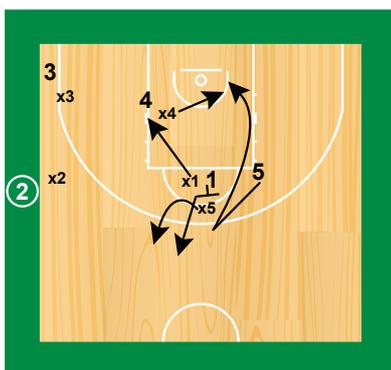
- Que choisir entre le fait de marquer le passeur et la contestation de la passe aux receveurs?

Souvent, dans une situation de “dernier tir”, la défense contestera une passe notamment lors d’une remise en jeu et l’équipe attaquante a seulement 5 secondes pour faire la passe. Toutefois, pour contrecarrer cela, les équipes pourront chercher à couper dans le dos de la défense.

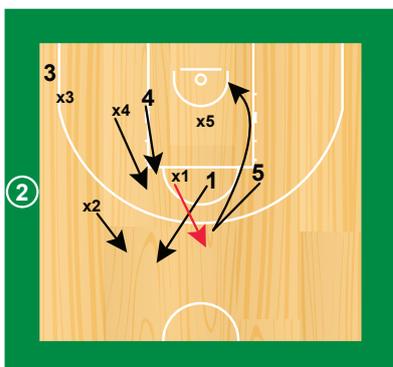


Ici, l’équipe défensive conteste toutes les passes.

5 se déplace vers le périmètre puis coupe un écran dans le dos de 1 vers le panier en vue de permettre une passe en cloche à 5. Même si x1 et x5 permutent, 5 pourra avoir un avantage de taille et être capable d’attraper la passe.



Pour pallier cet inconvénient, x4 peut tourner en travers pour intercepter la passe en cloche et x1 tourne sur 4.



Une autre option est possible:

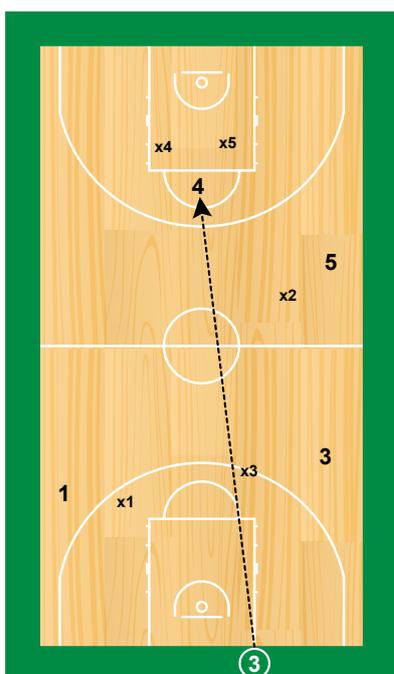
- x2 ne marque pas le passeur mais fait plutôt face au terrain et conteste les passes aux coupeurs;
- x5 flotte dans la raquette pour défendre toute passe en cloche;
- x1 marque la coupe initiale de 5, x2 contestant toute passe à 1;
- avec x5 dans la raquette pour défendre une passe en cloche, x4 peut se déplacer dans une position lui permettant de contester les passes sur 4.

Un autre point que l'équipe défensive doit prendre en considération consiste à savoir s'il faut ou non qu'un joueur défende le passeur. Un exemple est présenté plus haut où une équipe pourra ne pas défendre le passeur ce qui peut être efficace pour contester une passe à un joueur particulier (comme illustré plus haut) ou permettre à un défenseur de rester en position de sécurité.

Toutefois, il existe deux exemples particulièrement mémorables où des équipes ont choisi de ne pas défendre le passeur en ligne de fond et l'équipe

offensive a pu faire une passe sur tout le terrain qui a été attrapée et un tir a alors été réussi.

Lors de la finale des Jeux olympiques de 1972 et de la Finale régionale de l'Est du Championnat NCAA de 1992, l'équipe offensive (Russie et Duke University respectivement) avait la balle en ligne de fond avec à peine quelques secondes avant la fin du match et 1 point de retard au score.

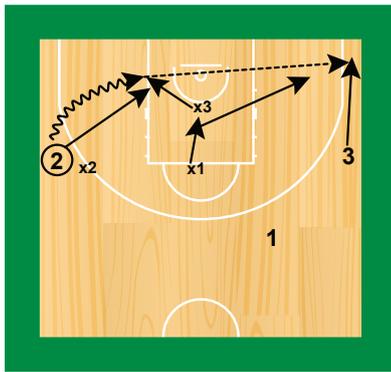


À deux occasions, l'équipe défensive (États-Unis¹ et University of Kentucky) n'a pas défendu le passeur mais avait au lieu de cela deux joueurs marquant de dos le panier. L'équipe offensive a fait une passe sur tout le terrain qui a été attrapée par un joueur (Sergei Belov pour la Russie et Christian Laettner pour Duke) qui a ensuite réussi un tir pour remporter le match!

Alors qu'il ne s'agit que de spéculation, il est sans doute peu probable que les passes aient pu être lancées aussi précisément si le défenseur (notamment un grand défenseur) s'était tenu devant le passeur.

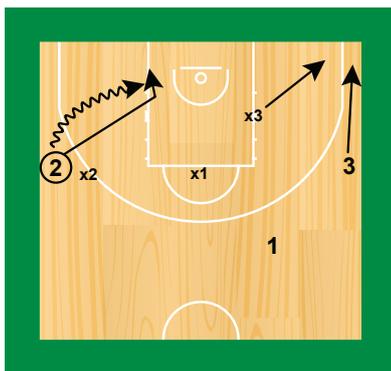
¹ La dernière action à la finale des Jeux olympiques a été rejouée un certain nombre de fois - à la dernière occasion, la remise en jeu n'a pas été défendue.

La plupart des équipes dans le jeu de défense "homme à homme" s'organisent de façon à ce que les défenseurs se mettent dans une certaine position sur le terrain depuis laquelle ils peuvent aider la défense contre une pénétration en dribble. Toutefois, une situation de dernier tir pourra imposer de changer cette tactique.



Dans cette situation, x1 et x3 sont sur l'axe panier-panier et sont en mesure d'aider à défendre si 2 bat x2. Dans cette situation, x3 tournera en travers pour stopper le dribbleur et x1 va prendre sa place. Si la balle est transmise à 3, x1 se déplacera pour défendre.

Toutefois, en partant du principe que l'équipe offensive a 3 points de moins avec quelques secondes restantes, avec x1 et x3 dans une position leur permettant d'apporter une aide contre la pénétration, il est probable que 3 tente un tir à 3 points.



Au lieu de cela, si x3 n'a pas bougé sur l'axe panier-panier mais est plutôt resté sur le périmètre pour défendre 3, il est peu probable que 3 puisse tenter un tir à 3 points ouvert.

2 pourra prendre x2 au dribble; toutefois, un tir en foulée réussi vaudrait seulement 2 points, aboutissant à une perte d'1 point s'il s'agissait de la dernière possession.

Évidemment, x2 défendra et tentera de contenir toute pénétration en dribble (et d'empêcher 2 de tirer); il faudra peu être s'écarter de la règle normale et s'adapter à la situation du match.

1.5.4 REMONTÉE AU SCORE – UTILISATION STRATÉGIQUE DES FAUTES

Lorsqu'une équipe adverse mène, une équipe peut seulement remonter au score si elle est en mesure de gagner des points sur l'équipe adverse.

Ceci veut souvent dire que l'équipe va changer ses tactiques défensives (p. ex. trapper les joueurs, passer d'une défense de zone à une défense homme à homme). Avec un peu de chance, l'équipe est capable de gagner des "arrêts" et de marquer.

L'horloge des 24 secondes a été mise en place pour empêcher un adversaire qui mène de simplement passer la balle sans tenter de marquer. Toutefois, lorsqu'elle essaie de remonter au score, une équipe doit savoir combien de temps il lui reste dans le match et elle pourra avoir à accélérer le rythme du match pour augmenter le nombre de ses possessions.

Une fois qu'une équipe a fait 4 fautes dans un quart temps, toute faute additionnelle (qui n'est pas une faute offensive¹³) donne à l'équipe adverse deux lancers francs qu'elle ait été ou non "en train de tirer"¹⁴ lorsque la faute a été commise. L'équipe pourra stratégiquement jouer la faute sur l'équipe adverse pour:

- Réduire le temps pris par l'attaque de l'équipe adverse (il peut s'agir d'1 ou 2 secondes plutôt que 24);

¹³ Une faute offensive est commise lorsque l'équipe a possession de la balle. À titre d'exemple, une fois qu'un panier est marqué, aucune des équipes n'est en possession de la balle et toute faute au rebond n'est pas une faute offensive.

¹⁴ La pénalité pour une faute contre un joueur qui est en train de tirer reste la même (à savoir 2 ou 3 lancers francs si le tir est raté et 1 lancer franc si le tir est réussi).

- Faire en sorte que ce soit les mauvais tireurs de lancers francs qui tentent le tir plutôt que ceux qui ont un pourcentage de réussite plus élevé.

En adoptant cette stratégie, les équipes doivent:

- Éviter une faute antisportive ou technique, car l'équipe adverse aurait alors des lancers francs et obtiendrait une autre possession. Voici des exemples de fautes antisportives automatiques:
 - Joueur la faute sur un joueur avant la remise en jeu (p. ex. retenir le joueur et ne pas le laisser couper);
 - Jouer la faute sur un joueur sur une "contre-attaque" lorsqu'il est le dernier défenseur et n'essaie pas de défendre la balle.
 - Jouer la faute rapidement car ça ne sert pas à grand-chose de défendre pendant 20 secondes puis tenter de commettre la faute (à ce stade, l'équipe doit continuer de forcer un mauvais tir). Souvent des équipes vont d'abord tenter d'intercepter une passe puis, en cas d'échec, de jouer la faute;
 - Savoir qui est un bon tireur de lancers francs et tenter de lui contester la passe puis jouer la faute sur des joueurs qui ne sont pas aussi bons. L'attaque va généralement tenter de mettre la balle dans les mains des meilleurs tireurs de lancers francs et la défense pourra avoir besoin de jouer la faute sur un bon tireur pour éviter que trop de temps ne soit pris;

- Voir lequel des joueurs va commettre la faute. Il est plus judicieux pour un joueur qui n'est pas le meilleur tireur de l'équipe de jouer la faute. Certains entraîneurs remplaceront leurs tireurs afin d'éviter de jouer la défense, puis les feront de nouveau rentrer pour jouer l'attaque;
- Exécuter sa propre attaque efficacement et aussi vite que possible. Elle doit marquer pour remonter au score.

Une équipe pourra également se servir de la stratégie lorsqu'elle est devant. À titre d'exemple, si une équipe mène de 3 points sur la dernière possession, elle pourra préférer jouer la faute (en donnant à l'équipe adverse 2 lancers francs) plutôt que de permettre à l'adversaire de tenter un tir à 3 points pour remporter le match.

Cette tactique peut également être utilisée avant la dernière possession et va souvent aboutir à une succession de lancers francs tentés par les deux équipes, avec seulement quelques secondes retirées à l'horloge des 24 secondes à chaque fois. Si l'équipe qui mène est en mesure de marquer ses lancers francs, elle gagnera évidemment; toutefois, tous tirs ratés donnent une chance à l'équipe adverse de remonter au score.

APPROFONDIR

1. Combien de fois au cours d'un match pensez-vous que votre adversaire a été en situation de remise en jeu en ligne de fond dans sa zone d'attaque? Demandez à quelqu'un de compter le nombre de fois lors de votre prochain match – êtes-vous surpris par le résultat?
2. Combien de fois vous entraînez-vous à défendre les remises en jeu en ligne de fond? Pensez-vous que ceci est justifié compte tenu du nombre de fois où cela se produit dans un match? Discutez de cela avec un collègue entraîneur.
3. Avez-vous un schéma particulier permettant à vos équipes de défendre dans les dernières secondes de l'horloge des 24 secondes?
4. Quel est le mode de défense des remises en jeu en ligne de fond que vous préconisez? Dépend-t-il de votre adversaire?
5. À quel moment d'un match demanderiez-vous à votre équipe de jouer la faute sur l'opposition de façon à lui donner des lancers francs?
7. Partons du principe que vous aviez 20 points de retard pendant un match et que vous avez réalisé des remplacements. Vos remplaçants parviennent à réduire l'écart à deux points, avec trois minutes à jouer. Les gardez-vous ou faites-vous rentrer vos joueurs de départ? Discutez de votre point de vue avec un collègue entraîneur. Quels autres facteurs pourraient influencer votre décision?

NIVEAU 3



L'ÉQUIPE

CHAPITRE 2

TACTIQUES ET STRATÉGIES OFFENSIVES

CHAPITRE 2

TACTIQUES ET STRATÉGIES OFFENSIVES

2.1 POSITIONS OFFENSIVES COURANTES

2.1.1	Attaque selon le principe de "lecture et réaction"	157
2.1.2	"Flex"	166
2.1.3	"Shuffle"	168
2.1.4	"Triangle"	169
2.1.5	"Horns"	170
2.1.6	"Princeton"	172
2.1.7	"Coupe UCLA"	175
2.1.8	"Zipper"	17
	<i>Approfondir</i>	182

2.2 MOUVEMENT OFFENSIF

2.2.1	Mouvement offensif - 3 en extérieur, 2 en intérieur - pose d'écran sur poseur d'écran	183
2.2.2	Mouvement offensif - 3 en extérieur, 2 en intérieur - écrans multiples sur le tireur	184
2.2.3	Mouvement offensif - 3 en extérieur, 2 en intérieur - doubles écrans	185
2.2.4	Mouvement offensif - 3 en extérieur, 2 en intérieur - écrans aveugles (de dos)	186
2.2.5	Mouvement offensif - 3 en extérieur, 2 en intérieur - pick & roll avec triangle du côté de l'aide	187
2.2.6	Mouvement offensif - 3 en extérieur, 2 en intérieur - coupures d'écrans de poste haut	189
2.2.7	Mouvement offensif - 3 en extérieur, 2 en intérieur - isolation en 1 contre 1	189
2.2.8	Choix du tir - importance du corner à 3 points	191
	<i>Approfondir</i>	194

2.3 POSE D'ÉCRANS

2.3.1	Écrans porteurs - pistol	195
2.3.2	Écrans non porteurs - écrans "ascenseur"	197
2.3.3	Angles d'écran et alignements - pick & roll avancé	199
	<i>Approfondir</i>	207

2.4 ATTAQUE CONTRE LA DÉFENSE DE ZONE

2.4.1	Pick & roll (écrans porteurs) contre une zone	208
2.4.2	Dribble latéral contre une défense de zone	213
2.4.3	Alignement en 1-3-1 contre la défense de zone	215
	<i>Approfondir</i>	221

2.5 SCHÉMAS OFFENSIFS ADAPTÉS À DES SITUATIONS PARTICULIÈRES

2.5.1	Jeu à l'extérieur du terrain depuis la ligne de fond	222
2.5.2	Jeu à l'extérieur du terrain depuis la ligne de touche	229
2.5.3	Dernières secondes du chrono	232
2.5.4	Jeu sur la dernière possession	234
	<i>Approfondir</i>	237

2.1 POSITIONS OFFENSIVES COURANTES

2.1.1 ATTAQUE SELON LE PRINCIPE DE "LECTURE ET RÉACTION"

L'attaque selon le principe de "lecture et réaction" n'est pas une position ou une attaque structurée. Il s'agit plutôt d'un schéma reposant sur un jeu de "lecture de situation et réaction" avec 2 joueurs qui se combine à un schéma intégré applicable à 5 joueurs.

Enseigner cette attaque impose de "s'exercer" au jeu de "lecture et réaction" avec 2 joueurs de façon à ce que cela devienne une habitude. Cette attaque se distingue de l'attaque "en mouvement" qui spécifie les actions qu'un joueur doit réaliser alors que, dans l'attaque selon le principe de "lecture et réaction", la clé réside dans ce que fait le porteur de la balle. Les joueurs sans balle agissent en fonction de l'action du porteur de la balle.

En revanche, une "attaque en mouvement" apprend aux joueurs à réagir à la fois à leur défenseur et

également aux mouvements et à la position de leurs coéquipiers.

L'attaque se décompose en nombreux "niveaux" qui ajoutent de la complexité à ce que l'équipe fera. Les niveaux sont enseignés les uns à la suite des autres. Toutefois, une équipe pourra ne pas travailler tous les niveaux en fonction de ses compétences et de son expérience.

L'attaque est d'autant plus efficace que les compétences des joueurs individuels sont bonnes. Les entraîneurs doivent donc enseigner et mettre en pratique des compétences fondamentales et non pas simplement travailler sur les mouvements de l'équipe.

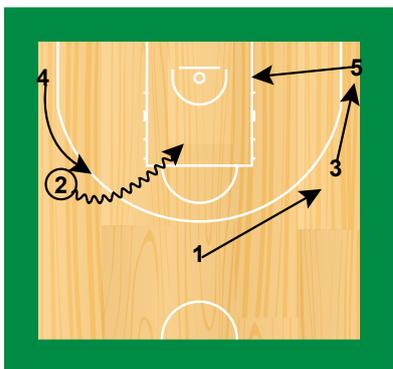
Pour simplifier, l'attaque est souvent enseignée au départ selon un alignement "5 en extérieur" ce qui met en avant le fait que tous les joueurs doivent pouvoir être en mesure de jouer

sur le périmètre. Les fondements de l'attaque selon le principe de "lecture et réaction" sont présentés ci-après. Des DVD et d'autres supports sont à la disposition des entraîneurs qui souhaiteraient obtenir davantage d'informations sur l'attaque.

NIVEAU 1 – PÉNÉTRATION EN DRIBBLE ET MOUVEMENT CIRCULAIRE

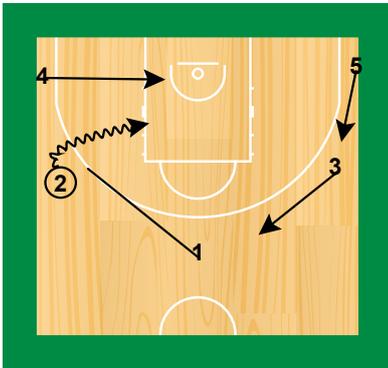
Sur toute pénétration en dribble, le dribbleur cherche à pénétrer "jusqu'à l'anneau" (en d'autres termes, faire un tir en course). Toutefois, il disposera également des options de passe suivantes:

- Passe à un joueur de périmètre qui est de l'autre côté;
- Passe retour à une personne se trouvant derrière lui;
- Passe à un coupeur en ligne de fond.

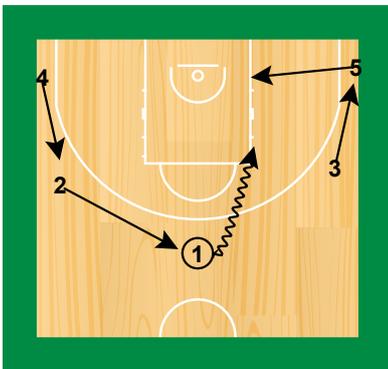


Quelle que soit la direction prise par le dribbleur, les autres joueurs bougent également dans cette direction, créant un mouvement circulaire.

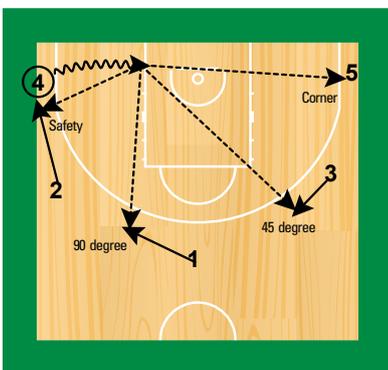
Ici, 5 est le coupeur en ligne de fond, 1 et 3 sont à l'opposé et 4 remonte derrière le dribbleur.



De la même façon, chaque fois que 2 dribble vers la gauche, le mouvement circulaire se fait vers la gauche.



La règle s'applique indépendamment du fait de savoir où se trouve le dribbleur.



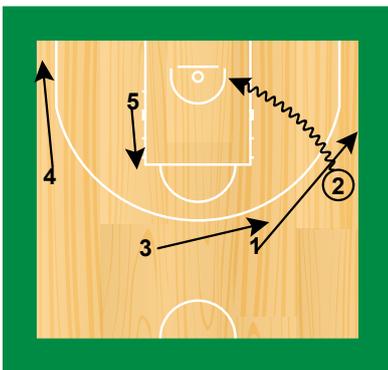
NIVEAU 2 – PÉNÉTRATION EN LIGNE DE FOND

reste car il s'agit d'un bon angle de passe.

Les autres joueurs continuent leur mouvement circulaire même si celui-ci pourra être moins ample. Sur la pénétration en ligne de fond, le dribbleur doit avoir 4 options de passe

Sur la pénétration en ligne de fond, le joueur sur le corner opposé:

- Corner opposé;
- Côté opposé – à 45 degrés;
- Même côté – à 90 degrés;
- Même côté – derrière (sécurité).

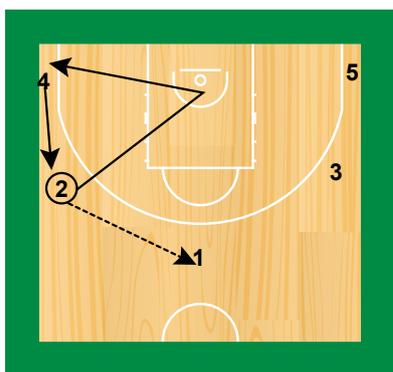


Selon la règle de la pénétration en ligne de fond, un joueur pourra tourner dans la direction opposée au "cercle". À titre d'exemple, dans un alignement "4 en extérieur, 1 en intérieur", le mouvement est le suivant:

- 4 se déplace vers le corner opposé (même si ce n'est pas dans la direction du mouvement circulaire);
- 5 remonte en position à 45 degrés mais au niveau du poste et non sur le périmètre;
- 3 se place dans une position à 90 degrés;
- 1 se met en position de sécurité (derrière).

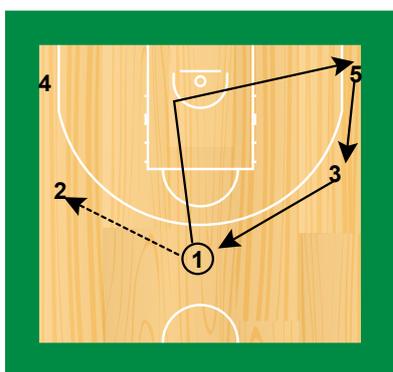
NIVEAU 3 – COUPES DANS LE DOS ET PASSE ET COUPE

Le niveau suivant introduit le concept de "passe et coupe" qui est l'un des mouvements les plus simples et efficaces dans tout sport d' "invasion", que ce soit dans le basketball, le football, le hockey, etc.

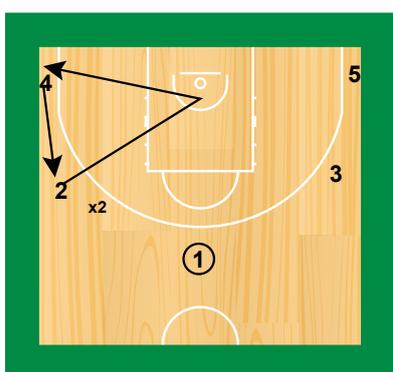


Lorsqu'une passe est faite à un coéquipier qui est "à une passe" (ou "intervalle simple"), le passeur doit couper au panier.

D'autres joueurs tournent dans un mouvement circulaire en direction de la passe. Ici, 2 coupe au panier, 4 remonte et 2 sort vers le corner.

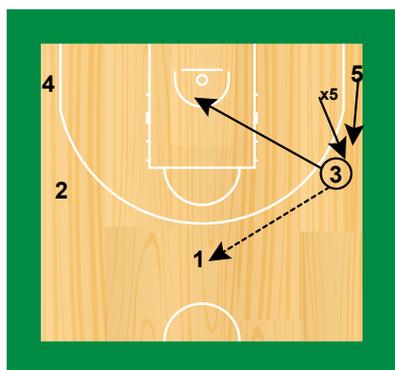


La règle s'applique indépendamment du fait de savoir d'où la passe a été faite. Ici, la balle est transmis de la tête de la raquette vers l'aile et les joueurs du côté opposé de la surface remontent et tournent, 1 sortant vers le corner (qui est un endroit libre).



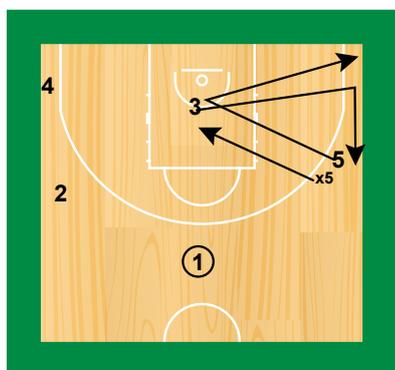
Chaque fois qu'un défenseur qui est "à une passe" (ou intervalle simple) se trouve à l'extérieur de la ligne à 3 points, l'attaquant coupe au panier (une "coupe dans le dos") et les joueurs tournent pour occuper les positions depuis la ligne de fond.

Ici, 2 coupe au panier et 4 remonte depuis le corner.



La règle s'applique également à un attaquant qui suit un mouvement de "passe et coupe".

3 passe à l'aile et coupe au panier. 5 remonte. Toutefois, x5 bouge pour contester une passe et se trouve à l'extérieur de la ligne à 3 points.

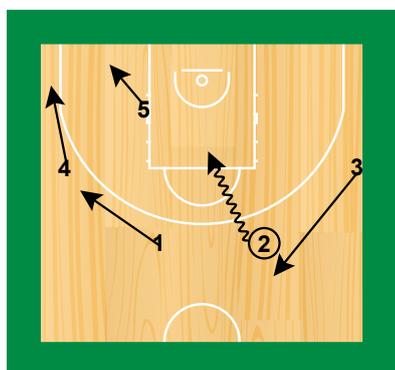


Par conséquent, 5 coupe au panier et 3 remontera après s'être déplacé vers le corner. 5 bouge vers le corner libre.

NIVEAU 4 – MOUVEMENT DE POSTE SUR PÉNÉTRATION EN DRIBBLE

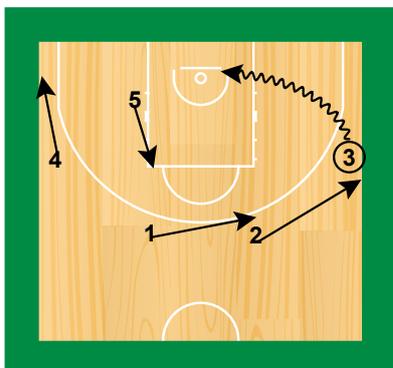
Lorsqu'un dribbleur pénètre la raquette, tout joueur de poste bouge selon les règles suivantes:

- Si la pénétration dans la raquette se fait en dessous du joueur de poste ou le long de la ligne de fond, le poste bouge jusqu'au coude de la raquette;
- Si la pénétration dans la raquette se fait au-dessus du joueur de poste, le poste avance vers le short corner qui (si son défenseur se dégage) crée davantage d'espace pour le dribbleur ou (si le défenseur reste dans la raquette) crée un couloir de passe.



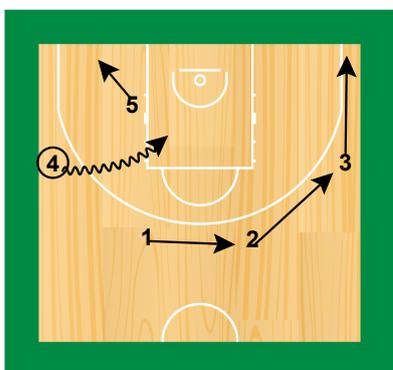
2 pénètre en tête de la raquette; 5 avance donc vers le short corner.

Les autres joueurs de périmètre bougent dans un mouvement circulaire sur la gauche qui correspondait à la direction de la pénétration.



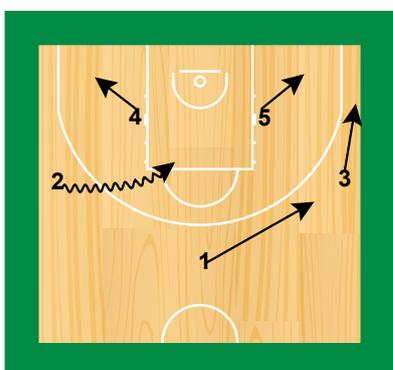
3 pénètre le long de la ligne de fond; 5 remonte alors vers le corner.

1 et 2 tournent vers la droite (la direction du dribble) et 4 recule vers le coin opposé car la pénétration s'est faite en ligne de fond.

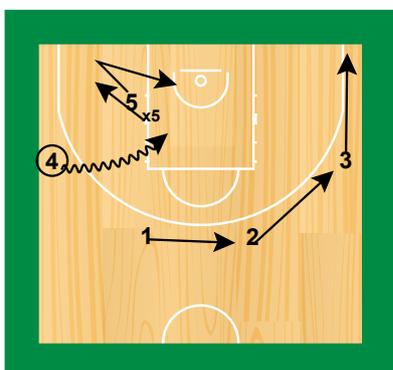


Les règles s'appliquent également lorsque la pénétration se fait du même côté que le joueur de poste. Au moment où 4 pénètre en tête de la raquette, 5 se déplace vers le short corner.

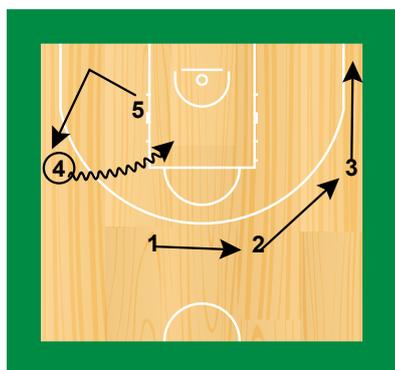
Les joueurs de périmètre bougent vers la droite qui est la direction du dribble.



Les règles s'appliquent également lorsqu'il y a deux joueurs de poste, 4 et 5 avançant tous les deux vers le short corner au moment de la pénétration de 2 en tête de la raquette. 4 peut en effet devenir le "safety pass" et bougera plus haut (sur le périmètre) si nécessaire.



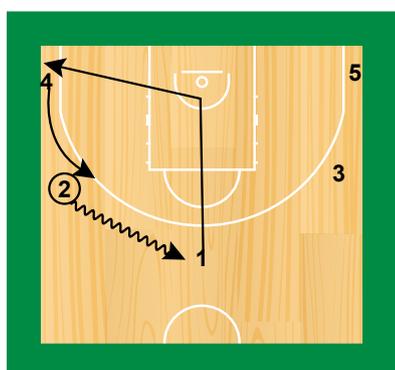
Si le défenseur de poste s'écarte vers le short corner, le joueur de poste pourra être en mesure de couper dans le dos de la défense.



Le joueur de poste peut également se déplacer depuis le short corner et se mettre en position de "sécurité" derrière le dribbleur. Ce mouvement peut s'avérer très efficace si le joueur de poste est un bon tireur de mi-distance.

NIVEAU 5 – SPEED DRIBBLE

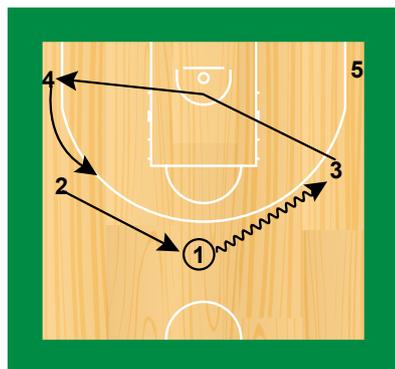
Le "speed dribble" est un dribble non pénétrant (en d'autres termes, le joueur bouge d'une position sur le périmètre à une autre position sur le périmètre) et force une coupe dans le dos de la défense qui déclenche alors un autre mouvement sur le périmètre.



Si le dribbleur ne pénètre pas dans la raquette mais dribble vers un coéquipier, ce coéquipier coupe dans le dos vers le panier.

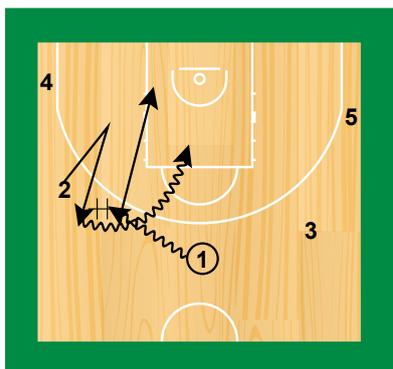
D'autres joueurs de périmètre adaptent leur position depuis la ligne de fond en remontant.

Le dribbleur a recours à un "speed dribble" dans la direction dans laquelle il bouge.



NIVEAU 6 – POWER DRIBBLE (PASSE MAIN À MAIN DANS LE DRIBBLE)

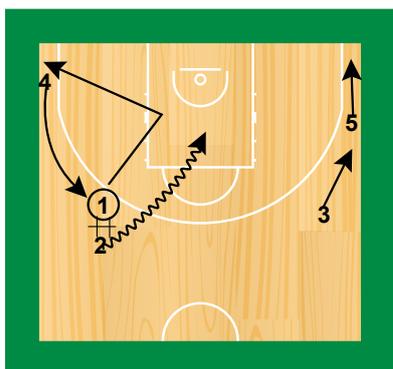
Un "power dribble" est utilisé pour initier une passe main à main dans un dribble. Il pourra être utilisé comme un moyen de relâcher la pression ou de mettre la balle dans les mains d'un meilleur porteur de la balle. Il peut être signalé soit en utilisant un dribble sur pas glissé latéral ou un autre signal visuel (p. ex., se taper la poitrine).



1 dribble en direction de 2 et s'apprête à réaliser un tir en suspension. Il tient la balle avec une main en haut et une main en bas.

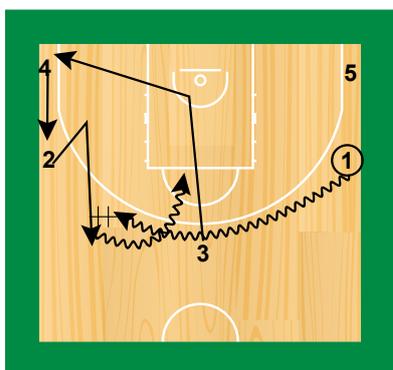
2 coupe en v (et pourra couper au panier si son défenseur ne réagit pas) puis prend la balle à 1 en essayant de pénétrer dans la raquette.

1 peut monter au panier.

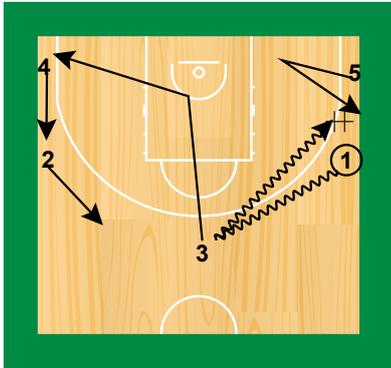


Si 1 ne reçoit pas la passe, il bouge vers le périmètre. 4 remonte pour jouer la sécurité derrière 2.

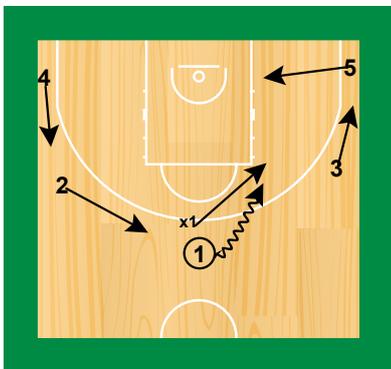
3 et 5 se placent sur le périmètre.



Il arrive parfois que le joueur sur lequel le dribble est réalisé coupe au panier, auquel cas le dribbleur peut continuer son dribble sur le joueur d'à côté pour une passe main à main.

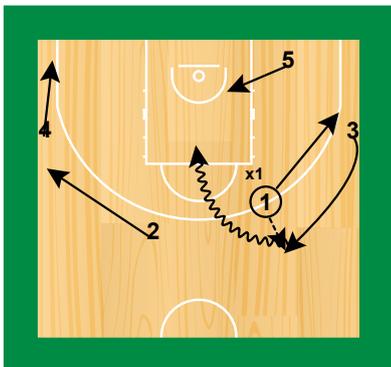


Autrement, 1 pourra inverser la direction et faire une passe main à main à 5.

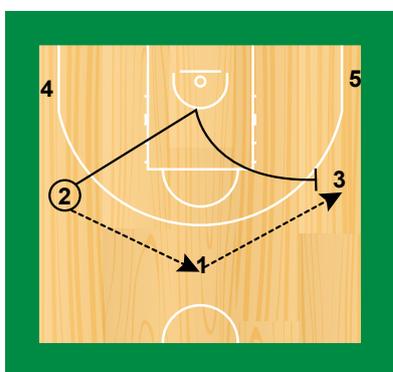
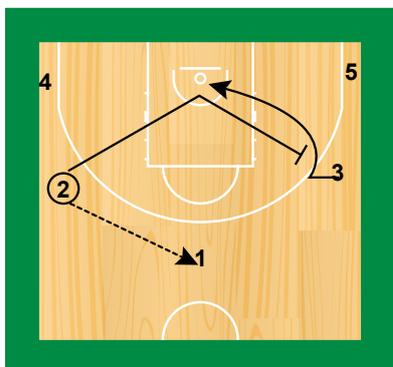


NIVEAU 7 – RENVERSEMENT CIRCULAIRE

Si la défense est en mesure d'arrêter la pénétration en dribble, les joueurs de périmètre changent de direction et "forment un cercle" dans l'autre direction.



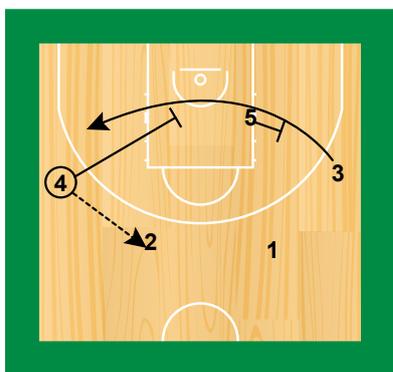
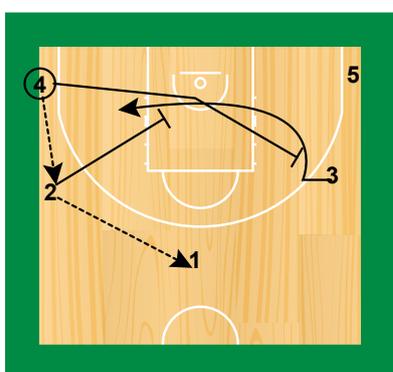
La balle pourra être transmis à 3 via une passe main à main ou une passe courte.



NIVEAU 8 - ÉCRANS DE DOS

Après une coupe dans le dos, le joueur peut poser un écran dans le dos d'un coéquipier plutôt que de bouger vers un intervalle sur le périmètre. Comme avec n'importe quel écran, il est important que le coupeur ne bouge pas tant que le poseur d'écran n'a pas "placé" l'écran - en attendant d'entendre le pied du poseur d'écran atterrir sur le sol.

Le joueur peut également poser un écran sur la balle si le joueur sur lequel il a placé un écran reçoit une passe.



NIVEAU 9 - ÉCRANS SUCCESSIFS

Il est également possible de poser des écrans successifs lorsque plusieurs joueurs coupent après avoir passé la balle.

Les écrans successifs peuvent être utilisés chaque fois qu'il y a un joueur de poste.

2.1.2 "FLEX"

La section suivante présente un court résumé de certaines positions offensives classiques dont les noms font partie du lexique du basketball. Il existe un grand nombre de vidéos et d'ouvrages qui donnent des détails sur chacun de ces schémas et sur la façon de les enseigner.

Ce résumé est présenté de façon à ce que les entraîneurs puissent se familiariser avec chacune de ces positions. Toutefois, un entraîneur qui souhaiterait présenter quelques-uns de ces concepts doit rechercher de plus amples informations.

Les entraîneurs de jeunes joueurs doivent notamment veiller à ce que les joueurs ne soient pas obsédés par le "mouvement" particulier qu'ils n'ont pas appris mais plutôt à ce qu'ils parviennent à identifier les occasions de prendre le dessus sur leurs défenseurs et marquer.

Un jeu qui impose la passe de la balle à un joueur particulier en est une bonne illustration. Les jeunes joueurs pourront se concentrer sur cette option dans la mesure où ils ne voient pas d'autres occasions de passe et vont plutôt "forcer" cette passe.

Afin d'éviter cela, à l'entraînement, les entraîneurs doivent permettre aux joueurs de faire des "lectures"; et chaque fois qu'un joueur fait une passe qui est différente de ce que le jeu imposait, l'entraîneur doit demander au joueur ce qu'il a vu et la raison pour laquelle il a tenté cette passe particulière, l'endroit où étaient positionnés les défenseurs, l'endroit où se trouvaient ses coéquipiers, etc. Il se peut que, dans ce contexte, l'entraîneur convienne du fait que le joueur a bien réagi.

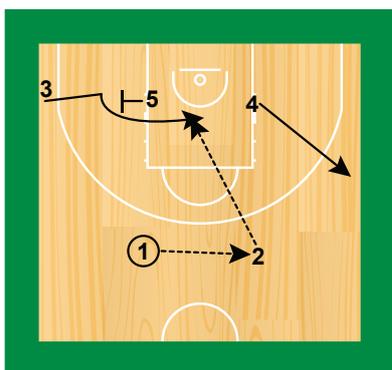
Si l'entraîneur insiste simplement sur le fait que les joueurs doivent suivre le jeu, ils n'apprendront pas à lire la défense. Et alors que ce jeu pourra leur servir au départ, l'autre équipe va rapidement comprendre ce qu'ils font et mettre en place une défense.

Les positions offensives établies doivent servir de cadre en vue de créer des occasions d'attaque mais la grande majorité des joueurs doivent apprendre à réagir à ce que fait la défense.

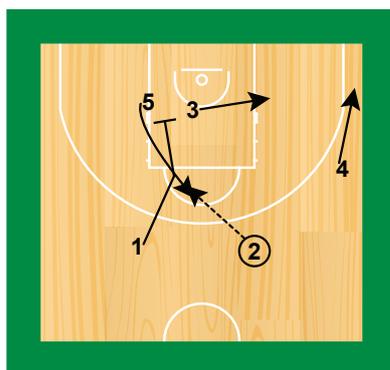
"FLEX"

Le "Flex" est une attaque structurée qui est une attaque en "continuité" car une équipe peut la jouer d'un côté de la surface puis de l'autre, de façon continue. L'attaque est plus efficace contre les défenses "homme à homme" et elle créera souvent des "décalages" de taille par le biais de ses écrans.

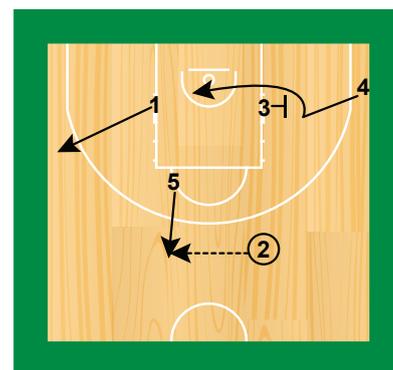
Le mouvement de base de l'attaque "Flex" consiste à couper un écran de dos en ligne de fond puis à "placer un écran sur le poseur d'écran".



3 coupe l'écran de dos posé par 5 au moment où 1 "renverse" la balle.



1 pose ensuite un écran sur 5 qui coupe la ligne de lancers francs.

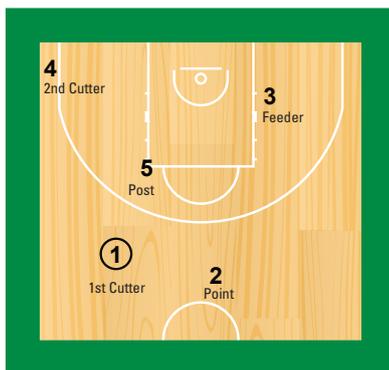


2 peut renvoyer la balle à 5 et 3 pose un écran dans le dos de 4. Ceci marque le commencement du mouvement "Flex" continu.

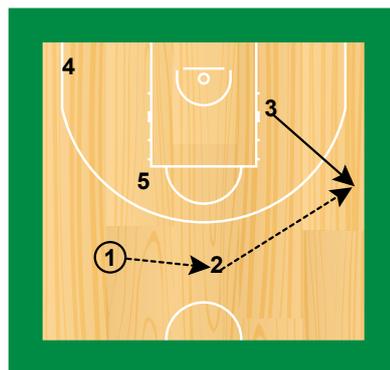
2.1.3 "SHUFFLE"

Ce nom a été pour la première fois donné à cette tactique dans les années 1950 lorsque Bruce Drake, entraîneur à l'Université d'Oklahoma, s'est servi de cette action de coupe basique dans le cadre de l'attaque de l'équipe.

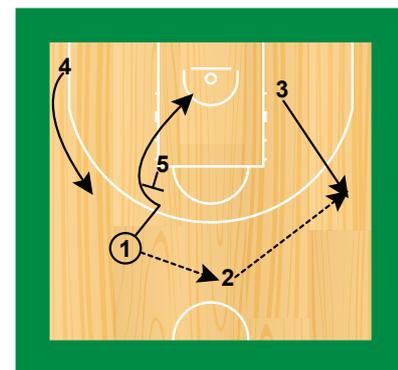
De nombreuses équipes ont utilisé des aspects du "Shuffle" ou ont ajouté des options au mouvement initial. Cette tactique peut être utilisée contre une défense "homme à homme" ou une défense de zone.



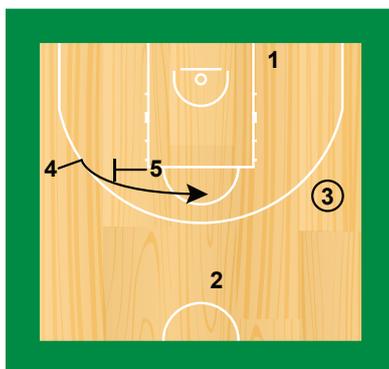
La coupure de l'écran du poste haut par 1 s'appelle la "coupe Shuffle".



Le "renversement" de la balle marque le commencement du mouvement de "coupe Shuffle" de base.



Si l'attaque est utilisée avec de jeunes joueurs, ces derniers doivent avoir la possibilité d'exercer chaque rôle.



Le "second coupeur" coupe également un écran posé par le poste haut.

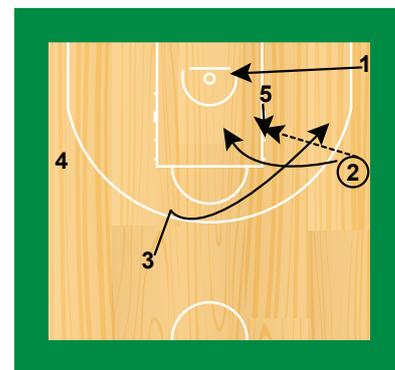
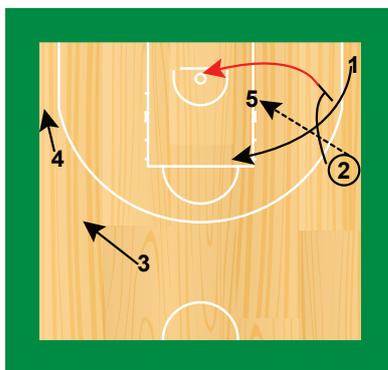
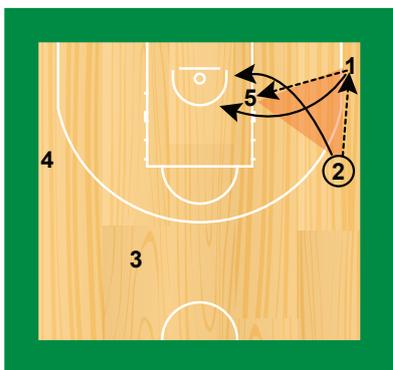
De nombreuses autres options peuvent être intégrées au "Shuffle"; et la "coupe Shuffle" est souvent utilisée dans d'autres schémas offensifs.

2.1.4 "TRIANGLE"

L'attaque "Triangle" qui est opérée sur une moitié du terrain a été créée par Sam Barry, entraîneur à l'University of Southern California. Elle s'est récemment imposée chez les Chicago Bulls et les Los Angeles Lakers sous l'impulsion de l'entraîneur principal, Phil Jackson, et de l'entraîneur adjoint, Tex Winter.

La clé pour cette attaque réside dans son espacement avec des joueurs séparés de 4,50 m à 5,50 m. La structure de base de l'attaque est un "triangle" (formé entre un joueur de poste, une aile et un arrière sur le côté fort du terrain) et un jeu à "deux hommes" sur le côté faible du terrain.

Voici quelques options permettant de couper le poste bas:



Lorsque la balle est transmise au poste bas, le joueur sur l'aile ou au corner peut couper le joueur de poste.

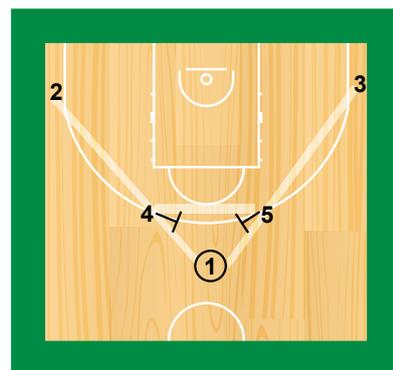
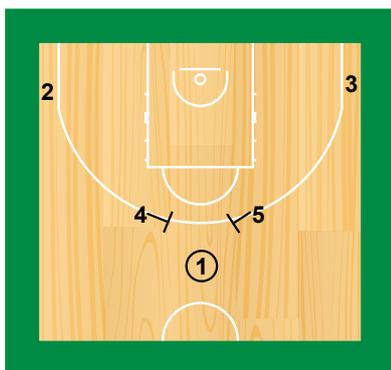
L'ailier peut également poser un écran sur le joueur au corner puis couper au panier.

Le poste bas avance vers le poste haut pour recevoir une passe. Le joueur au corner coupe au panier et le joueur sur l'aile coupe le poste.

3 se déplace vers le périmètre pour recevoir une passe du joueur de poste.

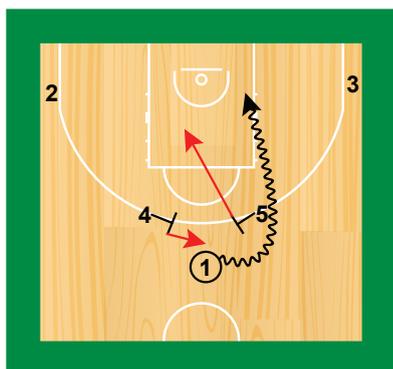
2.1.5 "HORNS"

L'attaque "Horns" (parfois appelée "A-Set") a été utilisée à la fois dans les lycées américains, en NBA et dans la Ligue euro par un certain nombre d'équipes. Il s'agit d'un alignement de base relativement simple avec deux écrans posés sur le porteur de la balle.

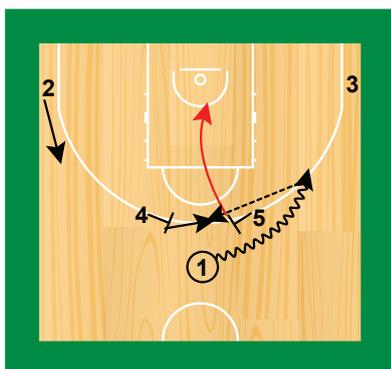


Cette attaque est parfois appelée le "A-Set".

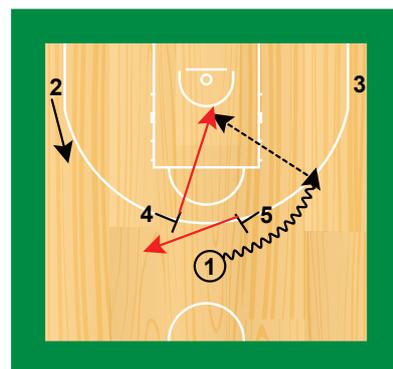
L'attaque "Horns" commence par un pick & roll haut basique. Elle peut inclure diverses options de mouvement de la part des poseurs d'écrans et des tireurs de périmètre.



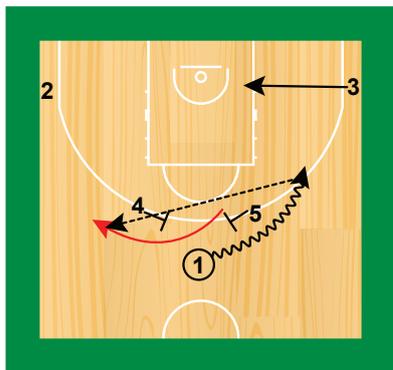
Screen and Roll basique



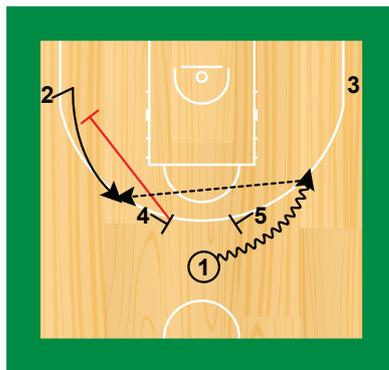
Le poseur d'écran monte au panier et la balle est renvoyée vers le haut.



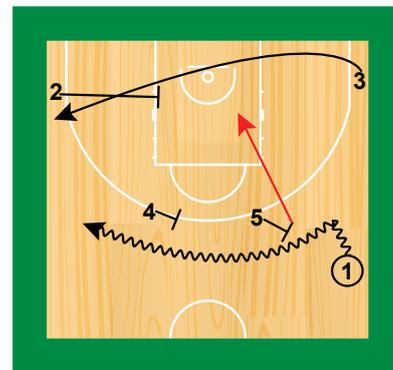
L'écran inutilisé coupe au panier.



Il s'agit d'une action basique consistant à "placer un écran sur le poseur d'écran".



Un pick & roll est effectué sur le côté fort et un écran vers le fond est posé sur le côté faible.



L'attaque peut également être lancée avec une "entrée depuis la ligne de touche".

2.1.6 "PRINCETON"

L'attaque "Princeton" tient son nom de la Princeton University où l'entraîneur, Pete Carrill, a pour la première fois mis au point cette attaque.

L'attaque "Princeton" n'est pas un schéma établi mais correspond plutôt à une structure de jeu qui se décompose en un ensemble d'opportunités de "jeu à trois hommes". La coupe dans le dos de la défense est souvent considérée comme la référence en matière d'attaque; pourtant, c'est bien plus que cela.

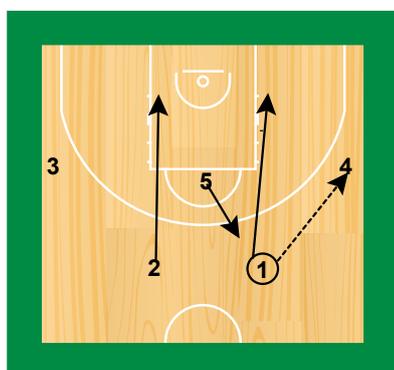
Pour qu'une équipe utilise efficacement l'attaque Princeton, tous les joueurs doivent posséder de bons fondamentaux offensifs – ils doivent comprendre les concepts d'"espacement" et de passe et avoir la capacité de passer, de tirer et de dribbler depuis le périmètre. Deux principes de base sous-tendent l'attaque:

1. Le joueur devant vous (à savoir, votre défenseur) vous dit où aller;
2. Si un défenseur vous défend en interception (conteste la balle), il faut couper dans son dos.

L'attaque Princeton donne des opportunités pour le poste bas et le poste haut. L'attaque du poste haut présente les avantages suivants:

- Le recours au poste haut permet d'étendre davantage la surface et laisse l'espace sous la ligne des lancers francs dégagé pour les coupes (notamment les coupes dans le dos) et la pénétration en dribble;
- Les défenseurs de grande taille ("big") de l'équipe adverse pourront ne pas être aussi à l'aise dans la défense au poste haut (ceci souligne encore une fois la nécessité, avec les jeunes joueurs, d'enseigner à tous les joueurs les compétences de poste et de périmètre);
- Il est plus facile de renvoyer la balle en présence d'un poste haut car le poste haut peut libérer la pression défensive exercée sur les joueurs de périmètre.

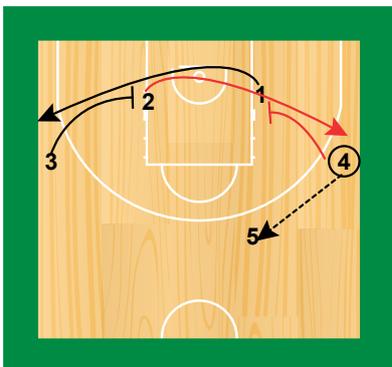
Certains éléments de l'attaque du poste haut sont présentés ci-après. Les coupes en "turn out" sont notamment utilisées.



L'attaque Princeton commence avec un alignement "2 guard front" et deux ailiers au niveau de la ligne des lancers francs.

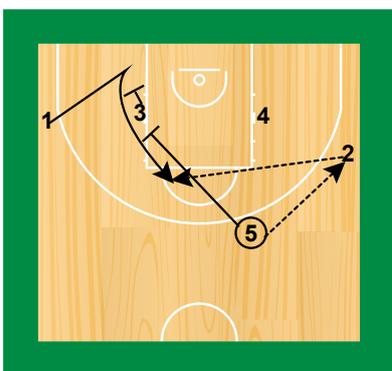
Le joueur de poste (5) peut jouer au poste bas ou au poste haut.

La balle est transmise au joueur sur l'ailier et les deux arrières coupent bas vers le panier en s'arrêtant sous la zone de non-charge ("block"). Le poste haut avance vers le périmètre.



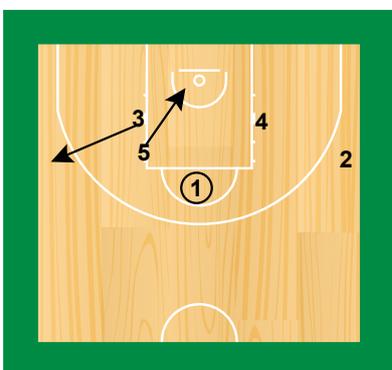
4 passe la balle à 5.

3 et 4 posent des écrans sur le côté de la raquette et 1 et 2 coupent vers le côté opposé de la raquette en se dégageant des écrans ("coupes en turn out").

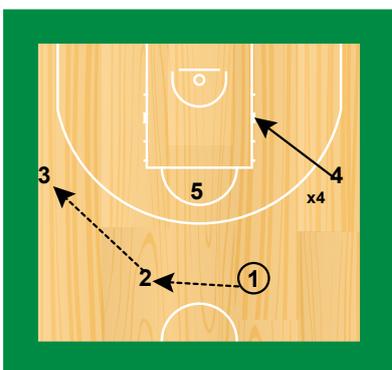


5 cherche à ce que l'un des arrières se dégage et qu'il tire depuis le périmètre.

Après la passe, 5 se déplace pour poser des écrans successifs sur l'arrière opposé.

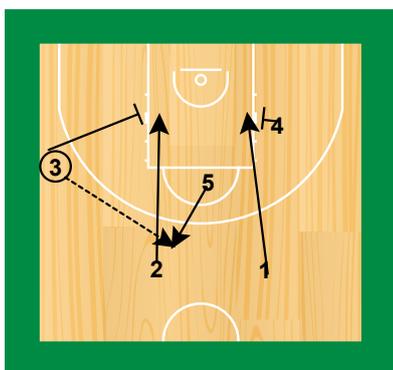


Après les écrans successifs, 5 bouge vers le poste bas ou le panier et l'autre poseur d'écran revient vers le périmètre.

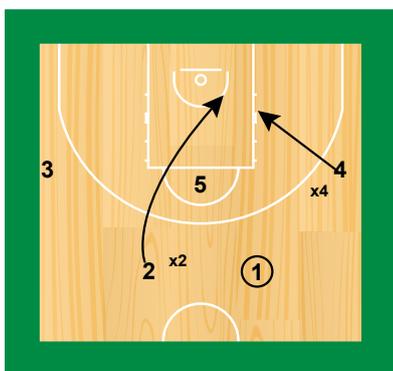


Si une passe initiale vers l'ailé est contestée, l'ailier coupe dans le dos, ce qui est l'un des principes sous-jacents de l'attaque.

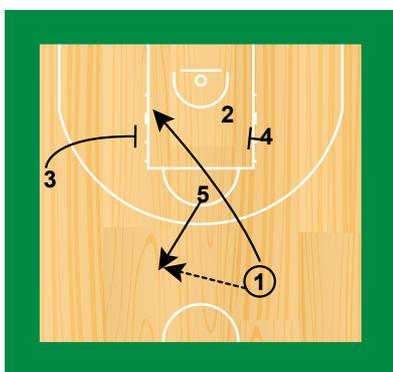
La balle est ensuite renvoyée vers l'ailier du côté opposé.



L'attaque se poursuit alors comme avant, avec les deux arrières se plaçant sous le poste bas et coupant en turn out les écrans en suivant la balle transmise à 5 sur le périmètre.

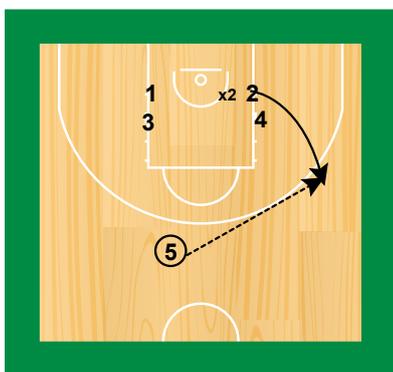


Si une passe à l'aile ou à l'autre arrière est contestée, l'ailier et l'arrière coupent dans le dos (en suivant là encore la règle de base de l'attaque).



5 avance vers le périmètre pour recevoir une passe directement de l'arrière qui coupe alors vers la poste bas opposée.

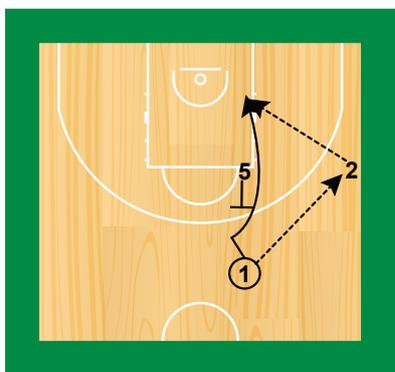
Là encore, des écrans sont posés sur les arrières.



Si un défenseur (x2) empêche un arrière de couper en "swing" vers le côté opposé, l'arrière peut simplement utiliser l'écran le plus proche de lui.

2.1.7 "COUPE UCLA"

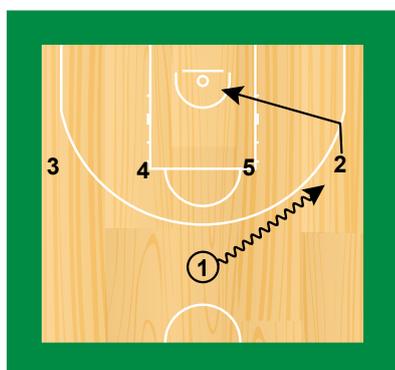
La coupe UCLA a reçu son nom de son utilisation par l'entraîneur John Wooden à UCLA. Il s'agit d'un mouvement simple consistant "à une passe-et-va", avec un écran par le poste haut.



La coupe UCLA est utilisée dans de nombreux schémas offensifs.

2.1.8 ZIPPER"

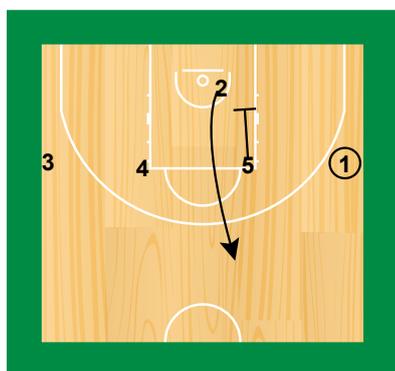
Le "Zipper" est une attaque en continuité qui a été utilisée par les Boston Celtics en NBA, entre autres, dans les années 1960. Plus récemment, de nombreuses équipes ont eu recours à la "coupe zipper" (qui a été le premier mouvement de l'attaque "zipper") pour marquer le commencement de leur mouvement offensif.



L'attaque "Zipper" commence en position offensive sur un alignement 1-4 Haut.

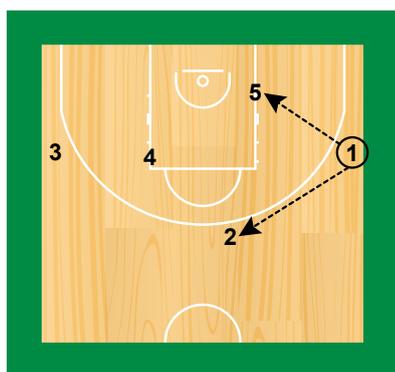
1 fait une entrée en dribble vers l'aile et l'ailier (2) coupe au panier. Il pourra monter vers la ligne de fond d'abord avant de couper au panier ou pourra avancer vers le porteur de la balle (comme s'il bougeait pour une passe main à main).

Si possible, 1 passe à 2 au moment où il coupe au panier.

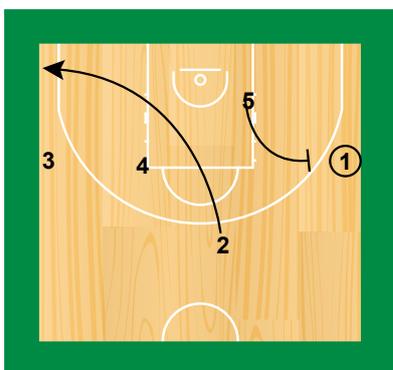


2 coupe alors du panier à la raquette en utilisant un écran de l'intérieur

Il s'agit de la coupe "Zipper". 1 dribblant sur l'aile "ouvre" le zipper et 2 coupant vers la raquette "ferme" le zipper.

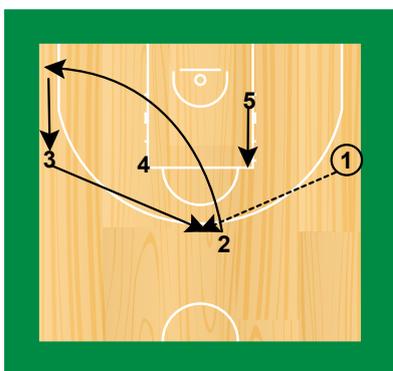


1 cherche à passer à 5 au poste bas ou à 2 pour un tir au niveau du haut de la raquette.

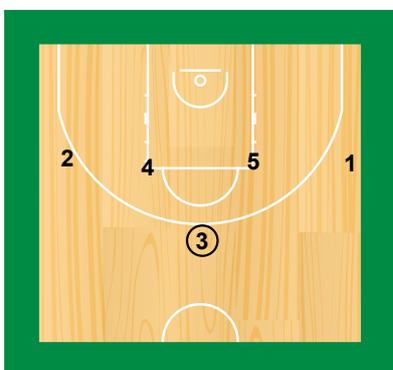


Si 2 ne reçoit pas la balle, il coupe à travers vers le corner opposé.

5 peut poser un écran sur 1 à l'aile.



Autrement, 3 remonte en tête de la raquette pour recevoir la passe de 1. 5 remonte vers le poste haut et 2 remonte du corner vers l'aile.

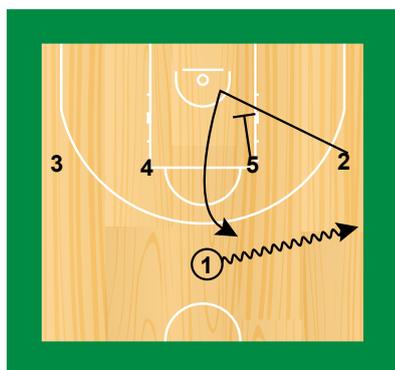


L'équipe n'est pas dans l'alignement initial (1-4 haut) et le jeu peut continuer avec 3 dribblant vers l'une des ailes. Il est également possible d'ajouter des éléments:

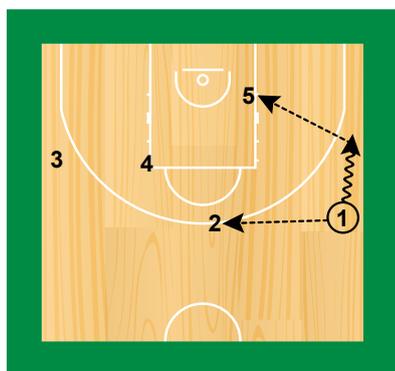
- 4 posant un écran sur 3 alors que 2 se place au corner. 5 peut aussi poser un écran sur 1;
- 3 passant à 2, 1 coupant vers le corner côté balle et 3 coupant vers le corner côté faible.

L'attaque "Zipper" est un schéma relativement simple qui est facilement "repéré" et est dès lors moins susceptible d'être utilisée comme une attaque structurée. En revanche, il est courant dans les ligues professionnelles d'intégrer la coupe "zipper" aux schémas offensifs notamment comme une "entrée" en attaque sur une moitié du terrain. Diverses options utilisant une coupe zipper pour commencer sont exposées ci-après.

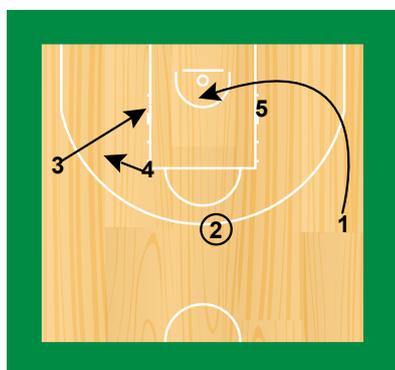
Il est conseillé aux entraîneurs des équipes junior notamment de les considérer comme des exemples de jeu plutôt que comme un schéma déterminé à mettre en œuvre avec l'équipe. Ces options sont sans doute plus efficaces lorsqu'elles sont mises en place suite à une "lecture" du jeu par les joueurs plutôt que comme une règle définie.



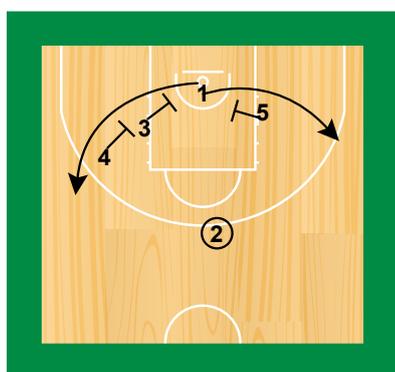
Dans la plupart des équipes professionnelles qui utilisent la "coupe zipper", 1 ne dribble pas vers l'aile mais dribble plutôt vers le côté du terrain. 2 coupe toujours vers le panier bien que, dans certaines équipes, 5 pose l'écran au niveau de la ligne de lancers francs plutôt qu'à côté du poste bas.



1 a toujours la possibilité de passer au poste ou à 2; toutefois, il devra généralement dribbler vers une position plus basse afin de pouvoir passer à l'intérieur.

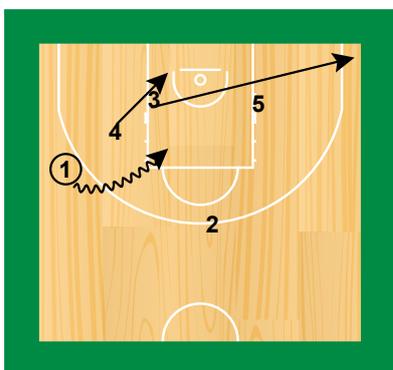


Après avoir passé la balle, 1 pourra également couper au panier. Généralement, 4 et 3 bougeront pour pouvoir poser un écran.

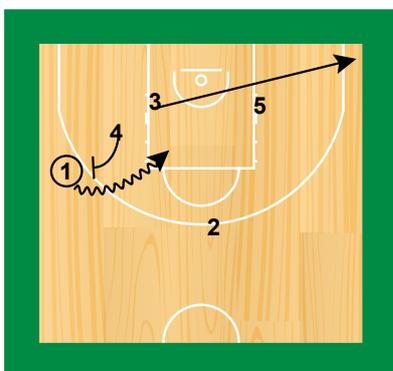


1 fait une pause au niveau du panier puis peut:
 (a) recouper vers le périmètre en utilisant un écran par 5; ou
 (b) couper un double écran successif de 3 et 4.

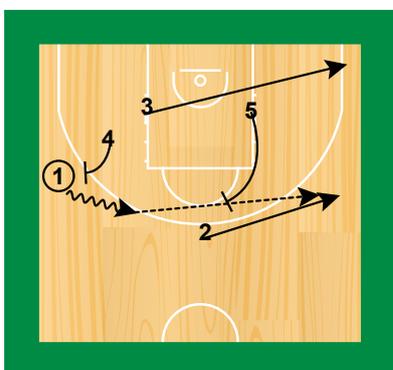
Quelle que soit la coupe opérée par 1, il doit lire la défense adverse. En d'autres termes, il pourra avoir à s'écarter de la pression défensive vers les corners ou à contourner sur un écran, etc. en fonction de la façon dont la coupe est défendue.



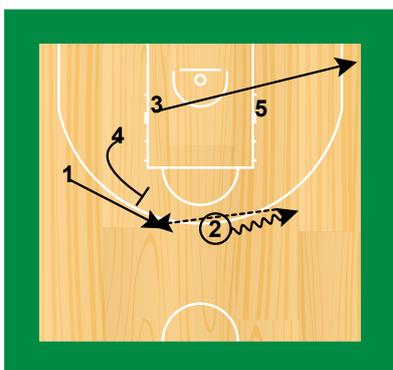
Si 1 reçoit la balle sur l'aile, il pourra pénétrer. Ici, 3 se déplace vers le corner opposé (pour recevoir une passe après pénétration) ce qui crée un espace permettant à 4 d'aller au panier.



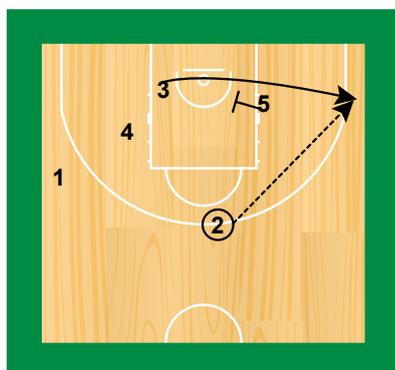
Autrement, 4 peut poser un écran au niveau de l'aile.



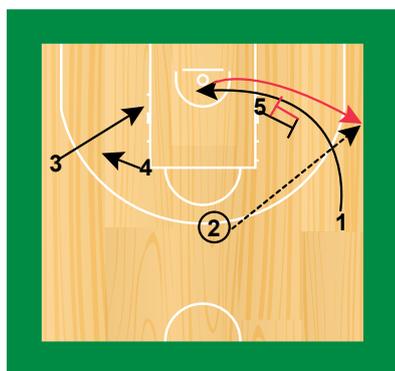
Une autre alternative consiste pour 5 à poser un écran et pour 2 à s'écartier de la pression défensive vers l'aile opposée afin de recevoir une passe de 1.



Plutôt que de passer à 1 à l'aile, 2 pourra se dégager vers le côté opposé et passer à 1 au moment où il monte en tête de la raquette. 4 peut ensuite poser un écran au niveau du prolongement du coude de la raquette.

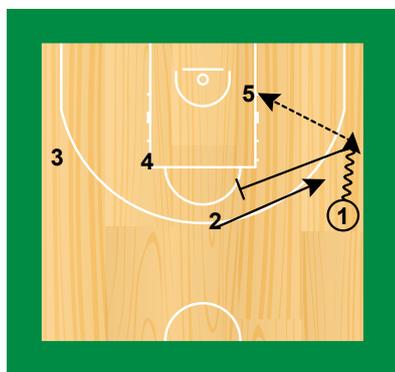


Si 2 ne passe pas à l'aile, 3 peut réaliser un "turn out" pour couper l'écran posé par 5.

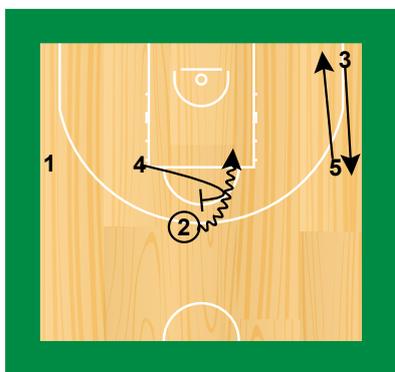
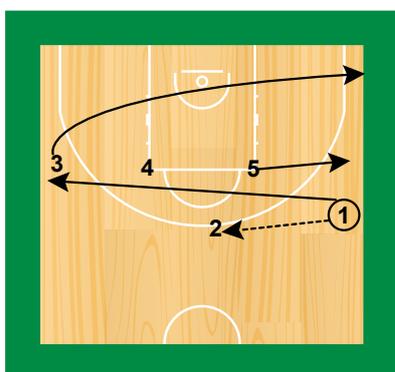


Après la "coupe zipper" initiale, 5 peut poser un écran dans le dos de 1 au moment où il coupe au panier et peut replacer un écran au moment où il recoupe vers le périmètre. 3 et 4 peuvent toujours poser les doubles écrans successifs de l'autre côté.

Si 1 n'utilise pas les doubles écrans successifs, 3 pourra alors couper l'écran de 4.



Après la coupe "zipper" initiale, si 1 passe à l'intérieur (plutôt qu'à 2), 1 peut ensuite poser un écran sur 2 pour couper vers l'aile.



Une autre option après la passe de 1 à 2 (sur la coupe zipper initiale) consiste pour 1 à couper horizontalement vers l'aile opposée.

3 quittera cette aile en se déplaçant vers le corner et 5 avancera également vers le périmètre.

4 traverse ensuite pour poser un écran sur le porteur de la balle et 2 pénètre.

3 remonte et 5 se déplace vers le corner et 1 s'assure d'être en position pour recevoir une passe.

APPROFONDIR

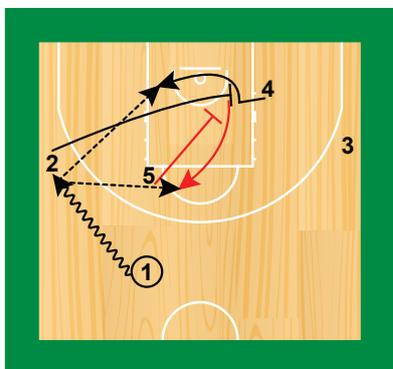
1. Quel schéma offensif serait le mieux adapté à votre équipe? Discutez-en avec vos entraîneurs adjoints.
2. Discutez avec un collègue entraîneur sur l'idée selon laquelle les équipes junior (jusqu'à l'âge de 16 ans) ne doivent pas apprendre des schémas spécifiques mais doivent plutôt utiliser une attaque selon un principe de "lecture et réaction".

2.2 MOUVEMENT OFFENSIF

2.2.1 MOUVEMENT OFFENSIF - 3 EN EX-TÉRIEUR, 2 EN INTÉRIEUR - POSE D'ÉCRAN SUR POSEUR D'ÉCRAN

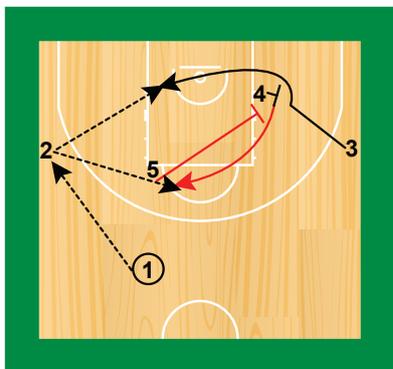
Avec les joueurs de 17 et 18 ans, d'autres concepts pourront être présentés et, à cet âge, les joueurs peuvent apprendre à jouer avec deux joueurs intérieurs (deux postes bas, deux postes hauts ou un poste bas et un poste haut).

CES JOUEURS POURRONT UTILISER LES CONCEPTS SUIVANTS:



Un joueur qui pose l'écran est immédiatement protégé par l'écran d'un autre coéquipier, donnant ainsi au porteur de la balle deux options de passe consécutives.

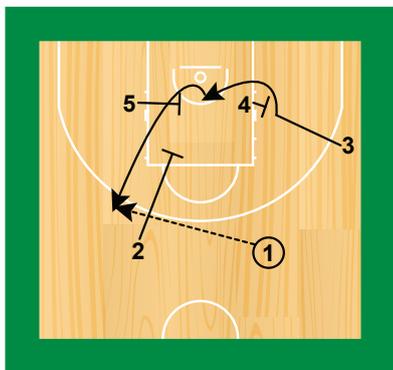
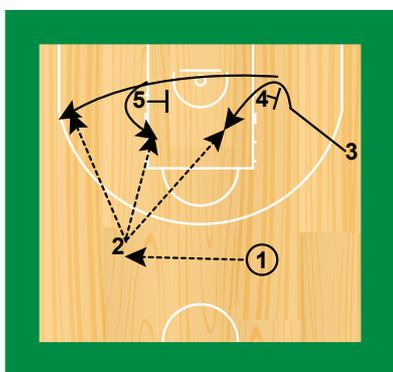
Ici, 2 pose un écran sur 4 et 5 pose un écran sur 2.



Ici, 4 pose un écran sur 3 puis 5 pose un écran sur 4.

2.2.2 MOUVEMENT OFFENSIF - 3 EN EX-TÉRIEUR, 2 EN INTÉRIEUR - ÉCRANS MULTIPLES SUR LE TIREUR

Deux ou trois écrans d'affilée peuvent être posés pour permettre à un tireur de se démarquer.

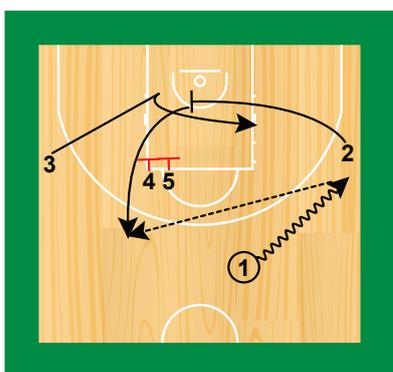


Deux ou trois écrans d'affilée peuvent être posés pour permettre à un tireur de se démarquer. Les poseurs d'écran doivent également chercher à recevoir une passe une fois que le coupeur a réalisé sa coupe Ici, 4 et 5 posent tous les deux un écran sur 3.

4, 5 et 2 posent un écran sur 3.

2.2.3 MOUVEMENT OFFENSIF - 3 EN EXTÉRIEUR, 2 EN INTÉRIEUR - DOUBLES ÉCRANS

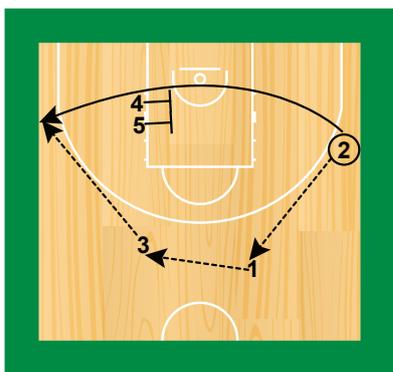
Un double écran est placé lorsque deux coéquipiers se réunissent pour poser un écran.



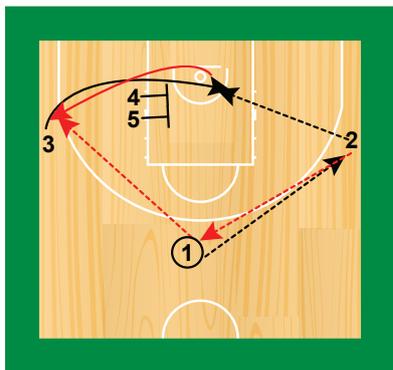
Une fois que le coupeur a utilisé l'écran, les poseurs d'écran doivent à la fois "lire" la défense et également savoir où est positionné l'autre poseur d'écran lorsqu'il cherche à recevoir une passe après avoir posé l'écran.

Ici, 3 coupe au panier puis coupe vers le côté opposé du terrain en utilisant un écran posé par 2.

2 coupe un double écran posé par 4 et 5.



2 réalise un "turn out" pour couper un double écran.

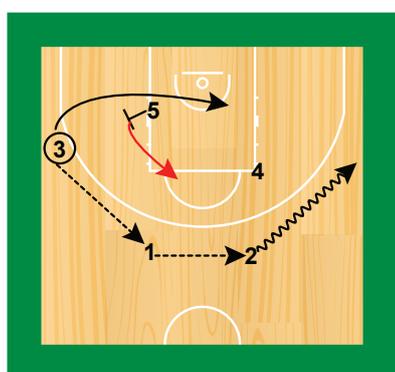


Ici, 3 utilise deux fois le double écran des joueurs de poste. D'abord, 3 coupe au panier et la balle est transmise à 2 pour qu'il fasse la passe.

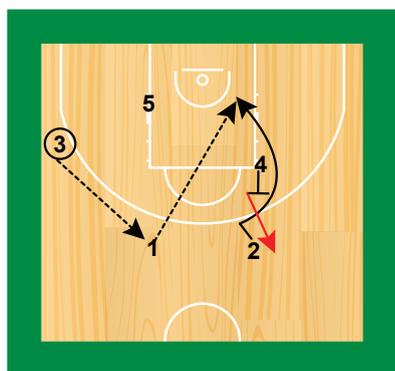
Toutefois, si 3 ne se démarque pas, il peut couper de nouveau vers le périmètre, sur le double écran; et 2 renverra la balle à 1.

2.2.4 MOUVEMENT OFFENSIF - 3 EN EXTÉRIEUR, 2 EN INTÉRIEUR - ÉCRANS AVEUGLES (DE DOS)

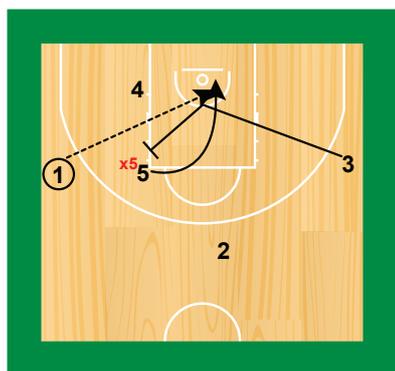
Des écrans "aveugles" ou "de dos" sont posés derrière un défenseur de façon à ce qu'il ne puisse pas voir le poseur d'écran.



L'écran doit être posé à au moins un pas de la position du défenseur.



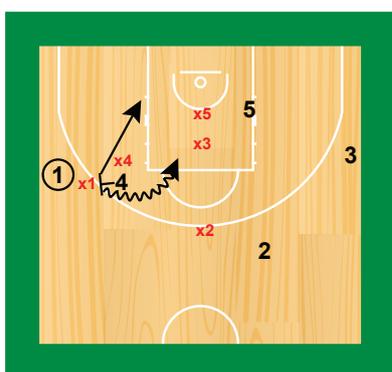
À partir du même alignement, l'écran de dos peut être posé sur le "côté faible" en donnant ainsi à 2 l'occasion de couper au panier.



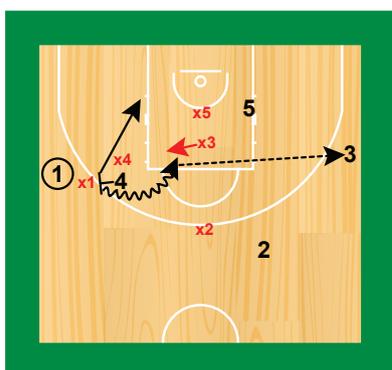
Ces écrans peuvent être particulièrement efficaces lorsqu'ils sont utilisés contre le défenseur marquant un joueur qui vient juste de passer la balle ou contre des défenseurs qui contestent des passes.

2.2.5 MOUVEMENT OFFENSIF - 3 EN EXTÉRIEUR, 2 EN INTÉRIEUR - PICK & ROLL AVEC TRIANGLE DU CÔTÉ DE L'AIDE

L'équipe pourra jouer un "pick & roll" avec trois joueurs du côté de l'aide dans une formation en triangle (poste bas, aile et arrière).



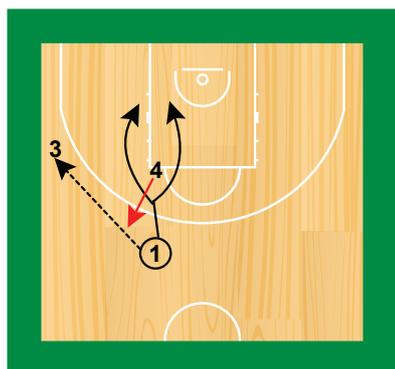
Ceci donne beaucoup d'espace pour le "pick & roll", le dribbleur tentant de parvenir jusqu'au coude de la raquette et le poseur d'écran cherchant à se déplacer jusqu'au panier.



Lorsqu'un défenseur en aide tourne pour stopper la pénétration, la balle pourra être transmise au joueur démarqué sur le périmètre.

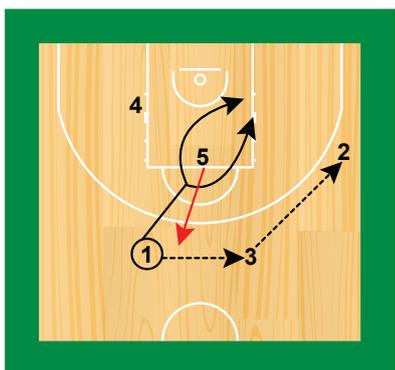
2.2.6 MOUVEMENT OFFENSIF - 3 EN EXTÉRIEUR, 2 EN INTÉRIEUR - COUPURES D'ÉCRANS DE POSTE HAUT

Les arrières pourront couper le poste haut une fois que la balle passe sous le prolongement de la ligne des lancers francs mais avant que des défenseurs ne se déplacent sur l'axe panier-panier.



Il ne s'agira pas nécessairement d'un écran et 4 pourra bouger vers le périmètre pour éventuellement recevoir une passe.

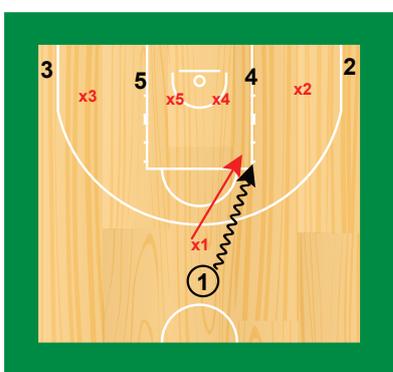
Si 4 pose un écran, il peut le faire face au défenseur ou face au panier. L'avantage de se placer face au panier est qu'il peut voir le reste du jeu.



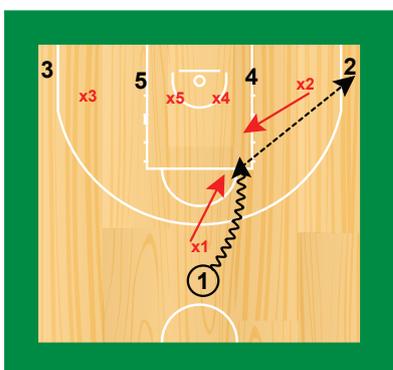
Le temps est particulièrement important lorsque le coupeur provient du côté faible car la balle doit avoir été envoyé vers une "position de passe". Après une coupure du poste haut, le poste haut doit s'écarter.

2.2.7 MOUVEMENT OFFENSIF - 3 EN EXTÉRIEUR, 2 EN INTÉRIEUR - ISOLATION EN 1 CONTRE 1

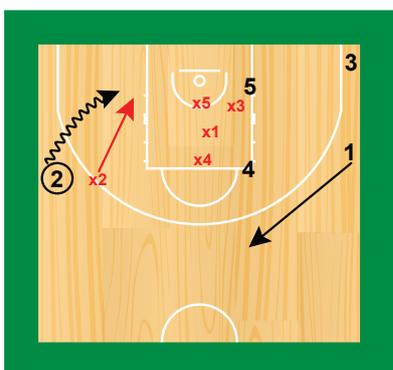
Les joueurs peuvent laisser de la place à un coéquipier pour jouer un 1 contre 1.



Cette tactique est souvent utilisée pour créer une occasion de "dernier tir", 1 étant peu susceptible d'obtenir la balle pour un tir en course mais tentant de pénétrer vers le haut de la raquette pour un tir.

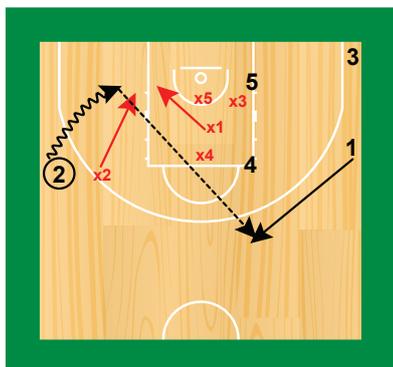


Il est probable que l'aide vienne stopper toute pénétration, auquel cas l'attaque doit être prête à passer à son coéquipier démarqué. Cette tactique est plus efficace si 2 et 3 sont capables de tirer depuis le périmètre.

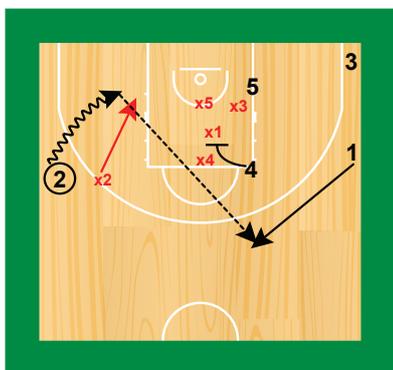


Un autre alignement en isolation consiste à "dégager" un côté du terrain. Ici, 2 tente de percer et d'obtenir un tir ouvert.

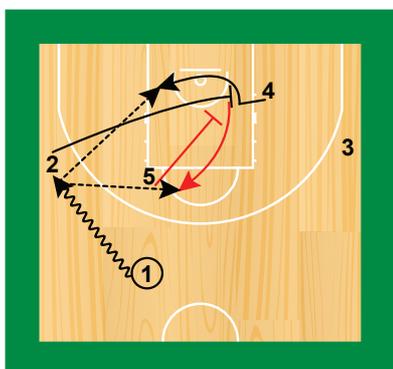
Les joueurs du côté faible doivent se préparer à se déplacer dans une position leur permettant de recevoir une passe.



Si l'un des défenseurs du côté faible (p. ex., x1) tournent pour défendre la pénétration, une passe pourra être ouverte pour son défenseur.



Dans cet alignement, une occasion de passe similaire peut être créée par l'un des joueurs de poste posant un écran sur les joueurs de périmètre.



Si la défense permute pour défendre ce mouvement (p. ex., x4 se déplace pour défendre 1), il peut ouvrir une passe sur le poseur d'écran. Toutefois, lorsque le jeu en isolation a été exécuté comme une occasion de "dernier tir", les attaquants doivent absolument connaître le temps restant.

De nombreuses options ont été présentées ici; et un entraîneur n'a pas nécessairement besoin de toutes les enseigner à ses joueurs. Il doit plutôt choisir quelques options en fonction de l'expérience de ses joueurs.

Les entraîneurs doivent également se rappeler qu' "il ne suffit pas de mémoriser les mouvements; les joueurs doivent également comprendre leur sens, maîtriser toutes les décisions et les fondamentaux sous-jacents et s'entraîner suffisamment pour pouvoir les exécuter efficacement".

2.2.8 CHOIX DU TIR - IMPORTANCE DU CORNER À 3 POINTS

L'introduction du tir à 3 points a apporté un changement significatif quant à la façon de jouer au basketball, l'accent étant davantage mis sur le tir à distance.

La raison peut être concrètement illustrée:

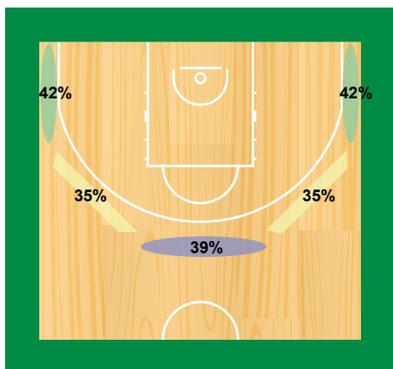
- Une équipe réalisant 100 tirs à 2 points avec 50% de réussite marque 100 points;
- Une équipe réalisant 100 tirs à 3 points avec 35% de réussite marque 115 points!

Il faut insister auprès des équipes juniors sur le fait que les joueurs ne doivent pas être encouragés à tirer depuis la zone située "au-delà de l'arc" tant qu'ils n'ont pas la force et la technique suffisantes pour le faire.

De plus en plus, les équipes ajoutent des options spécifiques à leur programme offensif pour tenter des tirs à 3 points; et cette tendance se poursuit apparemment même si la ligne à 3 points est désormais plus éloignée du panier que lorsque le tir à 3 points a pour la première fois été mis en place.

Le "corner à 3 points" a notamment été décrit par certains commentateurs comme le tir le plus important en basketball et certaines analyses récentes à la NBA confirment son importance croissante:

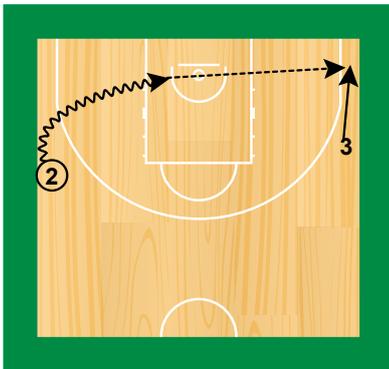
- Les équipes qui réussissent ont tendance à tenter davantage de tirs depuis le "corner à 3 points" que les équipes qui réussissent moins;¹⁵
- Les équipes ont un taux de réussite plus élevé en "corner à 3 points" qu'avec d'autres tirs à 3 points.¹⁶



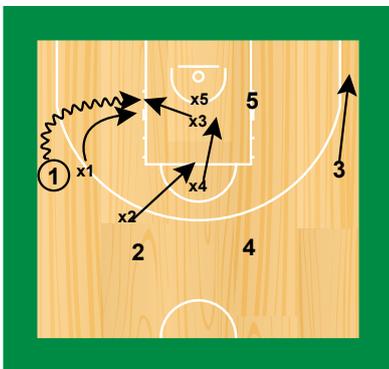
Alors que le "corner à 3 points" est plus proche du panier qu'un tir à 3 points depuis l'aile ou le haut de la raquette, ce n'est qu'une différence marginale et n'explique sans doute pas le meilleur pourcentage de tir depuis le corner. Une explication serait sans doute la façon dont le jeu au niveau des corners peut déformer et étirer une défense, les tirs depuis le corner n'étant pas aussi étroitement marqués.

¹⁵ En 2014, les équipes qui ont participé au championnat NBA ont effectué 11% (Miami) et presque 8% (San Antonio) des tirs depuis le "corner à 3 points". La moyenne de la ligue des tirs effectués depuis le "corner à 3 points" s'élevait à 6,6%.

¹⁶ Les équipes de NBA marquent 42,5% des points depuis le "corner à 3 points" alors qu'elles marquent 34,9% des points depuis l'aile et 38,8% depuis le haut de la raquette (voir <http://www.82games.com/locations.htm>, qui ne présente pas les statistiques officielles de la NBA).

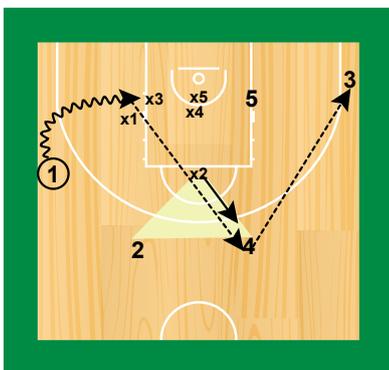


Dans la plupart des équipes, un joueur bougera vers le corner lorsqu'il y a une pénétration en dribble. Sur une pénétration en dribble depuis la ligne de fond, la balle sera souvent passée directement vers le corner.



La plupart des défenses "aideront" à stopper la pénétration en dribble avec une rotation d'un joueur depuis le bas de l'axe panier-panier – c'est généralement le défenseur de l'attaquant qui bouge vers le corner.

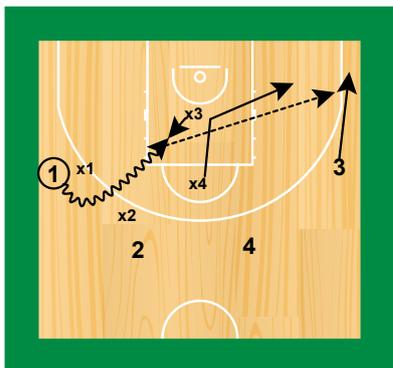
Cette rotation nécessite qu'une autre aide (x4) tourne, ce qui aboutit à un tir depuis le corner par un joueur relativement démarqué.



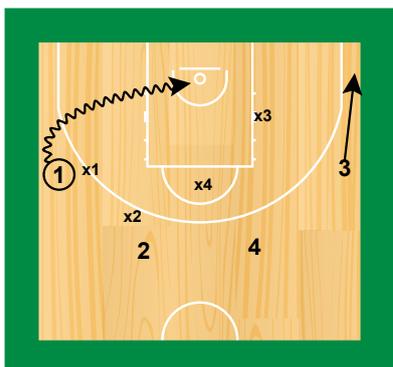
Sur la pénétration en ligne de fond, une passe en tête de la raquette sera souvent défendue car, si l'équipe tourne, c'est pour défendre. Ici, x2 est en position pour un close-out et défend 2 ou 4 s'il reçoit la passe.

Toutefois, une passe rapide au corner force un "close out" plus long de la défense ce qui, une fois encore, peut donner lieu à un tir relativement ouvert.

L'efficacité de la passe visant à créer une occasion de tir depuis le "corner à 3 points" est confirmée par l'analyse qui précise que 95% des tirs depuis le "corner à 3 points" sont "assistés", en d'autres termes, ils sont réalisés après la réception d'une passe.³



La pénétration en dribble vers le milieu nécessite également une rotation de x3 qui est responsable du défenseur vers le "corner à 3 points". Là encore, ceci peut donner lieu à un tir relativement ouvert au moment où x4 réalise un close-out (en tournant pour aider x3) ou si x3 tourne (après avoir "aidé et repris" pour aider à la défense de la pénétration de 1).



Les équipes qui utilisent effectivement le "corner à 3 points" peuvent également créer davantage d'espace pour la pénétration car les défenseurs s'adaptent et "apportent une aide défensive" vers le tireur plutôt que d'être en position pour tourner et aider.

³ Voir <http://www.82games.com/locations.htm>.

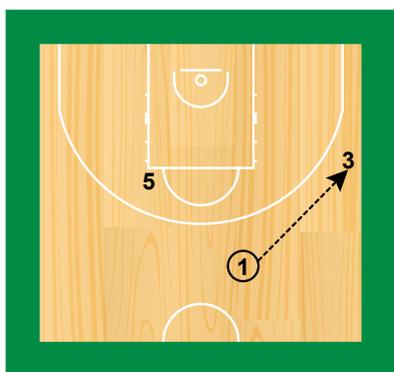
APPROFONDIR

1. Si une équipe utilisait le schéma "3 en extérieur, 2 en intérieur", d'où la majorité des tirs seraient-ils tentés selon vous? Comment pourriez-vous modifier cela par le biais de l'action de la défense?
2. Vos équipes ont-elles recours au tir à 3 points? D'où sont-elles les plus efficaces pour marquer?

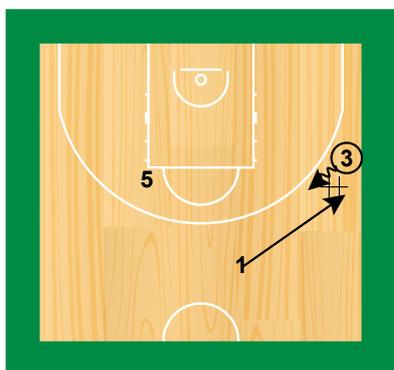
2.3 POSE D'ÉCRANS

2.3.1 ÉCRANS PORTEURS - PISTOL

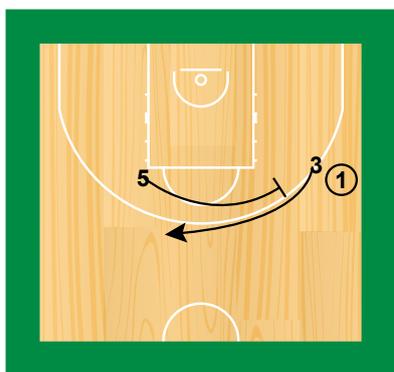
La tactique "Pistol" est simplement un mouvement où la balle est transmise sur l'aile puis le joueur suit la passe pour recevoir la balle en retour. Un écran porteur est alors posé.



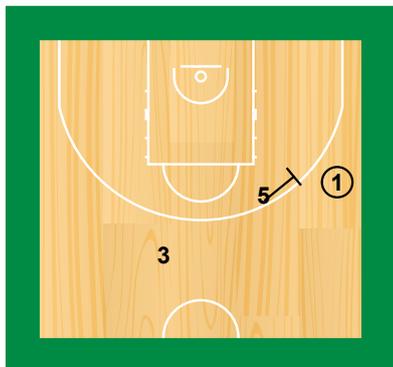
1 passe à 3 sur l'aile.



1 bouge ensuite vers l'aile pour recevoir une passe main à main de 3 qui reprend en dribble.



5 se déplace pour poser un écran sur 3 qui coupe vers le haut. Une passe à 3 pourra créer une occasion de tir ouvert ou une occasion de pénétration dans la raquette.



5 se déplace ensuite pour poser un "side pick & roll" sur 1.

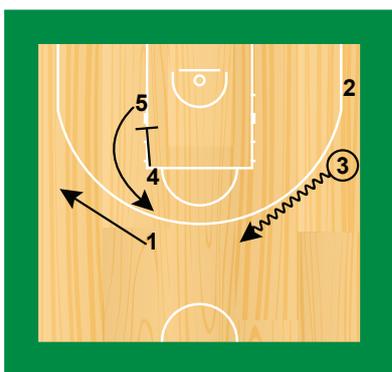
2.3.2 ÉCRANS NON PORTEURS - ÉCRANS "ASCENSEUR"

L'écran "ascenseur" est un type de double écran qui a été utilisé avec un certain succès par les Golden State Warriors en NBA.

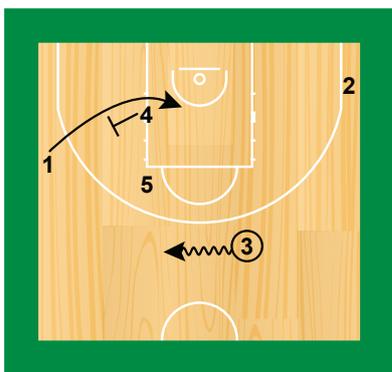
De manière simple, lors de la pose d'un écran "ascenseur", deux coéquipiers posent un écran mais se placent à un ou deux pas d'écart l'un de l'autre.

L'écran "ascenseur" est souvent utilisé après d'autres écrans dans l'attaque car cet écran est plus efficace lorsqu'il existe un certain écart entre le coupeur et son défenseur.

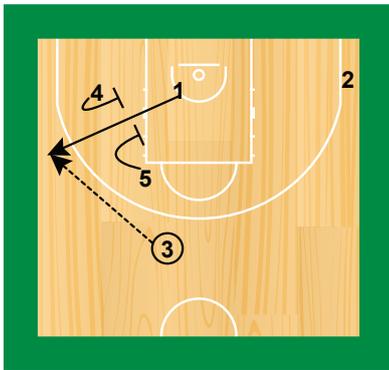
UN EXEMPLE D'ATTAQUE INTÉGRANT UN ÉCRAN "ASCENSEUR" EST PRÉSENTÉ CI-DESSOUS.



4 pose un écran inférieur sur 5 au moment où 3 dribble depuis l'aile et 1 se replace à l'aile.

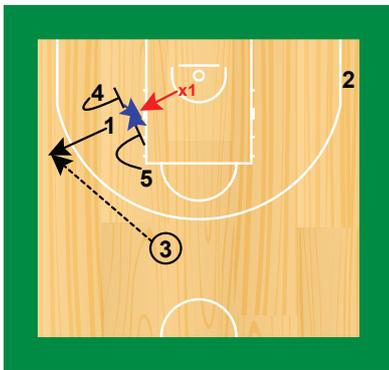


1 coupe ensuite un écran vers le fond posé par 4.



4 et 5 posent simultanément des écrans inférieurs sur 1. Ils laissent suffisamment d'espace entre eux pour que 1 puisse couper à travers.

1 peut également couper du côté de 4 ou de 5, cette lecture dépendant de lui.



Si x1 tente de suivre 1 et court entre 4 et 5, 4 et 5 avancent ensemble (comme la fermeture d'une porte d'ascenseur) pour arrêter x1.

Si x1 tente de courir à l'extérieur de 4 ou 5, alors ils n'avanceront pas ensemble.

Le timing de l'écran dans cette action est très importante. Si les poseurs d'écran se mettent dans la trajectoire de x1 sans laisser suffisamment de temps et de distance pour un arrêt ou un changement de direction, ceci pourra alors constituer une faute offensive.

L'autre endroit classique pour poser cet écran est sur la ligne de lancers francs.

2.3.3 ANGLES D'ÉCRAN ET ALIGNEMENTS - PICK & ROLL AVANCÉ

Le "pick & roll" (ou "écran porteur") est l'une des actions les plus courantes au basketball.

Les équipes ayant recours au "pick & roll" peuvent utiliser de nombreux angles et alignements différents.

Il est important de noter que, en dépit du nom, le poseur d'écran ne fait pas toujours un "roll" (coupe au panier) mais pourra s'écarter (bouger vers le périmètre) ou placer un nouvel écran. Voici quelques règles fondamentales s'appliquant à la fois au poseur d'écran et au dribbleur:

POSEUR D'ÉCRAN:

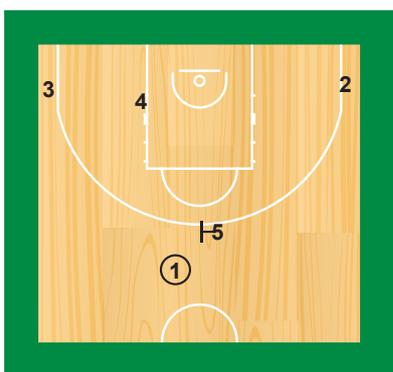
- "Organisation" - être une menace avant d'aller poser l'écran;
- Accélération pour poser l'écran – arriver pour poser l'écran avant que le défenseur ne soit là;
- L'angle d'écran est important;

- Séparation après l'utilisation de l'écran par le dribbleur – s'écarter ou couper au panier.

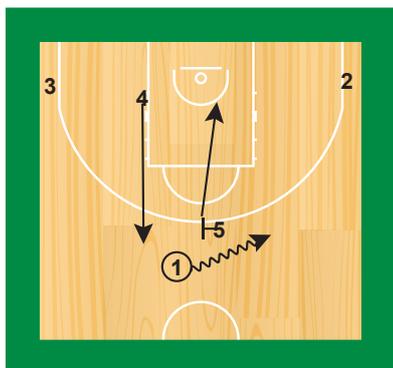
DRIBBLEUR:

- Point de départ – il dépendra de l'endroit où se trouve la défense. Déplacer le défenseur vers l'écran;
- "Organisation" - être une menace avant d'utiliser l'écran. Prendre le défenseur loin de l'écran puis utiliser l'écran;
- Séparation loin du poseur d'écran;
- Marquer – être une menace en matière de tirs et forcer la défense à réagir.

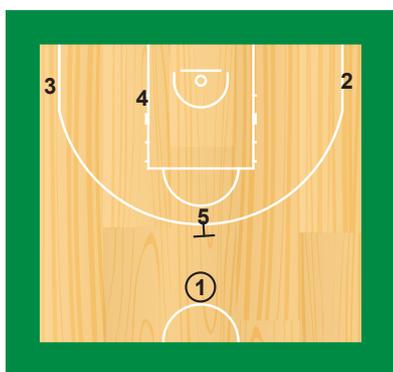
Divers alignements pouvant être utilisés pour le "pick & roll" ou les écrans "porteurs" sont décrits ci-après.



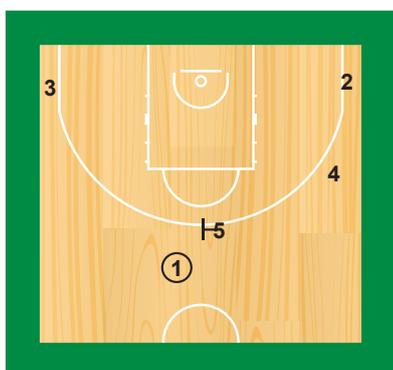
Un "mid pick & roll" qui peut être posé d'un côté ou de l'autre en fonction de la préférence du dribbleur. Le poseur d'écran est dos à une ligne de touche ou pourra être légèrement tourné vers le corner de la ligne de fond.



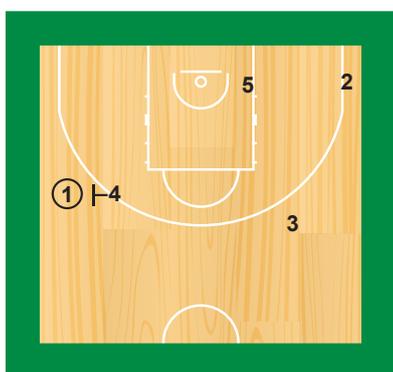
En règle générale, si le poseur d'écran "coupe au panier" et se déplace vers le panier, l'autre intérieur le remplace.



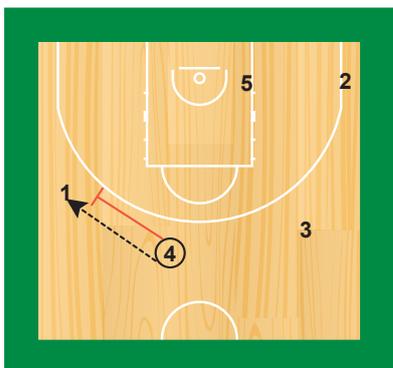
"Flat pick & roll" chaque fois que le poseur d'écran est dos au panier.



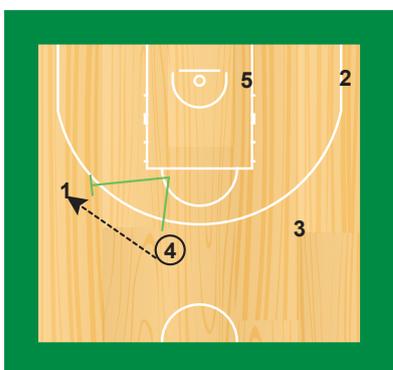
"Lifted middle pick & roll" - tactique où les 3 autres joueurs sont sur le périmètre. Ceci donne davantage d'espace pour que l'écran coupe au panier et pour que le dribbleur "attaque à l'anneau".



"Side pick & roll" avec un triangle sur le côté opposé. Le poste bas démarre sous la zone neutre (block).

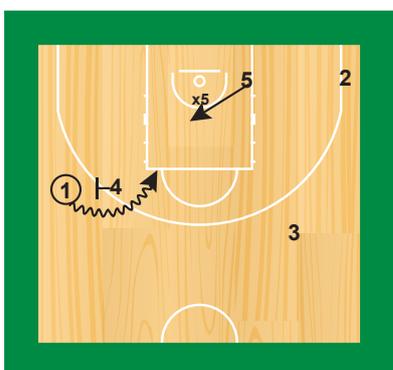


L'angle d'écran doit permettre au dribbleur de jouer "en montée" (en d'autres termes, en se déplaçant vers le panier). Par conséquent, le poseur d'écran ne bouge pas du haut de la raquette directement vers l'aile car il s'agit d'un mauvais angle. Le dribbleur (pour utiliser l'écran) s'éloignera du panier.



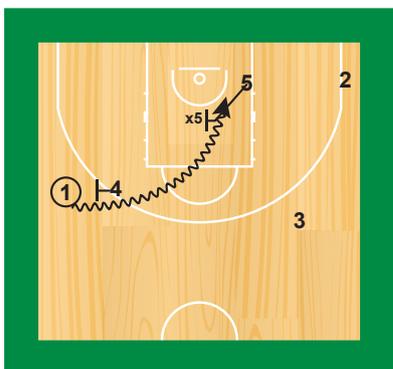
L'angle correct est défini en attaquant d'abord le panier puis en bougeant pour poser l'écran. Voici l'exemple d'un poseur d'écran "organisant" l'écran en se présentant d'abord comme une menace d'attaque.

Lorsque le dribbleur utilise cet écran, il attaque au niveau de l'épaule de la raquette.

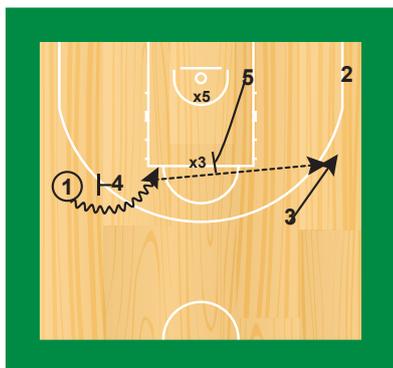


Au moment où 1 se sert de l'écran, le poste bas sur le côté opposé "lit" la défense.

Si son défenseur (x5) est bas, 5 pourra faire un "duck in" pour se positionner devant lui.

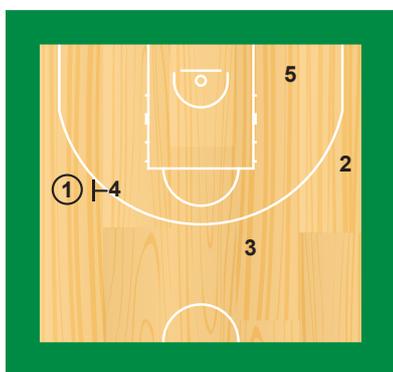


Si x5 joue plus haut, 5 peut poser un écran sur le côté, permettant à 1 de pénétrer jusqu'au panier. Cette tactique est plus efficace si les défenseurs de 2 et 3 ne s'écroulent pas et "collent" plutôt à leur joueur pour arrêter les tirs de périmètre ouverts.

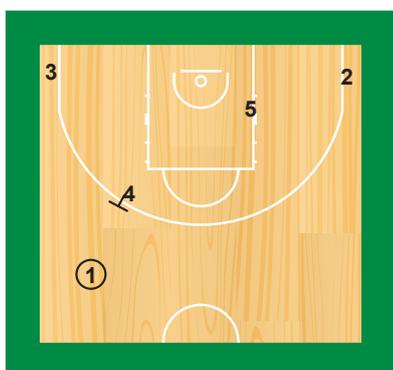


5 peut également poser un écran sur x3 pour permettre à 3 d'obtenir un tir ouvert sur le périmètre.

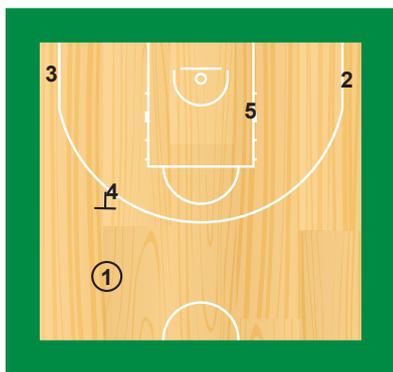
Enfin, 5 pourra "flasher" haut pour recevoir une passe en tête de la raquette. Là encore, cette tactique est plus efficace si x3 ne joue pas sur l'axe panier-panier (et par conséquent, la zone de poste haut est dégagée).



Le "Spread side pick & roll" place le poste bas dans le short corner. Là encore, cette tactique vise à éloigner les défenseurs en aide d'une position où ils peuvent aider à défendre le dribbleur ou le poseur d'écran coupant au panier.

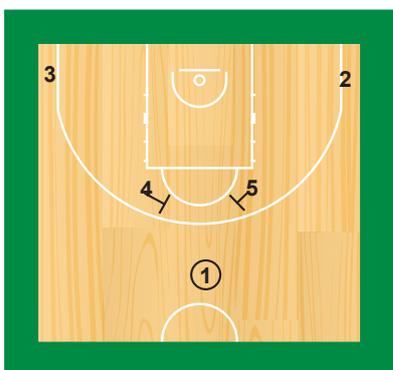


"Angle pick & roll" - tactique où le poseur d'écran est face au corner à mi-chemin au niveau de la ligne de touche.

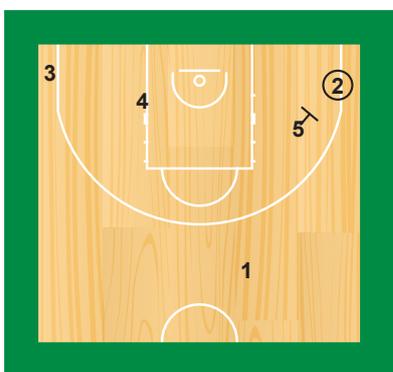


"Step up" ou "Flat screen" - tactique où le poseur d'écran est dos à la ligne de touche.

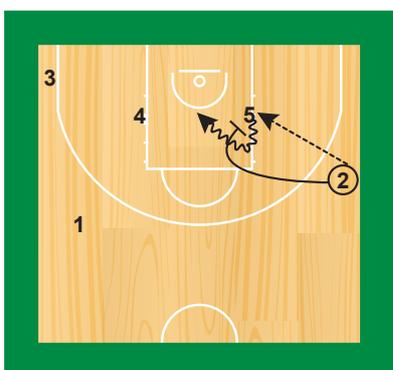
Cette tactique est particulièrement efficace lorsque la défense force le dribbleur d'un côté et que le défenseur d'écran se déplace pour défendre la pénétration (défense "Ice" ou "Push").



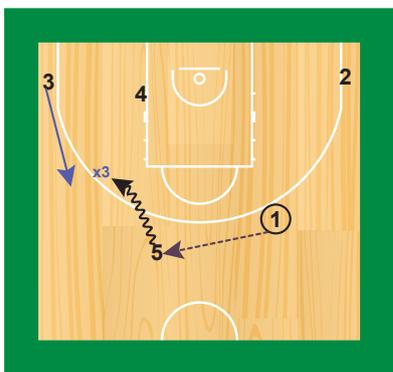
Le "Horns" ou "A-Set" est un alignement offensif très populaire. Il peut être "serré" (au niveau du coude de la raquette) ou au-dessus de la ligne à 3 points.



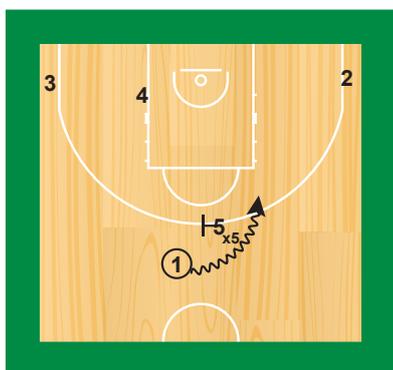
Le "Corner pick & roll" doit être utilisé avec précaution car il donne l'occasion à la défense de faire une prise à deux ou de trapper la balle au niveau du corner.



"Brush pick & roll" - tactique où un arrière passe au poste bas, coupe vers le panier puis pose un écran sur le poste bas. C'est un écran difficile à "permuter" car il risque de créer un décalage pour la défense.



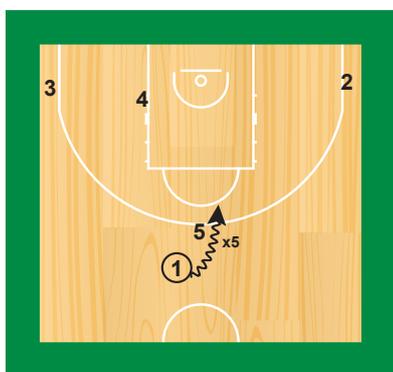
Le "Dribble screen" est similaire, mais pas identique, à une passe main à main. Ici, le poseur d'écran dribble directement au niveau du défenseur en adoptant effectivement une position d'écran normale mais avec la balle.



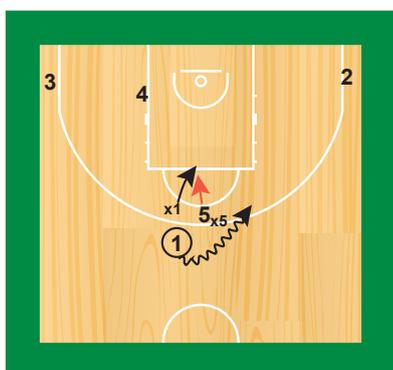
Pour utiliser effectivement le pick & roll, le dribbleur doit réagir à la façon dont la défense choisit de défendre l'écran.

Le défenseur d'écran pourra se présenter en "strong show" ce qui pousse le dribbleur à s'écarter de la pression défensive et à créer de l'espace pour que l'autre défenseur se positionne.

Lorsque le défenseur d'écran agit ainsi, le porteur de la balle doit attaquer la hanche "haute" du poseur d'écran.

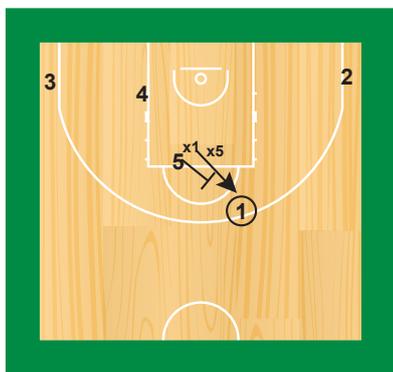


Si le défenseur d'écran s'éloigne du poseur d'écran, le dribbleur doit "diviser" la défense et attaquer par cet intervalle.

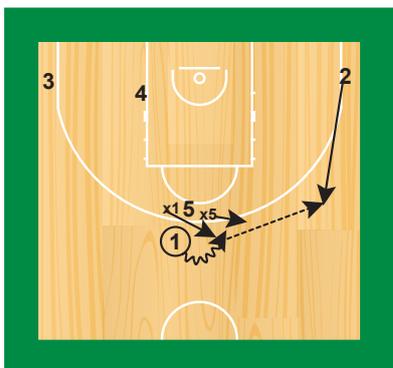


Lorsque la défense choisit de passer dessous, le poseur d'écran doit couper au panier. Ceci empêchera le retour de x1 vers le défenseur.

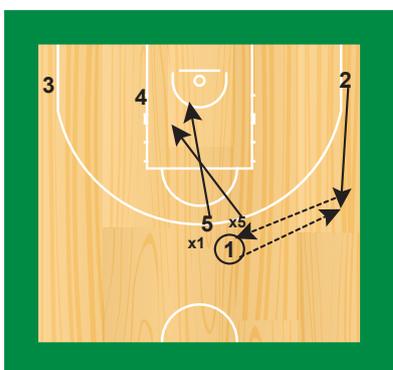
Si un adversaire passe souvent sous les écrans, l'écran doit être posé plus bas sur le terrain. Le dribbleur doit être prêt à tirer.



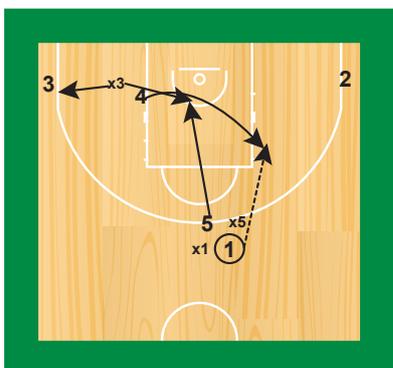
Au moment où le défenseur reprend sur le porteur de la balle, le poseur d'écran peut bouger pour placer un nouvel écran derrière le défenseur. Ce sera ainsi très difficile pour lui de passer de nouveau dessous.



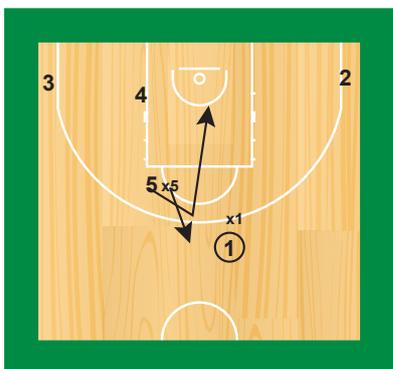
Si la défense trappe le porteur de la balle, l'ailier (d'un côté ou de l'autre) doit remonter pour recevoir une passe.



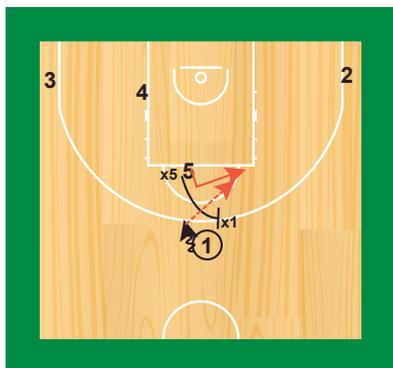
Après la passe, le poseur d'écran monte au panier ce qui éloignera son défenseur. La balle peut ensuite être repassée directement au porteur de la balle notamment dans les dernières minutes du match si c'est le joueur à qui l'équipe veut donner la balle.



Autrement, le poste bas peut basculer pour recevoir une passe au niveau du poste lorsque le porteur de la balle fait l'objet d'une prise à deux. Le poseur d'écran coupe également au panier. Ceci place le défenseur en aide (x3) dans une situation où il doit soit défendre le panier soit défendre le corner à 3 points. Il ne peut pas défendre les deux!



Au moment de poser un écran, si le défenseur d'écran bouge au-dessus du poseur d'écran, le poseur d'écran doit monter au panier. Ceci se produira souvent lorsque la défense s'apprête à se présenter en "strong show".



Souvent, la défense va jouer "faible" - en forçant fortement le porteur de la balle d'un côté. Le poseur d'écran doit s'assurer de poser l'écran du bon côté.

Autrement, le poseur d'écran peut simplement glisser vers le poste pour recevoir une "pocket pass" puis tourner pour rechercher (a) un tir, (b) une perforation, (c) une action "high low" avec le poste bas, ou (d) une passe vers le corner opposé.

APPROFONDIR

1. Comment défendriez-vous une équipe qui a utilisé les "écrans ascenseur" pour créer une occasion de marquer un tir à 3 points en tête de la raquette (l'écran posé au niveau de la ligne de lancers francs)? Quel ajustement pourrait apporter l'attaque à cette tactique?
2. Comment les équipes dans votre compétition ont-elles tendance à défendre le "pick & roll"? Quel ajustement doit être fait par les attaques contre ces tactiques?

2.4 ATTAQUE CONTRE LA DÉFENSE DE ZONE

2.4.1 PICK & ROLL (ÉCRANS PORTEURS) CONTRE UNE ZONE

De nombreux entraîneurs recommandent d'avoir une attaque qui peut aussi bien fonctionner contre une défense "homme à homme" et une défense de zone¹⁷. L'avantage de cette approche est que l'équipe n'a pas spécifiquement besoin d'identifier le type de défense joué par l'adversaire.

PICK & ROLL (ÉCRANS PORTEURS) CONTRE UNE ZONE

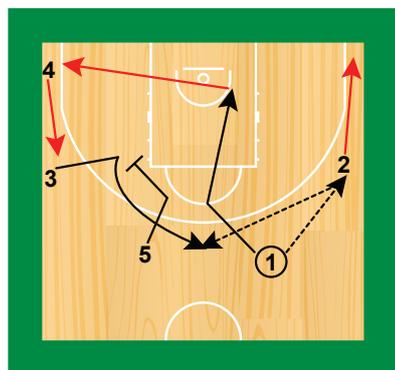
L'une des situations offensives les plus courantes qui est utilisée en ce moment est le "pick & roll" (ou écran "porteur") notamment au milieu du terrain. Alors que cette tactique a traditionnellement été utilisée contre une défense homme à homme, elle peut être tout aussi efficace contre une défense de zone.

ALIGNEMENT INITIAL

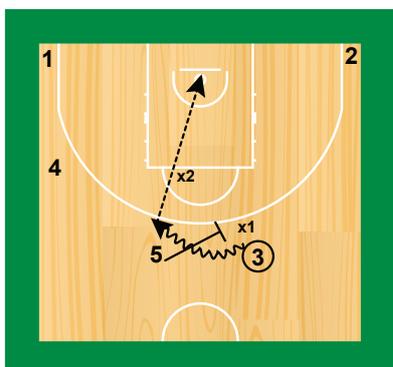
L'un des aspects les plus importants pour qu'une attaque réussisse est d'avoir un bon "espacement" entre les joueurs.

Avec un écran porteur au milieu du terrain, l'espacement peut être créé avec un joueur à chaque corner et également sur une aile.

¹⁷ À titre d'exemple, Zeljko Obradovic dans son cours sur l'Attaque Match Up Offence, qui est disponible sur la chaîne YouTube de la FIBA.

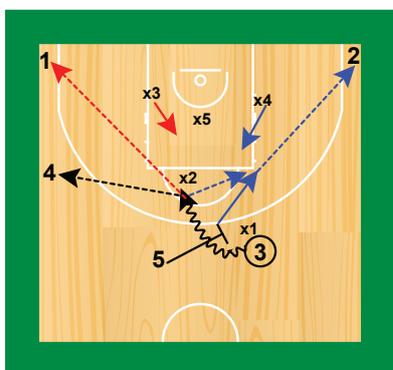


- Pour s'aligner rapidement dans l'attaque:
- 1 passe à l'aile et court vers le corner opposé;
- 5 pose un écran inférieur sur 3 qui coupe pour recevoir une passe de 2;
- 4 remonte à l'aile, 1 et 2 sont aux corners.



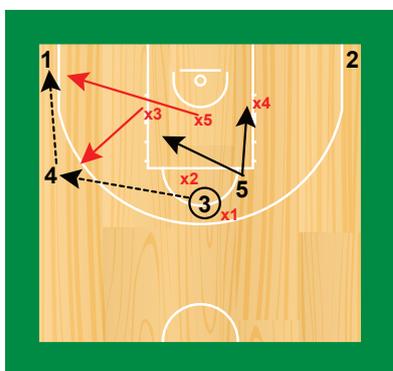
POSE DE L'ÉCRAN PORTEUR

Dans une zone, il arrive souvent que la défense n'ait aucun défenseur sur le poseur d'écran. Dans cette situation, 3 doit se préparer à tirer au moment où il se sert de l'écran de 5.



Autrement, 3 peut chercher à pénétrer dans la raquette:

- Si x2 arrête le dribble, il passe à 4 (en noir);
- Si x3 bouge pour aider, il passe à 1 (en rouge);
- Il fait une passe à 5; si x4 bouge pour défendre, il fait une seconde passe à 2 sur le corner (en bleu).



CRÉATION D'UNE OCCASION DE 2 CONTRE 1

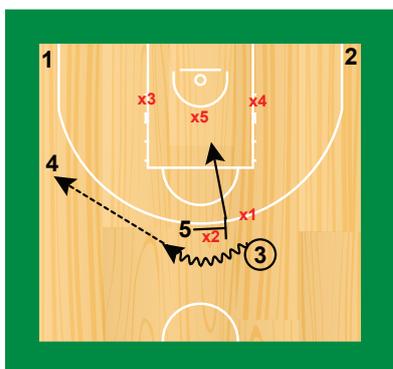
Une passe à 4 crée une situation de 2 contre 1 entre les attaquants 1 et 4 et le défenseur x3.

Si x3 tourne vers l'ailé, une passe rapide à 1 force x5 à tourner sur le corner. 1 doit se préparer à perfore car il s'agit clairement d'un décalage (mismatch).

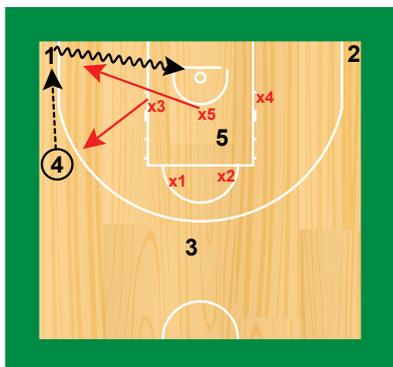
LECTURE DE LA DÉFENSE

Si 1 ne perfore pas, 5 peut couper au panier et peut:

- "fixer" x3 au moment où il tourne vers la raquette;
- "fixer" x4 avant qu'il ne puisse tourner en travers de la raquette.

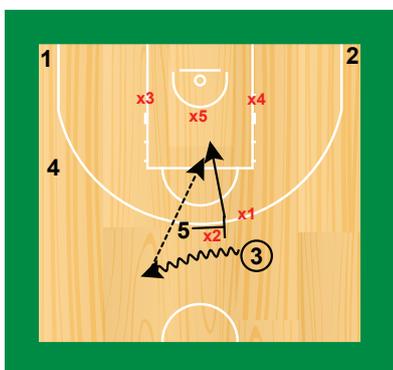


Une fois notamment que l'écran a été utilisé efficacement, la défense pourra faire remonter le défenseur du poste haut (x2) pour apporter une aide défensive ou même permuter au niveau des écrans.

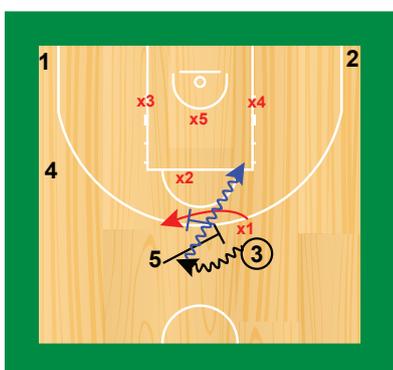


Lorsque la défense agit ainsi, une passe rapide à 4 crée là encore la situation de 2 contre 1 entre 4 et 1 et le défenseur x3.

Si x3 tourne vers 4, x5 doit réaliser un close-out sur 1. Ceci donne une bonne occasion à 1 de pénétrer ou à 5 de fixer x3 ou x4.

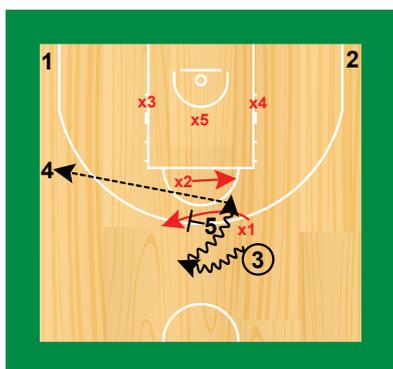


3 peut également passer à 5 au moment où il coupe au panier. Souvent pour réaliser cette passe, 3 doit se séparer (dribbler à l'écart) des défenseurs.

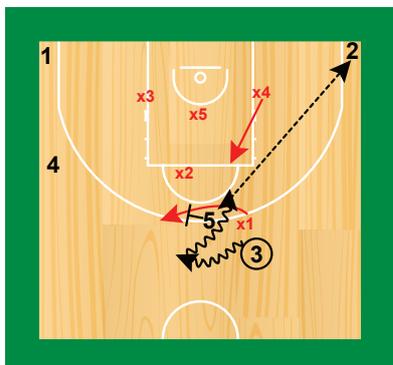


UTILISATION D'UN NOUVEL ÉCRAN

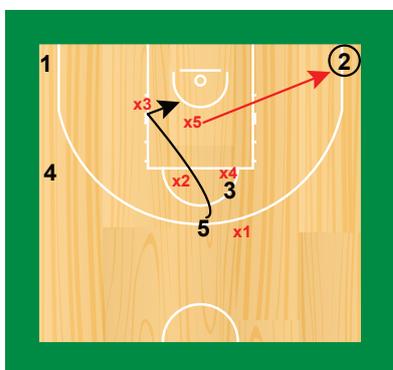
Si x1 passe sous l'écran, 5 doit tourner pour poser un nouvel écran en permettant à 3 de changer de direction et de pénétrer vers le coude de la raquette.



Si x2 tourne pour marquer 3, une passe à 4 crée là encore une situation de 2 contre 1 entre 4 et 1 et le défenseur x3.

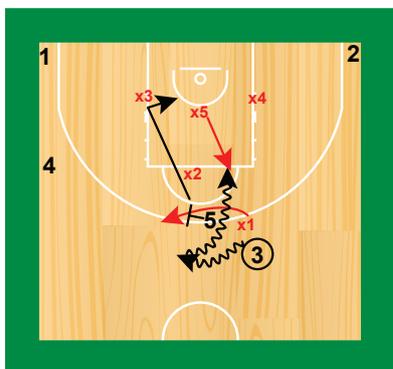


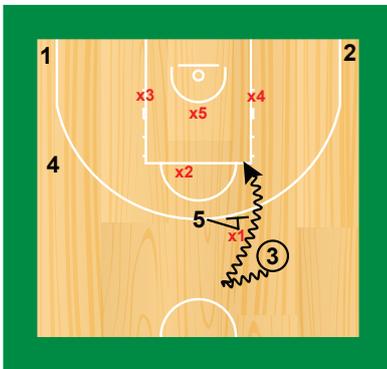
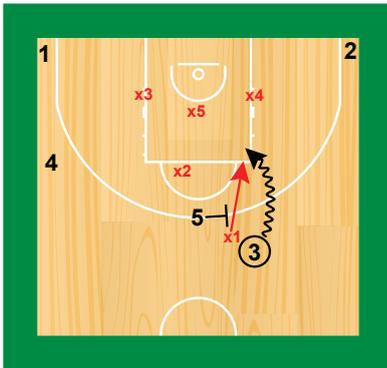
Si x4 tourne pour stopper la pénétration, une passe à 2 crée une occasion de tir ou une occasion pour 2 de percer au moment où x5 tourne pour défendre le corner.



5 peut fixer x3 plutôt que simplement couper au panier.

Si x5 tourne pour arrêter la pénétration, ceci crée un décalage avec 3 étant ainsi potentiellement en mesure de perferer en passant x5. 3 peut également passer à 5 au moment où il fixe x3.





WLORSQUE LA DÉFENSE FORCE LA LIGNE DE TOUCHE

Une tactique de plus en plus courante consiste pour le défenseur à éloigner le dribbleur de l'écran. x1 se place à côté du poseur d'écran, en face de 3 – 3 ne pouvant plus ainsi utiliser l'écran.

Dans une défense "homme à homme", le joueur qui défend le poseur d'écran (5) va bouger jusqu'au panier pour aider à marquer toute pénétration. En défense de zone, aucun défenseur ne marque spécifiquement le poseur d'écran.

Le poseur d'écran fait face au panier, entrant en contact avec x1 avec le bas du corps. 3 pénètre et 5 coupe vers la raquette.

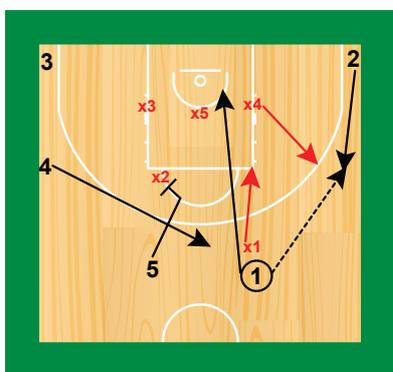
Cette forme de défense de l'écran peut être particulièrement efficace à proximité de la ligne de touche. Lorsqu'il est dans cette position, 3 doit se replier en dribble vers le milieu du terrain, 5 se repositionne puis 3 perce au panier.

3 doit s'assurer que 5 s'est positionné avant de percer; autrement 5 est susceptible de se voir reprocher une faute d'obstruction.

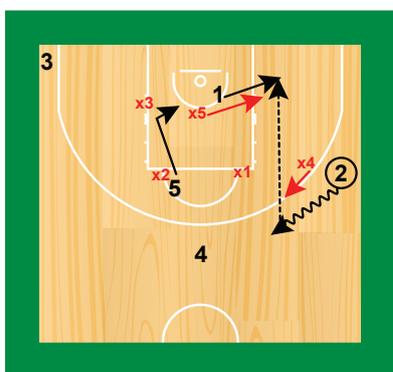
Comme cela est démontré, l'écran porteur peut créer de multiples occasions de marquer contre une défense de zone. Souvent, la "seconde passe" est cruciale pour créer des opportunités de marquer car la zone va effectivement opérer une rotation initiale mais une seconde rotation créera souvent des occasions de décalage.

2.4.2 DRIBBLE LATÉRAL CONTRE UNE DÉFENSE DE ZONE

Une simple entrée pour se positionner en vue d'utiliser un écran au milieu du terrain peut être utilisée conjointement avec un dribble contre la zone.

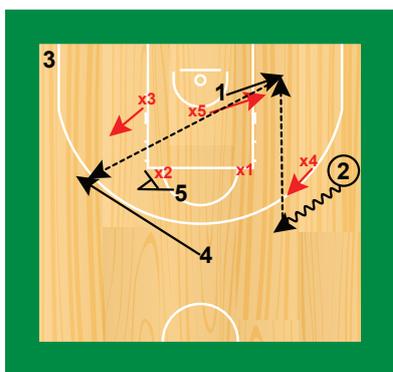


1 passe aux ailes et coupe au panier. 5 pose un écran sur 4 qui coupe en tête de la raquette. Il est important de noter que, contre une zone, 5 doit "trouver" x2 pour rendre l'écran efficace.



Plutôt que 2 passe à 3, il peut sortir de l'aile en dribblant – il s'agit du "dribble latéral" (dribble drag) où le joueur tente d'engager un défenseur particulier. Dans la plupart des cas, x4 continuera de défendre bien qu'il puisse passer le relais à x1.

Sur ce dribble, 1 se déplace vers le short corner du côté fort pour recevoir une passe. Alors que x5 tourne pour défendre 1, 5 peut monter au panier et pourra recevoir une passe. 1 peut également perfo- rer contre le défenseur plus grand.



Souvent, x2 se mettra face à 5 pour stopper la montée au panier. Ceci permet à 5 de faire écran à x2 en permettant une passe à 4 ce qui crée une situation de 2 contre 1 avec 4 et 3 défendus par x3.

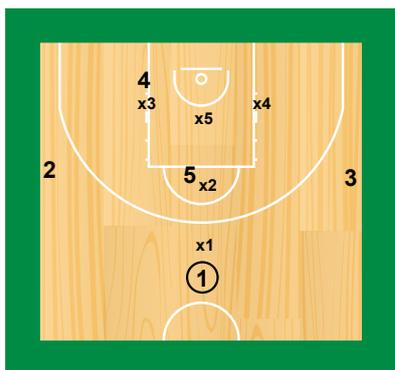
2.4.3 ALIGNEMENT EN 1-3-1 CONTRE LA DÉFENSE DE ZONE

De nombreuses équipes ont recours, lorsqu'elles se trouvent face à une défense de zone, à des tirs depuis l'extérieur et c'est en grande partie la raison pour laquelle la FIBA recommande que les enfants ne jouent pas en défense de zone avant l'âge de 14 ans.

Toutefois, une attaque bien structurée contre une zone doit créer:

- des occasions de pénétration en dribble;
- des occasions de tir à l'intérieur de la raquette et un jeu au poste haut et au poste bas;
- des occasions de tir depuis le périmètre.

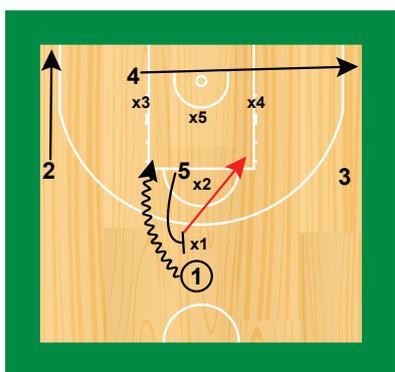
Un alignement offensif en 1-3-1 permettant de réaliser cette stratégie est présenté ci-dessous.



ALIGNEMENT INITIAL

L'alignement 1-3-1 est couramment observé. Contre une zone, il est particulièrement important pour un joueur d'être dans une position en ligne de fond - derrière les défenseurs de zone.

Si les défenseurs sont en "ball watch", ceci donnera à 4 l'occasion de couper.

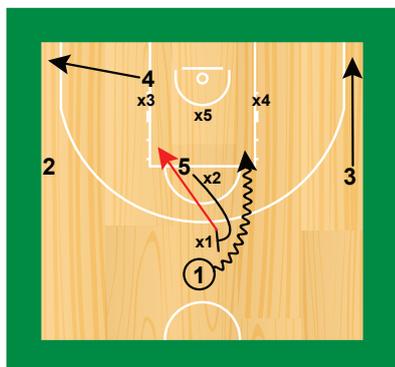


ÉCRAN PORTEUR

Le poste haut peut poser un écran sur 1.

Au moment où 1 dribble, 4 se déplace vers le corner opposé et l'ailier du côté fort peut également monter au corner.

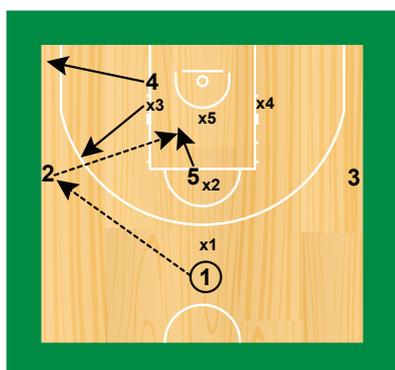
Le poste haut avance dans la raquette mais laisse à 1 de l'espace pour pénétrer.



ÉCRAN PORTEUR (SUITE)

Le côté sur lequel 1 dribble a deux joueurs et le côté opposé (côté "faible") a 2 joueurs de périmètre et le poste haut.

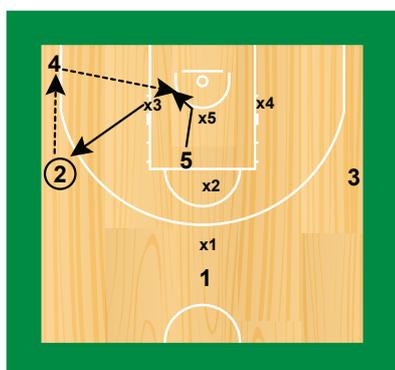
Ceci donne aux deux joueurs de périmètre des occasions de 2 contre 1 contre l'un des défenseurs de la "front line" (p. ex., 2 et 4 contre x3).



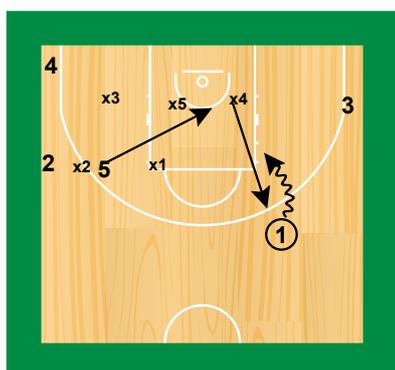
PASSE À L'AILE

De nombreuses défenses de zone défendent une passe à l'aile en faisant tourner un joueur de la front line. En faisant bouger 4 vers le corner, ceci peut alors créer une situation de 2 contre 1.

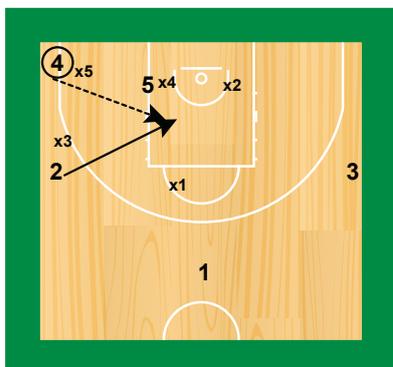
5 peut également fixer le défenseur du poste haut ou couper vers la raquette pour recevoir une passe. Si x3 a bougé vers le périmètre, 5 peut fixer x5 plutôt que de simplement couper dans l'espace.



Si la balle est transmise au corner, ceci donne une occasion de passer la balle à 5 au moment où il monte au panier, en fixant x3 (au moment où il retourne vers la raquette) ou x4.

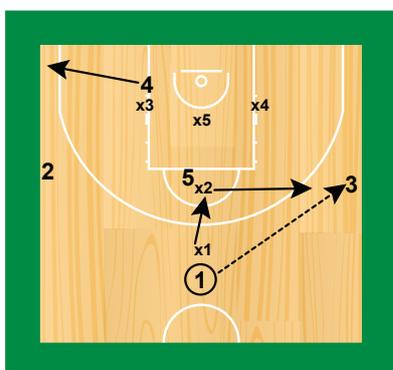


Passer la balle au corner donne également à 4 l'occasion de pénétrer, auquel cas 5 doit retarder sa coupe.



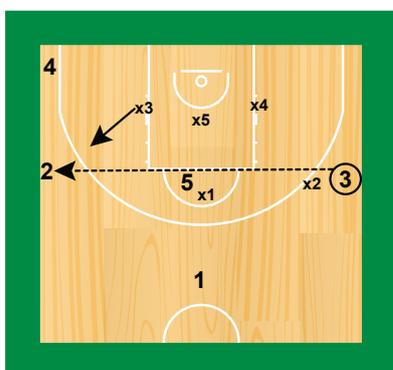
Lorsque la balle est dans le corner, 2 peut également couper au panier pour recevoir une passe. Cette tactique est particulièrement efficace si:

- la zone conteste la passe retour vers l'aile (x3);
- le joueur de poste se positionne au poste bas.

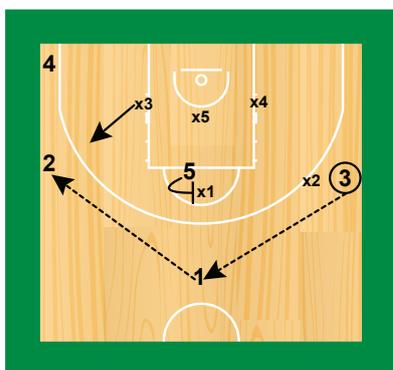


Dans d'autres zones, l'arrière (x2) se déplace pour défendre la passe vers l'aile. Toutefois, la même situation de 2 contre 1 peut toujours être créée:

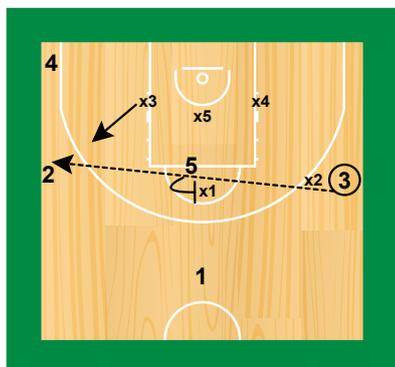
- en passant à l'aile
- si le joueur en ligne de fond se déplace vers le corner opposé;
- par une passe de la balle vers l'aile opposée.



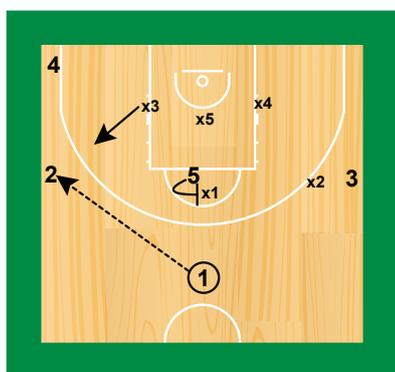
2 et 4 sont dans une situation de 2 contre 1 contre x3.



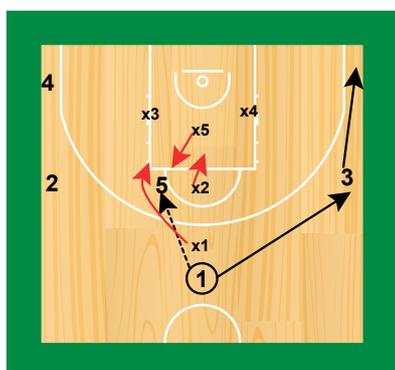
Les jeunes joueurs pourront ne pas avoir la force suffisante pour faire une "passe transversale au-dessus de la tête" efficace. La Balle peut plutôt être renvoyée en passant à 1 qui passe à l'aile. 5 peut faire écran au défenseur au niveau de la ligne de lancers francs pour forcer x3 à tourner vers l'aile.



5 pourra également faire écran à x1 pour faire une passe transversale au-dessus de la tête (si les joueurs ont la force suffisante pour lancer la balle).



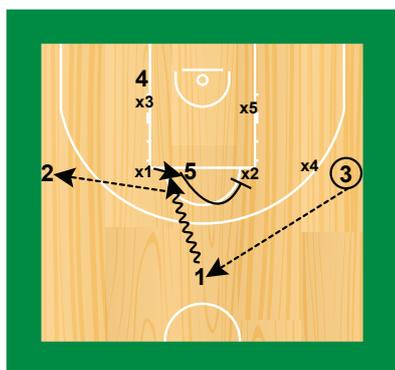
Une troisième façon similaire de créer une occasion de 2 contre 1 (à tout moment) consiste pour le poste haut à faire écran à l'arrière sur la passe à l'aile en forçant un joueur de la front line à tourner et défendre l'ailier.



PASSE AU POSTE HAUT

Le poste haut sera souvent défendu par l'un des joueurs de la front line lorsqu'il reçoit une passe. Les joueurs de mi-distance doivent se déplacer vers les corners et l'aile.

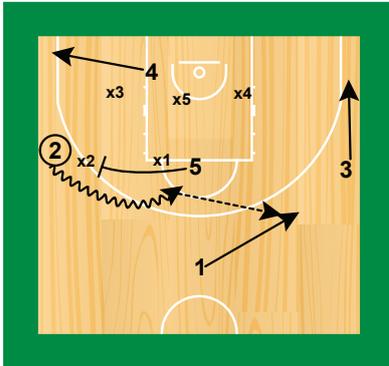
La zone est effectivement en "homme à homme" désormais, chaque joueur étant responsable d'un attaquant. Chaque fois qu'un joueur se déplace pour "aider" la défense contre le poste haut, le poste haut peut passer à cet attaquant. À titre d'exemple, si x3 aide, la balle est transmise à 4.



POSE D'ÉCRAN OU GEL DES DÉFENSEURS EN ROTATION

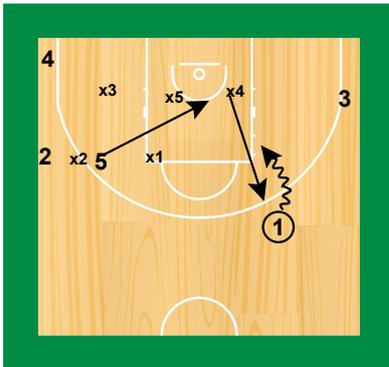
Une autre tactique efficace peut consister à faire écran au défenseur qui tournerait normalement pour défendre la balle.

Au moment où 3 passe à 1, un écran sur x2 force x1 à s'impliquer – un dribble doit chercher à pénétrer en passant x1. Si x1 marque 1, une passe à 2 crée un 2 contre 1. Si x1 glisse en travers vers 2, 1 peut pénétrer dans la raquette.

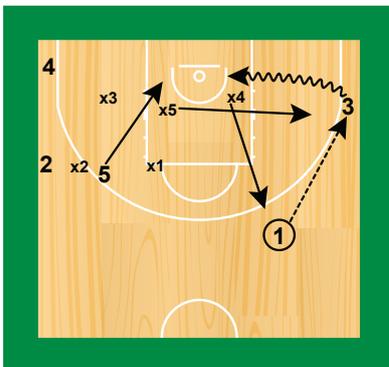


Un écran sur x2 force x1 à défendre la pénétration de 2.

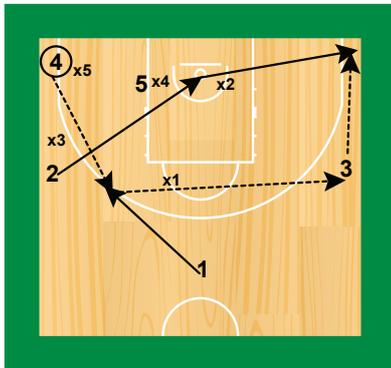
Une passe à 1 force x4 à tourner et une autre passe à 3 créera un "scramble" au moment où x5 tourne vers le corner.



Ici, le close-out de x4 est long ce qui donne à 1 l'occasion de pénétrer et à 5 de couper (ou "monter") au panier après avoir posé un écran sur 2.



1 peut également passer la balle en corner à 3 qui pourra avoir l'occasion de tirer ou percer. 5 monte toujours au panier.



COUPEURS EN SWING

Le "renversement" de la balle (passe d'un côté à l'autre) peut créer des occasions de pénétrer ou d'avoir un tir ouvert.

Ici, au moment où 2 coupe au panier, 4 passe à 1 qui renvoie la balle à 3. 2 suit jusqu'au corner.

Autrement, 4 peut passer à 2 puis réaliser un "swing" ou couper à travers jusqu'au corner opposé. La coupe est souvent plus efficace s'il fait une pause dans la raquette puis accélère jusqu'au corner.

Il existe de nombreuses attaques conçues pour être jouées contre des défenses de zone et certains entraîneurs créeront une attaque spécifique pour chaque zone différente qu'ils pourront rencontrer.

Il est recommandé, lorsqu'il s'agit d'entraîner de jeunes joueurs, d'avoir une approche offensive qui est plus polyvalente et qui peut être utilisée à la fois en défense de zone et en homme à homme.

APPROFONDIR

1. Avez-vous demandé aux équipes d'utiliser le dribble ou les écrans porteurs contre une défense de zone? Selon vous, votre équipe peut-elle y avoir recours efficacement? Discutez de votre point de vue avec un collègue entraîneur.
2. Comment votre équipe joue-t-elle actuellement contre une défense de zone?
3. Selon vous, une défense de zone serait-elle efficace avec les équipes contre lesquelles vous jouez? Selon vous, quelle attaque utiliseraient-elles?
4. Certains entraîneurs préfèrent avoir des attaques distinctes pour jouer contre des défenses "homme à homme" et des défenses de zone alors que d'autres ont une attaque à utiliser contre les deux défenses. Quelle approche préférez-vous?

2.5 SCHÉMAS OFFENSIFS ADAPTÉS À DES SITUATIONS PARTICULIÈRES

2.5.1 JEU À L'EXTÉRIEUR DU TERRAIN DEPUIS LA LIGNE DE FOND

Le basketball est un sport "fluide" passant de l'attaque à la défense sans "remise à zéro" du jeu jusqu'à la fin d'un quart-temps et au début du quart-temps suivant.

C'est assez différent de beaucoup de sports d'équipe dans lesquels:

- le jeu est arrêté après qu'un joueur a marqué et reprend au milieu du terrain avec une remise en jeu par l'autre équipe (p. ex., football);
- le jeu est arrêté et l'équipe qui a marqué recommence ensuite à jouer (p. ex., volleyball).

Il existe certainement des occasions où le jeu est arrêté (p. ex., fautes ou violations); toutefois le jeu est généralement dynamique et fluide, imposant aux joueurs et aux équipes de prendre des décisions "sur le vif" dans le contexte de leurs règles offensives et défensives.

Dans un certain nombre de "situations particulières", les entraîneurs pourront souhaiter mettre en place un schéma différent ou avoir des règles différentes. Les "situations particulières" à prendre en considération sont les suivantes:

- Remise en jeu depuis la ligne de fond;
- Remise en jeu depuis la ligne de touche;
- Dernières secondes du chrono – attaque lorsqu'il reste moins de 10 secondes au chrono;
- Jeu sur la "dernière possession" - lorsqu'une équipe perd de 3 points ou moins et a la dernière possession;"
- Défense d'un meneur;
- "Remontée au score" lorsqu'une équipe perd à quelques minutes de la fin.

Il existe de nombreux ouvrages, DVD et sites Internet consacrés aux "jeux" qui peuvent être utilisés dans chacune de ces situations; et de nombreux entraîneurs ont des jeux ou schémas "favoris" qu'ils emploient avec leur équipe.

Ce document n'a pas pour ambition d'être une source permettant aux entraîneurs de trouver différents jeux; il analyse plutôt les principes offensifs et défensifs que les entraîneurs doivent prendre en compte quels que soient les "jeux" qu'ils pourront finalement choisir d'utiliser.

Certains entraîneurs ont des "programmes" complexes avec des règles et schémas propres à chaque situation et un nombre infini de variantes. Ce n'est pas nécessaire notamment lorsque l'entraînement concerne des équipes juniors. Souvent, il faut simplement insister sur un aspect particulier des règles du jeu normales de l'équipe. Le "programme" ou la quantité de règles qu'un entraîneur souhaite avoir doit être réaliste eu égard à la fois à l'expérience des joueurs et au temps de préparation duquel dispose l'équipe.

JEU À L'EXTÉRIEUR DU TERRAIN DEPUIS LA LIGNE DE FOND

Ceci fait référence au moment où l'équipe offensive prend possession de la balle et remet en jeu depuis la ligne de fond au panier où elle tente de marquer.

Il existe un certain nombre de principes que les entraîneurs doivent prendre en compte au moment de choisir la façon dont ils souhaitent que leur équipe joue dans une situation de jeu à l'extérieur du terrain depuis la ligne de fond:

1. Concentration sur les fondamentaux – passer, couper et attraper;
2. Déplacement loin de la balle;
3. Déplacement vers la balle;
4. "Little-Big Screen"
5. Pose d'écran sur l'écran;
6. "Réception de sécurité";
7. Tir du joueur chargé de la remise en jeu.

⁹ Voir la discussion dans la Section Acquisition des compétences pour le basketball afin d'obtenir de plus amples informations sur le caractère souhaitable du recours à des instructions générales (p. ex., "rechercher des opportunités de marquer avec un pourcentage de réussite élevé") plutôt qu'à des instructions précises (p. ex., "passe à Jane qui coupe l'écran au niveau du coude de la raquette").

CONCENTRATION SUR LES FONDAMENTAUX – PASSER, COUPER ET ATTRAPER

Le joueur remettant en jeu ne peut pas tirer la balle et a seulement 5 secondes pour faire une passe. Il faut donc se concentrer avant tout sur la remise en jeu de la balle et pas nécessairement sur l'opportunité de marquer.

Notamment lorsque l'entraînement concerne des enfants, les entraîneurs doivent se concentrer d'abord sur la capacité d'un joueur à se démarquer:

- en changeant de direction et de rythme;
- en gagnant un "avantage au pied" et/ou en "fixant" son adversaire;
- en coupant vers la balle et en ne se maintenant pas en position (ce qui peut permettre à un défenseur en mouvement d'intercepter la passe);
- en sachant que, une fois qu'un joueur a coupé vers la balle, s'il ne reçoit pas la passe, il doit continuer à bouger de façon à laisser un espace à un coéquipier pour couper.

De la même façon, au moment d'entraîner le passeur, l'entraîneur doit insister sur le fait de:

- "Feinter une passe pour faire une passe" - bouger les mains du défenseur pour créer un couloir/angle de passe;
- Reculer d'un pas en ligne de fond pour créer de l'espace si le défenseur se tient droit au niveau de la ligne de touche;
- Ne pas se concentrer sur une passe

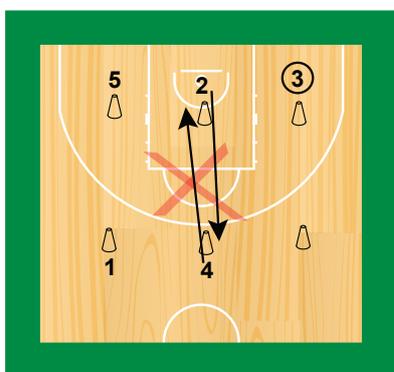
particulière mais chercher plutôt à faire la meilleure passe. C'est sans doute le pire aspect du recours à des jeux structurés imposant aux équipes de suivre un mouvement déterminé – les joueurs se concentrent trop sur l'option qui fait partie du jeu et pourront ne pas voir un joueur démarqué.⁹

- Ne pas laisser le décompte des 5 secondes de l'arbitre "expédier" la passe – une violation (qui permet à la défense de se placer) est presque toujours mieux qu'une passe interceptée.

DÉPLACEMENT LOIN DE LA BALLE

De manière assez simple, il n'y a pas suffisamment de place sur le terrain pour que 4 joueurs coupent tous vers la balle en même temps. Souvent, un joueur devra s'éloigner de la balle afin de créer un espace qu'un autre joueur peut couper.

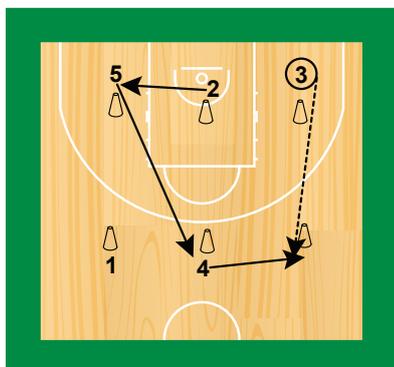
Les jeunes joueurs en particulier vont souvent manquer d'appréciation quant à la façon dont leur mouvement (ou l'absence de mouvement) affecte un coéquipier. Ceci peut être montré aux joueurs à travers un simple exercice d'échauffement appelé le "jeu du puzzle" et le match développe également la compréhension du joueur quant à la façon de bouger en tant qu'équipe pour créer des occasions.



"JEU DU PUZZLE"

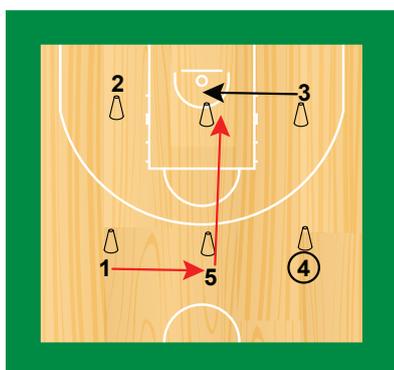
5 joueurs font l'exercice et se placent à côté de l'un des six cônes. Les règles sont les suivantes:

- Le joueur ne peut pas garder la balle plus de 3 secondes;
- La balle peut seulement être attrapée par un joueur se tenant près d'un cône;
- Les joueurs peuvent bouger vers le cône vide mais ils ne peuvent pas passer devant un cône à côté duquel se trouve un joueur (p. ex., 1 ne peut pas passer devant 4 pour aller vers le cône vide).
- Les joueurs peuvent bouger au même moment mais ne peuvent passer l'un devant l'autre (p. ex., 2 et 4 ne peuvent pas simplement échanger les cônes).



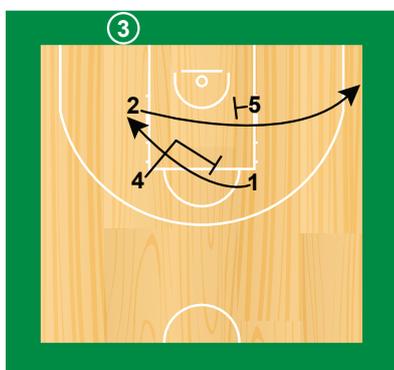
Voici un exemple de joueurs se déplaçant au même moment:

- 4 commence à bouger vers le cône vide;
- 5 bouge pour remplacer 4;
- 2 bouge pour remplacer 5.

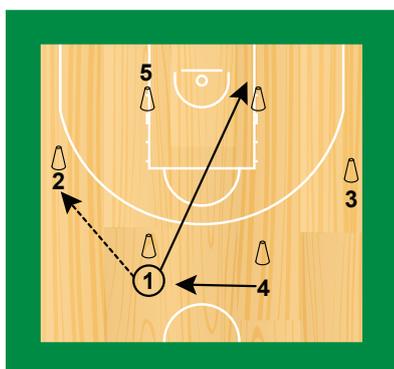


Après ce mouvement, le cône vide est désormais entre 2 et 3. Si 3 devait bouger vers ce cône, 1 resterait "trappé" et serait dans l'incapacité de sortir du corner.

Toutefois, si 5 (ou 2) bougeait vers le cône vide, ceci permettrait à 1 de bouger ensuite pour le remplacer. Le mouvement de 5 est un exemple de mouvement loin de la balle pour créer un espace permettant à 1 de couper vers la balle.



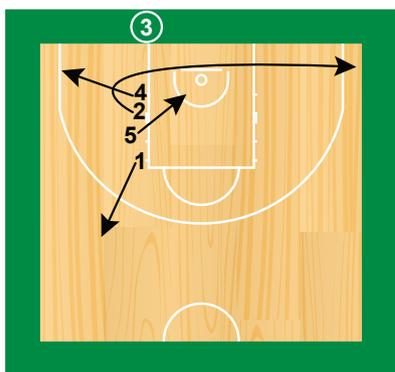
Dans cet exemple, 2 coupant vers le corner opposé crée l'espace à travers lequel 1 peut couper. Si 2 par exemple "fixait" et essayait de recevoir une passe en position de poste bas, ceci limiterait fortement ce que 1, 4 et 5 peuvent faire.



Le "jeu du puzzle" peut également être utilisé avec des positions sur le terrain qui sont davantage alignées sur les positions offensives sur le terrain.

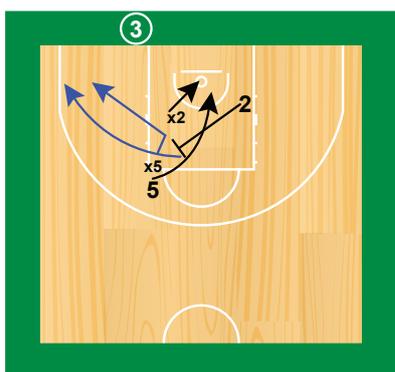
DÉPLACEMENT VERS LA BALLE

Il est tout aussi important que des joueurs bougent vers la balle et cherchent à le recevoir alors qu'ils se déplacent. Si des joueurs offensifs coupent puis s'arrêtent, une passe sera souvent interceptée par un défenseur qui continue de bouger.



Même si 2 se déplace vers le corner opposé, en coupant au panier d'abord, il est probable que cela provoque une réaction défensive.

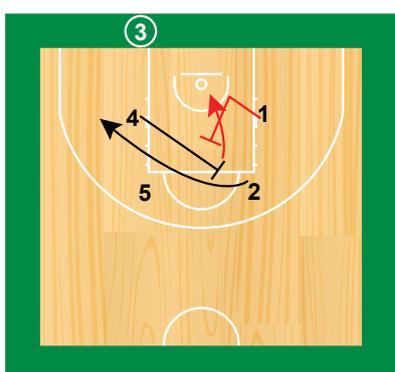
4 s'éloigne ensuite en donnant de l'espace à 5 pour couper au panier.



"LITTLE-BIG SCREEN"

De nombreuses équipes vont automatiquement permuter les écrans sur un jeu en ligne de fond. La pose d'écran sur un joueur de grande taille ("big") par un arrière peut dans ce cas de figure créer un décalage.

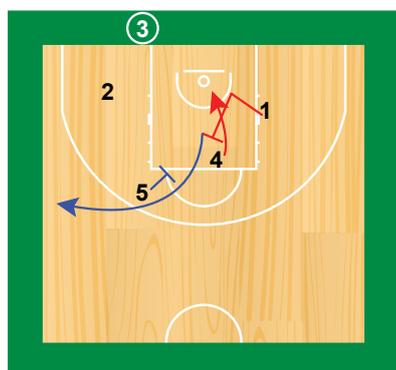
2 pose un écran sur 5 et la défense permute. 5 coupe rapidement au panier et cherche à se poster contre le joueur x2 plus petit. 2 coupe vers le périmètre cherchant à isoler le joueur x5 plus grand.



POSE D'ÉCRAN SUR LE POSEUR D'ÉCRAN

Une technique courante dans de nombreux jeux en ligne de fond consiste à poser un écran sur un joueur qui vient de poser un écran - dans l'espoir de semer la confusion parmi les défenseurs.

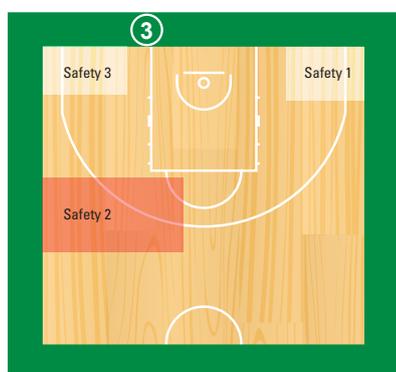
Ici, 4 crée de l'espace en montant pour poser un écran sur 2 qui coupe vers la balle. Au même moment, 1 avance vers la balle puis pose un écran sur 4 pour couper au panier. Après avoir posé un écran sur 4, 1 coupe un écran posé par 5.



LA "RÉCEPTION DE SÉCURITÉ"

Dans cette action simple, il y a eu 3 écrans qui imposeront une excellente communication de la part de l'équipe défensive.

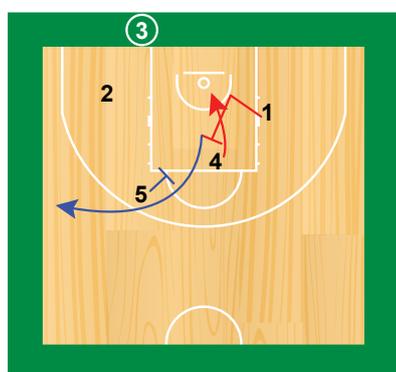
Il est important de noter que les attaquants doivent s'adapter à ce que font les défenseurs – par exemple, si les défenseurs se concentrent sur le fait de stopper la coupe de 4 au panier, 5 pourra couper directement au panier.



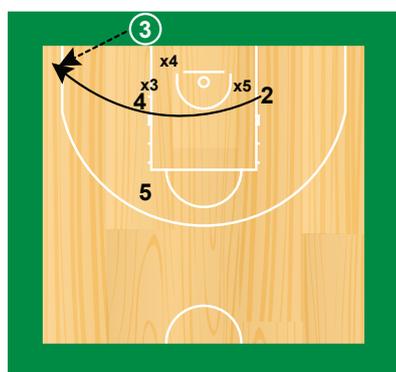
Il existe trois zones de "sécurité" où des joueurs pourront se démarquer.

Les défenseurs sont généralement davantage concentrés sur le fait de marquer la raquette.

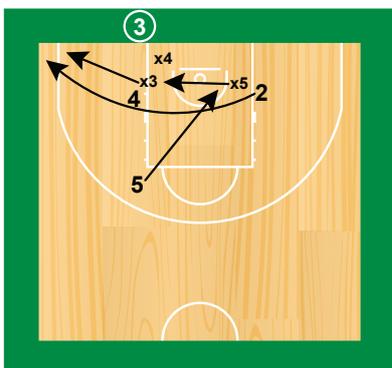
- Sécurité 1 – le corner "profond". Cette passe peut être très difficile à faire pour des jeunes joueurs. Si la passe est tentée, 3 doit reculer en ligne de fond autant que possible.
- Sécurité 2 – la balle est souvent lancée comme une passe en cloche qui est là encore difficile pour de nombreux jeunes joueurs.
- Sécurité 3 – il s'agit de la passe la plus facile même si de nombreuses défenses contesteront les passes vers cette zone.



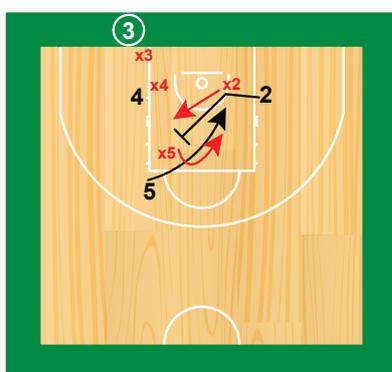
La coupe au périmètre effectuée par 1 dans le mouvement présenté plus haut est un exemple de "réception de sécurité" – présentant une option loin du panier qui ne constitue pas véritablement une menace.



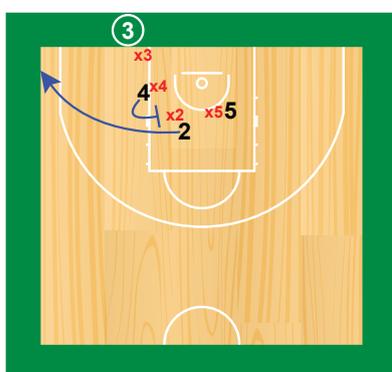
Contre une défense de zone, une coupe au corner rapide peut être très efficace. Si la passe n'est pas contestée, alors la balle peut être rentrée facilement.



Si la passe est contestée (x3), ceci impose une rotation de la front line (p. ex., x5 se déplaçant pour défendre 4) et peut donner à 5 l'occasion de couper au panier.

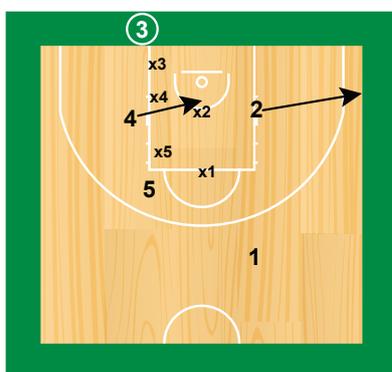


Contre une défense "homme à homme", il est souvent efficace que la coupe vers le corner proche se produise un peu plus tard.



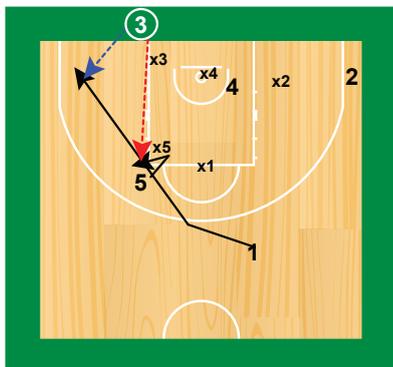
2 coupe alors au corner en se servant de l'écran posé par 4.

Le fait que 4 et 5 soient en position d'attaque près du panier (et qu'ils cherchent à recevoir une passe) peut souvent mobiliser la défense vers le panier, laissant un espace dégagé pour la passe vers le périmètre.



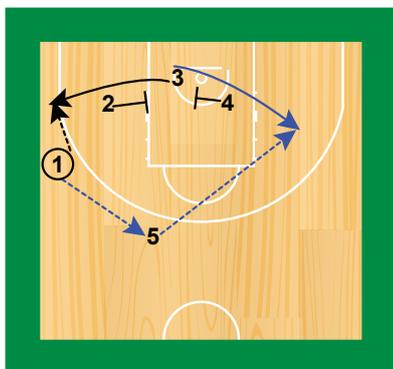
Si la défense permute généralement sur les écrans, il peut alors être efficace de "dégager l'espace" dans le coin proche puis de faire en sorte qu'un arrière coupe vers l'espace.

Au départ, 4 et 2 s'éloignent tous les deux de la balle, créant un espace dans le corner proche.



1 peut alors couper vers cet espace alors que 5 peut chercher à "fixer" son défenseur pour recevoir une passe en cloche.

1 pourra utiliser un écran posé par 5 étant précisé que 5 devra trouver où est x1 – ici x1 se trouve au niveau de la ligne de lancers francs et n'est pas à proximité de 1.



TIR DU JOUEUR CHARGÉ DE LA REMISE EN JEU

Il s'agit du dernier "morceau du puzzle" - déterminant ce que va faire le joueur remettant en jeu.

Il peut souvent être efficace de le faire bouger dans une position de tir, souvent sur le côté "faible". Dans cet exemple, 2 et 4 posent des écrans de façon à ce que 3 puisse couper vers l'un des corners. 5 s'écarte également pour aider le renversement de la balle.

2.5.2 JEU À L'EXTÉRIEUR DU TERRAIN DEPUIS LA LIGNE DE TOUCHE

Là encore, un grand nombre de documents existent sur les jeux spécifiques qui peuvent être mis en œuvre; et les mêmes principes généraux qui s'appliquaient au jeu à l'extérieur du terrain depuis la ligne de fond s'appliquent au jeu en ligne de touche.

ÉLÉMENTS À PRENDRE EN CONSIDÉRATION

D'autres éléments doivent être pris en considération:

- Il faut s'assurer que les joueurs sachent où la balle peut être transmise sur le terrain et notamment s'il peut être transmis vers la zone de défense. Les joueurs doivent notamment savoir à quel moment passer à un joueur près du milieu du terrain car une mauvaise passe (ou une passe faite au mauvais moment) pourra aboutir à une violation si la balle est attrapée par un joueur se déplaçant de la zone d'attaque à la zone de défense;
- Il faut savoir d'où sera faite la passe depuis la ligne de touche notamment dans les deux dernières minutes du match où une équipe offensive peut demander un temps mort pour "avancer" la balle vers la zone d'attaque;
- Il y a souvent davantage de possibilités pour les défenseurs de contester agressivement la remise en jeu et les attaquants coupant dans le dos peuvent être efficaces.

ZONES DE SÉCURITÉ

Il existe deux zones de "sécurité" dans le cadre d'un jeu en ligne de touche dans lesquelles, notamment pour les jeunes athlètes, la majorité des passes seront faites (voir diagramme 1) – vers le milieu du terrain ou vers l'aile sur le côté du terrain d'où vient la balle. Quelques jeunes joueurs peuvent passer la balle de manière précise à travers le terrain.

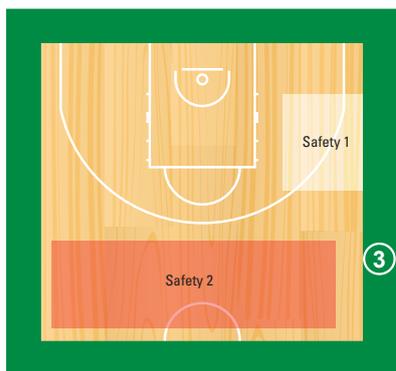


Diagramme 1

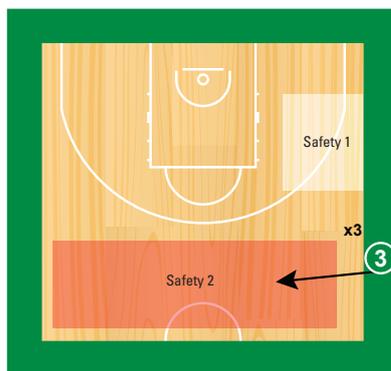


Diagramme 2

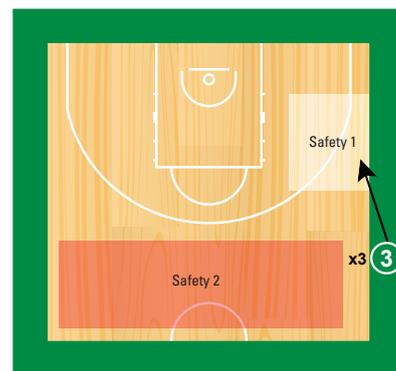
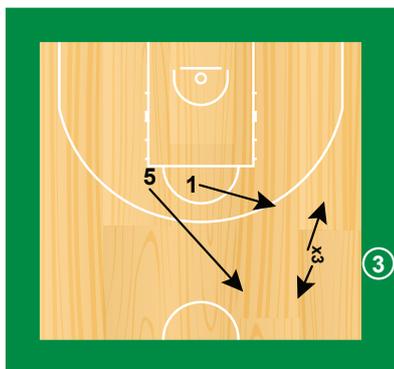


Diagramme 3

Les joueurs doivent notamment prendre note de la façon dont la remise en jeu est défendue. Sur le diagramme 2, le défenseur (x3) est dos à la ligne de touche ce qui signifie qu'il empêche la passe vers le panier ou l'aile de façon à faciliter la passe vers le milieu du terrain. Alors que, sur le diagramme 3, x3 est dos à la ligne de touche opposée ce qui facilite la passe vers l'aile.



Une autre méthode défensive consiste pour x3 à être dos au joueur chargé de la remise en jeu de façon à ce qu'il puisse voir les joueurs coupant vers la balle et puisse contester ces coupes.

Cette méthode est souvent utilisée lorsque l'équipe défensive souhaite particulièrement contester la balle envoyée à un joueur. Ici, x3 pourra contester la passe à 1 mais pas à 5.

Dans ce cas de figure, le fait que les deux joueurs coupent au même moment peut contribuer à démarquer l'un d'entre eux.

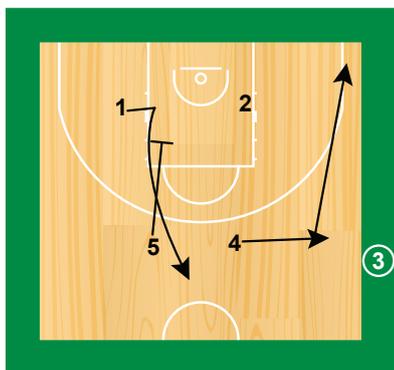
Il existe de nombreux jeux structurés en ligne de touche et les entraîneurs qui souhaitent mettre en œuvre un jeu structuré avec des équipes juniors doivent veiller à bien insister sur les points suivants:

- Les joueurs doivent "lire le jeu et réagir" à la défense. À titre d'exemple, si un joueur est censé poser un écran mais que son défenseur le perd de vue, il doit alors chercher à recevoir la balle;
- Il est généralement plus efficace pour un joueur d'attraper la balle alors qu'il se

déplace plutôt qu'en restant en position. S'il reste en position (ou coupe vers la balle et s'arrête), le défenseur sera souvent en mesure d'intercepter la balle;

- Après avoir coupé vers la balle, si un joueur ne reçoit pas la passe, il doit s'éloigner de la zone de façon à ce qu'un autre joueur puisse avancer pour recevoir la balle.

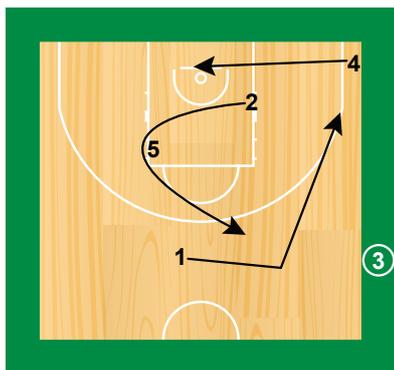
Un schéma simple pouvant être utilisé avec des équipes juniors pour la remise en jeu de la balle depuis la ligne de touche est présenté ci-dessous.



1, 2, 4 et 5 commencent dans un alignement en "box" lâche. 4 coupe rapidement vers la balle alors que 5 pose un écran vers le fond sur 1.

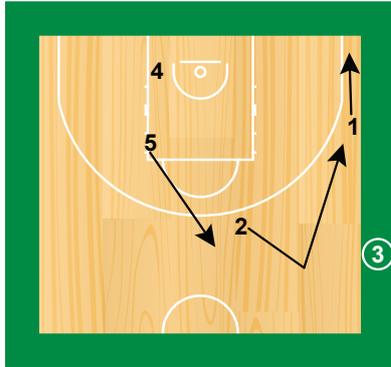
1 coupe l'écran de 5 et 4 se déplace vers le corner (pour donner à 1 de l'espace pour couper).

Ce mouvement loin de la balle va souvent donner une occasion de passe à 4.



Si 1 ne reçoit pas la passe en coupant vers la balle, il bougera également vers le corner et 4 sortira du corner.

2 coupe vers la balle et pourra bouger autour de 5 pour créer du "trafic" qui pourra compliquer la tâche de son défenseur chargé de contester la balle.



Alors que 1 se déplace vers le corner et que 2 se déplace vers l'aile, 5 coupe vers la balle. Cette passe est souvent dégagée car le défenseur sur 5 n'est pas aussi expert pour contester les passes. S'il conteste effectivement la passe, alors 5 peut s'arrêter et "fixer" pour recevoir une passe en cloche.

2.5.3 DERNIÈRES SECONDES DU CHRONO

Par “dernières secondes du chrono”, il est généralement entendu qu’il reste 10 secondes (ou moins) à jouer.

Avec le récent changement sur le chrono seulement remis à 14 secondes sur un rebond offensif (au lieu de 24 secondes), le nombre de fois dans un match où une équipe offensive pourra être dans une situation de jeu dans les “dernières secondes du chrono” est susceptible d’augmenter.

En préparant les équipes à ce type de situation, les entraîneurs doivent tenir compte des aspects suivants:

- Développement de la sensibilisation des joueurs au chrono;
- Structure offensive – quel tir tenter?

DÉVELOPPEMENT DE LA SENSIBILISATION AU CHRONO

Les entraîneurs peuvent faire un certain nombre de “petites choses” pour contribuer au développement de la sensibilisation des joueurs au chrono. Il est sans doute trop tard si, pendant un match, l’entraîneur doit crier “chrono” car il reste alors moins de 10 secondes!

Parmi ces “petites choses” à faire, l’entraîneur peut:

1. Utiliser un chrono à l’entraînement, de préférence un chrono qui est visuel et qui n’est pas un décompte réalisé par l’entraîneur. Les iPad ou autres tablettes sont dotées d’un minuteur qui peut être utilisé;
2. Organiser des pauses pour boire lors de l’entraînement qui doivent durer 24 secondes - ce qui aidera les joueurs à s’habituer à cette tranche de 24 secondes;
3. Demander aux joueurs de fermer les yeux et de commencer à compter au signal de l’entraîneur. Ils ouvrent les yeux lorsqu’ils sentent que les 24 secondes se sont écoulées. La plupart lèveront la main avant;
4. Utiliser un chrono pendant un match amical et le remettre à zéro de façon aléatoire. Alors qu’il est important pour les joueurs d’apprendre les règles régissant la remise à zéro du chrono, ils doivent également s’habituer à vérifier le chrono et à en informer les coéquipiers. Certains entraîneurs donnent cette responsabilité au meneur; toutefois, tous les joueurs doivent développer cette sensibilisation;
5. Scénarios de jeu visant à marquer sous la pression du chrono (“Time and score”) - il faut spécifiquement former les équipes aux situations de jeu dans les “dernières secondes du chrono” Ceci peut se faire soit:
 - a. en définissant un scénario au début d’un match amical (p. ex., il reste 12 secondes au chrono et la balle est sur l’aile);
 - b. en commençant un match amical selon une règle imposant à l’équipe de ne pas tirer tant que l’entraîneur ne démarre pas le décompte à partir de 10 – ainsi, l’entraîneur peut changer en fonction de l’endroit où se trouve la balle (à la fois l’endroit sur le terrain et le porteur de la balle);
 - c. en ayant, dans un match amical, un chrono de 14 secondes sur tout rebond offensif (cette durée peut également être réduite à 10 secondes).

SCHÉMA OFFENSIF

Certains entraîneurs mettent en place un schéma spécifique lorsque l'équipe est dans une situation de jeu dans les "dernières secondes du chrono", comme:

- un écran porteur;
- un "Flat" - balle au meneur, quatre autres joueurs le long de la ligne de fond;
- une pénétration en dribble et un tir ou une passe vers le périmètre pour un tir;
- l'envoi de la balle dans la raquette (pénétration en dribble ou passe à un poste), l'attaque au panier et la tentative de tir;
- un renversement de la balle (essayer de créer une occasion de pénétration en dribble ou de tir).

Ce que choisira de faire une équipe particulière dépendra de son niveau d'expérience et de compétence. Avec une jeune équipe, un écran porteur peut s'avérer désastreux car il crée seulement une situation où deux défenseurs sont désormais sur la balle ou à proximité!

Avec des équipes jeunes, la règle peut être aussi simple que cela: "si vous avez la balle et êtes en position pour tirer, alors tirez!".

Une partie du schéma offensif pourra également consister pour les rebondeurs désignés à bouger vers la raquette car un tir va bientôt être tenté.

Avec des équipes plus expérimentées, le plus important est de mettre la balle dans les mains du joueur qui saura prendre la meilleure décision - tirer, pénétrer ou faire une passe à un coéquipier.

Les équipes doivent également savoir à quel joueur elles souhaitent confier les tirs – quel joueur a les plus grandes chances de marquer. Ceci dépendra évidemment de la capacité de chaque joueur mais dépendra également des "décalages" qui existent.

2.5.4 JEU SUR LA DERNIÈRE POSSESSION

Jeu sur la "dernière possession" fait référence au cas de figure où une équipe perd de 1, 2 ou 3 points et a la possession de la balle et qu'il reste du temps pour "une possession" - jusqu'à 24 secondes. Il existe deux situations différentes:

- Il ne reste littéralement que quelques secondes et un tir doit être tenté très rapidement;
- Il y a davantage de temps et les équipes vont souvent "laisser s'écouler" le chrono jusqu'à ce qu'il ne reste plus que 5 à 7 secondes avant de tirer. Ceci donne du temps pour un rebond offensif et une seconde opportunité de marquer.

L'une ou l'autre de ces situations peut se produire dans le jeu général (p. ex., prendre un rebond défensif et donner à la nouvelle équipe offensive la dernière possession) ou avec la balle à remettre en jeu depuis la ligne de fond ou la ligne de touche.

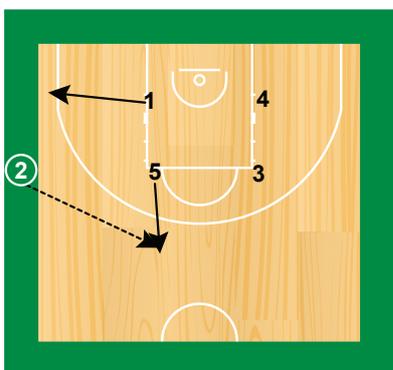
Quelle que soit la situation, tous les joueurs de l'équipe doivent savoir comment l'équipe aborde la situation, qu'il s'agisse d'un jeu structuré ou de l'application d'une règle (p. ex., pénétrer en dribble dans la raquette).

En concevant un schéma à mettre en œuvre par l'équipe ou en décidant quoi faire dans une situation particulière, les entraîneurs doivent prendre en considération les éléments suivants:

- Avoir des options de tirs à 2 points et 3 points. Dans chaque situation, il faut s'assurer que chaque joueur sait ce qu'impose la situation de match. Lorsqu'une équipe a trois points de retard, la défense pourra "renoncer" à un tir à deux points (afin d'éviter de jouer la faute et donner à l'attaque un éventuel "tir à 3 points");
- Avoir plus d'une option pour recevoir une passe;

- S'assurer que les options sont réalistes pour les joueurs que vous avez. Notamment avec les équipes de jeunes joueurs, ont-ils la force physique pour faire de longues passes? Une passe en cloche sera-t-elle efficace si les joueurs ne sont pas en mesure de "jouer au-dessus de l'anneau?";
- Avoir des options avec une possibilité d'"attraper et tirer" réaliste ainsi qu'avec divers éléments (p. ex., pénétrer en dribble et passer ou renvoyer la balle). Le temps restant dira quelles sont les options réalistes;
- Choisir qui sera le passeur en fonction de vos joueurs particuliers et non pas en fonction de ce qu'un "jeu" particulier pourrait dire. Souvent, un passeur plus grand pourra avoir un avantage, notamment si le passeur est défendu par un joueur plus grand (une tactique courante);
- Être confiant et croire que vous pouvez marquer. La meilleure façon de s'entraîner consiste à s'entraîner sur des situations de "Time and score".

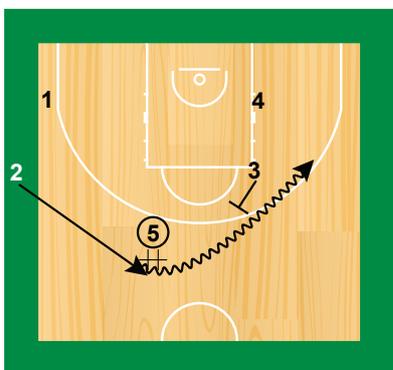
Ces éléments sont démontrés dans le schéma simple suivant:



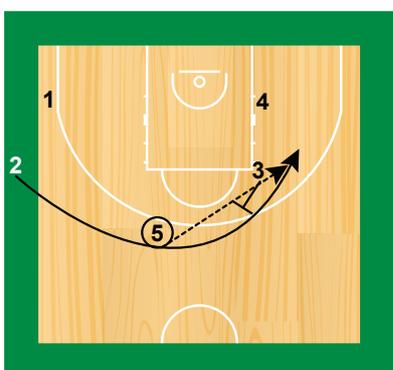
ALIGNEMENT INITIAL

Les joueurs s'alignent d'abord dans une "box".

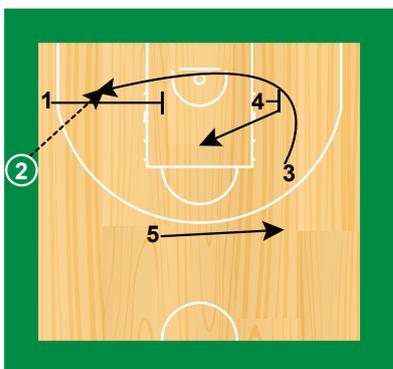
5 coupe rapidement vers le périmètre et 1 coupe rapidement vers le corner, s'il reste uniquement du temps pour "attraper et tirer" afin que les deux joueurs dans ces positions puissent tirer depuis le périmètre.



Si la balle est transmise à 5, 2 peut accélérer pour une passe main à main de 5 en cherchant à tirer en dribble. Une fois qu'il a la balle, 2 peut également dribbler sur un écran posé par 3.

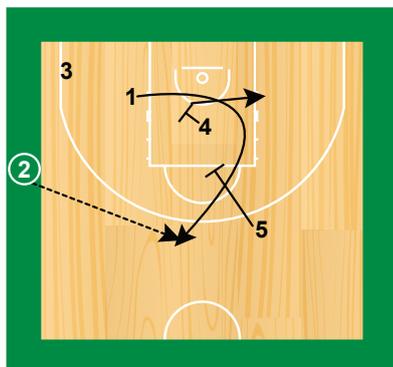


Autrement, 2 peut couper 5 et un écran posé par 3 pour recevoir une passe sur l'ailé.

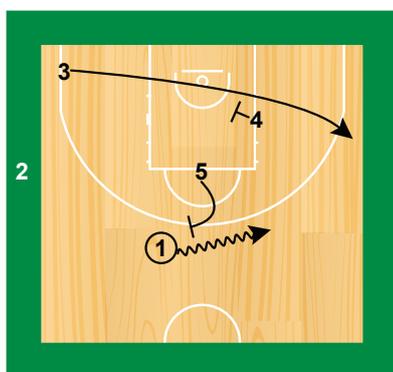


Si la balle n'est pas au départ transmise à 5 ou 1, 3 coupe au corner sur des écrans successifs posés par 1 et 4.

Après la pose d'écran, 4 tourne et avance vers la balle. 5 se déplace vers le côté. 3 doit couper vers l'endroit où il souhaite tirer - il pourra s'agir d'un tir à 2 points ou d'un tir à 3 points.



1 se détache désormais des écrans successifs posés par 4 et 5.
Après la pose d'écran, 5 se déplace vers la balle et 4 se déplace vers le poste bas opposé.



Si la balle est transmise à 1, il peut se détacher d'un écran posé par 5 alors que 3 coupe encore en ligne de fond sur un écran posé par 4.
2 entre en jeu et pourra recevoir une passe retour pour un tir.

Le temps qu'il reste déterminera la mesure dans laquelle les options présentées sont mises en œuvre. S'il reste peu de temps, la règle peut être simple: celui qui attrape la remise en jeu doit tirer.

APPROFONDIR

1. Votre équipe suit-elle une règle d'attaque automatique dans une situation de jeu dans les "dernières secondes du chrono"? Discutez avec des collègues entraîneurs sur ce qu'ils font.
2. Selon vous, avec quelle fréquence votre équipe obtient-elle de bonnes occasions de marquer à partir d'une remise en jeu depuis la ligne de fond? Demandez à une personne de le consigner lors de votre prochain match - vos prévisions étaient-elles correctes?
3. Avez-vous un jeu offensif en ligne de touche? Discutez avec d'autres collègues entraîneurs à propos de leur approche.
4. Qui, dans votre équipe, souhaitez-vous voir tenter un tir à 2 points ou un tir à 3 points de "dernière seconde"? Discutez avec un entraîneur qui a regardé votre équipe jouer à propos des joueurs qui, selon eux, tenteraient ces tirs.

NIVEAU 3



ÉQUIPE

CHAPITRE 3

GESTION

CHAPITRE 3

GESTION

3.1 ENTRAÎNER UNE ÉQUIPE DE LIGUE

3.1.1	Caractéristiques de l'entraînement d'une équipe de ligue	241
	<i>Approfondir</i>	250

3.2 PRÉPARATION AVANT UN (LONG) TOURNOI

3.2.1	Caractéristiques du jeu pour un long tournoi	251
3.2.2	Longs tournois - Sélection de l'équipe	252
3.2.3	Longs tournois - Préparation de l'équipe avant le tournoi	253
3.2.4	Longs tournois - Analyse du jeu des adversaires (scouting)	254
3.2.5	Longs tournois - Maintenir vos joueurs en forme	255
3.2.6	Longs tournois - Personnel d'entraînement	256
3.2.7	Longs tournois - Organisation hors terrain	257
	<i>Approfondir</i>	259

3.1 ENTRAÎNER UNE ÉQUIPE DE LIGUE

3.1.1 CARACTÉRISTIQUES DE L'ENTRAÎNEMENT D'UNE ÉQUIPE DE LIGUE

Entraîner une équipe de ligue signifie généralement que votre équipe :

- va participer à une compétition relativement longue (la durée exacte dépend essentiellement de la ligue). La saison compte généralement quatre phases distinctes :
 - La pré-saison;
 - La saison régulière (matches à domicile et à l'extérieur);
 - La phase éliminatoire finale, ou playoffs (finales);
 - La période hors saison (durant laquelle les joueurs peuvent continuer à travailler avec l'équipe ou participer à d'autres programmes (accepter des engagements dans d'autres ligues ou dans l'équipe nationale, par exemple), ou encore prendre des congés;
- joue la moitié de ses matches à domicile, ce qui peut signifier davantage de distractions, pendant la préparation, que lorsque l'équipe joue à l'extérieur;
- joue contre les mêmes adversaires plusieurs fois pendant la saison;
- bénéficie, en général, d'un certain nombre de jours de repos entre les matches;
- peut être appelée à se déplacer entre les matches, et ces déplacements peuvent avoir lieu immédiatement avant les matches ou concerner de grandes distances; et
- à la fin de la saison, en plus de l'ensemble des "victoires et défaites", le score total contre une équipe spécifique permet de déterminer le classement de l'équipe.

L'ampleur du travail de préparation de l'équipe réalisé par l'entraîneur dépendra beaucoup de l'équipe elle-même. Une équipe junior n'a pas besoin de s'entraîner plus d'une à deux fois par semaine, alors qu'une équipe professionnelle s'entraîne tous les jours.

Malgré ces différences, les spécificités du "travail d'entraînement avant des matches de ligue" (distinct du travail d'entraînement avant un tournoi) n'a pas besoin d'être pris en compte.

RECRUTEMENT ET SÉLECTION D'UNE ÉQUIPE

Un entraîneur doit demander à son club de lui expliquer précisément dans quelle mesure le club contrôlera la sélection des joueurs. Dans certains cas (par exemple, une équipe professionnelle), l'entraîneur participe activement au recrutement des joueurs, tandis que dans d'autres, l'entraîneur (d'une équipe junior, par exemple) ne participe pas activement à leur recrutement et constitue simplement une équipe sur la base des joueurs ayant manifesté l'envie de jouer.

Lors du recrutement, l'entraîneur doit :

- éviter de promettre aux joueurs un certain "temps de jeu" (un nombre de minutes garanti passé sur le terrain);
- examiner avec chacun des joueurs potentiels le rôle qu'il pourrait jouer au sein de l'équipe;
- envisager de faire participer les joueurs au recrutement des autres joueurs;

- déterminer le niveau de l'équipe (accéder aux finales dans un avenir proche est-il réaliste?) et élaborer une stratégie (approuvée par le club) basée sur un équilibre entre les joueurs chevronnés et les jeunes "espoirs", mais pas nécessairement immédiatement;
- déterminer quel style de jeu, selon lui, permettra de réussir en ligue, et recruter des joueurs qui excellent dans ce style de jeu;
- "recruter des personnes, pas des joueurs" - c'est-à-dire prendre le temps de mieux connaître les joueurs potentiels, et sélectionner des joueurs qui se feront facilement à la culture du club, ainsi qu'à la personnalité de l'entraîneur et à l'équipe;
- "écouter les autres, mais prendre la décision finale" - l'entraîneur devrait demander à d'autres entraîneurs, managers et dirigeants de club leur avis concernant certains de ses joueurs potentiels. Cependant, la décision finale en matière de choix de joueurs est exclusivement du ressort de l'entraîneur.

Lors du recrutement, l'entraîneur cherche avant tout à trouver des joueurs correspondant à un style de jeu particulier. Au moment de former une équipe, par contre, il est souvent prudent de ne choisir un style de jeu qu'une fois que les joueurs ont été sélectionnés.

Au moment de sélectionner des joueurs, l'entraîneur:

- "ne doit pas sélectionner les joueurs en fonction de ce qu'ils peuvent faire aujourd'hui, mais plutôt en fonction de ce que l'entraîneur estime qu'ils pourront faire demain". Ce qui signifie prendre en compte dans quelle mesure le joueur est "entraînable" et s'il s'adaptera à la culture de l'équipe;
- doit clairement décrire le processus de sélection (et le respecter!);
- doit employer autant que possible des activités de contestation simples. De nombreux entraîneurs présentent des activités ou des schémas de jeu "complexes", ce qui est susceptible de favoriser les joueurs qui ont déjà participé au programme;
- doit être méthodique, et prendre des notes pour garantir que tous les joueurs sont évalués;
- doit demander l'avis d'autres entraîneurs;
- doit passer davantage de temps avec les joueurs qu'il n'a jamais entraînés auparavant (certains clubs prévoient une évaluation préliminaire spécifiquement conçue pour les nouveaux joueurs).

Lors de la sélection des joueurs de l'équipe, il est particulièrement important que l'entraîneur fasse des commentaires constructifs aux joueurs qui ne sont pas sélectionnés, et, dans le cas de juniors, de tels commentaires doivent porter sur les différents domaines dans lesquels ils doivent s'améliorer. L'entraîneur doit éviter de faire des comparaisons avec d'autres joueurs et veiller à ce que ses commentaires concernent exclusivement le joueur concerné.

JEU DE PRÉ-SAISON

La durée d'une pré-saison varie d'une équipe à une autre. Souvent, il s'agit tout simplement de la période entre la date de la sélection de l'équipe et la date de son premier match!

La pré-saison est un moment important pour:

- développer les capacités aérobies;
- mettre en œuvre une structure offensive et défensive de base, y compris:
 - Transition - attaque et défense;
 - Mi-terrain - attaque et défense;
 - Briser la pression défensive - attaque.
- "essayer" différents styles de jeu, et tester différents joueurs à différents postes. Cela peut aussi être l'occasion d'évaluer les nouveaux membres de l'équipe, et de voir quels ont progressé; et
- commencer à "observer" les adversaires, en particulier leur style de jeu préféré et les caractéristiques de leurs principaux joueurs.

La structure offensive et la structure défensive d'une équipe junior sont particulièrement simples. Par exemple:

- Le repli offensif peut simplement consister à
 - (a) "courir le long des lignes" (le plus vite possible),
 - (b) passer la balle vers l'avant, et
 - (c) jouer à 2 contre 1 et 3 contre 2.
- De même, le repli défensif pourrait consister à
 - (a) "gêner" le joueur au rebond (l'empêcher d'effectuer une passe rapide),
 - (b) défendre le panier d'abord, puis
 - (c) mettre la pression sur le porteur de la balle.

PRÉPARATION DE L'ÉQUIPE – LE "QUAND" EST AUSSI IMPORTANT QUE LE "QUOI"

Étant donné que les matchs de ligue s'étalent toujours sur un certain nombre de semaines ou de mois et que cette période dure souvent beaucoup plus longtemps que toute pré-saison que l'entraîneur passe avec l'équipe, il n'est pas nécessaire que ce dernier ait "tout mis en œuvre" avant le premier match.

Dans le cadre de son programme d'entraînement, l'entraîneur doit décider à quel moment chacun des différents concepts sera présenté aux joueurs, et cela pourrait signifier en laisser certains de côté jusqu'à ce que la saison ait commencé.

C'est une erreur de travailler d'abord sur des ensembles offensifs structurés sans s'assurer que les joueurs ont les bases nécessaires pour exécuter ces ensembles de façon efficace.

Il est évident que le système et les structures que l'entraîneur pourrait avoir mis en place avant le début de la saison dépendront des compétences et de l'expérience de l'équipe.

Certains entraîneurs préfèrent également de ne pas utiliser certains aspects de leurs techniques de jeu en début de la saison afin de ne pas révéler aux équipes qui les "observent" leur équipe toutes les stratégies que l'entraîneur pourrait avoir mis en place.

C'est une tactique légitime, mais l'entraîneur doit aussi réaliser que, souvent, lorsqu'une équipe joue un match, c'est l'occasion de découvrir d'autres choses qui sont à travailler qu'il n'a pas nécessairement vues pendant l'entraînement. Cela peut être dû au fait que, pendant l'entraînement, tous les joueurs savent ce que l'équipe est en train de faire et "trichent", c'est-à-dire qu'ils réagissent non pas à ce qui se passe mais à ce qui est censé se passer.

Par conséquent, si l'entraîneur ne veut pas révéler certains aspects de son jeu au début de la saison, il doit cependant

chercher à les mettre en pratique pendant d'autres matchs –peut-être en invitant une autre équipe, ou d'autres joueurs, contre lesquels il peut appliquer la stratégie.

SE PRÉPARER À JOUER PLUSIEURS FOIS CONTRE UN MÊME ADVERSAIRE

Étant donné qu'une équipe joue plusieurs fois contre chacun de ses adversaires au cours de la saison, les matchs de ligue permettent de bien se préparer. Cependant, il est important de ne pas assumer qu'une équipe adverse jouera comme la dernière fois car :

- elle pourrait mettre en œuvre des tactiques de jeu différentes tout au long de la saison;
- elle pourrait varier ses tactiques en fonction de ce qui s'est révélé efficace (ou non) la dernière fois;
- le dernier match a été particulièrement réussi (ou pas); et
- les joueurs pourraient avoir été réorganisés sur le terrain, en termes de position, en raison de blessures, d'une baisse (ou hausse) de régime ou d'autres facteurs.

Par conséquent, l'entraîneur doit toujours aller observer chaque équipe adverse, même s'il l'a déjà vu jouer, ce en utilisant les images vidéo et les statistiques disponibles, ainsi que les notes prises après le dernier match (ou la dernière série de matchs).

Lors de la préparation d'un nouveau match contre un même adversaire, l'entraîneur doit revoir :

- ce qui a bien fonctionné la dernière fois (par exemple, une pose d'écran ou un type de défense spécifique);
- quel rythme l'adversaire préfère-t-il, et comment a-t-il tenté d'influencer le rythme du jeu;
- comment l'adversaire défend les éléments clés de l'attaque de l'équipe; et
- s'il y a eu des "confrontations" (match-up) spécifiques pour lesquelles son équipe était avantagée ou désavantagée.

À la fin de la saison, le classement peut dépendre des "résultats ex aequo" entre les équipes. Les entraîneurs doivent bien connaître les règles propres à leur ligue. Souvent, si deux équipes sont à égalité (par exemple, même nombre de matchs gagnés et de matchs perdus), l'équipe qui a remporté le plus de matchs, ou qui a plus de points, sera mieux classée. Chaque nouveau match devient alors plus important.

ANALYSER LA PERFORMANCE DE L'ÉQUIPE ET CHANGER DE TACTIQUE

L'entraîneur doit constamment analyser la performance de son équipe, et passer au moins autant de temps à étudier sa propre équipe, que ses futures adversaires. Cette analyse ne consiste pas réellement à consulter le classement ou la liste des victoires et des défaites, mais plutôt à noter la performance de l'équipe et de chaque joueur.

Quand une équipe ne joue pas bien, l'entraîneur doit déterminer si :

- (a) les tactiques qu'il a choisies sont appropriées (mais ne sont pas nécessairement mises en œuvre correctement); ou
- (b) les tactiques doivent être modifiées.

Pour répondre à cette question, certains facteurs doivent être pris en compte :

- Les blessures subies par l'équipe;
- La compréhension qu'ont les joueurs de la tactique choisie;

Les capacités physiques et le niveau de compétences des joueurs (en particulier comparé à d'autres équipes de la ligue);

- Les objectifs sportifs de l'équipe: objectif à court terme (c.-à-d., remporter le championnat cette saison), ou à long terme (c.-à-d., préparer l'équipe pour qu'elle soit compétitive dans un certain délai); et
- De combien de temps l'entraîneur dispose-t-il pour effectuer des changements (ce qui inclut à la fois, au niveau auquel l'équipe se trouve à un tel moment de la saison, ainsi que la fréquence des entraînements)..

Il n'existe pas de facteur radical permettant de déterminer si un entraîneur doit changer de tactique ou quels changements il doit effectuer. Ces changements ne doivent pas complètement éliminer ce que l'équipe a déjà travaillé, et l'entraîneur devrait plutôt envisager de:

- modifier la liste des joueurs sélectionnés pour le coup d'envoi, ou l'ordre des remplacements;
- être plus directif concernant les différentes tactiques que l'équipe doit employer et à quel moment du jeu (en utilisant un système spécifique pour le coup d'envoi, par exemple, avant de passer à tactique d'attaque);
- changer la position des joueurs (en faisant passer le meneur en position d'arrière shooteur, par exemple); et
- mettre en œuvre un système spécifique au sein des schémas offensifs et défensifs de son équipe (en choisissant de "passer derrière" lors de la défense des écrans du porteur, par exemple).

SÉRIE ÉLIMINATOIRE (PLAYOFFS)

Le format de la compétition finale (ou série éliminatoire, ou playoffs) varie d'une ligue à l'autre. Une équipe peut jouer le scénario de la "mort subite" (l'équipe vainqueuse atteint le tour suivant après un seul match, par exemple), ou elle pourrait avoir à jouer une série de matchs (la première équipe qui remporte 4 matchs atteint le tour suivant, par exemple).

Quel que soit le format, chaque équipe adverse est une équipe contre laquelle votre équipe a déjà joué plusieurs fois et, par conséquent, pour vous y préparer, vous devez tenir compte de:

- ce qui a bien fonctionné contre cet adversaire auparavant (par exemple le marquage individuel (match-up), ou différents rythmes ou types de jeu) et quels ajustements sont possibles;
- dans quels domaines l'équipe adverse avait-elle l'avantage lors des rencontres précédentes entre les deux équipes (par exemple le marquage individuel (match-up), ou différents rythmes ou types de jeu) et quels ajustements sont possibles pour l'éviter;
- la question de savoir si l'adversaire a introduit des changements dans sa façon de jouer depuis la dernière rencontre; et
- dans quelle condition physique les joueurs adverses sont-ils, et, en particulier, est-ce qu'ils vont probablement permuter certains joueurs (en termes soit de temps de jeu, soit de poste occupé) par rapport à la dernière rencontre?

Lors de la préparation de la phase éliminatoire finale, l'entraîneur doit anticiper les changements de tactique éventuels de l'adversaire et, bien qu'il puisse y exister des statistiques objectives à ce sujet (par exemple, l'analyse de la façon dont l'adversaire a joué lors de rencontres précédentes), il existe également un élément de spéculation. En plus de l'analyse des matchs précédents de l'adversaire

(parfois difficile, particulièrement avec les équipes juniors), l'entraîneur peut essayer d'identifier de tels changements de tactique chez l'adversaire en:

- repérant les joueurs adverses affichant le plus grand nombre de tirs au panier par match (dans les rencontres contre d'autres adversaires): il se peut qu'ils tirent plus souvent pendant la phase éliminatoire finale que pendant le reste de la saison; et
- en déterminant quelles équipes de la ligue sont les plus semblables, et quel le style de jeu l'adversaire a-t-il employé contre elles: toute tactique différente pourrait également être utilisée pendant la phase éliminatoire finale.

L'ENTRAÎNEUR DOIT ÉGALEMENT PRENDRE EN COMPTE D'AUTRES FACTEURS, TELS QUE:

- Pendant la phase éliminatoire finale, maintenir autant que possible le système employé pendant le reste de la saison: la constance de la préparation de l'équipe conduit à des performances constantes;
- "Contrôler les contrôlables": au cours de la phase éliminatoire finale, les équipes ont souvent peu de temps pour récupérer entre les matchs, se déplacent davantage et ont davantage d'engagements de presse, autant d'éléments susceptibles d'être avancés par une équipe pour tenter de justifier de mauvaises performances. Les équipes de haut niveau, cependant, ne laissent jamais des facteurs hors de leur contrôle affecter leur performance, et elles interdisent à leurs joueurs de déclarer le contraire.

PERFORMANCES OPTIMALES

Une saison (y compris la pré-saison) est souvent très longue, et il est difficile (voire impossible) de jouer constamment au maximum de son potentiel. Un bon moyen d'évaluer une équipe de haut niveau consiste à déterminer comment elle parvient à gagner même quand elle ne joue pas bien.

Il est évident qu'une équipe veut atteindre son meilleur niveau à la fin de la saison, mais les entraîneurs devraient éviter d'y attacher trop d'importance car, après tout, leur équipe doit d'abord se qualifier pour la phase finale! Savoir que la performance de votre équipe variera au cours de la saison et se souvenir qu'un mauvais résultat n'est pas nécessairement un "drame" constitue un aspect important de la préparation d'une équipe destiné à lui permettre d'atteindre son meilleur niveau lors de la phase finale.

Voici quelques techniques qui vous aideront à préparer votre équipe pour qu'elle atteigne son meilleur niveau lors de la phase finale:

- Définir des objectifs et employer des indicateurs que l'équipe peut contrôler pour évaluer ses performances. Par exemple, une équipe défensive ne peut pas contrôler la façon dont un adversaire tire, mais les joueurs peuvent veiller à ce que chaque tir de l'adversaire soit contesté. Il se peut que votre équipe perde quand même le match, mais vos joueurs auront contesté chaque tir, ou, au contraire, il se peut qu'elle gagne alors que vos joueurs ont contesté moins de la moitié des tirs.
La "confiance en soi" est peut-être l'élément le plus important pour déterminer si une équipe (ou un joueur) est efficace, et le sentiment de "maîtriser" sa performance est très important pour générer une telle confiance en soi.
- Accorder aux joueurs des temps de repos pendant la saison, ce qui doit être fait en coordination avec la cellule de mise en condition physique de l'équipe;
- Demander aux responsables de la cellule

de mise en condition physique de se concentrer sur les joueurs qui sont peu souvent sur le terrain, pour travailler sur tous les aspects de leur condition physique afin de les maintenir "en condition pour les matchs";

- Veiller à ce que les joueurs comprennent l'importance de la "récupération physique" et qu'ils effectuent les activités appropriées (que ce soit par eux même ou en équipe);
- Respecter les choix des joueurs: certains veulent être au club toute la journée, tous les jours. D'autres feront le "minimum" mais apprécient aussi le temps passé en dehors du club;
- Encourager les joueurs à avoir des centres d'intérêt hors du monde du basket-ball, et leur donner suffisamment de temps pour qu'ils puissent les développer (y compris leur temps en famille!);
- Accorder aux joueurs un "repos" psychologique pendant la saison. Les entraîneurs adjoints ou certains joueurs expérimentés peuvent diriger les séances d'entraînement (à la fois sur et hors du terrain), et il est recommandé de prévoir des pauses appropriées dans l'emploi du temps des joueurs;
- Intégrer des activités "d'entraînement croisé" au cours de la saison, donnant la possibilité aux joueurs de sortir du cadre du basket-ball. Par exemple, de nombreux principes de jeu sont similaires dans d'autres sports de stratégie collectifs (par exemple, le hockey ou le football), et ces activités permettent de continuer à faire progresser l'équipe et offrent également aux joueurs la possibilité de faire une "pause" pendant une longue saison.

OBSERVER VOS ADVERSAIRES

"L'observation" permet tout simplement de découvrir quelques informations sur un futur adversaire. Dans une ligue, l'un des moyens les plus efficaces pour "observer" un adversaire consiste à jouer contre lui, et l'entraîneur doit prendre des notes à la fin de chaque match et les revoir avant de jouer à nouveau contre cet adversaire.

L'observation d'un adversaire comprend trois aspects distincts:

1. Obtenir des informations à son sujet;
2. Décider ce que votre équipe va faire en relation avec ces informations;
3. Présenter votre "éclaircissement" (scout) à votre équipe.

Obtenir des informations sur un adversaire

Il existe de nombreuses façons d'obtenir des informations sur une équipe adverse:

- Parler à des collègues entraîneurs au sein de la ligue et qui ont déjà joué contre elle;
- Examiner les statistiques et les résultats de ses matchs;
- Lire les comptes rendus dans la presse ou les informations communiquées par la ligue (par exemple, sur un site Internet);
- Interroger vos propres joueurs, car ils pourraient connaître certains joueurs de l'autre équipe; et
- Regarder l'équipe adverse jouer.

Ce que vous serez en mesure de faire dépendra beaucoup de votre ligue, des moyens de votre club et du temps dont vous disposez. La plupart des entraîneurs (s'ils ont le temps) préfèrent observer l'adversaire "en temps réel" en assistant à certaines de ses rencontres.

La vidéo ne montre pas toujours tout ce qui se passe sur le terrain (particulièrement lors d'une diffusion télévisuelle, où la caméra suit en général la balle), et il est également difficile d'entendre ce que les entraîneurs ou les joueurs disent pendant le match (pour communiquer des consignes de jeu, par exemple).

Voici un certain nombre de choses à prendre en compte lorsque vous observez un futur adversaire:

FAIRE	Regarder l'équipe adverse s'échauffer. C'est un bon moyen de savoir quels joueurs sont gauchers et lesquels sont droitiers, et de mieux connaître leur façon de tirer à mi-distance.
	Noter les joueurs de la formation qui commencent chaque période, ainsi que le premier ou les deux premiers remplaçants de chaque quart temps.
	Regarder le match sans prendre trop de notes initialement: observer les tendances de l'équipe (par exemple, quel type de défense utilise-t-elle et est-elle agressive?).
	Créer un modèle de document "d'observation", pour pouvoir prendre rapidement des notes (en cochant les cases lorsque vous repérez des tendances ou des concepts de jeu).
	Utiliser les temps morts et autres pauses pendant le match pour noter ce que vous avez observé.
	Noter toutes les situations spécifiques au cours du match et comment l'équipe a réagi (par exemple, accusant un retard de 10 points avec seulement quelques minutes à jouer, les joueurs ont mis la pression sur tout le terrain).
	Écouter et essayer d'entendre les consignes de jeu
NE PAS FAIRE	Être un simple supporter, en ne faisant qu'observer et qu'analyser le match.

Pendant ce travail d'observation, il est primordial de prendre en compte d'abord ce que fait l'équipe, et ensuite, l'impact que cela peut avoir sur votre équipe. Voici un exemple de fiche d'observation:

ADVERSAIRE		CE QUE NOUS DEVONS PRENDRE EN COMPTE?
DÉFENSE		
DÉFENSE "HOMME À HOMME"		
Agressive ou passive?		
Pression sur la balle?		
Rejoindre "l'axe panier-panier"?		
Rotation défensive?		
"Verrouillage du rebond"?		
Prise à deux sur des joueurs intérieurs?		
Contester les couloirs de passe (contestation des passes)		
Finition rapide du tir pour déclencher une contre-attaque		
Défense des écrans sur le porteur (par rotation, marquage double, à travers, devant ou en poussant)		
Défense des écrans sur non porteur (par rotation, à travers, derrière ou devant)		
DÉFENSE DE ZONE		
Alignement		
Utilisation de trappes?		
Interception dans la zone de la ligne des lancers francs?		
Interception au niveau du short corner?		
Est-il facile de leur poser des écrans?		
PRESSION DÉFENSIVE		
Alignement		
Point de départ		
Zones de trappe		
Déclencheur (lancer franc, temps morts, point marqué)		

Ce tableau est conçu pour permettre à l'entraîneur de cocher la case ombrée chaque fois qu'il note une stratégie défensive particulière, ou pour inscrire un bref commentaire (il peut par exemple inscrire "½" dans la case ombrée si le point de départ d'une pression est à mi-terrain).

Dans la dernière colonne, l'entraîneur peut inclure des notes sur ce que son équipe pourrait faire en réponse à cette tactique défensive. Un tableau similaire pourrait être utilisé pour les attaques de l'équipe, en particulier en tenant compte de:

- En contre-attaque - cherchent-ils à contre-attaquer? Qu'est-ce qui déclenche la contre-attaque?
- Mi-terrain - quel alignement? Font-ils bien circuler la balle? Sont-ils efficaces dans leurs coupes?
- Jeux offensifs - ont-ils des jeux ou des actions spécifiques (par exemple, "Flex" ou "Horn"). Comment communiquent-ils leurs consignes de jeu (signes verbaux ou visuels)?
- Rythme - le rythme de l'équipe est-il contrôlé, ou les joueurs préfèrent-ils un rythme rapide?
- Tentent-ils de s'appropriier les rebonds offensifs - arrières, ailiers?

- Sont-ils organisés contre une défense de zone - recherchent-ils les tirs intérieurs ou les tirs extérieurs?
- Quels types d'écrans utilisent-ils? Posent-ils un "écran sur le poseur d'écran"?

En ce qui concerne les joueurs individuels, l'entraîneur peut noter:

- Quelle est leur main préférée?
- Sont-ils des "tireurs" ou des "pénétrateurs"?
- Cherchent-ils à effectuer des passes?
- Dans quelle direction préfèrent-ils pénétrer (souvent, un joueur droitier préfère pénétrer par sa gauche)?
- Verrouillent-ils le rebond en cas de rebond défensif? Tentent-ils de s'approprier les rebonds offensifs?
- Posent-ils des écrans ou reçoivent-ils des écrans?
- Est-ce que les joueurs intérieurs se tournent vers leur gauche, vers leur droite ou face au panier?

DÉCIDER CE QUE VOTRE ÉQUIPE VA FAIRE

Après avoir noté le jeu de l'adversaire, l'entraîneur pourrait commencer à avoir des idées sur les correspondances entre les joueurs (pour le marquage), ou à formuler des principes de jeu spécifiques (par exemple, utiliser une défense de zone, ou chercher à isoler un "joueur marqué particulier en attaque").

Le niveau de sophistication que l'entraîneur peut utiliser dépendra du niveau d'expérience et de compétence de son équipe. Par exemple, l'entraîneur pourrait avoir observé qu'un futur adversaire de son équipe n'est pas efficace contre une défense de zone. Si son équipe ne s'est pas entraînée à utiliser ce type de défense, cela pourrait ne pas être une stratégie réaliste.

Le plan d'action de l'entraîneur pour le match doit tirer parti de ce qu'il a travaillé avec son équipe. Cela peut également le motiver à introduire quelques principes de jeu qu'il prévoyait de travailler plus tard (par exemple, si un adversaire utilise une pression défensive sur tout le terrain, l'entraîneur pourrait devoir parler de ses stratégies de jeu pour permettre à son équipe "briser la pression").

PRÉPARATION DU COMPTE-RENDU D'OBSERVATION

Un entraîneur de ligue a généralement un certain temps pour préparer et présenter son "compte-rendu d'observation" à l'équipe: pour qu'il soit plus efficace, il est recommandé que le compte-rendu ne se concentre pas sur l'adversaire mais sur les actions futures de l'équipe.

L'entraîneur doit résister à la tentation de dire tout ce qu'il sait sur l'équipe adverse (car cela peut décourager certains joueurs) et doit, au contraire, présenter aussi peu d'informations que possible.

Le compte-rendu d'observation peut être présenté de différentes façons, et l'entraîneur doit être conscient du fait que tous les joueurs n'apprennent pas de la même manière.

PRÉSENTATION DU COMPTE-RENDU D'OBSERVATION

Une fois que toutes les informations ont été organisées, l'entraîneur doit veiller à ne pas effrayer l'équipe, même s'il pense qu'elle a peu de chance de gagner le match. Dans ce cas, il est recommandé d'identifier quelques objectifs clés (autres que le score final).

Par exemple, l'entraîneur peut fixer des objectifs concernant les rebonds, forcer les pertes de balle ou d'autres éléments du jeu. En effet, le fait de fixer un objectif, par exemple devancer l'équipe adverse de 4 points toutes les 5 minutes, peut être positif. Pendant le match, cela permet à l'entraîneur de "remettre le compteur à zéro" toutes les 5 minutes, quelle que soit la situation générale du match.

Même si l'objectif de "devancer de 4 points" toutes les 5 minutes a été atteint, une équipe peut perdre le match avec 30 points de retard, mais cela permettra de renforcer la confiance en soi des joueurs car ils auront atteint cet objectif.

COMPTE-RENDU D'OBSERVATION ÉCRIT

L'entraîneur peut préparer des notes pour ses joueurs concernant le match à venir, qui peuvent inclure des informations sur l'équipe adverse ou des joueurs spécifiques, ainsi qu'une description des actions de sa propre équipe (y compris les duels de joueurs que l'entraîneur pourrait préférer). La quantité d'informations présentée dépendra de l'expérience de l'équipe : plus l'équipe est expérimentée, plus les joueurs souhaiteront des informations détaillées.

L'entraîneur peut présenter un tel compte-rendu lors d'une réunion avant l'entraînement, mais ne doit pas simplement le lire : les joueurs peuvent le lire eux-mêmes plus tard. L'entraîneur doit se concentrer sur quelques informations clés, puis distribuer le compte-rendu (qui corrobore ces points clés).

VIDÉO

Si l'entraîneur a pu obtenir des séquences vidéo sur l'adversaire, il pourrait les utiliser pour illustrer certaines tendances de l'équipe adverse (des comportements individuels ou collectifs de l'équipe). Avant de montrer de telles séquences à ses joueurs, l'entraîneur doit veiller à ne pas faire apparaître l'adversaire comme une meilleure équipe que la sienne.

Si les joueurs sont chevronnés, il est possible qu'ils préfèrent regarder eux-mêmes le match (soit en vidéo soit en direct), ou une partie du match. Dans ce cas, l'entraîneur doit convenir d'un moment pour permettre aux joueurs de discuter de ce qu'ils ont observé (cela peut même avoir lieu pendant la mi-temps d'un match). Dans une telle discussion, l'entraîneur pourrait s'assurer que tous les points qu'il a observés sont également inclus, mais il doit le plus possible laisser les joueurs s'exprimer.

Pour les joueurs juniors, la vidéo la plus efficace sera sans doute celle de leur

propre équipe, montrant des exemples de systèmes de jeu à employer contre cet adversaire. La vidéo doit maintenir un bon équilibre entre des exemples de passes réussies et d'autres où la qualité d'exécution est mauvaise.

Les séances vidéo doivent être de courte durée et seront sans doute plus efficaces si elles sont organisées en petits groupes, plutôt qu'avec l'équipe toute entière. Et même dans ce cas, la durée de concentration de la plupart des joueurs est de 7 à 10 minutes maximum.

TABLEAU BLANC

L'entraîneur peut simplement analyser le jeu de l'adversaire devant son équipe, par exemple à l'aide d'un tableau blanc pour présenter des principes de jeu particuliers. Ici encore, une telle présentation doit être brève et se concentrer sur ce que l'équipe est supposée faire, et non sur l'équipe adverse.

"RÉPÉTITION GÉNÉRALE"

À l'entraînement, l'entraîneur peut utiliser des activités permettant aux joueurs de s'exercer aux tactiques particulières qu'ils devront employer contre l'adversaire. Évidemment, il sera nécessaire que l'équipe joue également de la manière dont jouera probablement son adversaire. Toutefois, plutôt que de passer du temps à enseigner "voilà ce que fera notre adversaire", l'entraîneur doit présenter cette activité en insistant sur "voici ce que nous ferons".

Une séance de "répétition générale" est plus efficace si elle renforce les concepts que l'équipe a auparavant mis en pratique. L'introduction d'un nouveau concept au cours d'un exercice préparatoire risque de ne pas être efficace, en particulier chez les juniors.

ANALYSE DU JEU DE VOTRE ÉQUIPE

Il peut être utile, pour l'entraîneur, d'analyser le jeu ("scouting") de sa propre équipe, ou de demander à un collègue de le faire car cela peut fournir des informations utiles sur les progrès réalisés par l'équipe en direction de ses objectifs généraux.

Si l'entraîneur a un entraîneur-assistant, il peut également trouver utile d'organiser un match d'entraînement en laissant l'entraîneur-assistant diriger l'équipe, tandis qu'il observe depuis les gradins. Cela pourra lui donner l'occasion de faire des commentaires et suggestions à l'entraîneur-assistant qui seront bénéfiques pour son perfectionnement. Il est également possible que l'entraîneur-assistant prenne quelques décisions différentes de celles qu'aurait prises l'entraîneur, permettant à ce dernier d'observer les joueurs ou l'équipe dans une situation différente.

Lorsque son équipe est filmée, l'entraîneur doit demander à la personne qui filme de ne pas faire de commentaires au cours du match (car ils sont souvent enregistrés dans la vidéo). En rejouant la vidéo devant l'équipe, l'entraîneur doit toujours couper le son, juste au cas où l'on pourrait entendre des commentaires pouvant déplaire à un joueur.

APPROFONDIR

1. Discutez avec un entraîneur d'un autre sport (également organisé en ligue), et posez-lui les questions suivantes:
 - a. Quelles tactiques veut-il mettre en place avant le début de la saison?
 - b. Introduit-il des tactiques en cours de saison?
 - c. Comment s'assure-t-il que son équipe réalise ses meilleures performances en fin de saison?
2. Quels documents conservez-vous après un match? Vous aident-ils à préparer la prochaine rencontre avec cette équipe? Discutez avec d'autres collègues pour savoir comment ils procèdent.
3. Quels objectifs fixeriez-vous à une équipe junior qui doit jouer contre un adversaire qui l'a battue de 30 points au début de la saison? Quels objectifs proposeriez-vous si votre équipe avait, en début de saison, battu de 30 points l'équipe qu'elle doit prochainement rencontrer?
4. Discutez de l'énoncé suivant avec des collègues entraîneurs. Avec les équipes juniors (jusqu'à l'âge de 15 ans), vous devez vous concentrer sur la manière dont elles jouent et ne pas changer de tactique en fonction de l'adversaire.

3.2 PRÉPARATION AVANT UN (LONG) TOURNOI

3.2.1 CARACTÉRISTIQUES DU JEU POUR UN LONG TOURNOI

Les "longs tournois" sont habituellement disputés par des équipes représentatives (par ex. des équipes nationales), qui sont composées de joueurs sélectionnés au sein d'un ensemble d'équipes différentes.

Un "tournoi" est un évènement unique en bien des aspects et présente les caractéristiques suivantes:

- L'équipe a probablement eu peu de temps pour se préparer à jouer ensemble, et peut comprendre des joueurs "actifs" dans leur club;
- Il s'étale sur une courte période, 2 semaines au plus;
- Les périodes de repos entre les matchs sont relativement courtes (peut-être 24 à 48 heures), et, dans les tournois juniors, les équipes jouent parfois plusieurs matchs par jour;
- Les équipes étant regroupées en "poules", les résultats des 2 à 3 premiers matchs peuvent déterminer le classement des équipes au sein du tournoi. Habituellement, il est possible, pour une équipe, de perdre un seul match (quart de finales) et de ne pas finir parmi les 4 premiers;
- Heures de match variables, avec des matchs le matin, l'après-midi et le soir;
- Chaque équipe ne rencontre qu'une seule fois chaque adversaire.

Un "tournoi" offre souvent aux athlètes beaucoup de distractions qu'ils ne connaissent pas en championnat national, comme:

- Vivre loin de chez eux;
- Le tournoi pourrait faire partie d'un évènement "multisport", avec différentes activités sportives se terminant à différents moments (habituellement, le basket-ball se poursuit pendant toute la durée de l'évènement);
- Changement de régime alimentaire, d'heures de sommeil (du fait d'horaires de match différents), et problèmes d'interaction sociale éventuels dus au fait de "vivre ensemble".

Au moment de préparer une équipe, l'entraîneur doit donner la priorité aux points suivants:

- Sélection de l'équipe;
- Sélection des entraîneurs-assistants et du "personnel d'assistance"
- Le "playbook", ou manuel de stratégie, de l'équipe – préparation de ce que les joueurs feront sur le terrain;
- Activités "hors terrain" – mise sur pied du tournoi;
- Prendre connaissance des règles du tournoi.

3.2.2 LONGS TOURNOIS – SÉLECTION DE L'ÉQUIPE

Une équipe participant à un tournoi est souvent appelée l' "équipe A", mais l'activité ne consiste pas à simplement sélectionner les 10 ou 12 "meilleurs" joueurs.

L'entraîneur doit prendre en compte:

- le style de jeu qu'il veut imposer à l'équipe;
- la composition de l'équipe, qui doit être équilibrée (meneurs, ailiers et centres);
- la politique et les critères de sélection fixés par l'institution de tutelle de l'équipe.

L'entraîneur aura un nombre limité de séances avec les joueurs pour sélectionner une équipe. Ces séances doivent permettre aux joueurs de "jouer", en leur donnant l'occasion de démontrer leurs compétences. La plupart des activités doivent être disputées, que ce soit en situation de 1 contre 1, 4 contre 4, "avantage / désavantage" (par ex., 2 contre 1) ou 5 contre 5. L'entraîneur ne doit pas trop conseiller ses joueurs au cours de la séance, et doit surtout évaluer dans quelle mesure ils sont prêts à se laisser entraîner.

Normalement, l'entraîneur peut "fixer" ce qui doit être réalisé au cours d'une activité (par ex., renversement de balle avec écran descendant), et ceci peut refléter ou inclure des concepts qu'il désire utiliser avec l'équipe lors du tournoi.

Le personnel d'entraînement doit évaluer chaque athlète en se demandant quelle contribution il peut apporter à l'équipe dans le cadre du tournoi. L'évaluation du joueur se fera en fonction des critères suivants:

- Niveau général du joueur;
- Versatilité lui permettant de jouer à différents postes au sein de l'équipe;

- Comportement – "acceptera"-t-il le rôle qui lui sera assigné au sein de l'équipe, en particulier s'il est remplaçant?;
- Compréhension des concepts de jeu de l'équipe, et façon dont il réagit aux consignes d'entraînement.

L'idéal serait que l'entraîneur ait l'occasion de voir chaque joueur au cours d'un match avant la séance de sélection, et il est probable qu'il en a vu quelques-uns mais pas tous. Ce qui rend la sélection particulièrement difficile car l'entraîneur peut avoir tendance à privilégier les joueurs qu'il connaît.

La politique de sélection inclura une procédure devant être suivie par l'entraîneur. Il est recommandé que:

- l'entraîneur demande l'avis d'un "panel" d'entraîneurs;
- tous les entraîneurs participant au processus de sélection doivent rédiger quelques remarques sur chaque athlète;
- lors de la réunion de sélection, l'entraîneur parcourt toute la liste des joueurs pris en considération et les groupe en fonction du poste qu'ils pourraient occuper dans l'équipe (meneur, ailier et centre). Chaque athlète doit être placé dans une catégorie, et il faut s'assurer que personne n'est oublié. Un athlète peut figurer dans plusieurs catégories;
- les entraîneurs doivent discuter de chaque athlète après chaque séance, en parcourant la liste logiquement (c.-à-d. par ordre alphabétique), ce qui les aidera à voir s'il y a des athlètes qu'ils aimeraient voir "plus souvent".

3.2.3 LONGS TOURNOIS – PRÉPARATION DE L'ÉQUIPE AVANT LE TOURNOI

L'entraîneur a souvent très peu de temps pour préparer son équipe avant un long tournoi, et parfois seulement quelques jours.

Au cours de la période qui précède un tournoi, il est possible qu'un joueur soit occupé dans une autre équipe ou en congé "hors saison". Dans les deux cas, l'entraîneur doit s'arranger pour rester en contact avec les athlètes avant le tournoi.

L'entraîneur doit rester en contact avec les athlètes afin de:

- vérifier leur condition physique, et en particulier s'enquérir des progrès réalisés en cas de réadaptation suite à une blessure ou maladie;
- s'assurer que le joueur comprend bien le poste que l'entraîneur veut lui confier au sein de l'équipe lors du tournoi;
- les informer à propos du tournoi (par ex., horaires des matchs, hébergement, modalités du voyage, etc.) – cette tâche est souvent confiée au manager de l'équipe.

Bien que les médias sociaux soient un moyen efficace de rester en contact, il est souvent préférable que l'entraîneur s'entretienne régulièrement en tête-à-tête avec chacun de ses joueurs car ceci permet d'établir de bons rapports. Ce travail peut être réparti entre l'entraîneur et ses assistants, même si la plupart des joueurs préfèrent parler avec l'entraîneur.

Avant le tournoi, l'entraîneur peut également présenter des informations techniques avec les joueurs, comme:

- un "playbook" indiquant les stratégies et les tactiques que l'équipe appliquera lors du tournoi;
- des notes d'analyse du jeu des adversaires probables (équipes et joueurs);
- l'entraîneur peut solliciter l'avis de joueurs seniors en matière de tactiques ou d'analyse du jeu de l'adversaire.

3.2.4 LONGS TOURNOIS – ANALYSE DU JEU DES ADVERSAIRES

ANALYSE DU JEU DES ADVERSAIRES

L'analyse du jeu d'une équipe adverse dans un tournoi est similaire à l'analyse de joueurs dans un match de ligue, à quelques grandes différences près:

- Moins d'occasions d'analyse avant la rencontre;
- Moins de temps pour préparer l'analyse et présenter ses résultats à l'équipe;
- Au début de la semaine, vous ne savez pas contre qui vous allez jouer en fin de semaine; plusieurs équipes différentes sont possibles: allez-vous (pouvez-vous) les analyser toutes?

Au cours d'un tournoi, les entraîneurs passent beaucoup de temps sur le site de la compétition à observer les adversaires possibles. Vous pourriez obtenir des séquences vidéo sur ces adversaires. Leur utilité dépendra des ressources dont dispose l'entraîneur:

- L'entraîneur dispose-t-il d'une télévision / d'un ordinateur sur lesquels visionner la vidéo?
- L'entraîneur a-t-il un logiciel qui lui permet de décomposer la vidéo en petits segments? Le logiciel le fait-il automatiquement (en "codant" la vidéo), ou faut-il le faire manuellement?
- Si la rencontre est télévisée, est-elle aussi enregistrée? Si oui, est-ce dans un format permettant au logiciel de les décomposer?
- Un entraîneur-assistant peut-il prêter assistance ou être chargé de réaliser la vidéo?
- Les entraîneurs ont-ils le temps de réaliser la vidéo? Ils devraient être en mesure de filmer quelques rencontres, mais pas toutes.

Dans la plupart des circonstances, l'entraîneur analyse l'adversaire en le regardant jouer.

Au cours d'un tournoi, l'entraîneur pourrait disposer de moins de 24 heures entre le moment où il apprend l'identité de son adversaire et le début du match. Dans ce cas, il n'est pas possible de préparer de longues analyses du jeu de l'adversaire, ni de croire que les joueurs pourront absorber ces informations.

La présentation à votre équipe de l'analyse du jeu de l'équipe adverse doit se concentrer sur ce que fera votre équipe. Vous pourriez fixer des objectifs spécifiques en fonction de ce que vous avez pu observer chez votre adversaire (par ex., un objectif précis en matière de rebonds défensifs si l'équipe adverse pratique beaucoup les rebonds offensifs). Vous pouvez également choisir des tactiques particulières (par ex., défense de zone de jeu, jouer en défense avec prise à deux) résultant de votre observation de l'adversaire.

Qu'une équipe s'entraîne ou "shoote un peu dans tous les sens", c'est l'entraîneur qui en décide lors du tournoi (en supposant qu'un terrain soit disponible), et cela dépendra de l'horaire des jeux et du besoin ou non de repos des joueurs. Si l'équipe ne s'entraîne pas, c'est une occasion de revoir en détail les tactiques spécifiques que l'équipe devra employer lors du prochain match.

3.2.5 LONGS TOURNOIS – MAINTENIR VOS JOUEURS EN FORME

Les longs tournois sont épuisants, tant physiquement que mentalement, aussi bien pour les entraîneurs que pour les joueurs, et l'entraîneur doit donc veiller à ce que ses joueurs soient en bonne santé à la fin de la semaine.

Voici quelques considérations importantes:

- Employer des techniques de récupération physique au cours du tournoi;
- Veiller à ce que les joueurs se reposent suffisamment au cours de la semaine, c'est-à-dire qu'ils dorment suffisamment longtemps et se reposent pendant la journée. Une séance de cinéma (une activité sédentaire) est souvent préférable à une activité touristique, qui pourrait nécessiter de beaucoup marcher;
- Permettre aux joueurs de faire autre chose que du basketball;
- Permettre aux joueurs de passer du temps avec leur famille ou leurs supporters (ceci est particulièrement important pour les équipes juniors), mais pas au point de distraire les joueurs;
- Bien nourrir les joueurs, en veillant à ce que leurs repas, si possible, soient similaires à ce qu'ils ont l'habitude de manger;
- Entraîner les joueurs uniquement lorsque c'est nécessaire (ou si les joueurs veulent s'entraîner), et limiter la durée des séances, avec une charge physique et psychologique minimale.

Les entraîneurs doivent toujours tenir compte du temps que les joueurs passent sur le terrain pendant un match et permettre, si possible, aux joueurs qui jouent le plus longtemps de se reposer. Par exemple, en cas de victoire avec une grande avance, l'entraîneur peut mettre au repos certains "joueurs actifs". De plus, l'entraîneur peut également décider de faire entrer en jeu tous les joueurs de l'équipe, de façon que, s'ils sont appelés à jouer (par ex., en cas de faute ou blessure d'un joueur), ils auront une certaine confiance en eux sur le terrain.

Cependant, lorsqu'il envisage d'accorder du repos aux joueurs, l'entraîneur doit être également conscient de l'effet que cela peut avoir sur les performances de l'équipe ou sur la "dynamique" du match. En particulier, l'entraîneur doit tenir compte des points suivants:

- Plutôt que de demander à tous les "joueurs actifs" de se reposer en même temps, il pourrait être préférable d'instaurer un roulement afin que quelques joueurs actifs continuent à jouer;
- "D'abord on gagne le match, ensuite on se repose" est une maxime que beaucoup d'entraîneurs ont adoptée. Même si votre prochain adversaire est jugé "facile", procéder à de grands changements à la formation de départ ou au mode de remplacement peut nuire aux performances de l'équipe. En conséquence, certains entraîneurs préfèrent se donner une bonne avance au score, puis procéder à des changements des modes de remplacement;
- L'écart au score en cas de victoire peut déterminer un placement ultérieur dans le tournoi lorsque des équipes sont à égalité en termes de nombre de victoires et de défaites. En conséquence, l'entraîneur doit s'assurer que les joueurs comprennent les règles du tournoi et ne compromettent pas leur placement final en raison d'un écart au score réduit (ou en perdant un match) s'il change de mode de remplacement.

3.2.6 LONGS TOURNOIS – PERSONNEL D'ENTRAÎNEMENT

SÉLECTION DES ENTRAÎNEURS-ASSISTANTS ET DU PERSONNEL D'ASSISTANCE

Il est à espérer que l'entraîneur a son mot à dire quant au choix de l'entraîneur-assistant, ainsi que du manager de l'équipe et du personnel d'assistance (par ex., le physiothérapeute).

De manière générale, l'entraîneur doit rechercher un entraîneur-assistant qui le complète en termes de forces et faiblesses, et qui élargit les compétences du personnel d'entraînement. Par exemple, l'entraîneur Phil Jackson a eu recours à l'expérience et aux connaissances de Tex Winter pour mettre en œuvre la stratégie de "l'attaque en triangle" avec les Chicago Bulls et les Los Angeles Lakers.

Travailler avec un entraîneur-assistant qui souscrit à tout ce que propose l'entraîneur ne sert pas à grand-chose. L'entraîneur-assistant doit être prêt à faire des commentaires et des suggestions à l'entraîneur, pouvant ainsi apporter une perspective différente ou suggérer un plan d'action différent.

Dès qu'une décision est prise, l'entraîneur doit être cohérent sur la façon dont elle sera communiquée aux joueurs, même si l'entraîneur-assistant a exprimé son désaccord en privé.

L'entraîneur doit fixer avec précision le rôle de l'entraîneur-assistant pendant les matchs, lors de l'entraînement et pendant toute la phase de préparation du tournoi, ainsi que pendant le tournoi lui-même.

Il devra prévoir un rôle "sur le terrain" au cours de la période de préparation et lors de l'entraînement, car il est important que l'entraîneur-assistant établisse des rapports et une relation de confiance avec les joueurs.

De même, les rôles attribués à l'entraîneur-assistant au cours du match doivent être significatifs: si l'entraîneur-assistant est chargé de tenir à jour certaines statistiques, l'entraîneur devra passer en revue ces statistiques et, le cas échéant, faire des commentaires aux joueurs en s'appuyant sur ces données.

3.2.7 LONGS TOURNOIS – ORGANISATION HORS TERRAIN

COMPRENDRE LES RÈGLES DU TOURNOI

L'entraîneur doit comprendre les règles du tournoi, surtout si elles modifient les règles du jeu (par ex., limitent le nombre de temps morts qui peuvent être demandés).

Autres règles que l'entraîneur doit comprendre:

- Lorsque les équipes sont à égalité, comment détermine-t-on leur classement?
- Quelle équipe porte des uniformes de couleur "claire" et quelle équipe porte des uniformes de couleur "foncée" dans un match donné?
- Quel vestiaire l'équipe utilise-t-elle?

En ce qui concerne les équipes à égalité, le classement est habituellement déterminé par les facteurs suivants:

- Si deux équipes sont à égalité: celle qui a gagné le match contre l'autre;
- Si trois équipes ou plus sont à égalité: la différence de points est déterminante, mais uniquement pour les matchs auxquels les équipes à égalité ont pris part.

En conséquence, l'entraîneur peut être conscient, au cours d'un match, de la signification d'une "différence de points" potentielle, mais il est primordial que toutes les équipes jouent dans un esprit purement sportif, ce qui est exactement ce que la FIBA attend.

Il y a un certain nombre de choses que l'entraîneur doit prendre en compte en préparation de chaque match du tournoi:

- Analyser le jeu des adversaires (mentionné plus haut);
- Avoir de bonnes relations avec les arbitres;
- Fixer des objectifs;
- Gérer l'indice des "joueurs satisfaits";

- Demeurer en bonne condition physique;
- Déléguer des responsabilités.

3.2.8 LONGS TOURNOIS – AUTRES CONSIDÉRATIONS

RELATION AVEC LES ARBITRES

Lors d'un tournoi, il est courant de rencontrer un même arbitre lors de différents matches. Les entraîneurs doivent s'efforcer de développer d'excellentes relations avec tous les arbitres, ce qui commence par l'échange de quelques cordialités avant chaque match.

Il n'existe pas de "recette magique" qui assure de bonnes relations avec les arbitres, mais l'élément de base est de leur témoigner du respect. Demandez-leur comment se passe leur tournoi, échangez quelques mots. Interrogez-les sur les tendances qu'ils perçoivent, ou ce qu'ils ont pensé de votre prochain adversaire s'ils l'ont déjà arbitré. Meilleures sont les relations d'un entraîneur avec les arbitres, plus il sera facile de déposer une réclamation si le cas se présente.

Chaque joueur doit serrer la main des arbitres à la fin du match, avec sincérité et égal respect pour tous. Un entraîneur n'admettrait pas qu'un joueur l'insulte ou s'emporte à son égard; il doit donc ne pas tolérer un tel comportement de ses joueurs envers les arbitres, ni se comporter ainsi lui-même.

FIXER DES OBJECTIFS

Pendant un tournoi, les matches s'enchaînent rapidement et il peut être nécessaire de passer sur les hauts et les bas pour se concentrer sur le match suivant. En fixant des objectifs spécifiques pour chaque match, l'entraîneur aide les joueurs à rester concentrés sur le prochain match à jouer.

Les objectifs peuvent être constants pendant toute la semaine (p. ex., empêcher les adversaires de gagner plus de 10 rebonds offensifs) ou définis en fonction du match ou de l'adversaire. Ces objectifs servent de base pour évaluer les performances lors du match et il peut être important de faire abstraction des résultats de début de tournoi, bons ou mauvais.

APPROFONDIR

1. Quelles sont les principales différences entre un tournoi et un match de ligue?
2. Quelles activités utiliseriez-vous dans la phase de sélection pour constituer une équipe qui prendra part à un tournoi?

Que feriez-vous de différent pour sélectionner une équipe prenant part à un match de ligue?

3. Une fois l'équipe devant participer au tournoi sélectionnée, comment expliqueriez-vous la structure du match aux joueurs?
4. Discutez avec un collègue qui a déjà entraîné une équipe dans le cadre d'un tournoi et demandez-lui:
 - a. si son équipe s'est entraînée au cours du tournoi;
 - b. quelle analyse du jeu de ses adversaires il a effectuée et de quelle manière;
 - c. quels ajustements il a apporté au cours du tournoi, en termes soit de postes occupés par les joueurs, soit de tactique de jeu?
5. Regardez un match et procurez-vous-en une vidéo si possible. Limitez-vous à 6 heures pour préparer une présentation pour votre équipe, et préparez-la à son match contre l'une des autres équipes du tournoi.

NIVEAU 3



ÉQUIPE

CHAPITRE 4

COACHING DE MATCH

CHAPITRE 4

COACHING DE MATCH

4.1 FIN DU MATCH

4.1.1	Défendre une avance au score	263
4.1.2	Remonter au score - réduire l'avance de l'adversaire	267
	<i>Approfondir</i>	272

4.2 ANALYSE D'EFFICACITÉ

4.2.1	À Évaluer l'efficacité de l'équipe	273
	<i>Approfondir</i>	275

4.1 FIN DU MATCH

4.1.1 DÉFENDRE UNE AVANCE AU SCORE

DÉFENDRE UNE AVANCE AU SCORE

Mener au score à quelques minutes de la fin du match est l'objectif de toutes les équipes. La plupart du temps, l'équipe offensive disposera d'une confortable avance et le match se terminera relativement vite.

Toutefois, quiconque a vu la vidéo de Reggie Miller des Indiana Pacers marquant 8 points en 9 secondes contre les New York Knicks saura que rien n'est acquis jusqu'au coup de sirène final.

De nombreuses équipes ont des difficultés à conserver leur avance dès lors que l'adversaire commence à remonter.

Il suffit pourtant simplement de continuer d'appliquer la stratégie qui a réussi à placer l'équipe en tête pour conserver son avance! De toute évidence, l'adversaire ne peut revenir dans le match que s'il a les capacités de marquer plus que l'équipe adverse. L'enjeu crucial, pour chaque équipe, est donc de maximiser les occasions de tir à chaque possession de balle.

Un excellent exercice pour s'entraîner à cette situation est la mêlée en deux mi-temps:

- Former deux équipes (3 x 3, 4 x 4 ou 5 x 5) qui disputeront un match sur deux mi-temps (p. ex. 3 à 5 minutes chacune). Le match se joue sur un demi-terrain et l'entraîneur peut stipuler n'importe quelle "règle" particulière pour modifier l'orientation de l'exercice.
- Dès que la défense récupère la balle, par une interception, au rebond ou suite à un panier marqué par les attaquants, elle gagne le droit de tirer au panier opposé, sans défense adverse. L'équipe peut tirer à deux ou à trois points et elle continue de tirer jusqu'à marquer.

- L'équipe défensive rend alors la balle à l'équipe offensive et le match reprend sur le demi-terrain.
- À la moitié du temps, l'équipe défensive doit avoir une avance – puisqu'elle a pu marquer à chaque possession! Les équipes changent de rôle à la mi-temps, de sorte que l'équipe qui attaquait se retrouve désormais à défendre.
- La pression se retrouve sur la nouvelle équipe offensive (qui mène probablement au score), car elle sait que la défense marquera à chaque possession.

Tout autant que la "sélection pour le tir", il existe un grand nombre de facteurs importants que l'entraîneur doit prendre en compte lorsqu'il prépare son équipe (et également pendant le coaching d'un match) à défendre une avance au score.

TL'IMPORTANCE DES LANCERS FRANCS

Souvent, l'équipe menée commettra des fautes sur l'adversaire pour essayer de regagner plus rapidement la balle. Si l'équipe qui a subi la faute marque ses lancers francs, l'écart s'accroît et devient plus dur à combler pour l'équipe menée.

Les équipes doivent s'entraîner aux lancers francs à chaque séance d'entraînement, et le faire en situation qui recrée la pression des matches, notamment:

- Tirer des lancers francs en état de fatigue (p. ex. après une course);
- Disposer d'un nombre limité de tentatives (1, 2 ou 3) à chaque fois;
- Subir une pénalité en cas de tir raté (p. ex. pause pour aller boire en cas de tir réussi, sprint sur terrain entier en cas de tir manqué);

- Organiser une activité collective dont le résultat repose sur tous les joueurs (p. ex. l'équipe doit marquer 10 fois à la suite, chaque joueur tirant tour à tour). Ce type d'exercice peut accroître la pression sur le tireur à mesure que l'équipe se rapproche de l'objectif;
- Tirer en présence de distractions (p. ex. en jouant de la musique forte, ou en autorisant les joueurs à crier et tenter de distraire le tireur).

L'entraîneur doit également savoir qui sont ses meilleurs tireurs de lancers francs et s'arranger pour qu'ils aient la balle au moment de la faute, pour que ce soient eux qui tirent les lancers francs.

REPOS DES JOUEURS

Lorsqu'une équipe dispose d'une bonne avance au score, c'est souvent l'occasion de faire sortir certains joueurs et de permettre à d'autres joueurs habituellement moins sollicités de jouer. Ceci peut être particulièrement important au cours d'un tournoi, pour permettre aux joueurs clés de se reposer et aux autres joueurs de progresser.

Toutefois, le danger est que l'adversaire profite de ce changement pour remonter au score et prendre l'ascendant sur les remplaçants, même lorsque les titulaires reviennent sur le terrain. Certains entraîneurs évitent cet écueil en ne modifiant pas du tout leur planning de remplacement. Cette approche est déconseillée car elle accroît la fatigue du cinq majeur et ne permet pas aux autres joueurs de progresser.

Le développement de tous les joueurs de l'équipe doit rester un objectif clé de l'entraîneur en charge d'une équipe junior. Même si l'entraîneur prévoit de ne faire jouer que 6 ou 7 joueurs, une blessure ou un nombre élevé de fautes oblige souvent à faire entrer d'autres joueurs.

L'approche recommandée consiste à faire tourner les remplaçants avec les joueurs du cinq majeur. Dès que l'équipe mène au score, profitez-en autant que possible pour faire jouer plus longtemps les remplaçants, en gardant toujours un ou deux joueurs du cinq majeur sur le terrain.

ASSURER LA DÉFENSE

Une équipe qui mène au score remportera le match si elle empêche l'adversaire de marquer. Cela peut paraître une évidence, mais il ne faut pas l'oublier. Un certain nombre des stratégies présentées ici pour conserver une avance au score sont de type offensive, mais une remarquable défense peut être le moyen le plus efficace de conserver une avance.

Cela ne signifie pas que les équipes juniors en basketball qui mènent au score, notamment avec une avance confortable d'au moins 20 points, doivent continuer à jouer avec un "pressing défensif élevé" pendant tout le match. Une fois qu'elles mènent confortablement, les équipes juniors doivent revenir à une défense à mi-terrain, sans toutefois se contenter d'une défense passive.

L'entraîneur peut donner à des joueurs des objectifs basés sur des bonnes pratiques de défense, notamment:

- Contenir l'attaquant qui dribble;
- Intercepter les passes;
- Empêcher la balle d'entrer dans la raquette (en utilisant le dribble, les passes ou le rebond);
- Empêcher les tirs depuis des endroits précis (p. ex. depuis le poste bas ou les corners);
- Obliger l'équipe adverse à enfreindre la limite des 24 secondes, ou un joueur individuel la limite des 5 secondes.

L'entraîneur doit ensuite donner un retour sur ces objectifs, en s'aidant si possible d'un entraîneur adjoint qui prendra des notes pour pouvoir donner des résultats chiffrés.

L'entraîneur pourra parfois fixer un objectif particulier (p. ex., "empêcher l'adversaire, sur 5 possessions, d'amener la balle dans la raquette"), mais effectuer un simple suivi (p. ex. noter combien de fois un défenseur a stoppé une pénétration en dribble sans assistance) peut être intéressant.

TEMPORISER PENDANT L'ATTAQUE

Certains entraîneurs demandent à leur équipe de temporiser pendant l'attaque, par exemple en s'abstenant de tirer hors de la raquette à moins d'y être déjà entré (en dribblant ou en faisant une passe à un joueur de poste). La raison de cette stratégie est la suivante: plus le tir au panier est rapide, plus l'adversaire dispose de temps pour revenir.

Si cette stratégie est contraire aux tactiques habituelles de l'équipe, elle pourra être mal comprise ou mal interprétée par les joueurs. L'entraîneur doit donc s'assurer que l'équipe connaît et a déjà pratiqué les règles de temporisation qu'il souhaite appliquer.

Il peut être difficile, pour un junior, de comprendre que le même tir (p. ex. un tir à 3 points en corner) peut être une bonne option dans un cas (p. ex. après une pénétration de type "penetration and pitch") ou une mauvaise option dans un autre (dans les 5 premières secondes d'une attaque, alors qu'il n'y a aucun rebondeur en place).

Afin d'éviter une telle confusion, l'entraîneur doit définir ce qui est "bien" ou "mauvais" sans faire référence au tir lui-même (p. ex. un tir à 3 points), mais plutôt en évoquant des facteurs de type processus (p. ex. "après un renversement du jeu", "après que le joueur de poste a touché la balle").

POURSUIVRE AVEC LA TACTIQUE GAGNANTE

Ce choix peut être en conflit avec la volonté de temporiser l'attaque. D'autre part, si l'équipe joue à un rythme élevé, elle doit réaliser qu'en maintenant ce tempo, elle offre un plus grand nombre de possessions à son adversaire.

Souvent, lorsque l'équipe adverse organise une remontée, l'équipe qui mène perd confiance et peut se mettre à mal jouer, ce qui renforce l'élan et la motivation de l'équipe qui remonte.

La remontée de l'équipe adverse est souvent une conséquence d'un changement de tactique en attaque de l'équipe qui mène (p. ex., plus de tentatives de tir depuis l'extérieur de la raquette), en particulier si la composition de l'équipe sur le terrain a changé. L'entraîneur doit alors recentrer son équipe sur ce qui marchait jusqu'à maintenant.

À d'autres moments, le changement peut provenir du fait que l'équipe adverse s'est adaptée au jeu de l'équipe qui mène (p. ex., la défense a commencé une prise à deux sur un joueur de poste, ou défend en zone au lieu de faire un marquage individuel). Dans ce cas, l'entraîneur doit identifier ce qui a changé dans la défense pour modifier son attaque en conséquence.

S'ENTRAÎNER SUR DES SITUATIONS DE TYPE CHRONO/SCORE

De même que l'activité "mêlée en deux mi-temps" présentée plus haut, s'entraîner dans diverses situations (p. ex. mener de 5 points ou être mené de 10 points), permet de donner aux équipes confiance en leur capacité à conserver leur avance.

L'entraîneur peut par ce biais établir des règles, de sorte que pendant le match, il ne soit pas nécessaire de demander un temps-mort pour mettre en place une stratégie spécifique (par exemple, si une équipe enchaîne trois possessions sans marquer, les joueurs appliquent un enchaînement spécifique lors de la possession suivante). Ceci est particulièrement difficile à mettre en pratique pour une équipe.

Lors de la mise en pratique de situations de type chrono/score, l'entraîneur doit prévoir des équipes de force équivalente, et éviter de faire jouer le cinq majeur contre les remplaçants. L'entraîneur peut également envisager une situation de 5 x 7 pour accroître la pression sur l'équipe.

RALENTIR LE RYTHME

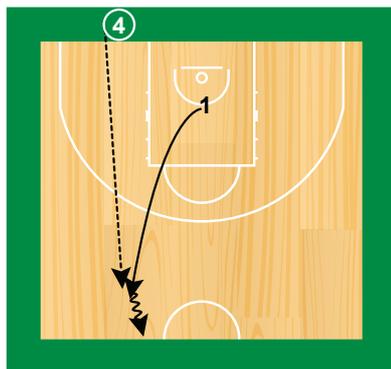
Lorsqu'une équipe tente de remonter au score, elle accélère souvent le rythme de jeu, par exemple en jouant une défense tout terrain ou en tirant plus vite que d'habitude.

L'équipe qui mène peut tenter délibérément de ralentir le rythme, quitte à amener ses joueurs à être sanctionnés pour des violations des 5 secondes ou des 8 secondes, plutôt que de risquer une mauvaise passe qui peut être interceptée. Remonter lentement la balle, plutôt qu'effectuer une transition rapide (si l'équipe adverse le permet) permet également de ralentir le rythme. L'équipe offensive doit cependant veiller à garder suffisamment de temps pour s'offrir une bonne situation de tir.

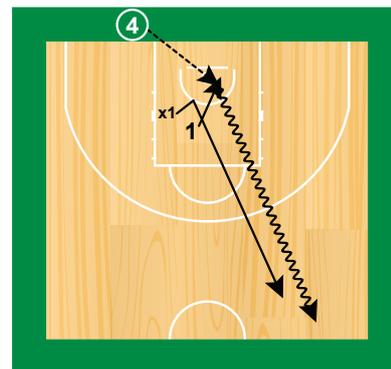
EMPÊCHER L'ADVERSAIRE DE GAGNER DES SECONDES

Une tactique communément employée par l'équipe qui tente de revenir au score est de laisser rebondir plusieurs fois la balle avant de la ramasser après la remise en jeu. En effet, le chronomètre ne démarre pas tant qu'aucun joueur sur le terrain n'a touché la balle. Cela peut paraître insignifiant, or une équipe peut ainsi gagner facilement 2 ou 3 secondes sur sa possession, ce qui représente 8 à 12 % du délai de tir de 24 secondes!

Pour éviter cela, il suffit de poster un défenseur en haut du terrain pour obliger l'adversaire à récupérer immédiatement la balle et à remonter le terrain en dribblant, pendant que le chrono décompte.



L'équipe adverse peut gagner des secondes



Poster un défenseur en haut du terrain pour éviter cela.

4.1.2 REMONTER AU SCORE - RÉDUIRE L'AVANCE DE L'ADVERSAIRE

REMONTER AU SCORE

Aucune équipe ne souhaite être menée. Il faut toutefois se rappeler que le basketball est un jeu rapide où l'on peut marquer rapidement, ce qui fait que des avances relativement confortables peuvent être remontées. Il est essentiel que l'équipe ait confiance en sa capacité à refaire son retard et recoller au score. Les entraîneurs peuvent construire cette confiance de plusieurs façons:

- S'entraîner sur des scénarios de type chrono/score, pour pouvoir pratiquer en match des scénarios joués à l'entraînement;
- Évaluer les performances par rapport à des objectifs de type processus et non simplement par rapport au score. Par exemple, l'équipe peut avoir réussi à trapper le poste bas, ou à tirer depuis l'intérieur de la raquette, même si elle n'a pas marqué.

Les entraîneurs pourraient envisager des facteurs spécifiques pour préparer l'équipe aux situations où elle doit refaire un retard:

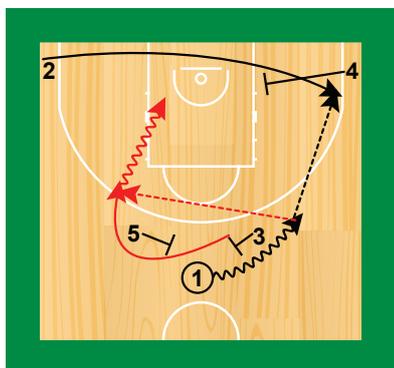
ACCÉLÉRER LE RYTHME

Le chronomètre est l'ennemi de l'équipe menée au score. En conséquence, en accélérant le rythme de jeu, l'équipe menée se crée un plus grand nombre d'opportunités de marquer. Les techniques suivantes permettent d'accélérer le rythme:

- Mettre en place une défense tout terrain ou augmenter le pressing défensif;
- Effectuer des remises en jeu rapides, en tentant de remonter la balle aussi vite que possible. S'appuyer pour cela sur l'arrière le plus habile à cette tâche de l'équipe, ou prévoir deux arrières pour faire en sorte que si l'un est marqué, l'autre peut prendre le relais pour remonter la balle.
- Utiliser une structure de jeu spécifique, destinée à augmenter le rythme (p. ex., pénétration rapide en dribble derrière un écran ou après un renversement de jeu);
- "Réduire la voileure": faire jouer cinq joueurs moins grands mais plus rapides;
- Favoriser les tirs rapides en début d'attaque, par exemple par des jeux d'écran visant à permettre des tirs spécifiques. De telles tactiques spécifiques peuvent faire partie de la panoplie offensive habituelle de l'entraîneur.

Il existe de nombreux exemples de tirs rapides et c'est aux entraîneurs de choisir ceux qui sont adaptés aux joueurs de leur équipe.

Vous trouverez ci-dessous quelques exemples:



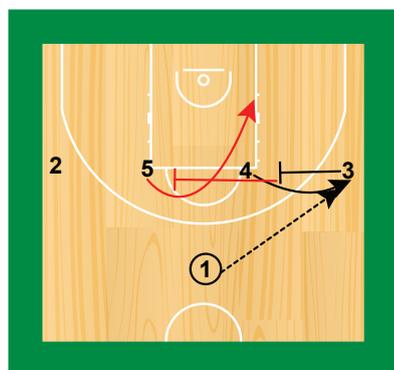
LA "TENAILLE"

Cette séquence a pour but de mettre 2 ou 3 en position de tir.

1 avance en driblant protégé par l'écran de 3, lequel coupe ensuite dans la raquette, protégé par un écran de 5.

Simultanément, 4 fait écran pour protéger 2 qui coupe en retour.

1 peut passer à 2 ou à 3. 3 peut réceptionner et tirer ou dribbler en direction du panier.

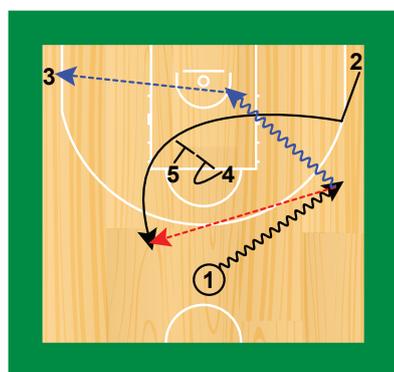


ISOLER LE POSTE BAS

L'attaque démarre sur une configuration où 4 joueurs sont alignés en tête de raquette.

3 fait écran pour protéger 4, qui coupe en direction de l'aile et fait écran pour protéger 5. Les écrans doivent être placés en fonction de la position du défenseur.

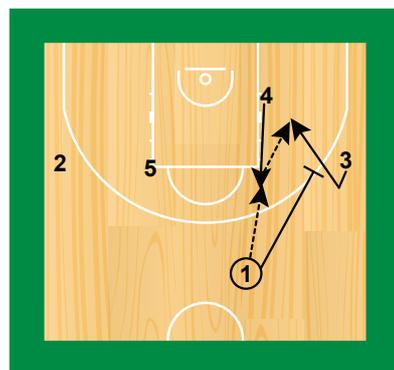
5 coupe vers le poste bas.



DOUBLE ÉCRAN POUR LE TIREUR

1 pénètre en driblant vers l'aile, tandis que 2 coupe, protégé par un double écran de 5 et 4. 1 cherche à passer à 2 pour tirer. Cet écran peut également être configuré de façon à permettre à 2 de couper entre 5 et 4 (technique de l'ascenseur).

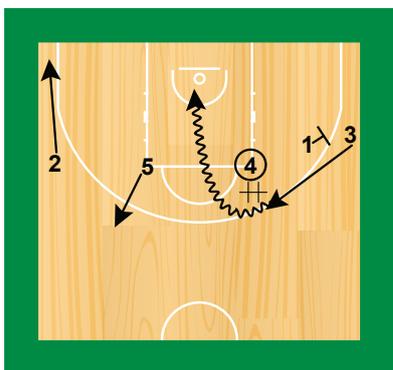
En variante, 1 peut pénétrer en direction du panier puis passer à 3 dans le corner, ou passer aux joueurs intérieurs.



L'ATTAQUE ÉCLAIR

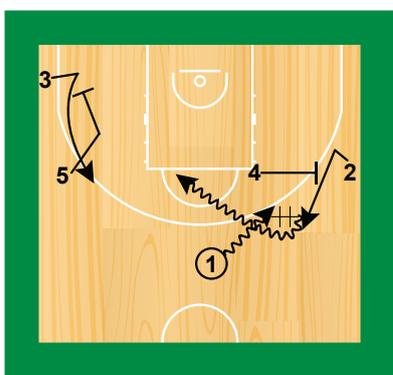
Cette séquence peut s'effectuer depuis n'importe quel côté du terrain.

4 coupe assez haut depuis le poste bas et reçoit la passe de 1. 1 fait écran pour protéger 3, qui peut feinter une course derrière l'écran et coupe en réalité dans le dos du défenseur pour recevoir la passe de 4.



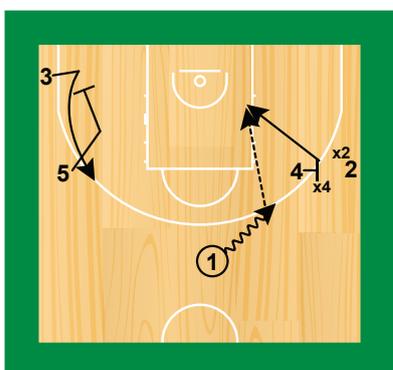
Si 3 coupe protégé par l'écran de 1, il peut recevoir la balle directement des mains de 4 et chercher ensuite à dribbler rapidement vers le panier.

Si les défenseurs qui marque 5 ou 2 tentent de bloquer cette pénétration, 3 peut passer au joueur démarqué (p. ex. si x 2 se déplace en appui de la défense, 2 se retrouve démarqué).



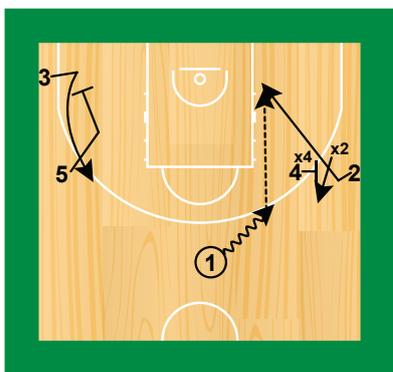
PASSAGE DE LA BALLE DE MAIN À MAIN

1 dribble en direction de l'aile; 2 coupe protégé par l'écran de 4 pour recevoir la balle des mains de 1.

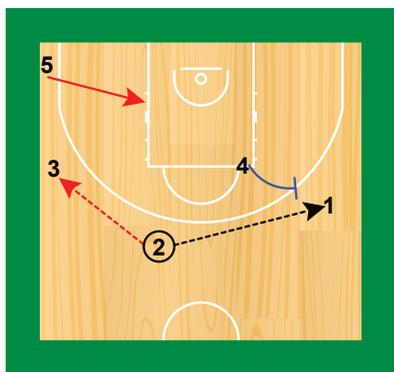


L'attaque doit s'adapter à la défense:

- Si le défenseur qui marque 4 se déplace pour bloquer la traversée de 2, 4 en profite pour foncer vers le panier



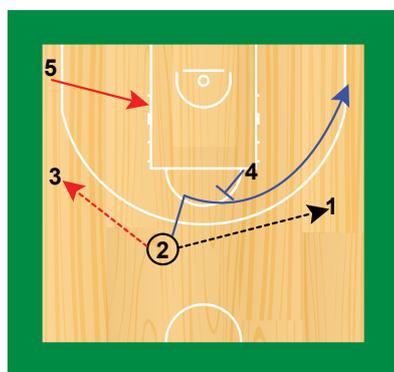
Si le défenseur qui marque 2 tente de déborder l'écran, 2 peut lui passer dans le dos pour aller vers le panier.



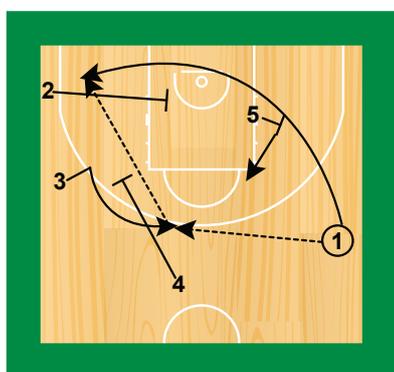
Si 2 reçoit la balle mais ne peut pas pénétrer dans la raquette vers le panier, il peut passer à 3 ou à 1.

Si 3 reçoit la balle, 5 s'avance au poste bas.

Si 1 reçoit la balle, 4 peut faire écran pour protéger le porteur de balle.

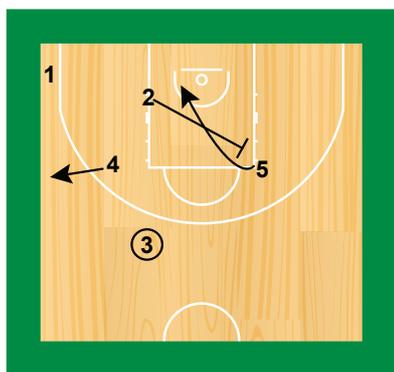


En variante, 4 peut faire écran pour permettre à 2 de couper vers le corner, sans se préoccuper de qui a réceptionné la passe de 2.



TRANSITION

En situation de transition, 4 (qui "traîne") fait écran pour protéger 3. 1 passe à 3 et coupe à travers le double écran décalé. Une option pour 1 consiste à tirer depuis le corner.



Si 1 placé au corner ne reçoit pas la balle, 2 fait un écran pour permettre à 5 de pénétrer en direction du panier.

Si 3 est toujours en possession de la balle, il peut avoir besoin de passer à 4 ou à 1 qui bénéficient d'un meilleur angle de passe à 5.

Si personne ne passe à 5 pendant la traversée, chercher à isoler 5 au poste bas par un surnombre (3 joueurs offensifs d'un même côté) pour empêcher tout appui en défense.

AMENER L'ADVERSAIRE À TIRER DES LANCERS FRANCS

Cette tactique est sans doute la plus utilisée (et il s'agit clairement d'une tactique défensive) et la moins bien comprise. Les équipes menées au score tentent souvent d'aller à la faute sur les joueurs adverses, afin de leur donner des lancers francs. Pourquoi?

- Très peu de temps est perdu au chrono;
- L'adversaire peut rater un tir ou les deux.

Cette tactique est la plus adéquate lorsque l'écart de points est faible, qu'il reste moins de deux minutes à jouer ou que l'adversaire n'est pas bon aux lancers francs. Les équipes professionnelles affichent une réussite moyenne de 70 à 80 % aux lancers francs, certains tireurs étant meilleurs que d'autres au sein d'une même équipe.

INTERCEPTION DE PASSES

Une autre tactique défensive (que nous citons car elle peut contribuer à faire rapidement le break) consiste à exploiter l'avantage de la défense lorsque l'équipe à l'attaque effectue une remise en jeu depuis la ligne de fond du terrain ou la ligne de touche. En effet, dans cette situation, la défense joue à 5 contre 4.

Les joueurs doivent donc tenter d'intercepter la passe plutôt que d'aller à la faute après que la passe a été faite.

Si la défense cherche trop vite la faute, elle risque une faute technique (un lancer franc et la balle redonnée à l'équipe en attaque) si la faute intervient avant la remise en jeu de la balle.

CHERCHER À OBTENIR DES LANCERS FRANCS

Marquer pendant que le chrono est arrêté est un bon moyen de remonter au score. Obtenir des lancers-francs est donc une tactique importante, qui réussit habituellement le mieux en faisant entrer la balle dans la raquette (soit par dribble soit en faisant une passe à un joueur de poste).

TIRER À TROIS POINTS

De nombreuses équipes ont recours aux tirs à trois points pour remonter au score. Si les tirs rentrent, l'écart se réduit effectivement, mais s'ils ratent l'écart peut vite se creuser. Les équipes

ne doivent pas oublier les 3 points qui peuvent être obtenus en marquant un panier et en obtenant un lancer franc si la défense commet une faute.

Les tireurs depuis la ligne à trois points font rarement l'objet de fautes. Pour obtenir un lancer franc, il faut forcément pénétrer avec la balle. L'autre avantage à faire pénétrer la balle est que cela peut créer de bonnes opportunités de tir en refaisant un passe vers l'extérieur.

ATTAQUER LE MAILLON FAIBLE DE L'ADVERSAIRE

Le maillon faible d'une équipe dépend des forces de chaque équipe. Il peut s'agir d'une différence particulière entre deux joueurs (p. ex. un défenseur lent et facile à déborder) ou un joueur qui a un nombre élevé de fautes ou a tendance à en commettre facilement.

Le rôle de l'entraîneur est d'identifier l'avantage relatif de son équipe et d'en tirer parti.

ÊTRE PRÉSENT AU REBOND

Comme l'a un jour exprimé Chuck Daly, ancien entraîneur des États-Unis et de la NBA: "Pas de rebond, pas de champion". Il soulignait ainsi l'importance des rebonds dans la réussite d'une équipe quelconque. L'essence même du basketball fait que la possession peut être également répartie. Une équipe a la possession de la balle, tire, puis c'est l'autre équipe qui a la possession. Si le jeu se poursuit ainsi, chaque équipe dispose à peu près du même nombre de possessions.

Ce qui modifie cet équilibre, ce sont les rebonds offensifs: gagner une possession supplémentaire au détriment de l'adversaire. Une équipe menée qui tente de remonter peut ainsi:

- limiter l'équipe adverse à un seul tir par possession;
- gagner le plus grand nombre possible de rebonds offensifs.

Pour gagner des rebonds offensifs, l'équipe peut poster un joueur supplémentaire au rebond. Le risque est que l'adversaire remporte le rebond et contre-attaque. Cependant sans prise de risque, l'équipe menée risque de ne jamais revenir au score.

CONSOLIDER SON AVANCE

1. Avez-vous déjà connu une situation où une équipe qui menait de plus de 10 points lors du dernier quart-temps a finalement perdu le match? Quelles sont les éléments qui ont influencé le résultat de ce match? Partagez vos expériences avec d'autres entraîneurs.

4.2 ANALYSE D'EFFICACITÉ

4.2.1 ÉVALUER L'EFFICACITÉ DE L'ÉQUIPE

L'entraîneur doit évaluer la performance de l'équipe ainsi que l'efficacité des stratégies et des tactiques particulières qu'il a mises en place.

On distingue deux types d'analyse qu'un entraîneur peut utiliser pour évaluer la performance:

- Le "suivi" de la performance; et
- La mesure de l'efficacité statistique.

LE SUIVI DE LA PERFORMANCE

Cette analyse consiste à noter ce qu'a fait l'équipe et quel a été le résultat de l'action. Par exemple, un entraîneur pourra enregistrer le nombre de fois où un certain jeu offensif a été employé, et si l'équipe a marqué ou non suite à ce jeu. Avec les équipes juniors, un indicateur de mesure plus approprié peut être "un bon tir" plutôt qu'un panier marqué.

Un entraîneur pourra désirer suivre des éléments particuliers, notamment:

- L'utilisation d'une tactique particulière ou d'options de jeu spécifiques pendant une tactique (tant en attaque qu'en défense);
- Si l'équipe a "renversé le jeu", c'est-à-dire fait changer la balle de côté pendant l'attaque avant de tirer;
- À quel moment de la période offensive les tirs sont intervenus, (p. ex. pendant les 6 premières secondes, pendant les 6 dernières secondes ou entre 7 et 18 secondes);
- Le nombre de fois que l'adversaire a "renversé" le jeu avant de tirer;
- Si la balle a été passée ou dribblée sur la moitié du terrain;
- Les passages par le poste: si le joueur au poste a touché la balle avant le premier tir au panier (quel que soit le joueur ayant tiré: le joueur au poste ou un autre joueur);

- Le nombre d'attaques de l'équipe (de manière offensive ou défensive) depuis un endroit particulier du terrain (par exemple par la gauche, par la droite ou par le centre).

Ces types d'indicateurs peuvent renseigner l'entraîneur sur la façon générale dont joue une équipe (la sienne ou l'équipe adverse). Cela peut par exemple lui permettre de détecter que l'équipe monte habituellement en attaque par le côté droit du terrain. Ces indicateurs peuvent aussi permettre d'identifier les tactiques les plus efficaces. Par exemple, la plupart des équipes marquent le plus souvent après avoir renversé le jeu, plutôt que lorsque la balle reste du même côté.

Ces types de mesures ne sont généralement pas enregistrés dans les statistiques habituelles du basketball (les statistiques habituelles mesureront par exemple depuis quel endroit du terrain un tir a été tenté, et s'il est rentré, mais elles n'enregistreront pas l'action de jeu ayant mené au tir). C'est pourquoi un entraîneur adjoint ou un parent devra noter ces mesures si l'entraîneur veut pouvoir les exploiter. Si l'entraîneur effectue une analyse vidéo, il pourra également vouloir "repérer" ces mêmes statistiques, afin d'y revenir facilement.

Ces mesures peuvent permettre à l'entraîneur de déterminer des indicateurs de réussite. Par exemple, si une équipe marque plus souvent après avoir renversé le jeu en attaque, l'entraîneur peut fixer des objectifs visant à renverser le jeu, puisque cela

augmente les chances de marquer. Ce type d'indicateur permet à l'entraîneur de fixer des objectifs en termes de "processus" et non uniquement en termes de résultat. Les objectifs de processus reposent sur l'impact que le processus a sur les résultats.

MESURE DE L'EFFICACITÉ STATISTIQUE

Suivant le niveau de la compétition, des statistiques peuvent être enregistrées et disponibles pendant le match. L'entraîneur peut ainsi connaître la performance individuelle des joueurs et celle de l'équipe en termes de points, rebonds, passes décisives, interceptions et contre-attaques.

L'entraîneur peut effectuer rapidement d'autres comparaisons:

- Les performances de son équipe en rebond défensif en utilisant l'équation suivante, qui identifie combien de rebonds l'équipe a gagnés du côté défensif:

$$\text{Rebs déf. équipe} / (\text{Rebs déf. équipe} + \text{Rebs off. adversaire})$$
- Le contrôle de la balle, au moyen de l'équation suivante, qui donne une indication du nombre de fois où l'équipe a perdu la balle.

$$\text{Contre-attaques} / (\text{Tentatives de tirs au panier} + \text{contre-attaques})$$
- L'efficacité de tir, qui peut être calculée avec l'équation suivante, et tient compte de l'impact des tirs à 3 points:

$$(\text{Tirs réussis} + (0,5 \times \text{Tirs à 3 points réussis})) / \text{Tentatives de tirs}$$

- Le rythme du match, qui peut être estimé au moyen de l'équation suivante, l'entraîneur devant savoir à quel rythme il souhaite que joue son équipe. Par exemple, sur un match de 40 minutes, si un tir est tenté toutes les 24 secondes (sans contre-attaque), cela correspond à 100 possessions:

$$\text{Nombre total de possessions} = \text{Nombre total de tentatives de tirs au panier} + \text{Nombre total de contre-attaques}$$

- Le taux de réussite des lancers francs est calculé simplement: $\text{Nombre de lancers francs réussis} / \text{Nombre de tentatives de lancers francs}$
- Performances directes 1 contre 1. L'entraîneur peut par exemple attribuer un attaquant particulier à un défenseur afin de limiter le nombre de tirs de cet attaquant, et mesurer la réussite de ce choix.

Le basketball se caractérise par des possessions alternées, qui sont perturbées uniquement par les rebonds offensifs (une équipe bénéficie de deux possessions successives, au détriment de l'équipe adverse). Il est souvent plus juste d'évaluer les performances "par possession" plutôt qu'en valeur absolue. Par exemple, le nombre de points marqués lors d'un match peut beaucoup varier d'un match à l'autre (en fonction du rythme de ces matchs); néanmoins, l'indicateur nombre de "points par possession" est une bonne mesure de l'efficacité.

Dans la plupart des compétitions, un score de 1 point ou plus "par possession" est une bonne performance. De la même manière, les "points concédés par possession" sont un indicateur important. Les "points par possession" sont souvent donnés dans les statistiques informatiques, mais on peut également les estimer de la façon suivante:

Points par possession =

$$\text{Score total marqué} / (\text{Tentatives de tirs} + \text{Contre-attaques})$$

$$\text{Points concédés par possession} = \text{Score total de l'adversaire} / (\text{Nombre total de tentatives de tirs de l'adversaire} + \text{Contre-attaques de l'adversaire})$$

De même, pour comparer la performance des joueurs, il pourra être intéressant de ramener les statistiques à des valeurs "par minute sur le terrain".

L'efficacité des joueurs est parfois évaluée au moyen de l'indice PAWS (Points Adjusted Win Score):

$$((\text{Points} + \text{Interceptions} + (0,5 \times \text{Passes décisives}) + (0,5 \times \text{contres}) - \text{Tentatives de tirs} - \text{Contre-attaques} - (0,5 \times \text{Tentatives de lancers francs}) - (0,5 \times \text{Fautes personnelles})) / \text{Nombre de minutes de jeu}) \times 48^{19}$$

Un joueur moyen de ligue NBA a un score PAWS de 0. Toute valeur supérieure à zéro correspond à des performances supérieures à la moyenne, de même qu'une valeur inférieure à zéro correspond à des performances inférieures à la moyenne.

Gardez à l'esprit que les statistiques peuvent être tout aussi trompeuses que significatives. Le plus important, pour un entraîneur, est de mettre au point une méthode d'évaluation de la performance.

¹⁹ 48 est utilisé pour les matchs de la NBA, dont les quarts-temps durent 12 minutes. Ce chiffre est 40 pour les matchs de la FIBA.

APPROFONDIR

1. Comment évaluez-vous l'efficacité de votre équipe en attaque et en défense?
2. Discutez avec d'autres entraîneurs (notamment d'autres sports tels que le football ou le hockey) pour savoir comment ils évaluent l'efficacité.
3. Comment recueillez-vous les données nécessaires pour évaluer l'efficacité?

Tous droits réservés. La reproduction et l'utilisation de cet ouvrage sous quelque forme que ce soit ou par un quelconque moyen électronique, mécanique ou autre, connu actuellement ou inventé par la suite, y compris la xérogaphie, la photocopie et l'enregistrement, et sur tout système de stockage ou de recherche d'informations sont interdites sans l'autorisation écrite de la FIBA-WABC.

© 2016, FIBA-WABC.

