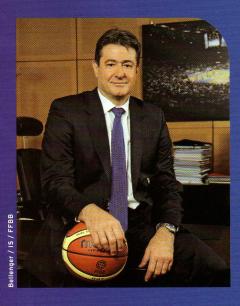
BASKETBALL | CAHIERS DE L'ENTRAÎNEUR LA DÉFENSE - 1ÈRE PARTIE

Approche défensive de l'Équipe de France Féminine

Par Thierry Moullec, assistant de l'Équipe de France Féminine A

788

# LE 12-12-12



Ce n'est pas un numéro de téléphone! C'est le 12 décembre 2012, date à laquelle plus aucun club français n'était qualifié pour l'Euroleague. On n'aura même pas passé l'automne. Vite fait, mal fait. Un mauvais remake...

Et dire qu'en regardant les premiers matches, j'ai pensé que le niveau global avait baissé, et que cette année allait peut-être, être la bonne.

Raté, car nous aussi, semble t'il, n'étions pas au niveau. Pourtant on y a cru, et une fois de plus, on a pensé que Châlon allait faire cette année, ce que les clubs qui l'on précédé n'ont pas su réaliser. En fait, on ne veut pas comprendre que c'est structurel, on le nie. On pense qu'avec une "mesurette" par ci et une autre par là, on va révolutionner les choses.

On a oublié que seules les décisions structurelles, en profondeur, peuvent faire bouger les lignes, et encore, à terme de 5 à 8 années.

Ainsi, nous payons aujourd'hui la folie de certaines décisions prises par la LNB en 2007 lors de la semaine des As à Nancy. Il fut décidé de passer de 4 à 6 étrangers par équipe de Pro A et de 2 à **4 étrangers** en pro B!

Depuis, plus aucun club français n'a pu atteindre le top 16 de l'EUROLEAGUE, alors que la valse des étrangers de deuxième, voire de troisième niveau, allait devenir un grand classique de notre disci-

Pire, alors que nous sommes reconnus par les nations étrangères comme étant un pays formateur, nos jeunes talents ne pensent qu'à partir hors de nos frontières. Pour aller aux USA? Non, non, pas du tout !!

Maintenant, ils rêvent de passer par la case "promotion" qu'est la SERBIE!

Ce n'est pas pour l'attrait de son niveau de vie (le salaire moyen en Serbie est de 400 euros environ), mais plutôt pour la qualité du travail qui est

dispensé dans les clubs et le très haut niveau de son basket. Ces jeunes veulent pouvoir bénéficier là-bas de ce dont on les prive ici, à savoir : jouer, bénéficier de la confiance du coach, évoluer à un haut niveau de compétition, et avoir toutes les chances de continuer à "grandir" pour se rappro-

Quant au fait de créer une coupe Méditérranéenne afin d'organiser des rencontres opposant des clubs français à des clubs Portugais, Belges, hollandais etc..., est-ce reconnaître notre réel niveau ? Sans manquer de respect à ces nations amies, elles font partie, pour la plupart, du groupe "B" des nations européennes.

Mais pour progresser, on sait qu'on doit se frotter aux meilleurs...

Je pense qu'on ne veut toujours pas comprendre que nous n'évoluerons pas, tant que des mesures de fond, globales, structurelles, qui nécessiteront de gros efforts de la part de tous, sans exception, ne seront pas prises.

On se ment, ou on ne veut pas voir la réalité. Ainsi, les Présidents sont absorbés par leurs préoccupations locales immédiates, et ne se considèrent pas concernés par les problèmes globaux d'intérêt général. Les entraîneurs, en gage de survie, sont obnubilés par les résultats au jour le jour et considèrent que la politique de développement à long terme relève de la pure théorie, des différentes instances. La presse, quant à elle, essaie parfois d'évoquer le problème, mais pas trop fort, au cas où la branche sur laquelle elle est assise viendrait à tomber. D'autres encore,

pleurnicher lorsqu'on échoue.

"lorsque la marée monte, les petits bateau mon-

de ne pas avoir su trouver les bons leviers pour susciter la prise de conscience. J'ai bien tenté réussi, à la marge, à faire bouger les lignes. Pas suffisamment. Mais ils ont mené un remarquable

Après le livre blanc, qui, comme le dirait un ex-Président de la République, a fait "pschitt", le moment ne serait-il pas venu que nos instances (Fédération et Ligue) organisent les états généraux du Basket Professionnel?

Le temps presse, d'autant plus qu'avec les gros paquebots, l'action sur le gouvernail n'a pas d'effet immédiat .

La balle est donc dans le camp de ceux qui ont professionnel.

Directeur Technique National



Depuis que Pierre Vincent a en main l'Équipe de France féminine, il est à noter que lors des 5 compétitions jouées par cette sélection, à chaque fois elle a fini dans les meilleures défenses.

2008 - Qualification Euro : moyenne de 68,4 pts marqués pour 58,6 encaissés (classement par rapport aux 11 équipes qualifiées à l'Euro : en attaque 10° et en défense 1ère),

CE 2009: moyenne de 63,1 pts marqués (6°) pour 57,1 encaissés (4°, 1ère Grèce avec 56,1 pts encaissés).

CM 2010: moyenne de 62,8 pts marqués (11°) pour 59,1 encaissés (1ère devant les USA avec 61,1 pts encaissés),

CE 2011: moyenne de 66,9 pts marqués (3e) pour 57,6 encaissés (1ère),

<u>JO (2012)</u>: moyenne de 69,8 pts marqués (3°) pour 67,1 pts encaissés (3° à égalité avec les Russes, à signaler qu'il y a eu 2 matches où nous avons joué des prolongations!).

Cette caractéristique n'est pas nouvelle : le passé de cette sélection (ainsi que des sélections de jeunes filles d'ailleurs) montre que la défense à toujours été une marque de fabrique du basket féminin "à la française" : les différents entraîneurs qui se sont succédés à la tête de la sélection féminine se sont toujours appuyés sur une défense solide!

La défense est donc ancrée dans les "gênes" de nos joueuses et cela explique en partie la réussite actuelle de notre équipe nationale.

### LOGIQUE UTILISÉE PAR L'ENTRAÎNEUR AFIN DE FAIRE DÉFENDRE CORRECTEMENT SON ÉQUIPE



les actions de jeu qu'elle veut mettre en place (un pick and roll par exemple) c'est parce que la défense réagira d'une certaine manière (sur l'exemple la défense choisira d'aider reprendre type "step out") que l'attaque trouvera la parade et s'adaptera au choix défensif (passe au joueur dont le défenseur viendra en aide pour compenser la descente vers la panier du poseur d'écran). La réponse offensive se fera donc bien par rapport à la connaissance des faiblesses ou lacunes occasionnées par le choix défensif...

Cette construction progressive nous semble être le cœur même de l'apprentissage et du perfectionnement individuel et collectif du basket!

#### **IDEES DIRECTRICES**

Ces idées partent d'abord et avant tout de la logique du jeu et de choses extrêmement simples :

#### → 1. Ne pas encaisser de "paniers faciles" :

(Par "paniers faciles" nous entendons tirs effectués plus ou moins prés du cercle sans défenseur).

- Refuser le jeu rapide ou de transition adverse et notamment les tirs prés du cercle,
- Contrôler le rebond,
- Défendre d'abord la balle (c'est le ballon qui rentre dans le panier pas le joueur!) et donc toujours voir la balle, pas de "lay-up",
- Pas de risques démesurés sur les lignes de passe si le panier n'est pas protégé! autrement dit attention au "back door" surtout il n'y a personne derrière vous!
- Pas de faute ! → cela permet à l'adversaire de mettre des points facilement (lancer-francs).

#### → 2. Observer l'adversaire :

Connaître l'adversaire : savoir comment il marque des points !

- Au-delà des formes de jeu, reconnaître <u>les intentions de jeu</u> de l'adversaire :
  - a. Les enchaînements d'actions qui amènent des tirs ouverts : ceux qui sont le plus utilisés, par exemple beaucoup d'écrans en "stagger" et, ou des écrans porteur 2/4 avec un "flare" de 4...
  - b. qu'est-ce qui est recherché en priorité ? par exemple sur un "pick and roll" entre 1 et 5, est-ce qu'on recherche l'agressivité du meneur, la descente de 5 ou le jeu avec les ailières shooteuses consécutif aux aides défensives ?
- Connaître les qualités individuelles des adversaires,
- L'assemblage des 2 informations précédentes donne une idée des dominantes de jeu utilisées par l'adversaire.

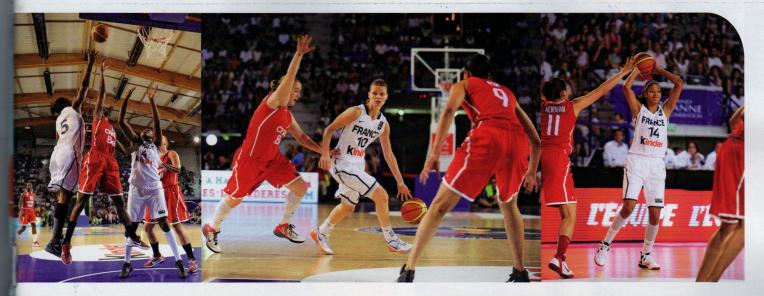
#### INTRODUCTION

- La première remarque à signaler est que, paradoxalement, <u>la quantité de travail défensif lors des entraînements est minime :</u>
  nous sommes au maximum à 15% du temps total d'entraînement.
- D'autre part ce travail est <u>essentiellement collectif ou précollectif</u>: très souvent du 4 contre 4 qui nous semble la situation la plus appropriée pour rendre ce travail efficient pour les raisons suivantes:
  - 1. Il y a au moins toujours un joueur intérieur,
  - 2. Il y a un côté balle et un opposé à la balle,
  - 3. Il est possible de voir des renversements de jeu,
  - 4. Toutes les combinaisons de jeu (à 2 ou 3) sont réalisables.

En fait la situation à 4 est celle qui modélise le basket et qui oblige à défendre en couvrant des espaces plus importants et donc à travailler encore plus sur l'anticipation et la connaissance du jeu : en favorisant le jeu offensif elle oblige la défense à être plus précise!

Le fait que les joueuses soient adultes est évidemment une des raisons principales pour expliquer le fait que le travail individuel est extrêmement restreint... mais pas seulement, c'est aussi une volonté forte!

- Lors des entraînements <u>il sera très rarement fait appel à la dimension ou à l'engagement physique et/ou énergétique</u>. A l'inverse nous insisterons plus sur "l'intelligence de jeu" ou plutôt, sur l'adaptabilité et à la reconnaissance (et donc la connaissance) des situations spécifiques.
- <u>Aspect pédagogique</u>: il est fondamental pour progresser de passer des notions défensives à celles offensives : **Si l'attaque choisit**



#### → 3. Faire des choix :

Nous partons du principe... qu'il est impossible d'empêcher tous les paniers, le travail des coaches, et ensuite des joueuses, est de sélectionner ceux que l'on accepte d'encaisser et ceux que l'on refuse, (voir ci-dessous dans les exemples).

#### → 4. Défendre en équipe :

C'est peut être le plus important mais il est fondamental que chacune est l'idée à la fois de contenir son adversaire direct tout en étant persuadée que "au cas où" mes partenaires seront là pour compenser une faiblesse passagère.

#### **QUELQUES PRINCIPES SIMPLES**

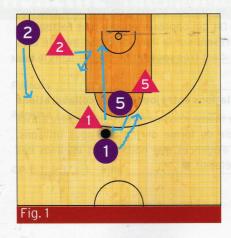
Il n'est pas forcement évident de ressortir des principes dans notre défense ; ou plutôt ils sont tellement simples qu'ils en deviennent simplistes !!!

En effet, vous ne trouverez pas les principes habituels de la défense. Par exemple l'orientation du porteur de balle n'est pas suffisamment significative à notre avis pour la mettre dans cette rubrique, comme d'ailleurs de savoir si les défenseurs sont en position ouverte, semiouverte ou fermée du coté balle ou du coté opposé! Pour ce dernier point le plus important n'est pas là: il faut d'abord voir la balle!!!

Pour préciser un peu plus notre pensée, sur l'orientation par exemple, il nous semble plus important :

- D'abord de cadrer son adversaire direct,
- Ensuite de savoir <u>où sont mes partenaires</u> afin de décider de plus ou moins orienter d'un coté ou de l'autre, tout en tenant compte des aptitudes de mon adversaire direct (tireur, droitier...)

Le seul moment où il nous semble fondamental d'orienter vers la ligne de fond est sur les reprises de joueurs quand ont est en retard suite à une "aide" et à des rotations (voir les schémas ci-dessous):







En effet ouvrir l'intérieur dans cette situation pemettrait au joueur 2 d'avoir le choix de passes notamment à l'opposé du jeu. C'est souvent dans ces situtations que les défenseurs "courrent après la balle" sans jamais réellement la rattraper!

## **VOICI LES QUELQUES PRINCIPES À RETENIR**

#### → 1. Ne pas subir, prendre des risques "mesurés"

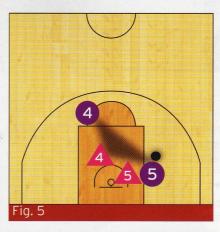
Cette agressivité se fera en fonction :

- Du positionnement de la balle,
- Des espaces libres ou non, avec des positionnements d'aides ou pas.
- Du temps d'attaque,
- Du score et de l'arbitrage...
- Pas de "sur pression", notamment sur les fins d'attaque où il est tentant de défendre plus fort.

# BASKETBALL | CAHIERS DE L'ENTRAÎNEUR | LA DÉFENSE - 1ÈRE PARTIE

## APPROCHE DÉFENSIVE DE L'ÉQUIPE DE FRANCE FÉMININE







#### → 2. Pression sur porteur de balle

- Rôle des bras, feinter avec les mains (conserver le porteur sous pression).
- Prise de volume avec les bras.
- Chercher à surprendre, faire "douter" l'adversaire.

#### → 3. Rechercher les "lignes de passes"... tout en étant capable d'aider :

- Être sur les lignes de passe,
- Voir le ballon quelque soit la position,
- Adapter son aide selon le besoin : si le porteur de balle n'est pas agressif: prendre la ligne de passe sans venir aider ou en faisant un "aider - reprendre" (feinter d'aider sur le PB puis reprendre la ligne de passe à l'aide de sa position et de ses bras),
- Avoir une aide "active" :



La position de D4 est à chaque fois en aide "positionnelle" sur la possible attaque en dribble de 5 mais il y a des différences importantes dans le confort de réception que 4 peut avoir ou non : sur la première situation 4 peut recevoir la balle facilement (et 5 peut faire une passe facile) et anticiper son action future (tir très certainement ou feinte de tir et départ à l'opposé), sur le second schéma on observe que la position de D4 oblige 4 à se déplacer pour recevoir la balle vers sa gauche ou vers le panier. Sur le dernier schéma on voit une position ouverte du défenseur D4 qui oppresse encore plus l'attaquant 5 tout en étant très présent sur la ligne de passe avec le bras gauche, la réponse de 4 est très souvent de couper dans le dos de son défenseur.

#### → 4. Construire les relations entre joueurs : les collaborations

Afin de matérialiser ce thème nous en ferons un chapitre entier en prenant un exemple de forme de jeu que nous utilisons. Nous montrerons les exigences que nous avons vis-à-vis des joueuses sur le plan défensif.