

TRUNIC Nenad

Professeur université Belgrade
Ancien sélectionneur Serbie U16 / U18
Ancien sélectionneur Iran
Lecteur FIBA. Konya 2021



Développer et former un meneur de jeu

Introduction

Le poste de meneur de jeu reste essentiel dans la construction d'une équipe, par les responsabilités qui sont les siennes dans l'organisation et la gestion du jeu.

Dans l'idéal dans la construction de l'effectif choisir des meneurs avec des caractéristiques différentes afin d'ouvrir plus d'options.

Profil

Notion de leadership par l'exemple

Forte capacité de compréhension et de lecture du jeu

Doit maintenant pouvoir jouer sur 2 positions, notamment en défense

Evaluer

Points forts et points faibles dans les domaines suivants

- Vitesse et aisance de pieds sans et avec ballon
- Equilibre et posture
- QI Basket (contrôler le rythme du match)
- Capacité à prendre des décisions (justesse, exploiter joueur ou secteur dominant,...)
- Caractère (capacité à se contrôler, leader, relation avec coach et partenaires) et comportement après une action négative
- Créativité (ce que les autres ne voient pas)
- Capacité à scorer (efficacité dans le 1x1)
- Régularité dans la performance à l'entraînement et en match (niveau de l'équipe quand ce joueur est sur le terrain)
- Niveau de communication

Exemples de test du poste 1 dans l'entraînement

1. Demander le déroulement des 3 dernières actions
2. Placer le meneur dos au jeu et lui demander où se trouvent ses partenaires

Gestion du joueur en match : faire jouer et parler

Gestion du joueur à l'entraînement : corriger et expliquer

Attentes

Comprendre le jeu

- Savoir à qui donner le ballon (joueur efficace, dominant ou à remettre en confiance)
- Gérer le rythme du match en l'augmentant ou en le réduisant

Augmenter le rythme	Réduire le rythme
Equipe dominante dans la vitesse Equipe dominante sur séquence (score) Adversaire mauvais dans la transition défensive Adversaire avec une mauvaise sélection de tir Adversaire peu présent au rebond offensif	Joueur à exploiter sur jeu placé Adversaire efficace sur une période (séquence) Avantage au score en fin de match

Habilités

- Aisance dans la maîtrise des passes de type pocket ou en sortie de dribble
- Dribble tactique, savoir replacer le dribble dans la situation (in-out, jambes-dos, spin)
- Passe tactique, quitter le 2 mains poitrine
- Tactique pour revenir sur le mouvement « critique » (décisif), celui qui permet le placement sur ses points forts

Adresse

- Développer la capacité à être un danger permanent sur le terrain
- Efficacité forte sur le tir (pull up) dans la zone intermédiaire (middle range)
- Lancer franc

Développer les différentes formes de finition dès les plus jeunes catégories (U12/U13)

Défense

- Tenir le duel
- Surpasser les écrans avec attaquant (avancer appui opposé écran et lancer le bras pour surpasser)

Athlétique

- Aérobic : distance parcourue de 9.5 à 11.5kms

Psychologie

- Dureté mentale
- Régularité
- Anticipation dans la lecture et la compréhension du jeu, être en alerte pour passer à l'action suivante
- Feinte de tir pied droit = forte probabilité d'attaque à gauche = glisser
- Défenseur non sorti avec 2 fautes = attaquer ce défenseur

Exercices

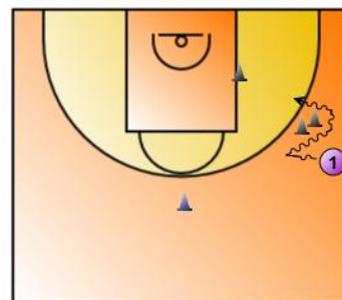
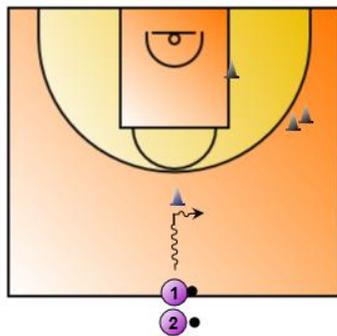
Aisance vers le tir

Evolution sur demi-terrain, 1 ballon par joueur.

Départ rond central, venir fixer plot1, puis déborder plot2, enclencher action de tir sur plot3

Déclinaison les mouvements en lien avec le rôle et les actions du poste 1

Plot 1	Plots 2	Plot 3
Feinte épaule + crossover	In-out et déborder	Tir crochet
Dribble latéral (attirer/switch)	Double crossover (regard haut)	Reverse lay-up
Entre les jambes + crossover		Idem main opposée planche
Dos + crossover		Finition 1 appui (main de tir)
	Crossover vers axe	1 appui lay-up
In-out	Entre les jambes	Stop, feinte tir, reverse pull up
Mixe situations	Stop n go	Idem avec up n under
		Spin move, feinte spin et retour



Vision périphérique et continuité

Evolution demi-terrain + passeur. Développer la prise d'information

Enchaînement d'actions offensives

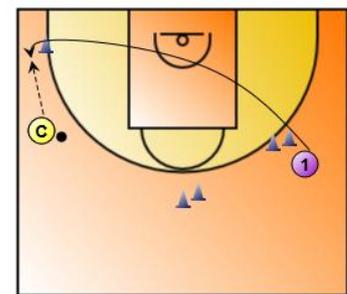
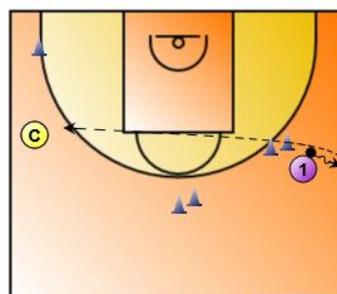
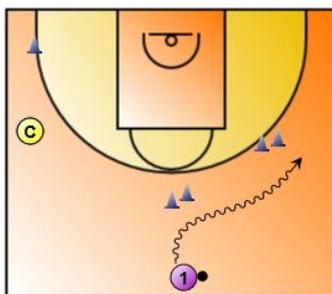
Plot 1 : changement de main (divers)

Plot 2 : Dribble de recul / dégagement + passe sautée vers P

Plot 3 : Coupe au cercle et réception en sortie pour tir

Repères et attentes

- 2 dribbles de recul. Dribble 1 = protection. Dribble 2 = remplacement face au jeu (effacer)
- Couper dans le mouvement de la passe (attaquer le remplacement défensif)
- Réception tir avec saut latéral
- Tir en sortie de dribble (direct, crossover, entre les jambes)



Evolution :

Placer un passeur corner côté dribble. A1 passe à P, recul pour retour de passe

Mouvement offensifs autour du dribble

Organiser 3 parcours en continuité

Secteur 1

Venir attaquer la chaise, contrôler avec le dos puis repartir pour tir

Secteur 2

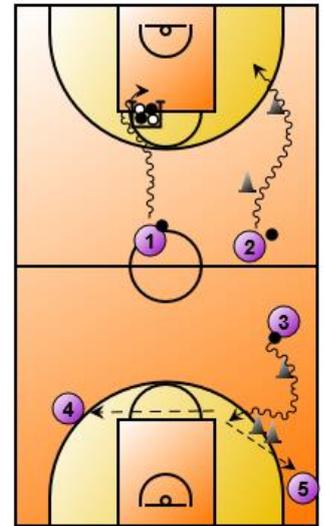
Attaque dans la vitesse autour du in-out

Secteur 3

Venir exploiter le pick n roll côté pour attaquer l'axe

Exploiter 2 dribbles en sortie pour fixer

Faire le choix puis passe corner ou coude opposé



Mouvements offensifs en réception

Départ corner opposé au passeur placé à 45°

Enjamber les 3 plots (sauts) puis sprinter vers le plot pour recevoir le ballon

Enchaîner curl

- Curl en attaquant le coude (ouvre la passe sur le short roll)
- Flare + tir
- Flare + 1 dribble ligne de fond avant tir

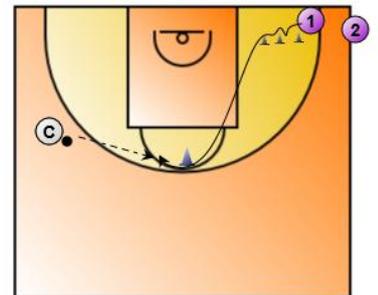
Evolution

Défenseur sous le cercle, attaquant va contacter avant sortie

D fait un choix de sortie suivre ou surpasser

Repères et attentes

- Changement de rythme, aller vite vers le ballon
- Placement des appuis en réception (pas zéro)
- Lecture des choix défensifs



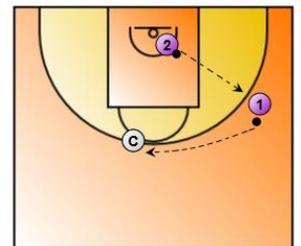
Lecture close out

2 joueurs avec ballon + C passeur

A1 passe à C et reçoit de A2 placé sous le cercle

A2 vient proposer un choix défensif = réponse de A1

A2 enchaîne vers coach pour jouer en sortie de hand off



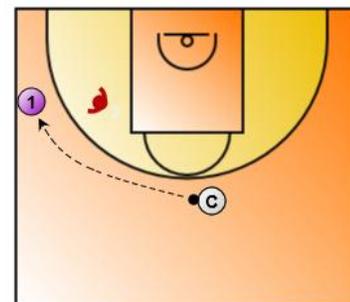
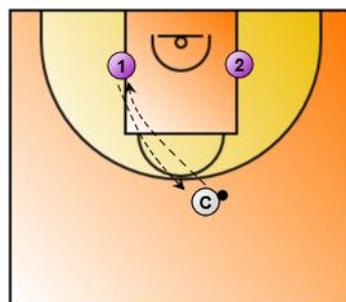
1x1 Close out

2 joueurs placés de chaque côtés de la zone restrictive effectuent des sauts a ligne (statut inconnu)

P passe à 1 joueur qui lui redonne et sort pour réception à 3 points

Repères et attentes

- Vitesse de réaction
- Prise d'information sur adversaire
- Exploiter le close out (choix de réponse adapté)



1x1 Close out

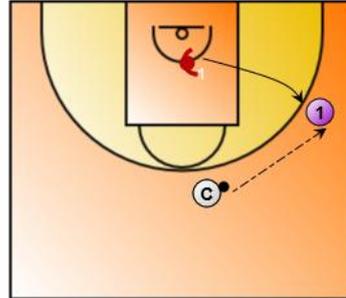
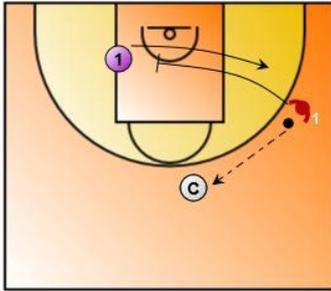
Défenseur dans l'aile avec ballon. Attaquant bloc zone côté opposé

D passe le ballon à P puis va porter écran à A avant de revenir défendre

Situation identique avec placement sortie pin down

Repères et attentes

- Vitesse de réaction
- Prise d'information sur adversaire
- Exploiter le close out



1x1 Close out dans le dribble

2 joueurs placés dans le rond tête de zone restrictive

Attaquant porteur et défenseurs vont contourner plots

Revenir jouer le 1x1

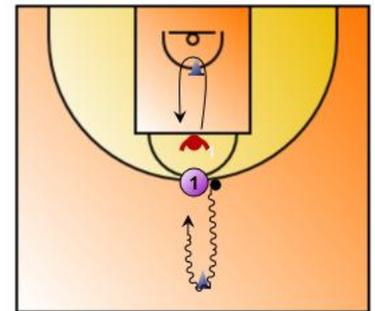
Repères et attentes

- Vitesse de réaction
- Prise d'information sur adversaire
- Exploiter le close out

Evolution

A porteur dans l'axe. D sous le cercle

Signal sur départ en dribble, contourner les plots avant de jouer



1x1 tout terrain relance

A2 porteur déclenche tir au corner. A1 placé à l'opposé récupère le ballon

1x1 tout terrain en contournant les plots

Situation exploitée en fin d'entraînement, dimension mentale (travail dans la fatigue)

