

MALDONADO Salva

Espagnol

Entraîneur Euroleague, Eurocup, Liga ACB (Gran Canaria)

Clinic ARA



Jeu rapide, principes et exercices

Introduction

L'objectif d'une équipe comme du coach, doit être de marquer et d'avoir des tirs à haut pourcentage de réussite. Le plus simple pour cela reste le 1 contre 0.

Le plus tôt dans la possession cette situation se produit et plus cela sera efficace.

Tout le monde court pour chercher ce type de panier, dans le cas contraire c'est difficile de l'obtenir et de marquer dans le jeu à 5x5.

Le ballon doit donc arriver rapidement dans la zone d'attaque même si il n'y a pas de tir.

Le jeu rapide permet d'augmenter le nombre de possession et par conséquent les options de marquer. La volonté collective doit être de jouer à minima 40% des possessions dans ce secteur de jeu, tirs en avantage avant le remplacement de la défense.

Actions et règles

1. Convaincre l'équipe de la volonté de cette manière de jouer. Le dire est une chose, le faire en est une autre.
2. Les joueurs doivent comprendre et intégrer que l'on croit ce que l'on dit et accepter comme le coach de perdre des ballons.
3. Réagir sur les transitions, cela constitue la clé de la réussite. Comment l'équipe travaille après chaque tir (rebond, repli, relance)
4. Mettre les joueurs dans l'action lorsque le ballon est en l'air après un tir.
Ne pas regarder, ne pas être à l'arrêt, rebond offensif ou repli, écran retard puis rebond défensif ou course.

Contre attaque

La meilleure de situation pour jouer cette action reste l'interception puis le rebond défensif. Il est important pour progresser d'augmenter le temps de travail en surnombre offensif de 2c1 à 4c3, encore plus si le temps d'entraînement est réduit.

Il y a beaucoup plus d'efficacité à développer cet aspect que des formes de jeu.

Là encore augmenter le temps sur la relance du jeu et réussir à faire que plus de nos joueurs que d'adversaires courent lors de la sortie du ballon

Organisation :

S MALDONADO découpe le terrain en 3 zones

1. Rebond et 1^{ère} passe
Vitesse maximum de course pour les 5 joueurs
2. Zone d'avantage dans laquelle il faut repérer si l'équipe a un avantage ou non
Possible de réduire la vitesse pour s'informer et prendre une décision, aspect à travailler car c'est souvent l'inverse qui se produit
3. Zone de lecture et prise de décision

Déplacer le ballon par l'axe central car cela augmente les options de passe

Situation 1 : Rebond et sortie de balle

3 colonnes, 1 rebondeur, 2 réceptionneur coureur

Rebondeur couloir central au lancer franc. Coureur à 45°

Rebondeur lance le ballon sur la planche, prend le rebond et sort la balle

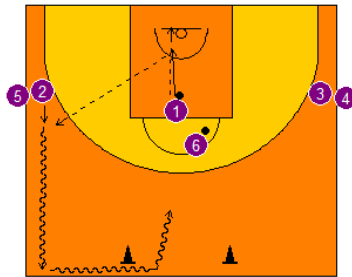
Les joueurs se replacent dans les colonnes inverses en fin d'action

Finition tir au cercle (variations à développer)

Consignes

- Rebondeur : orientation dans le saut, baseball passe le plus loin possible
- Coureur : sprinter dès que le ballon est en l'air

Accepter les pertes de balle sur la relance en revanche, refuser l'hésitation sur la sortie du ballon (perte de temps)



Situation 2 : Pat Riley's outlet

Travail avec 4 joueurs + 1 ballon

J4 et J5 au block, J1 et J2 dans les coudes

J4 passe le ballon à J5 par la planche au dessus du cercle

J4 sprint couloir extérieur ligne médiane dès sa passe

J5 prise de balle orientation, sortie de balle et course à 3pts avant de revenir

J2 assure la sortie du ballon au dessus des lancer franc puis passe à J1

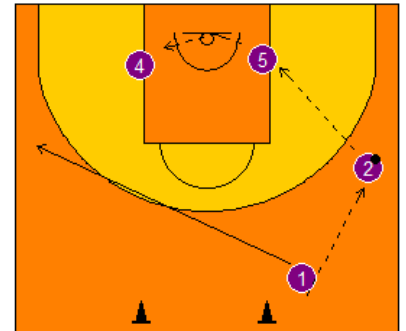
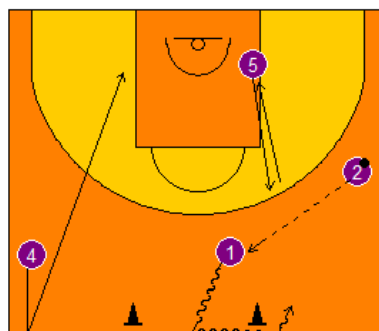
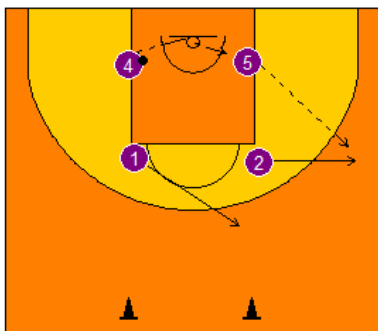
J1 vient chercher dans l'axe et dribble vers rond central, retour de passe à J2

J2 enchaîne vers J5 qui envoi à J4 au dessus du cercle. Etc...

Consignes

- Pas de réception de la 1^{ère} passe dos au jeu
- Intérieur après rebond courir en ligne droite (arriver le 1^{er} au cercle)

Idem après panier encaissé. Plus complexe de marquer mais ne pas se lamenter, réagir et relancer



Situation 3 : Gérer le surnombre

Travail a 3c2 en traversée de terrain

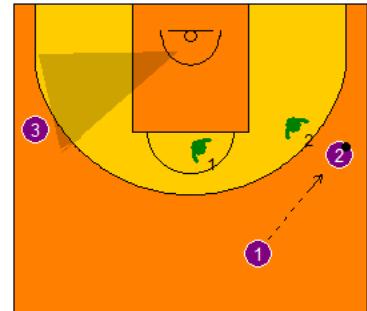
Consignes

J1 porteur dans l'axe

- A la ligne médiane doit lire le placement défensif (descendre sa vitesse, réfléchir et faire un choix)
- Pas de passe si absence de défenseur sur porteur
- Rester côté balle après la passe afin de fixer le second défenseur et ouvrir le joueur placé dans l'aile opposée

Ailiers

- Prise de décision au moment d'arriver à 45°
- Rester pour un tir à 3pts ou couper vers le cercle



Situation 4 : Transition

2c2 tout terrain en continuité

Les joueurs en attente sont placés en ligne de fond niveau ligne à 3pts

Rentrer dans la course dès que le ballon est en l'air sur un tir

Conclusion :

Rappel de la philosophie du jeu de course

Etre en seul dans le surnombre signifie tirer, à l'inverse augmenter les passes, c'est souvent augmenter les pertes de balle

Document G LELARGE, CTF OISE BASKETBALL. Mars 2020