

BOOK U 13

les intentions de jeu

Quelques citations...

« Tout le monde veut obtenir des résultats dans tout ce qu'il fait. Et les résultats pour l'entraîneur de jeunes doivent être d'avoir des joueurs qui progressent plutôt qu'un certain nombre de victoires. »

Ettore MESSINA

« il faut leur montrer de l'attention sur et en dehors du terrain, comprendre qui ils sont, ce qui les anime...»

Greg POPOVICH

« l'école devrait plus se préoccuper d'éduquer que d'instruire .»

Claude ONESTA

« La tactique pour un jour, la technique pour toujours »

Citation Coach SERBE

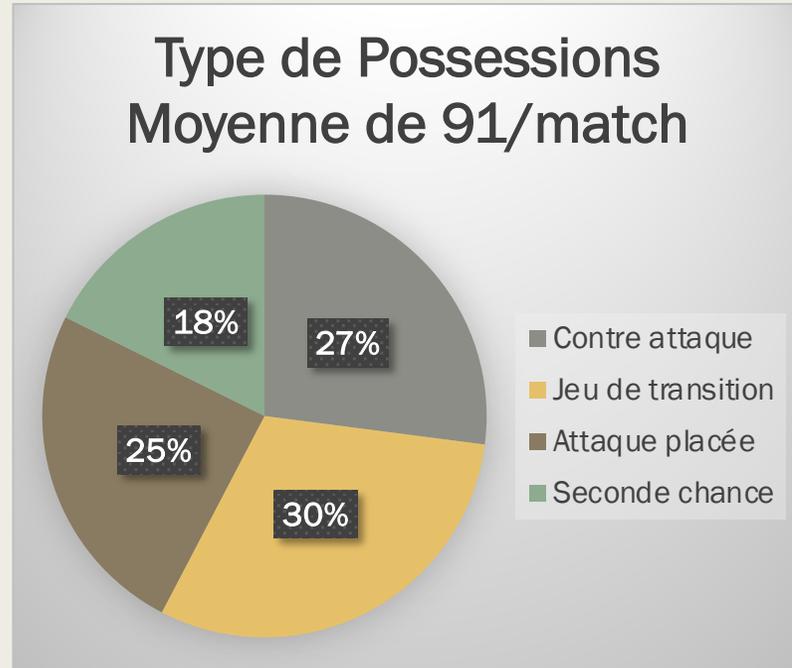
« Tu n'as cessé d'essayer ? Tu n'as cessé d'échouer ? Aucune importance ! Réessaie, échoue encore, échoue mieux »

Samuel BECKETT

« On ne fait pas du Basket, on joue au basket »

FRED SARRE

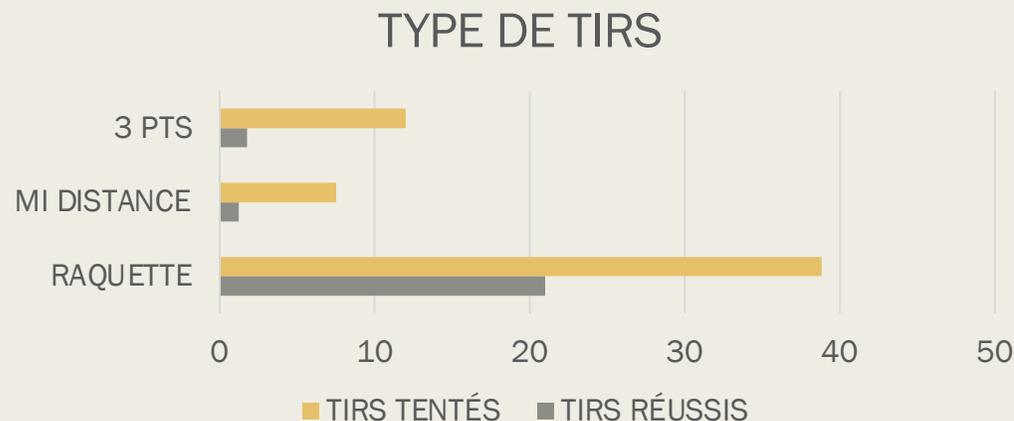
Quelques statistiques TIC U13 Sélection 35



27 BP de Moyenne sur 91 possessions sur l'ensemble du tournoi soit **30% de balles perdues**

32 REBONDS de Moyenne sur 91 possessions dont la 50% Offensif et Défensif

38 BALLEES GAGNÉS de Moyenne sur 91 possessions dont 25 interceptions

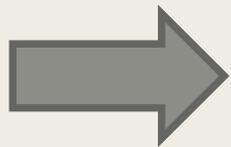


41% RÉUSSITE AU TIR

Dont 55% dans la raquette et 15% pour les tirs extérieurs (mi-distance et 3 pts)

En résumé le jeu des U13....

- Beaucoup de pertes de balles ou de ballons gagnés
- Peu de contrôle au rebond
- Beaucoup de tir proche du cercle
- Peu d'adresse dans le Tir Extérieur



Un JEU basé sur l'intensité (développement des qualités athlétiques et de phase de transition)

En contre partie avec moins de contrôle, donc beaucoup d'échecs

LES INTENTIONS DE JEU

UTILISER DES TERMES qui « parlent à tout le monde »
en étant précis....



JEUNES JOUEURS



COACH, PARENTS

Exemple d'intentions de jeu qui vous parle à vous « ENTRAÎNEUR » mais pas forcément à tout le monde...

- « prendre son joueur » en défense
- « ressort la balle, passes sèches » en attaque
- « applique toi » au lancer franc
- « coupe, démarque toi » en attaque
- « conteste, défends sans les bras avec tes jambes » en défense

LES INTENTIONS DE JEU

SIMPLIFIER
LE JEU
en 5 grandes
thématiques
=
**17 intentions
fortes pour le
basket de
jeunes**

DÉFENSE

ATTAQUE

DÉFENSE
PORTEUR

JEU DE
RELANCE

LE REBOND

DÉFENSE
NON
PORTEUR

JEU DE
CONTINUITÉ

LA DÉFENSE SUR PORTEUR DE BALLE

Intention N°1 : « DÉFENDRE LE PANIER »

- 🏀 Avoir sa ligne d'épaule face à son adversaire direct entre lui et le panier, pas d'orientation spécifique = **FAIRE FACE**
- 🏀 Être fléchi en position défensive avec les épaules redressées vers le haut = **CADRER**
- 🏀 Courir pour retrouver le bon positionnement, s'aider des bras pour courir = **SE REPLACER**

Intention N°2 : « TOUCHER LA BALLE »

- 🏀 Être en capacité de toucher le ballon = **DISTANCE D'UN BRAS**
- 🏀 Faire changer de direction plusieurs fois le porteur de balle pour voler les ballons sur les changements de mains lors du dribble = **RALENTIR le BALLON**
- 🏀 Ne pas tenter d'interception à pleine vitesse lors des replacements = **CONTROLER SES ATTITUDES DE BRAS**

LA DÉFENSE SUR PORTEUR DE BALLE

Intention N°3 : « **CONTROLE DANS LA ZONE À 2 PTS** »

- Ne pas toucher l'adversaire lors des pénétrations en dribble = être **PROPRE** au niveau des bras
- Dissuader les tirs proches du cercle avec les 2 bras en l'air = **DÉFORMER LE TIR**
- Rester si possible face avec les appuis au sol = **CONTRÔLER LE REBOND**



LA DÉFENSE SUR NON PORTEUR DE BALLE

Intention N°4 : « **PRENDRE LE JOUEUR LE PLUS PRÊT** »

- 🏀 Prendre le joueur le plus prêt sur les situations de transitions avec de la communication entre joueur =
PARTAGER LES DEPLACEMENTS et TRANSITER RAPIDEMENT
- 🏀 Apprendre lors des ballons morts (remise en jeu) à réajuster les rapports de force au niveau de l'opposition =
CHANGER DE JOUEUR

Intention N°5 : « **REGARDER LA BALLE** »

- 🏀 Donner priorité au ballon = **UN ŒIL SUR LA BALLE**
- 🏀 Se replacer par la course puis en étant dos au panier que l'on défend = **FAIRE FACE AU JEU**

LA DÉFENSE SUR NON PORTEUR DE BALLE

Intention N°6 : « DÉFENDRE LES LIGNES DE PASSES »

- 🏀 Pouvoir intervenir sur la ligne de passe (ballon – joueur) sur remise en jeu (plus facile) mais également dans le jeu = **COUPER LA PASSE**
- 🏀 Fermer des espaces si mon adversaire direct est loin du ballon toujours en étant sur la ligne de passes = **DONNER DE LA DISTANCE** (positionnement d'aides défensives)

Intention N°7 : « FEINTER EN DÉFENSE »

- 🏀 Feinter l'aide défensive et reprendre son joueur en coupant la ligne de passe = **AIDER / REPRENDRE**
- 🏀 Intervenir en AIDE DÉFENSIVE entre le porteur et le panier = **CORPS OBSTACLE**
- 🏀 Effectuer les Rotations défensives avec les joueurs les plus proches en cas d'aide = **AIDE DE L'AIDE**



LE REBOND

Intention N°8 : « **ALLER AU REBOND OFFENSIF** »

- 🏀 Anticiper la trajectoire du tir et se placer au triangle de rebond (3 angles) = **MINIMUM 3 JOUEURS au rebond offensif**
- 🏀 Anticiper le placement à l'opposé avec une prise de contact sur les tirs extérieurs pour repousser l'adversaire derrière la planche ou vers le milieu = **CRÉER UN ESPACE DE REBOND & SAUTER**
- 🏀 Pour les tirs proches du cercle notamment mais aussi sur des tirs plus lointains ou les défenseurs ne contrôlent pas leurs joueurs = **SUPRENDRE par le MOUVEMENT & SAUTER**

LE REBOND

Intention N°9 : « **CONTRÔLER LE REBOND DÉFENSIF** »

- 🏀 Anticiper la trajectoire du tir et les espaces libres = **REGARDER LE BALLON et les JOUEURS**
- 🏀 Ne pas être dos ou face à la balle = **ÊTRE DE PROFIL**
- 🏀 Se placer entre son adversaire direct et le panier pour l'empêcher de prendre de la vitesse seulement si il va au panier
= **CONTACT AVANT BRAS**
- 🏀 Peu de joueurs sur les tirs lointains de face et à 45° vont au rebond offensif, le défenseur qui gêne le tir anticipe la contre-attaque = **ANTICIPER LE JEU DE RELANCE**



LE JEU DE RELANCE

Intention N°10 : « **SORTIR VITE LE BALLON** »

- 🏀 Anticiper et orienter son regard vers le panier adverse en tenant compte des attaquants et défenseurs = **REGARDER**
et **s'ORIENTER** pour relancer
- 🏀 Apprendre à relancer au plus rapide dans le jeu direct en **PASSES** ou en **DRIBBLES** sur la ligne Ballon/panier = **VITE**
AU PANIER
- 🏀 Si le jeu direct n'est pas possible au niveau de l'occupation des espaces - utiliser un espace pour se dégager toujours par la passe ou le dribble (jeu indirect) = **NE PAS STOPPER LE BALLON**

Intention N°11 : « **SPRINTER** »

- 🏀 Courir vite vers l'avant en regardant a balle pour les joueurs non-porteurs = **UN ŒIL SUR LA BALLE**
- 🏀 Anticiper la réception du ballon sans avoir besoin d'éliminer un adversaire avec le ballon = **ANTICIPER le 1C0**

LE JEU DE RELANCE

Intention N°12 : « **PASSER** »

- 🏐 Passer vers l'avant si possible avant la ligne médiane : **PASSER AVANT LA MÉDIANE**
- 🏐 Passer sur un pied rapidement et de manière fortes (passes direct) ou lobées (passes dans un espace) = **PUISSANCE**

DE LA PASSE

Intention N°13 : « **UTILISER LA PROFONDEUR** »

- 🏐 Exploiter le surnombre et utiliser la passe de fixation (à terre, dans le dos) = **FIXER LA DÉFENSE**
- 🏐 Utiliser la PROFONDEUR pour le non porteur = **TIRER SANS OPPOSITION**
- 🏐 Si les défenseurs ou le porteur sont proches du cercle, utiliser la profondeur en s'écartant = **PROPOSER UN TIR**

EXTÉRIEUR OUVERT



LE JEU DE CONTINUITÉ

Intention N°14 : « **NE PAS STOPPER LE BALLON** »

- 🏀 Compter le nombre de partenaire et de défenseur en amont du ballon pour évaluer le surnombre ou le sous nombre offensif = **REGARGER LE REPLI DÉFENSIF**
- 🏀 Attaquer en dribble dans l'espace libre pour aller au panier si peu de défenseurs dans le couloir de 1 contre 1 = **PRIORITÉ AU DUEL** : la base du jeu collectif
- 🏀 Utiliser la passe latérale en cas d'aide défensives ou garder le dribble pour se replacer pour assurer le mouvement du ballon et déclencher les reprises de joueurs plus facile pour attaquer = **FIXATION - PASSE**

Intention N°15 : « **PRENDRE LES TIRS OUVERTS** »

- 🏀 Le mouvement du ballon implique une agressivité continue vers le cercle à savoir la capacité à pouvoir scorer donc tirer = **PRENDRE TOUS LES TIRS OUVERTS**
- 🏀 Après un dribble, une passe latérale ou une passe venant de l'intérieur ; les tirs non contestés par la défense doivent être sanctionnés par une prise de tirs et ce, **peu importe l'action précédente, le joueur, et le « tempo » de l'attaque**

LE JEU DE CONTINUITÉ

Intention N°16 : « **UTILISER LA PROFONDEUR** »

- 🏀 Utiliser la profondeur en utilisant ses partenaires qui libèrent une espace dans le jeu direct pour attaquer et **PÉNÉTRER EN DRIBBLE DANS LA DÉFENSE**
- 🏀 Utiliser l'espace de la ligne de fond car les défenseurs ont souvent du mal à contrôler cette espace : **SE CACHER** et **PLONGER DANS LE DOS** de la Défense : jouer les BACKDOORS ligne de fond
- 🏀 Lors des dribbles de remplacement (latéral et/ou recul) - Utiliser la « **COUPE** » **AU PANIER** et le « **ET VA** » dans l'axe avec de la vitesse en passant prioritairement devant.



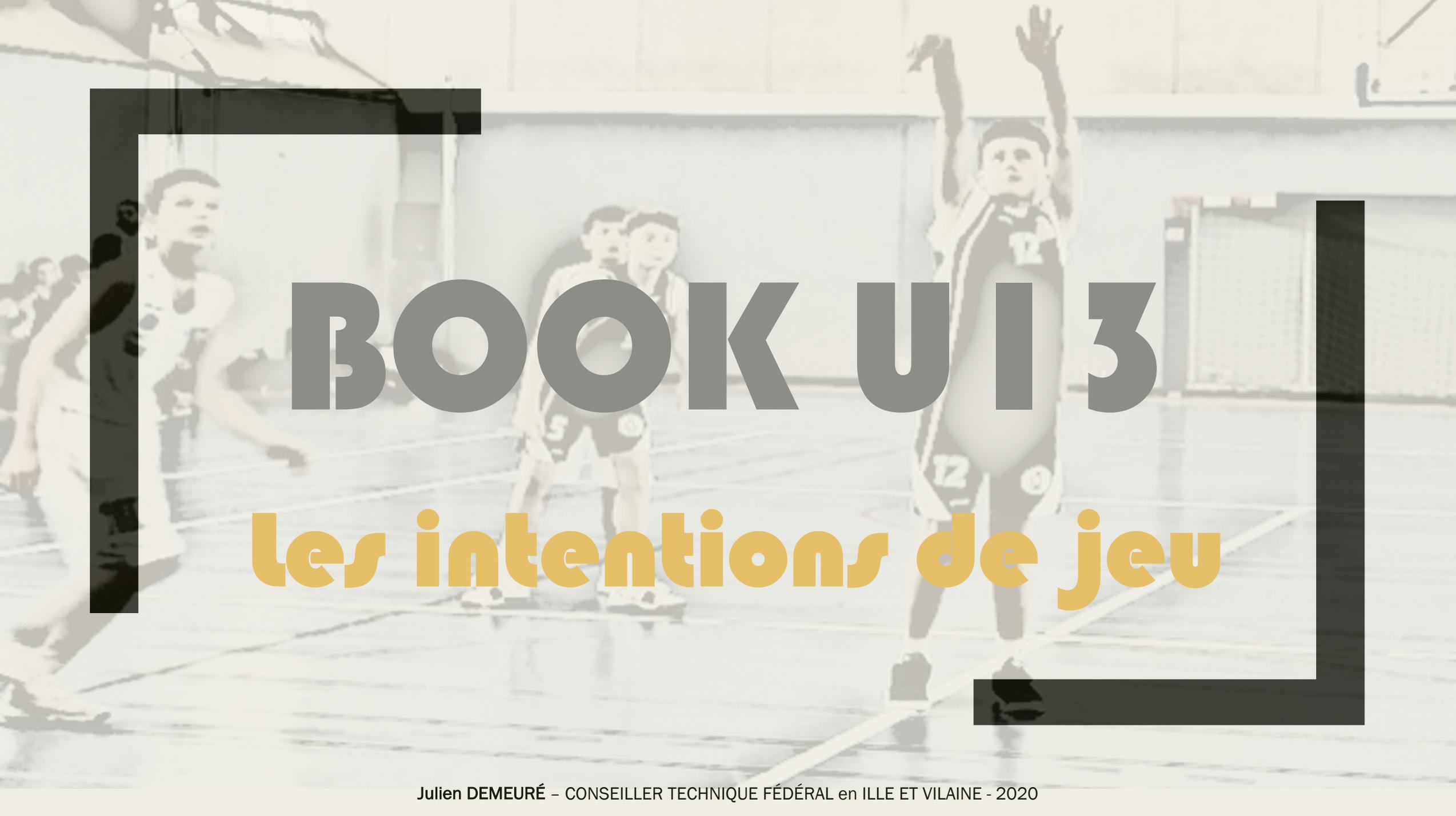
Intention N°17 : « **PASSER et BOUGER la BALLE** »

- 🏀 Après un point de fixation intérieur avec le ballon : être disponible dans le jeu extérieur pour **OUVRIER UN ANGLE DE PASSE** puis **TIRER** ou **EXTRA PASSE** mais éviter de nouveau l'attaque en dribble qui fixera la défense au même endroit à savoir proche du cercle.
- 🏀 Après la fixation et le point de fixation extérieur avoir un troisième joueur en soutien de passe « proche » pour favoriser la vitesse de passe et en léger mouvement pour être prêt à **TIRER** ou **ATTAQUER EN DRIBBLE**

Pour conclure...

Un Projet de JEU avec 17 intentions
qui peuvent être développés au sein d'un club
Déterminer un cadre « compris de tous » dans
lequel les jeunes peuvent s'exprimer...

NE PAS OUBLIER que le JOUEUR doit être armé
pour pouvoir jouer sur ces intentions
= Fondamentaux +++ (Ballon + motricité)



BOOK U 13

les intentions de jeu