

→ Caractéristiques générales

Une défense de zone est une défense s'organisant contre le ballon, les défenseurs étant chacun responsable de la couverture d'une zone de terrain. La défense de zone est une défense individuelle dans une zone de terrain couplée à une synchronisation du déplacement des quatre autres défenseurs, ces derniers devant faire preuve d'un très grande mobilité : lorsque le ballon se déplace, à la réception de la passe, la zone doit s'être repositionnée. On demandera généralement aux défenseurs situés à l'opposé du ballon (par rapport à l'axe panier-panier) d'adopter une position « ouverte » leur permettant de voir le ballon et les attaquants se situant dans leur secteur (appuis parallèles à la ligne de passe).

→ Avantages des défenses de zones

- ♦ favorisent naturellement la contre-attaque (interceptions, couloirs déjà occupés)
- ♦ favorisent la protection de la zone réservée ainsi que le rebond défensif (naturellement organisé)
- ♦ performantes si les attaquants sont maladroits dans les tirs extérieurs

→ Options de défenses

Dans une défense de zone, on ne peut pas défendre partout, il faut choisir des options : soit fermer l'intérieur, soit fermer la circulation du ballon en périphérie. Lorsque le porteur de balle est placé face à un intervalle entre 2 joueurs, le défenseur qui sort est soit celui qui est le plus éloigné du panier (cas d'un intervalle entre deux lignes défensives), soit celui qui favorisera la meilleure orientation du porteur (cas d'un intervalle entre deux joueurs de la 1^{ère} ligne défensive). Il existe une situation offensive particulièrement dangereuse pour une défense de zone : il faut être attentif à la montée au poste haut (point faible de pratiquement toutes les défenses de zone) du poste bas opposé, qui s'effectue en général dans le dos des défenseurs lorsque le ballon est dans l'aile. Le défenseur concerné devra annoncer le mouvement de l'attaquant (par exemple, en annonçant « post »), contester son déplacement, voire si nécessaire prendre momentanément l'attaquant en défense individuelle (à condition que l'on puisse mettre en place une rotation défensive adéquate).

→ Différents types de zones

Nous distinguerons 2 grandes familles de zones : les zones paires (2-1-2, 2-3) et les zones impaires (1-3-1, 1-2-2, 3-2), et ceci en fonction du nombre de défenseurs (pair ou impair) constituant la première ligne défensive.

→ Progression pédagogique

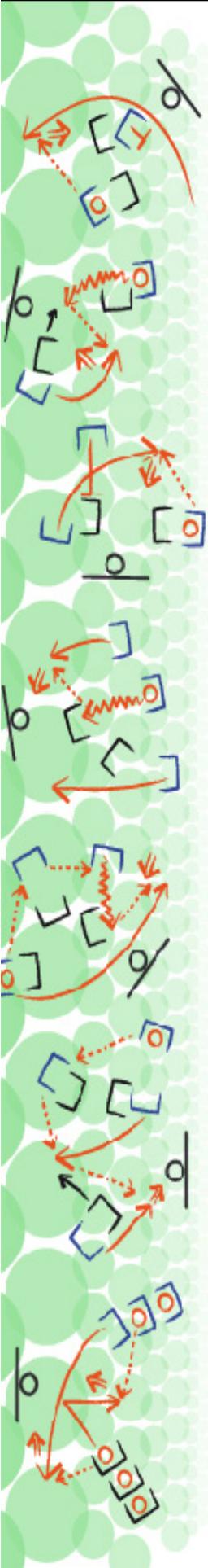
Avant de familiariser progressivement les défenseurs avec les différentes situations rencontrées, nous pourrions décomposer la mise en place d'une défense de zone en trois grandes phases :

- ♦ travail contre des attaquants occupant uniquement les secteurs 2, 3 et 0 (positionnement en « fer à cheval »).
- ♦ travail avec des attaquants situés au poste 4 et / ou au poste 5 en plus des autres secteurs.
- ♦ travail des cas particuliers : surnombre offensif, attaque spécifique aux zones paires ou impaires, etc.



Un travail spécifique sous forme d'exercices peut-être également mis en place pour travailler plus particulièrement les déplacements d'une ligne défensive ou les mouvements des défenseurs situés sur un même quart de terrain (utilisation de plots pour délimiter si nécessaire certaines zones du terrain).

Il est souvent pertinent d'imposer un certain nombre de contraintes à l'attaque par le biais d'interdictions (interdire les pénétrations dans la raquette, interdire la passe au poste 4, etc.) ou d'obligations (couper à l'opposé après une passe, passer le ballon au poste 5 avant toute tentative de tir, etc.) afin de travailler plus efficacement certains aspects de la défense de zone.

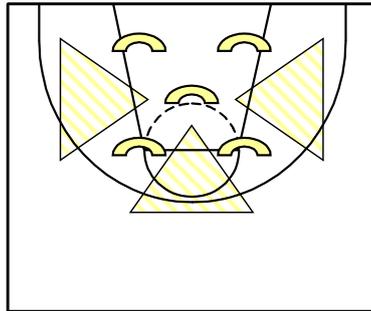
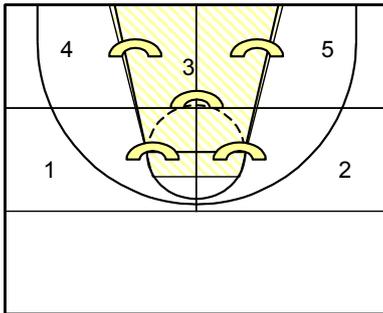


→ Défense de zone 2-1-2

Points Forts : défense forte sous le panier, favorise le contrôle du rebond et gêne les pivots adverses (poste haut et poste bas).

Points Faibles : se désarticule facilement sur bonne circulation de la balle et favorise les tirs extérieurs.

→ Généralités



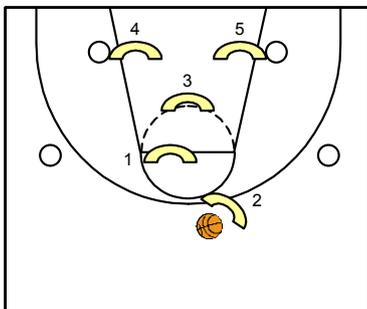
Zones de faiblesses

- ♦ dans les intervalles situés à mi-hauteur de la zone réservée.
- ♦ en haut du demi-cercle restrictif.

Répartition des secteurs

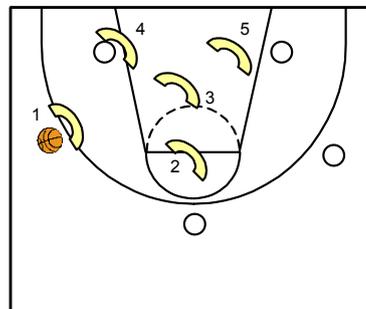
- ♦ Le défenseur 3 ne sort pratiquement jamais de la zone réservée.

→ Placement de la zone en fonction de la position du ballon

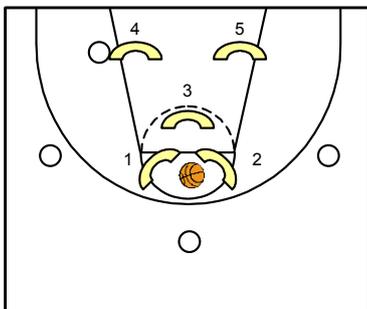


Ballon en secteur 2

- ♦ Le défenseur 2 oriente le porteur de balle vers son partenaire 1 tout en interdisant la passe vers l'attaquant situé de son côté.

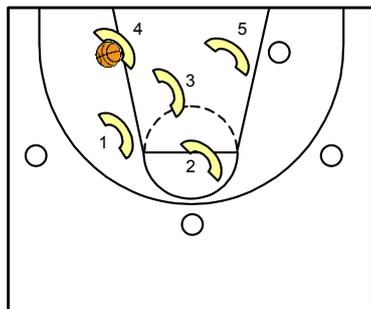


Ballon en secteur 3



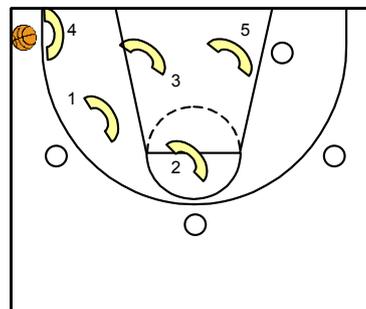
Ballon en secteur 4

- ♦ Les défenseurs 4 et 5 ne doivent pas laisser un attaquant au poste bas se présenter au cœur de la raquette pour demander la balle.



Ballon en secteur 5

- ♦ Le défenseur 4 empêche les pénétrations en ligne de fond. Le défenseur 3 empêche les pénétrations au cœur de la zone réservée.



Ballon en secteur 0

- ♦ Le défenseur 1 descend en aide en se positionnant en bordure de la zone réservée, au niveau du ballon.

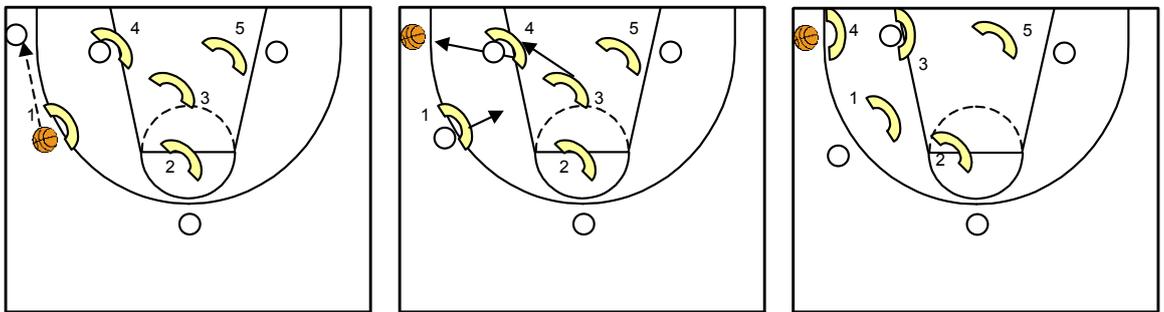


Généralités :

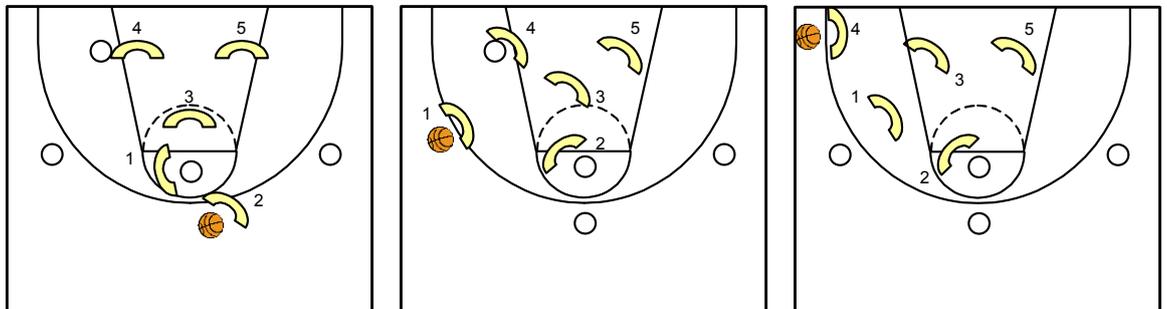
- ◆ Pression sur porteur de balle
- ◆ Surpasser le poste bas et interdire toute passe au poste haut
- ◆ Priorité = protection de la zone réservée : on ne cherche pas à gêner les retours de passes (sauf en cas de trappe) : on se place en aide côté ballon

→ Placement de la zone dans le cas d'un surnombre offensif

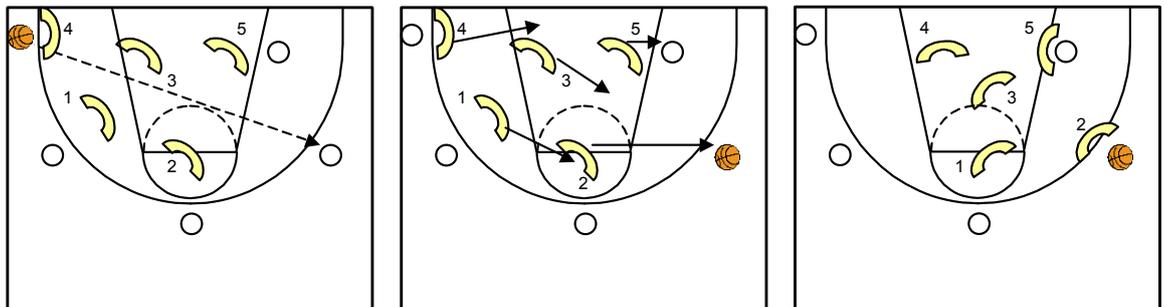
Pas de prise à 2 en cas de surnombre offensif



→ Placement de la zone avec un attaquant au poste haut

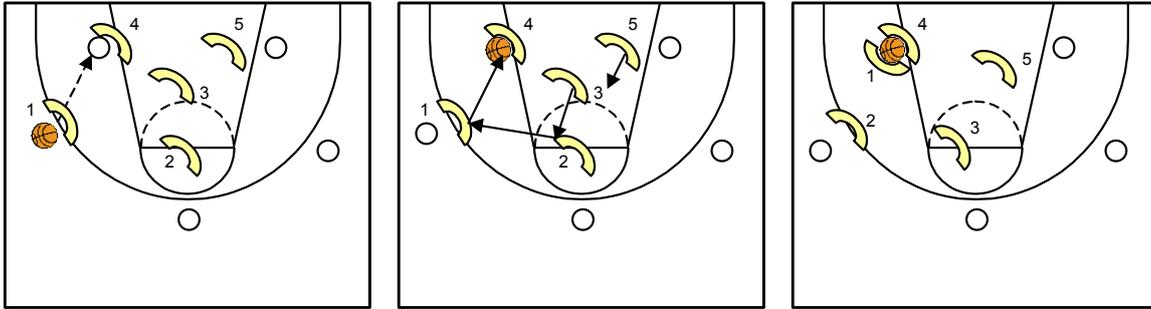


→ Déplacement de la zone lors d'une passe de renversement



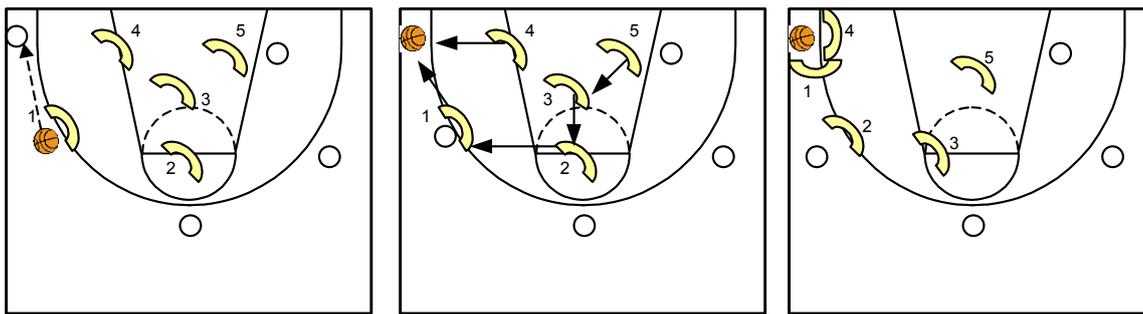
Si l'attaquant situé à l'opposé du ballon se situe bien au dessus de la ligne de lancer-francs, c'est le défenseur 5 qui le prend en charge lors du renversement. Le défenseur 3, quant à lui, se substitue au défenseur 5 en défendant sur le poste bas.

→ Mise en place d'une trappe en secteur 5



Si le défenseur 2 n'arrive pas à empêcher le retour de passe, les autres défenseurs se replacent en fonction du ballon et c'est le défenseur 1 qui se substitue au défenseur 2 au niveau de la rotation défensive (avec, si nécessaire aider-reprendre de la part du défenseur 3).

→ Mise en place d'une trappe en secteur 0



Si le défenseur 2 n'arrive pas à empêcher le retour de passe, les autres défenseurs se replacent en fonction du ballon et c'est le défenseur 1 qui se substitue au défenseur 2 au niveau de la rotation défensive (avec, si nécessaire aider-reprendre de la part du défenseur 3).

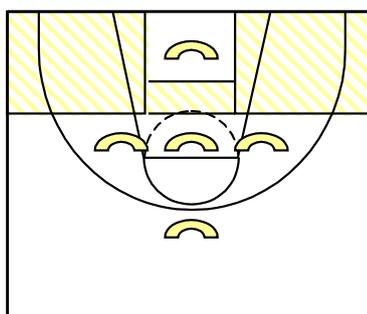
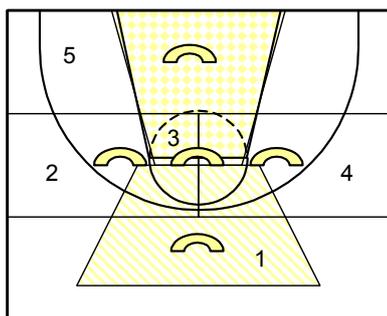


→ Défense de zone 1-3-1

Points Forts : défense rendant les tirs extérieurs tout comme les pénétrations difficiles (3 défenseurs positionnés entre le ballon et le panier)

Points Faibles : les coins bas sont très vulnérables et le joueur placé sous le panier doit être un défenseur mobile de grande taille.

→ Généralités



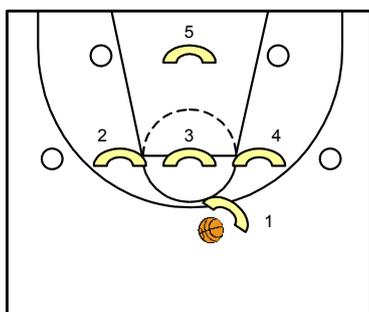
Zones de faiblesses

- ♦ dans les coins au fond du terrain
- ♦ au centre

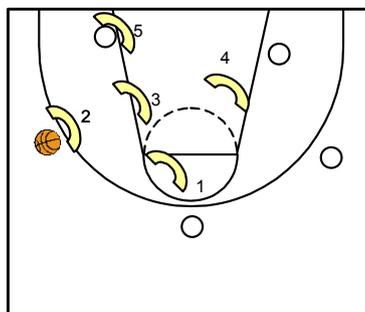
Répartition des secteurs

- ♦ 3, qui ne sort jamais de la zone réservée se positionne toujours entre le ballon et le panier. Il se place toujours au dessus de son attaquant direct au poste bas et toujours au dessus au poste haut.

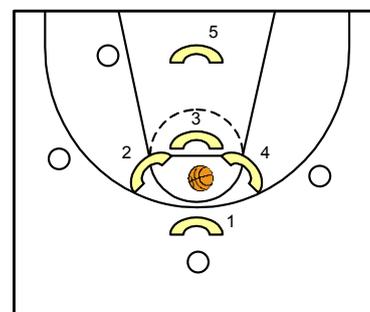
→ Placement de la zone en fonction de la position du ballon



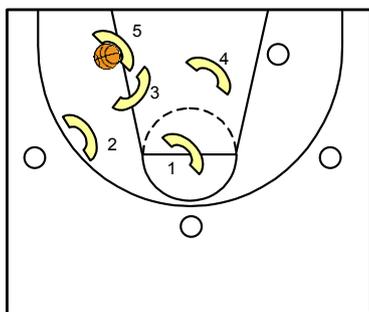
Ballon en secteur 2



Ballon en secteur 3

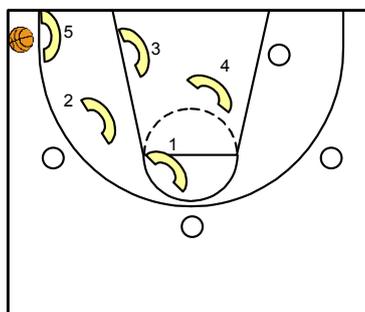


Ballon en secteur 4



Ballon en secteur 5

- ♦ Le défenseur 5 empêche les pénétrations en ligne de fond.
- ♦ Le défenseur 3 empêche les pénétrations au cœur de la zone réservée.



Ballon en secteur 0

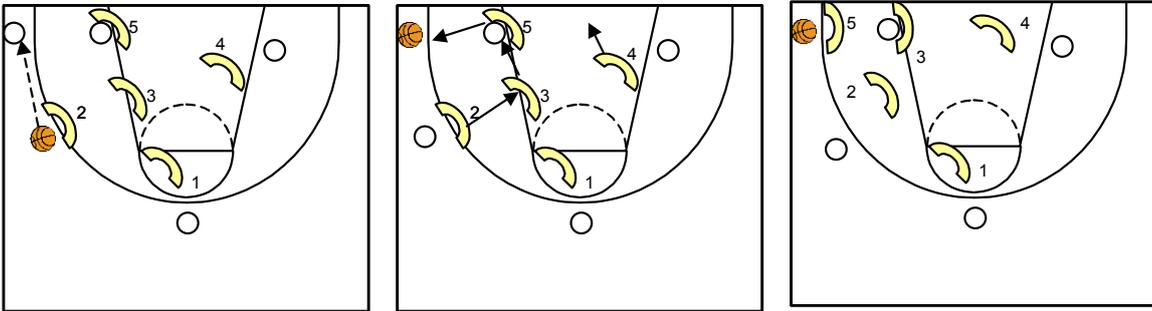
- ♦ Le défenseur 2 descend en aide en se positionnant en bordure de la zone réservée, au niveau du ballon.

- ♦ L'attaquant situé au poste haut ne doit pouvoir passer le ballon qu'à des coéquipiers situés au dessus de la ligne de lancer-francs.

Généralités :

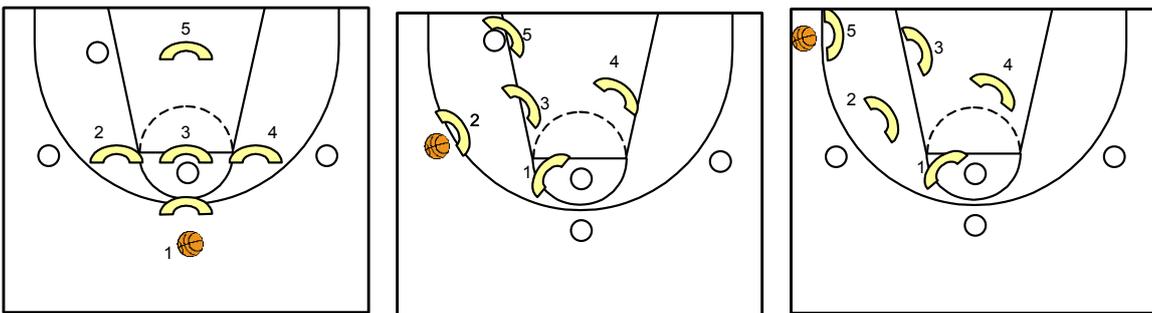
- ♦ Pression sur porteur de balle
- ♦ Surpasser le poste bas et interdire toute passe au poste haut
- ♦ Priorité = protection de la zone réservée : on ne cherche pas à gêner les retours de passes (sauf en cas de trappe) : on se place en aide côté ballon

→ Placement de la zone dans le cas d'un surnombre offensif



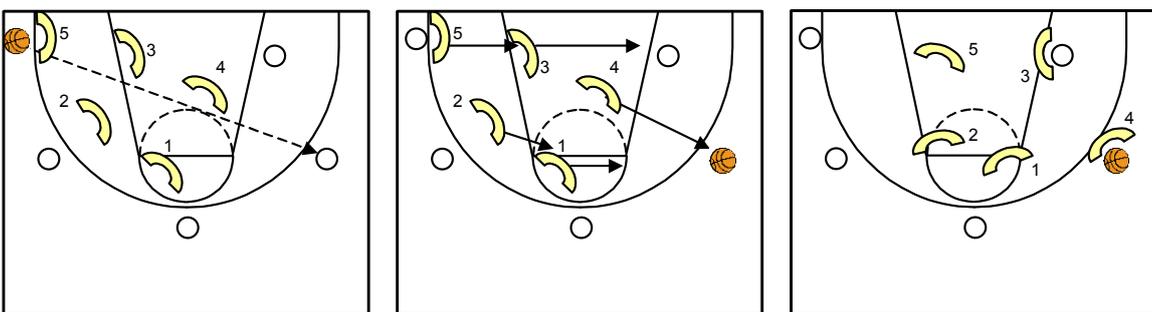
Pas de prise à 2 en cas de surnombre offensif

→ Placement de la zone avec un attaquant au poste haut



Lorsque le ballon est en secteur 2, le joueur 1 flotte entre le porteur de balle et l'attaquant au poste haut.

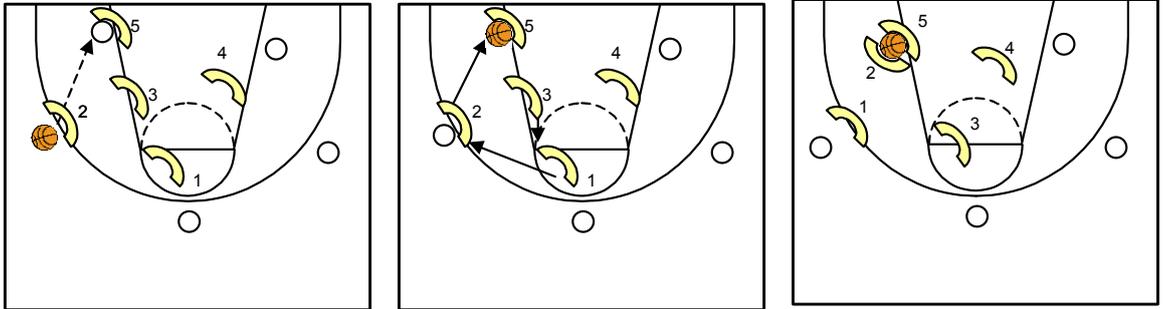
→ Déplacement de la zone lors d'une passe de renversement



Dans ce cas, on ne se retrouve pas directement dans une configuration caractéristique de la défense de zone 1-3-1. Pour cela, il faudrait que 3 se replace entre le ballon et le panier, que 5 prenne la place de 3 et que 2 redescende en aide en contrôlant les 2 attaquants situés à l'opposé.

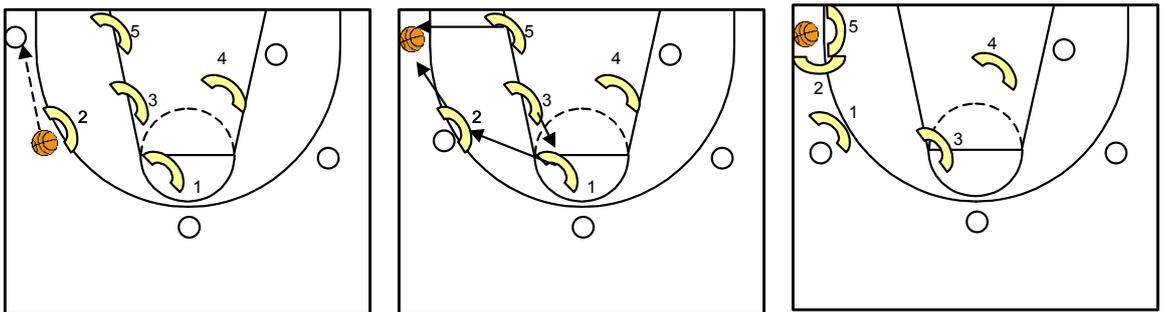


→ Mise en place d'une trappe en secteur 5



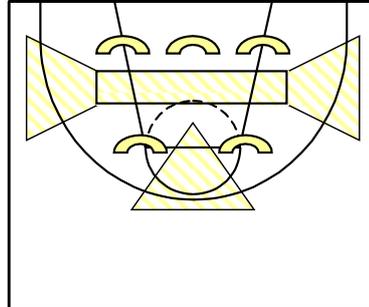
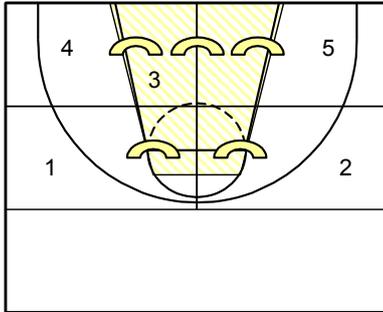
Un autre choix consiste à faire intervenir dans la trappe le défenseur 3 ; dans ce cas, le défenseur 2 reste en place (il coupe le retour de passe vers son vis à vis) et le défenseur 1 se positionne sous la ligne de lancer-francs.

→ Mise en place d'une trappe en secteur 0



Si le défenseur 1 n'arrive pas à empêcher le retour de passe, les autres défenseurs se replacent en fonction du ballon et c'est le défenseur 2 qui se substitue au défenseur 1 au niveau de la rotation défensive (avec si nécessaire, aider-reprendre de la part du défenseur 3).

→ Défense de zone 2-3



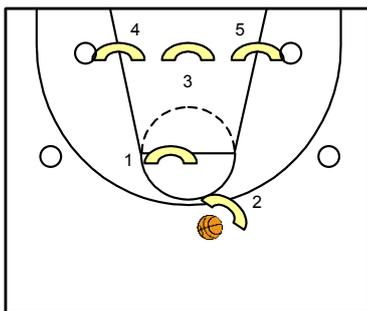
Zones de faiblesses

- ♦ dans les ailes.
- ♦ entre les 2 lignes défensives.

Répartition des secteurs

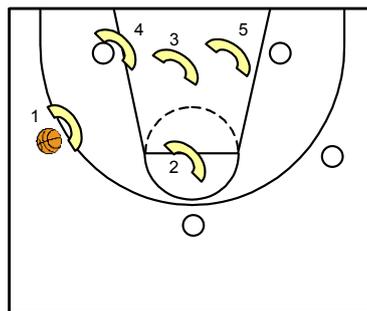
- ♦ Le défenseur 3 ne sort pratiquement jamais de la zone réservée.

→ Placement de la zone en fonction de la position du ballon

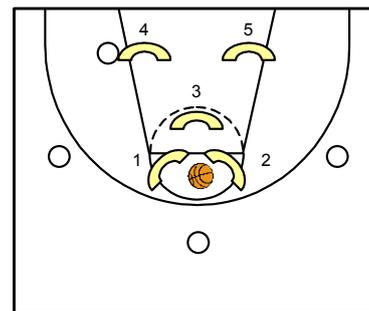


Ballon en secteur 2

- ♦ Le défenseur 2 oriente le porteur de balle vers son partenaire 1 tout en interdisant la passe vers l'attaquant situé de son côté.

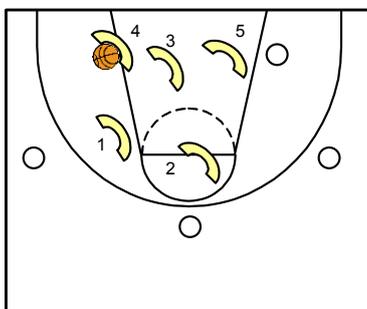


Ballon en secteur 3



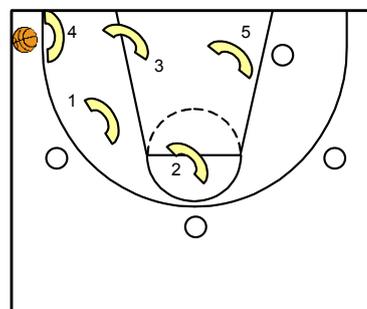
Ballon en secteur 4

- ♦ Les défenseurs 4 et 5 ne doivent pas laisser un attaquant au poste bas se présenter au cœur de la raquette pour demander la balle.



Ballon en secteur 5

- ♦ Le défenseur 4 empêche les pénétrations en ligne de fond.
- ♦ Le défenseur 3 empêche les pénétrations au cœur de la zone réservée.

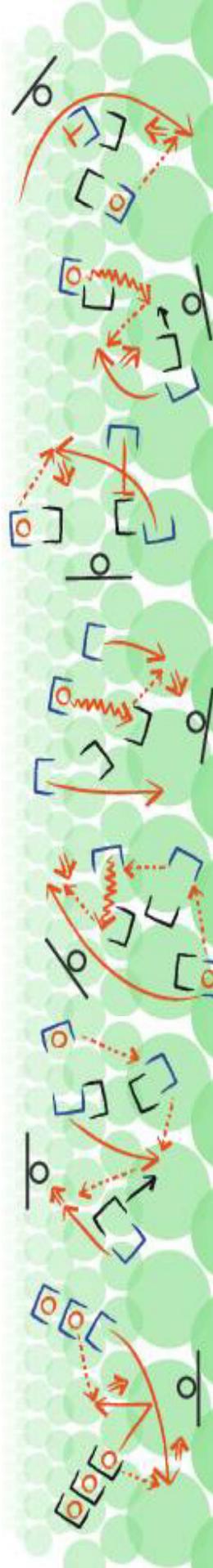


Ballon en secteur 0

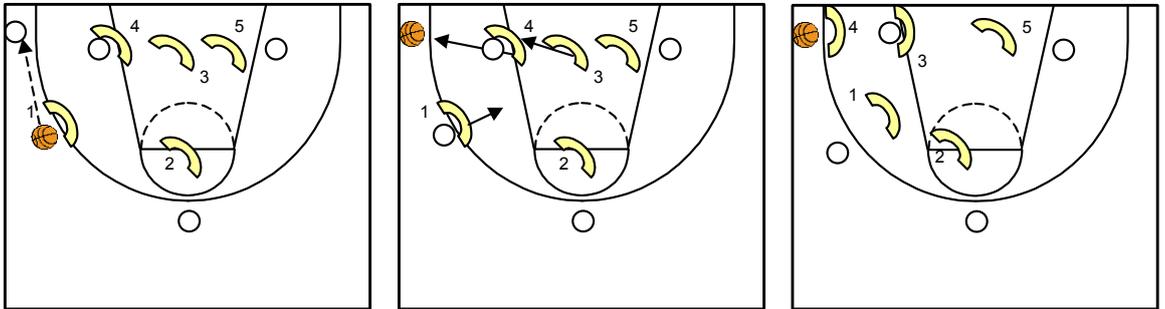
- ♦ Le défenseur 1 descend en aide en se positionnant en bordure de la zone réservée, au niveau du ballon.

Généralités :

- ♦ Pression sur porteur de balle
- ♦ Surpasser le poste bas et interdire toute passe au poste haut
- ♦ Priorité = protection de la zone réservée : on ne cherche pas à gêner les retours de passes (sauf en cas de trappe) : on se place en aide côté ballon

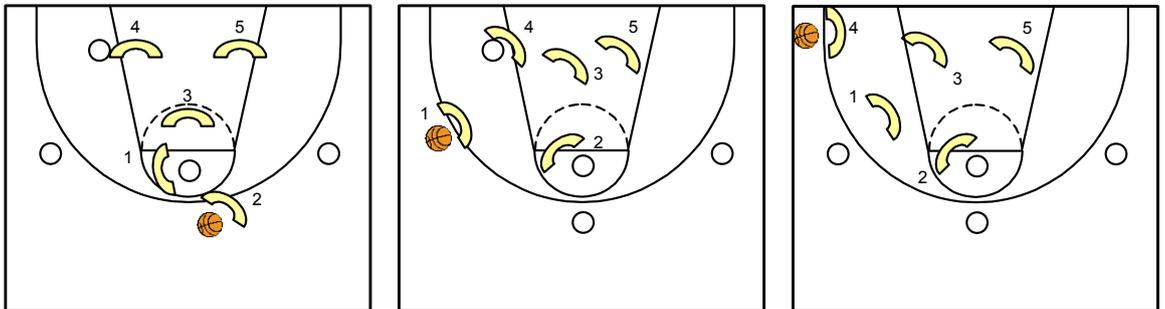


→ Placement de la zone dans le cas d'un surnombre offensif



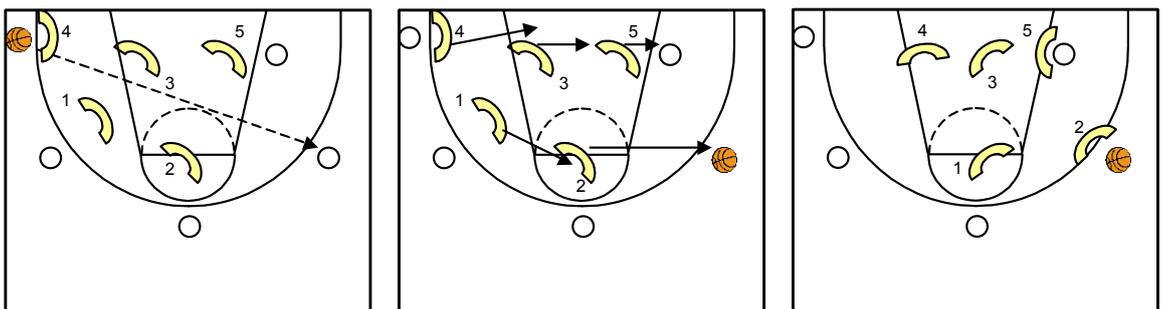
Surnombre offensif : Pas de prise à 2 en cas de surnombre offensif

→ Placement de la zone avec un attaquant au poste haut



Lorsque le ballon est en secteur 2, le joueur 1 flotte entre le porteur de balle et l'attaquant au poste haut.

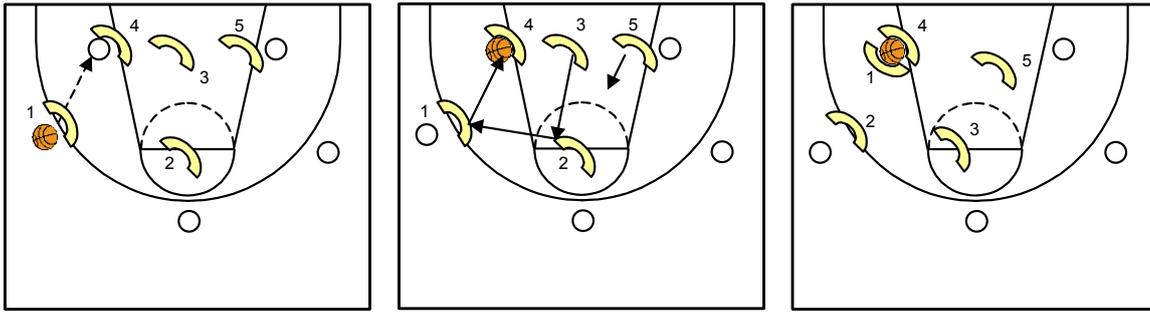
→ Déplacement de la zone lors d'une passe de renversement



Si l'attaquant situé à l'opposé du ballon se situe bien au dessous de la ligne de lancer-francs, c'est le défenseur 5 qui le prend en charge lors du renversement. Le défenseur 3, quant à lui, se substitue au défenseur 5 en défendant sur le poste bas.

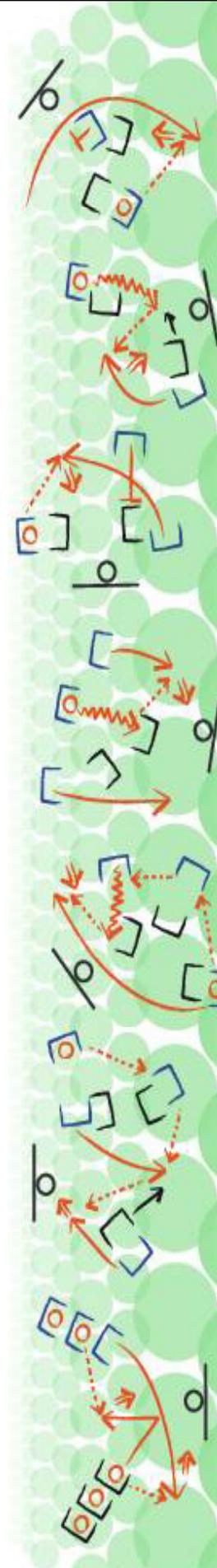
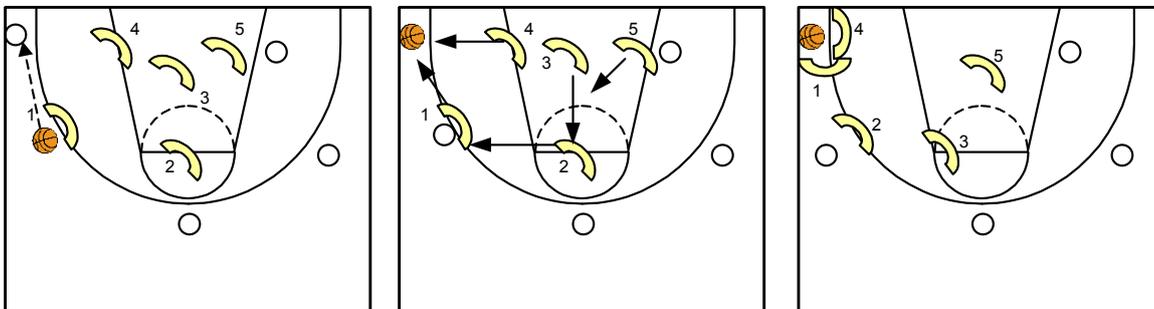
→ Mise en place d'une trappe en secteur 5

Un autre choix consiste à faire intervenir dans la trappe le défenseur 3 ; dans ce cas, le défenseur 2 reste en place (il coupe le retour de passe vers son vis à vis) et le défenseur 1 se positionne sous la ligne de lancer-francs.



→ Mise en place d'une trappe en secteur 0

Si le défenseur 1 n'arrive pas à empêcher le retour de passe, les autres défenseurs se replacent en fonction du ballon et c'est le défenseur 2 qui se substitue au défenseur 1 au niveau de la rotation défensive (avec si nécessaire, aider-reprendre de la part du défenseur 3).

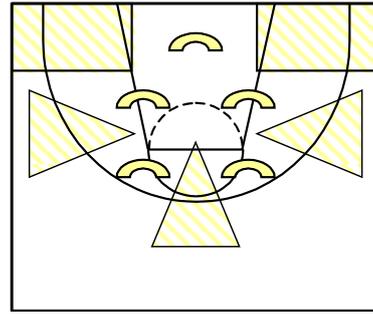
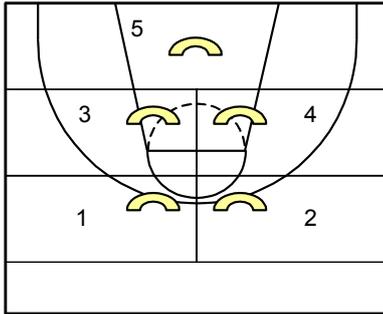


→ Défense de zone 2-2-1

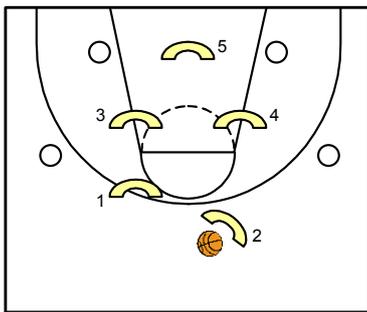
Points Forts : Excellente défense pour mettre en place des prises à 2.

Points Faibles : Sur les tireurs adroits en haut de la raquette

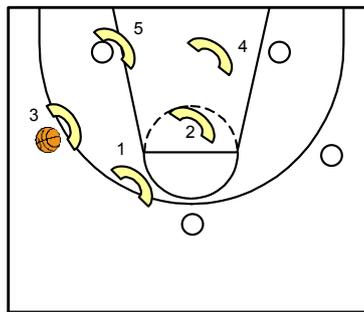
→ Généralités



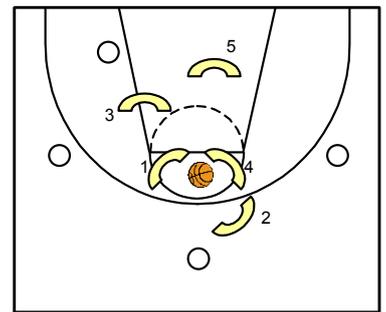
→ Placement de la zone en fonction de la position du ballon



Ballon en secteur 2

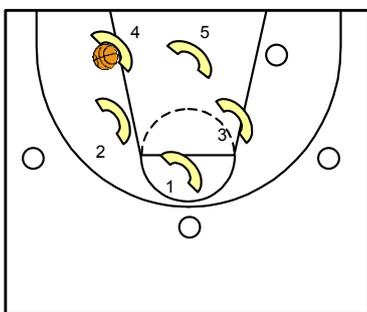


Ballon en secteur 3

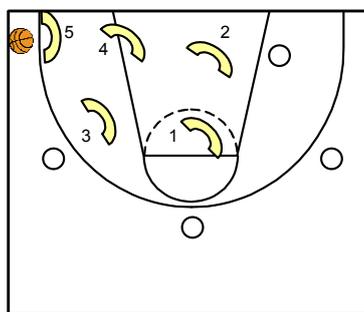


Ballon en secteur 4

♦ Le défenseur 2 cherche avant tout à couper la passe vers l'aile droite



Ballon en secteur 5

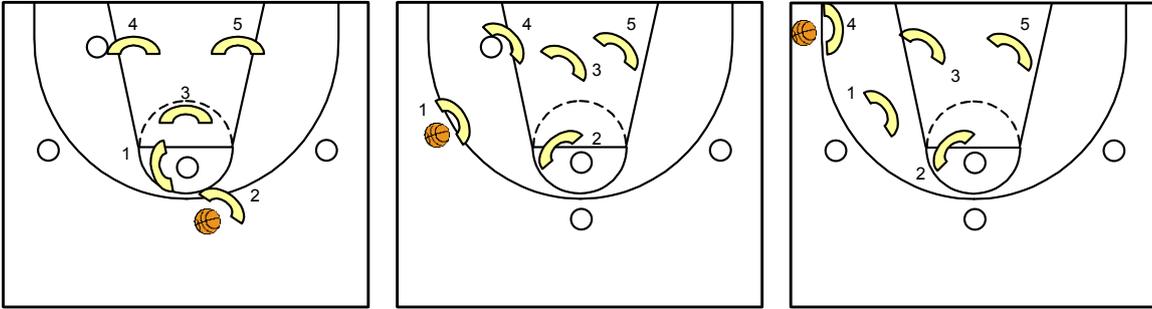


Ballon en secteur 0

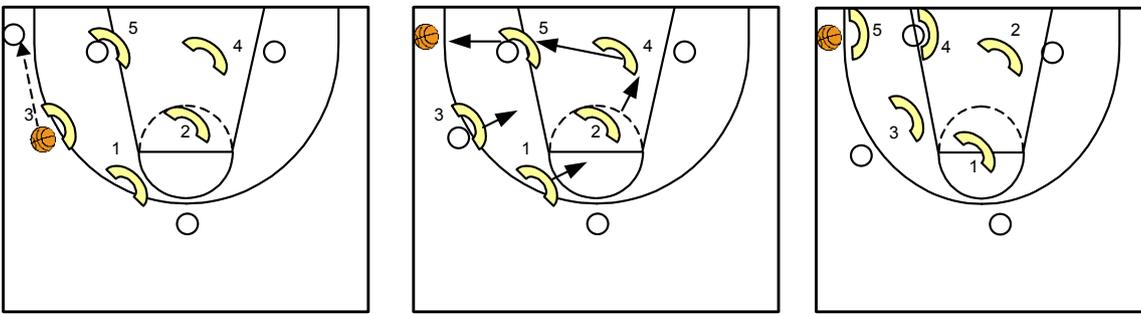
Généralités :

- ♦ Pression sur porteur de balle
- ♦ Surpasser le poste bas
- ♦ Priorité = protection de la zone réservée : on ne cherche pas à gêner les retour de passes (sauf en cas de trappe) : on se place en aide côté ballon

→ Placement de la zone dans le cas d'un surnombre offensif

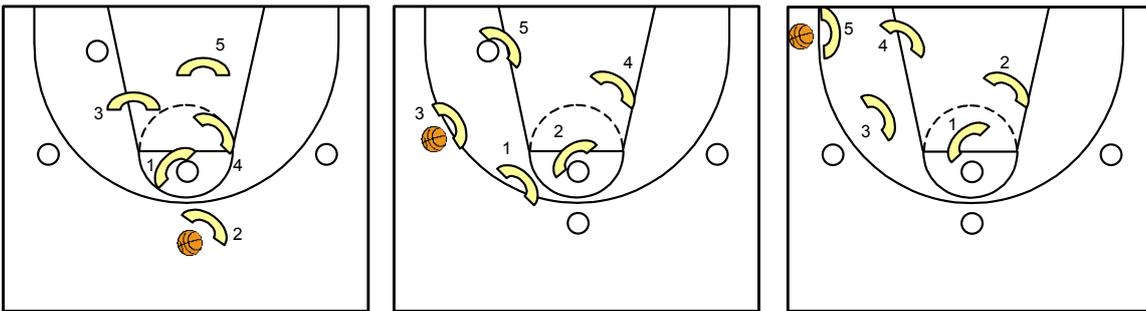


→ Déplacement de la zone lors d'une passe de renversement

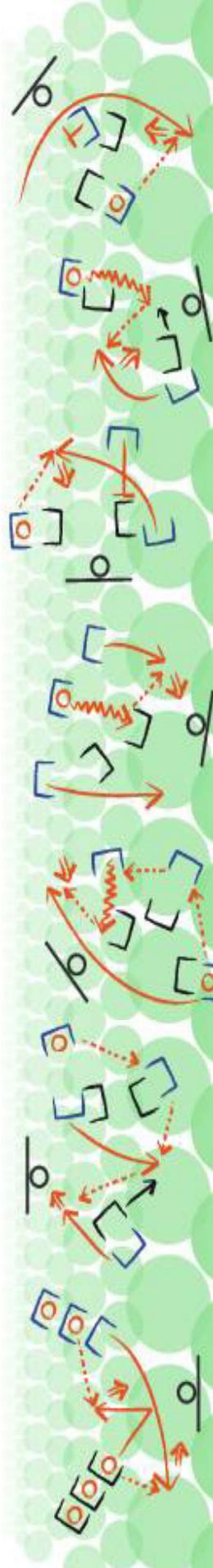
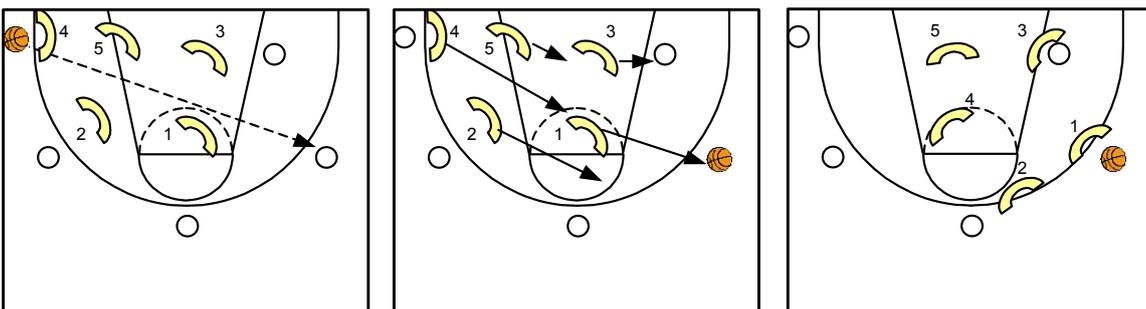


Surnombre offensif : Pas de prise à 2 en cas de surnombre offensif

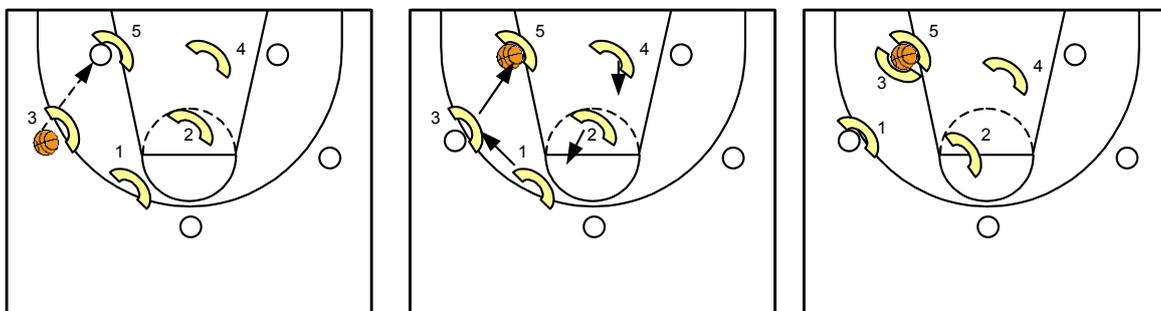
→ Placement de la zone avec un attaquant au poste haut



→ Déplacement de la zone lors d'une passe de renversement

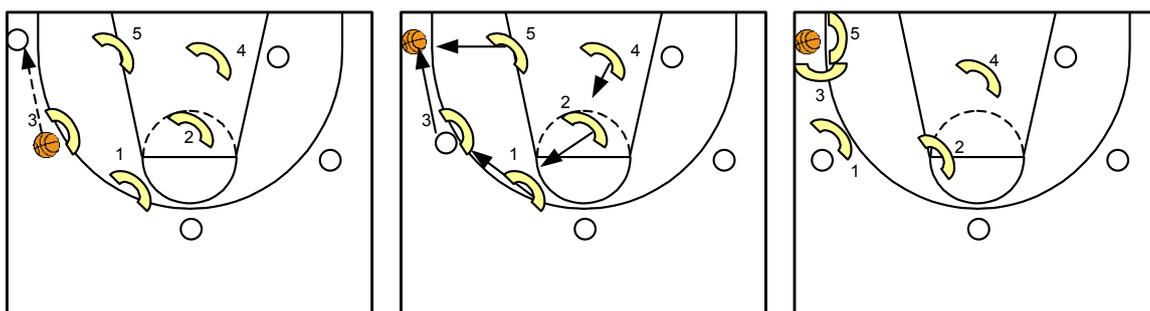


→ Mise en place d'une trappe en secteur 5



Si le défenseur 1 n'arrive pas à empêcher le retour de passe, les autres défenseurs se replacent en fonction du ballon et c'est le défenseur 3 qui se substitue au défenseur 1 au niveau de la rotation défensive (avec, si nécessaire aider-reprendre de la part du défenseur 2).

→ Mise en place d'une trappe en secteur 0



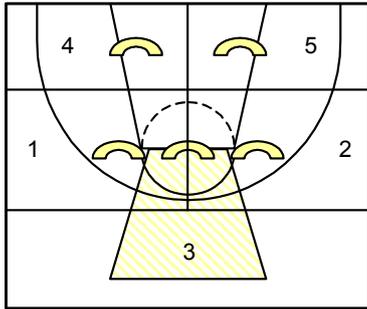
Si le défenseur 1 n'arrive pas à empêcher le retour de passe, les autres défenseurs se replacent en fonction du ballon et c'est le défenseur 3 qui se substitue au défenseur 1 au niveau de la rotation défensive (avec, si nécessaire aider-reprendre de la part du défenseur 2).

→ Défense de zone 3-2

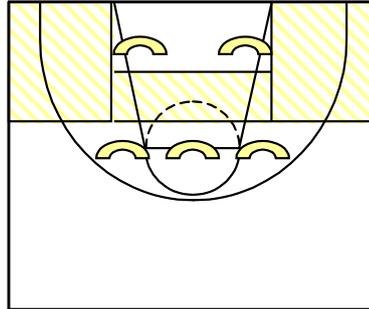
Points Forts : Défense de zone favorisant la contre-attaque (défenseurs naturellement placés dans les couloirs)

Points Faibles : Défense pouvant devenir catastrophique dès que la 1^{ère} ligne est battue

→ Généralités



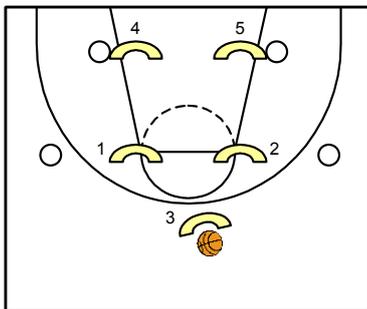
Répartition des secteurs



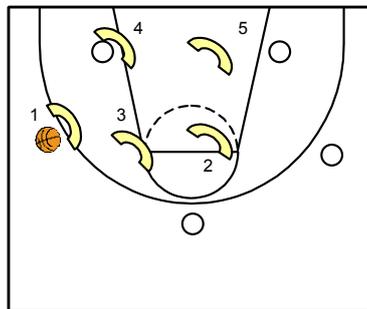
Zones de faiblesses

- ◆ au poste bas
- ◆ dans les coins
- ◆ au centre

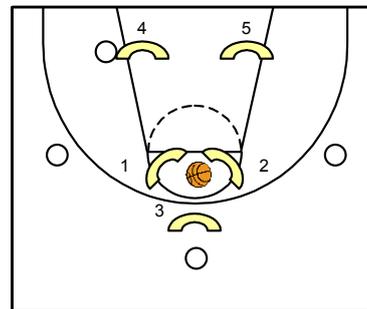
→ Placement de la zone en fonction de la position du ballon



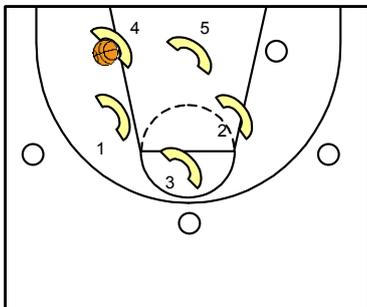
Ballon en secteur 2



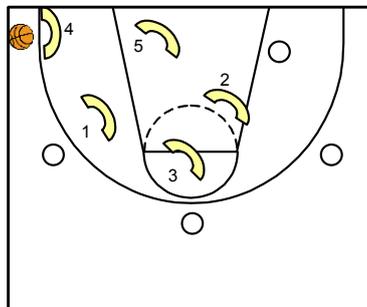
Ballon en secteur 3



Ballon en secteur 4



Ballon en secteur 5

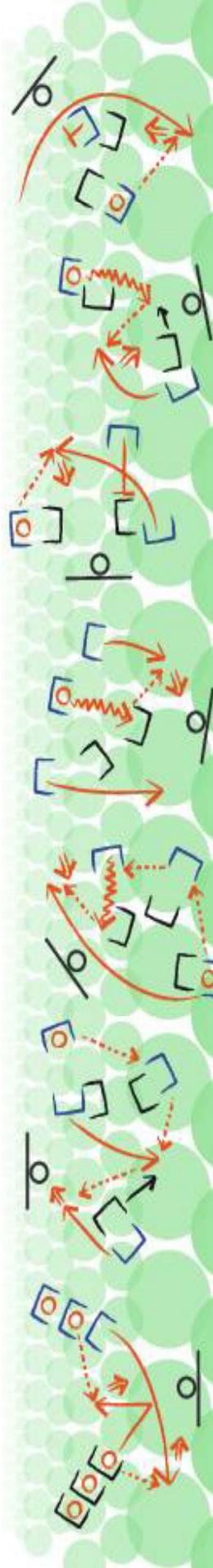


Ballon en secteur 0

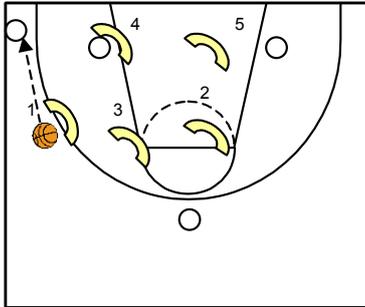
- ◆ Les défenseurs 4 et 5 ne doivent pas laisser un attaquant au poste bas se présenter au cœur de la raquette pour demander la balle.

Généralités :

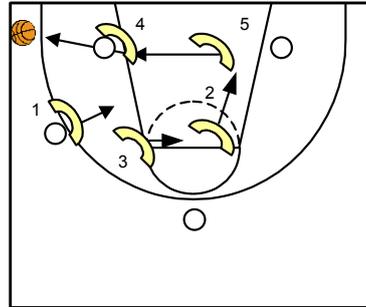
- ◆ Pression sur porteur de balle
- ◆ Surpasser le poste bas et interdire toute passe au poste haut
- ◆ Priorité = protection de la zone réservée : on ne cherche pas à gêner les retours de passes (sauf en cas de trappe) : on se place en aide côté ballon



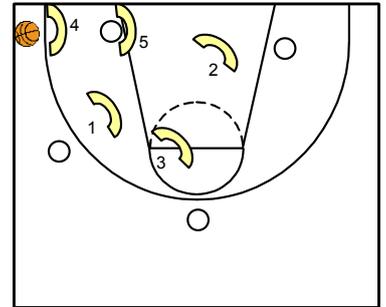
→ Placement de la zone dans le cas d'un surnombre offensif



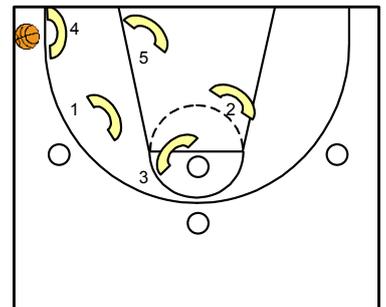
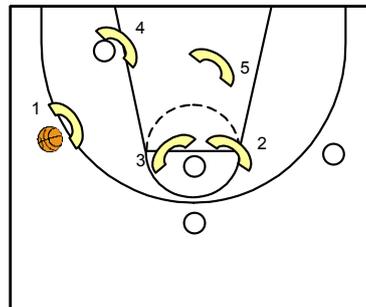
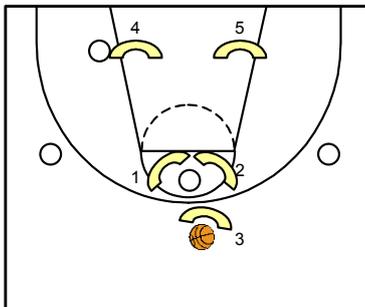
Surnombre offensif



Pas de prise à 2 en cas de surnombre offensif

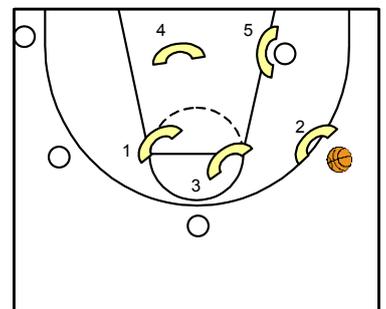
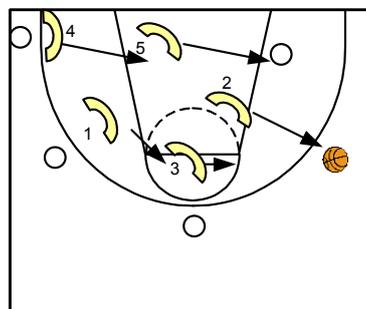
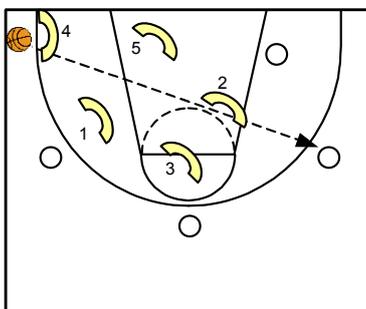


→ Placement de la zone avec un attaquant au poste haut

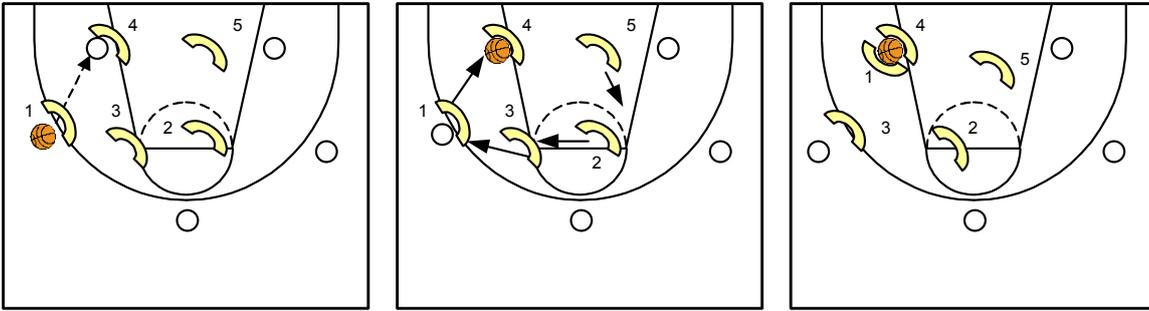


S'il n'y a pas de poste bas côté ballon : lors de la passe dans l'aile, c'est le défenseur 2 qui prend en charge le poste haut (2 se glisse derrière lui et se replace en semi-interception) et 3 remplace 2. En effet, si le poste haut coupe dans la raquette pour y recevoir le ballon, 2 pourra aisément le repousser en backdoor.

→ Déplacement de la zone lors d'une passe de renversement

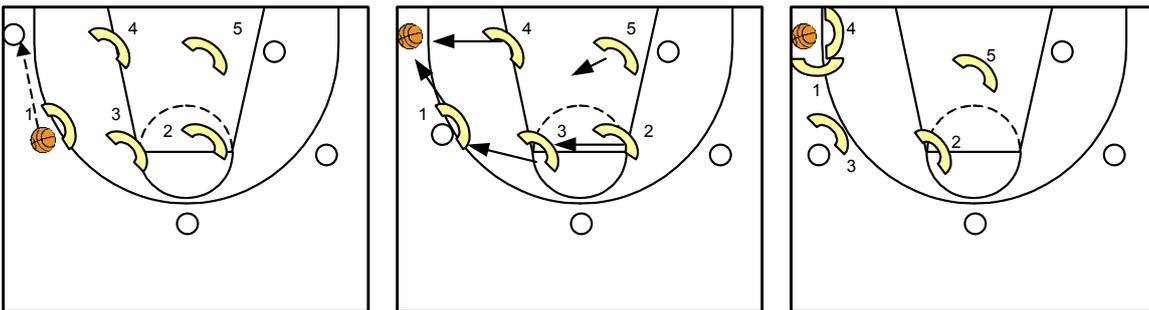


→ Mise en place d'une trappe en secteur 5

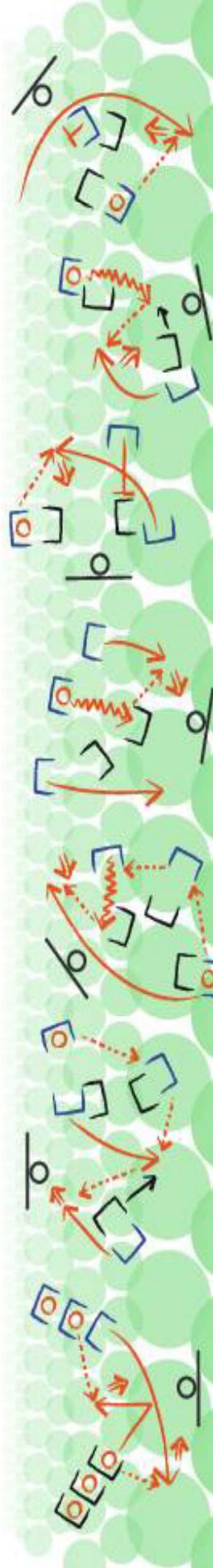


Un autre choix consiste à faire intervenir dans la trappe le défenseur 3 ; dans ce cas, le défenseur 1 reste en place (il coupe le retour de passe vers son vis à vis) et le défenseur 2 se positionne juste sous la ligne de lancer-francs.

→ Mise en place d'une trappe en secteur 0



Si le défenseur 3 n'arrive pas à empêcher le retour de passe, les autres défenseurs se replacent en fonction du ballon et c'est le défenseur 1 qui se substitue au défenseur 3 au niveau de la rotation défensive (avec si nécessaire, aider-reprendre de la part du défenseur 2).

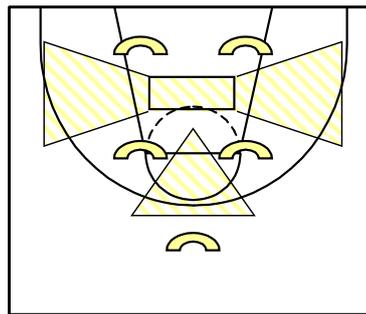
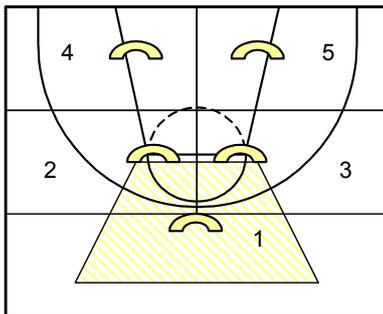


→ Défense de zone 1-2-2

Points Forts : zone agressive, favorisant la mise en place de trappes.

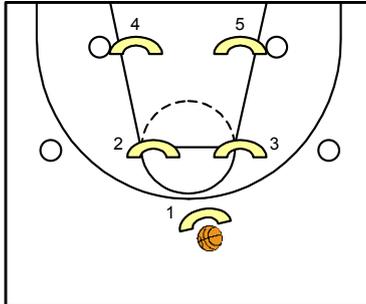
Points Faibles : faible sur les longues passes de renversement, qui laissent l'accès au centre de la zone réservée ; défense favorisant les tirs dans les zones intermédiaires.

→ Généralités

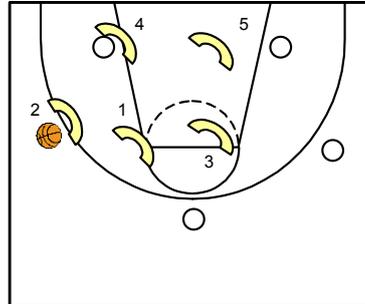


Zones de faiblesses

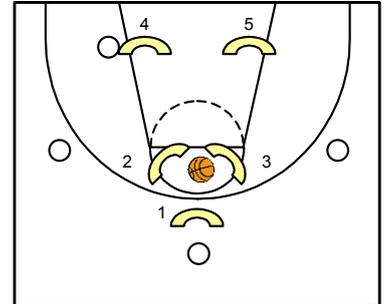
- ♦ au poste haut
- ♦ dans les ailes
- ♦ au centre



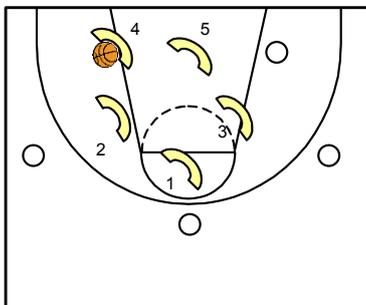
Ballon en secteur 2



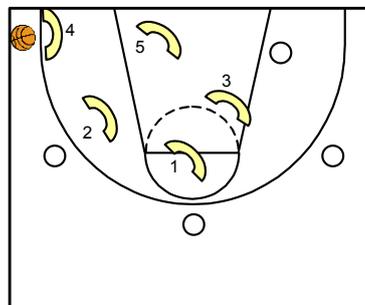
Ballon en secteur 3



Ballon en secteur 4



Ballon en secteur 5



Ballon en secteur 0

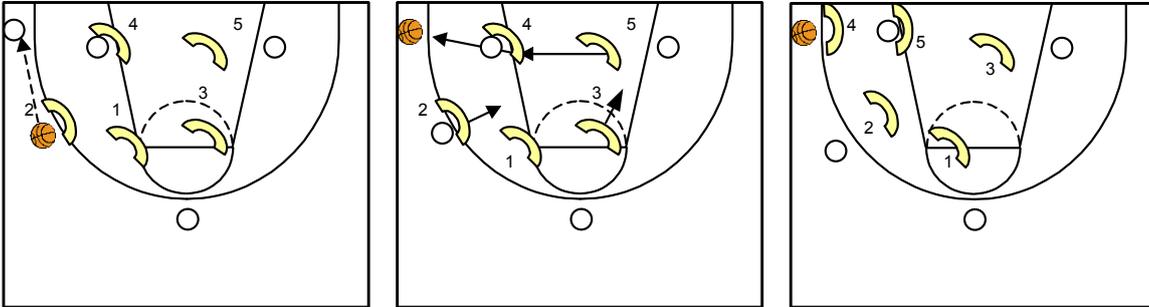
- ♦ Les défenseurs 4 et 5 ne doivent pas laisser un attaquant au poste bas se présenter au cœur de la raquette pour demander la balle.

Généralités :

- ♦ Pression sur porteur de balle
- ♦ Surpasser le poste bas et interdire toute passe au poste haut
- ♦ Priorité = protection de la zone réservée : on ne cherche pas à gêner les retours de passes (sauf en cas de trappe) : on se place en aide côté ballon

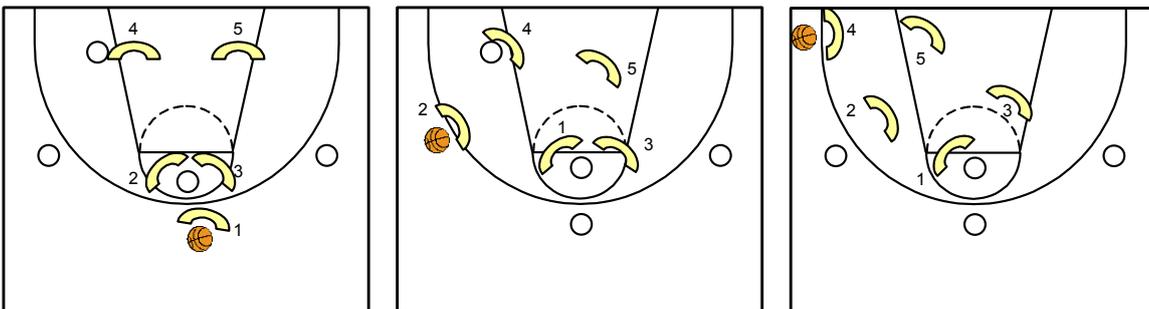
- ♦ Le défenseur 2 descend en aide en se positionnant en bordure de la zone réservée, au niveau du ballon.

→ Placement de la zone dans le cas d'un surnombre offensif



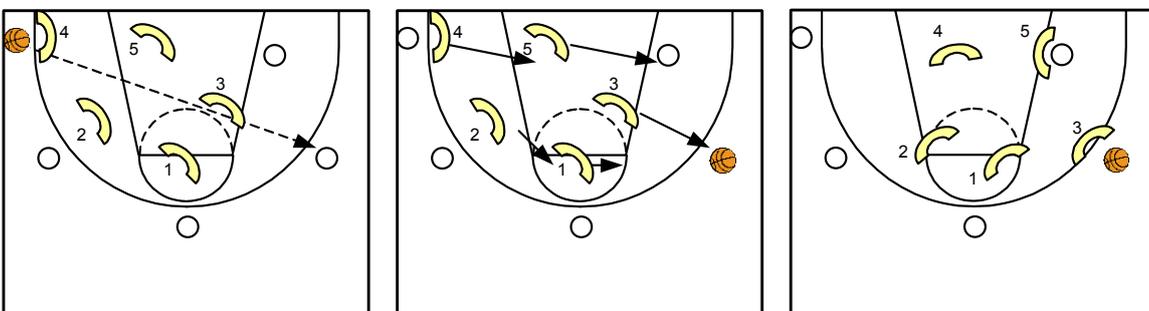
Surnombre offensif : Pas de prise à 2 en cas de surnombre offensif

→ Placement de la zone avec un attaquant au poste haut

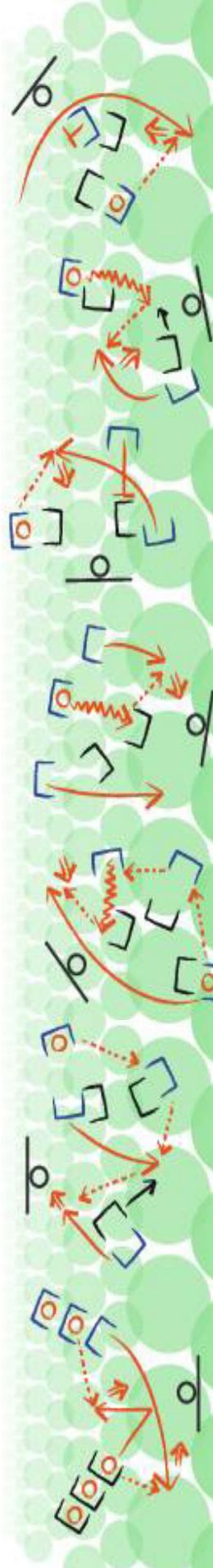


S'il n'y a pas de poste bas côté ballon : lors de la passe dans l'aile, c'est le défenseur 3 qui prend en charge le poste haut (3 se glisse derrière lui et se replace en semi-interception) et 1 remplace 3. En effet, si le poste haut coupe dans la raquette pour y recevoir le ballon, 3 pourra aisément le repousser en backdoor.

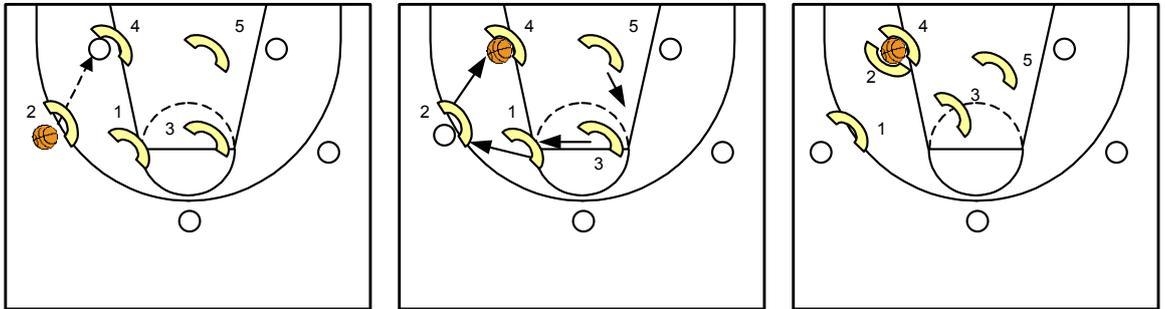
→ Déplacement de la zone lors d'une passe de renversement



Dans le cas d'une passe de renversement, la rotation est délicate à effectuer ; c'est pourquoi il vaut mieux les éviter en trappant systématiquement le porteur du ballon lorsque le ballon est en secteur 0.

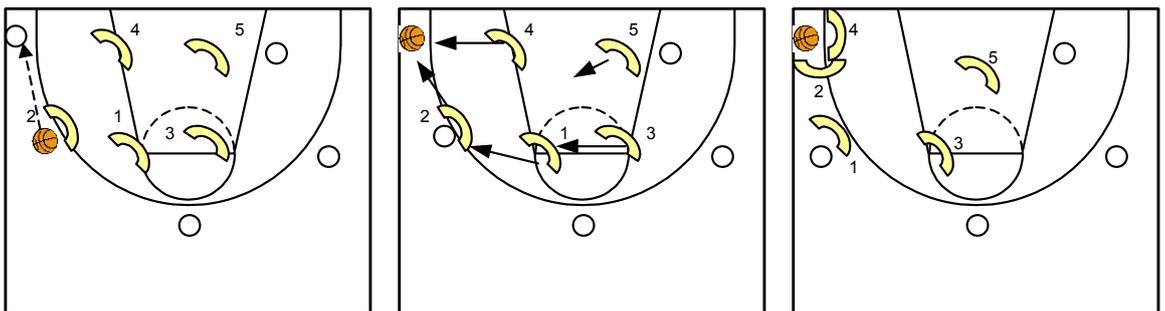


→ Mise en place d'une trappe en secteur 5



Un autre choix consiste à faire intervenir dans la trappe le défenseur 1 ; dans ce cas, le défenseur 2 reste en place (il coupe le retour de passe vers son vis à vis) et le défenseur 3 se positionne juste sous la ligne de lancer-francs.

→ Mise en place d'une trappe en secteur 0



Si le défenseur 1 n'arrive pas à empêcher le retour de passe, les autres défenseurs se replacent en fonction du ballon et c'est le défenseur 2 qui se substitue au défenseur 1 au niveau de la rotation défensive (avec si nécessaire, aider-reprendre de la part du défenseur 3).