

La passe

Brahim Boullane

En étudiant les statistiques de match de mon équipe minime France, j'ai vu que nous étions à 30 ballons perdus par match.

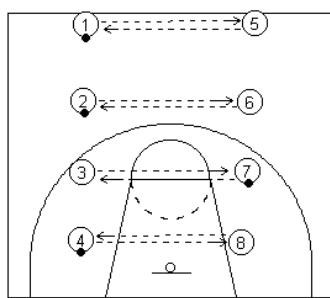
Pour permettre aux joueurs d'évoluer dans ce registre, il faut proposer aux joueurs un travail de gestuelle en entraînement, puis ensuite régler le problème de lecture par rapport à la défense.

L'objectif de cette soirée va être de répertorier les passes que l'on rencontre dans le jeu et donner quelques outils techniques pour que, dans vos séances, vous puissiez aider vos joueurs à évoluer.

Il y a bien sûr plusieurs types de passes (une main, deux mains...), nous ne parlerons pas de la passe main à main.

Nous ciblerons dans le jeu toutes les passes (de contre attaque...) et on verra à la fin si on a le temps la relation intérieur / extérieur.

Situation 1



Simplement, gestuelle de passe : la passe directe à deux mains.

Travail 1 ballon pour deux, face à face.

C'est un éducatif.

Je pense qu'en fait, on n'en fait pas assez souvent et qu'il faudrait en mettre plus régulièrement dans les séances (pas longtemps, environ 5' mais plus souvent)

Consignes techniques

Avancer un appui, les mains parallèles, fléchi, extension complète des bras.

La passe part de la poitrine et arrive à la poitrine du partenaire.

Variante

C'est un travail assez facile car le partenaire est fixe, toujours à la même distance.

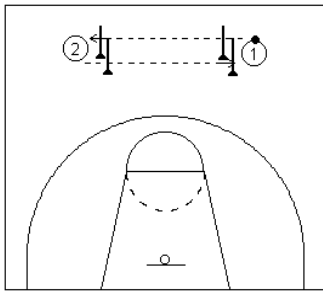
Il va falloir apprendre à doser la passe.

On fait donc le même exercice en rapprochant les joueurs lesquels vont reculer à chaque passe.

Veiller à garder une trajectoire la plus plate possible.

Plus le ballon transite vite, moins il y a de chances d'interceptions.

Situation 2



Autre situation pour faire travailler toutes les passes directes désaxées.

Directes parce qu'elles arrivent directement au partenaire, désaxées car on avance un appui et on désaxe le ballon par rapport à un défenseur et on passe à une main.

Consignes techniques : être fléchi, avancer l'appui et non pas simplement le décaler.

Dans la tenue de balle : tenir le ballon à deux mains et pendant que je me désaxe, la main va passer derrière.

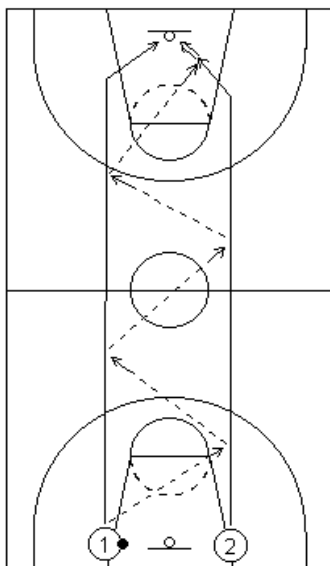
Le ballon repose sur les doigts et sur le haut de la paume afin d'avoir le meilleur contrôle possible.

Toujours un léger fouetté à la fin de la passe.

Variante

- Même chose mais avec une passe à rebond.
Comme tout à l'heure, le partenaire doit recevoir le ballon à hauteur de la poitrine.
- Ce qu'on fait une main, on peut le faire deux mains.
- On peut également, au lieu de se désaxer en direct, se désaxer en croisé (passe avec la main droite, avancer l'appui gauche).
Veiller à ce que les joueurs passent très près des quilles.

On va enchaîner sur d'autres situations pour travailler la passe en mouvement.

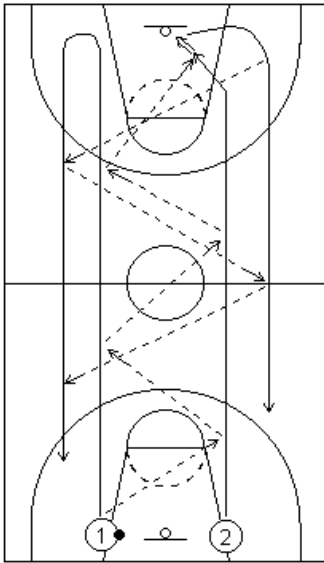


Un ballon pour deux.

Passes directes, les pieds dans le sens de la course.

Variantes

- Même chose mais à chaque réception de balle, arrêt simultané, fléchi, équilibré.
- Même chose, réception prendre deux appuis et passer



On va faire la même chose en repartant, simplement en étant plus large.

Il va alors falloir au passeur prendre des informations sur son partenaire et sur les autres joueurs qui arrivent dans l'autre sens.

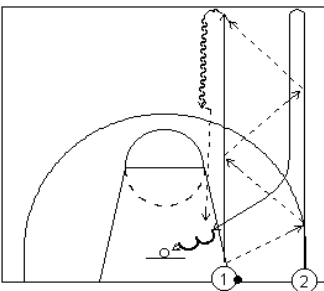
Consignes techniques

Pour que les passes soient précises, il faut que le passeur soit équilibré.

Ne vous fiez pas à l'évidente facilité avec laquelle les joueurs réalisent l'exercice.

Seule leur maîtrise des fondamentaux individuels leur permet cette aisance.

Situation 3



On va maintenant travailler la passe dans le dribble.

Redoublement de passes jusqu'au milieu du terrain, ballon au centre, course dans les ailes, passe désaxée à terre à une main.

Enchaîner réception tir en course.

Consignes techniques

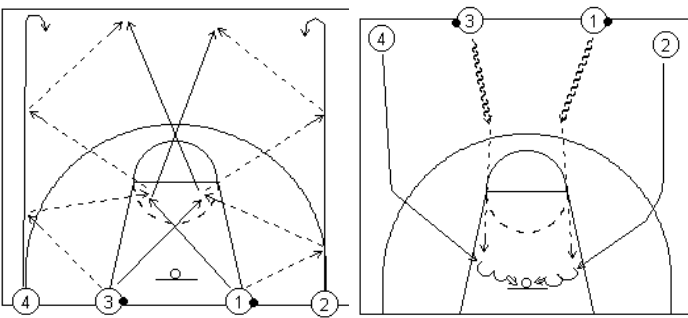
Amener vite la balle vers l'avant, planter un appui, fléchir, avancer l'épaule opposée pour se protéger.

Faire la passe devant le joueur : apprécier sa course.

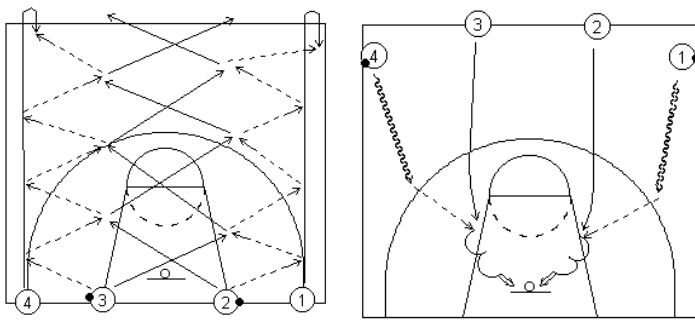
Le réceptionneur doit appeler la balle et aller la chercher le plutôt possible.

Obliger le joueur à se concentrer sur autre chose que la passe : en match un des gros problèmes des joueurs est d'enchaîner les actions, donc il faut mettre des enchaînements d'actions dans les situations mises en place. Il y a toujours les mêmes variantes possibles (passe 1 main, passe 2 mains, décalée croisée...)

Autres variantes

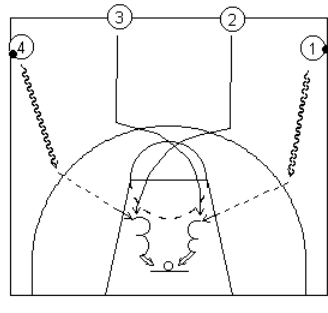


On va demander aux joueurs centraux de se croiser.



Ballon à l'extérieur, fixation à 45°.

Au centre, course, appel de balle, réception et tir en course.

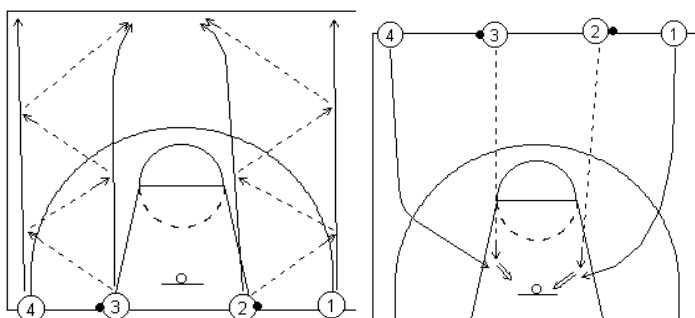


Toujours le même exercice, avec les ballons dans l'aile mais cette fois ci les joueurs du centre vont se croiser en changeant de rythme.

On demande aux passeurs une passe directe.

Le receveur doit appeler la balle avec la main, dès qu'il a le contact avec les doigts, ramener la deuxième, fixer la balle à hauteur de l'épaule à l'opposé du défenseur éventuel.

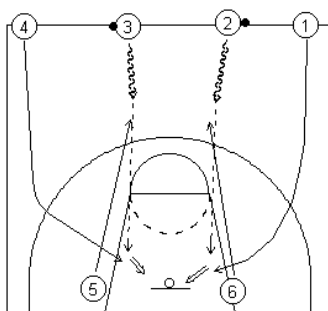
Situation 4



On travaille toujours dans un enchaînement d'actions.

Par 4, un ballon pour deux, passes redoublées jusqu'au milieu du terrain.

Les porteurs de balle au milieu doivent mettre les deux pieds dans le rond central et faire passe directe à deux mains dès que leurs partenaires appellent la balle.



On fait le même exercice, mais dès que le groupe part, il y a un troisième joueur de chaque côté qui monte défendre sur le porteur de balle.

Très vite le shooteur repart avec le défenseur, le passeur devient défenseur.

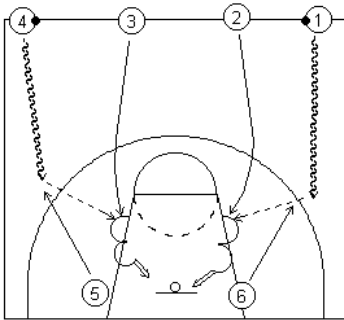
Mettre du rythme pour se retrouver en conditions de match : prendre des décisions rapides.

Consignes techniques

Pour le tireur : appeler la balle, attaquer la balle, fixer la balle.

Garder l'agressivité offensive, toujours avoir un oeil sur la balle.

Le porteur fixe le panier et doit avoir une vision large. Je ne fais pas de passes à un joueur qui ne me regarde pas.



On garde la même situation mais cette fois, la balle est à 45°:

Consignes techniques

Comment faire si le défenseur ne monte pas sur le porteur ?

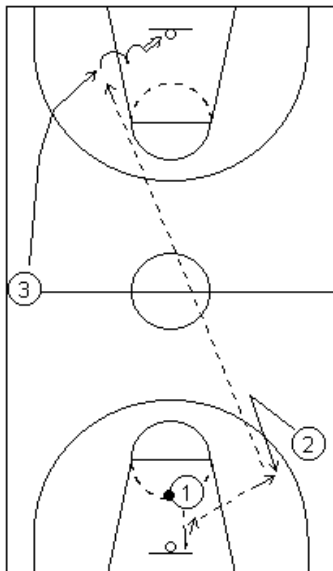
Il faut que celui – ci prenne le tir pour le sanctionner.

S'il n'est pas adroit, il va attaquer l'axe.

Si son défenseur monte, il transfère la balle et passe, si son défenseur ne monte pas, il continue sa course et enchaîne un lay – up.

Situation 5

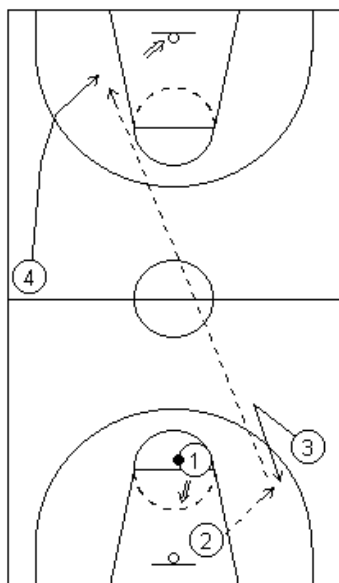
A présent, nous allons voir tout ce qui concerne les sorties de balle et les longues passes.



Claquer la balle contre la planche, l'ailier se démarque, reçoit une passe à terre et passe aussitôt à deux mains vers l'avant.

Consignes techniques

Capter de balle 1 main, ramener la deuxième main sur le ballon, se réorienter le plus vite possible, prendre des informations très vite



Variante 1

Sur le même principe, 1 tire et défend aussitôt sur 2 qui joue le rebond / sortie de balle (ou la remise en jeu si panier marqué).

3 se démarque et passe à 4.

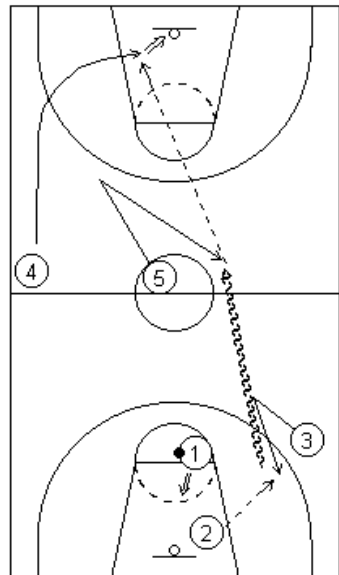
Consignes techniques

Sur la remise en jeu, si le défenseur est présent, utiliser des feintes, ne pas regarder dans la direction où on va faire la passe.

Variante 2 : On peut également demander au tireur de défendre sur l'ailier qui se démarque.

Le joueur 3 peut alors jouer en back – door ou faire le choix de revenir au ballon.

Dans ce cas, il faudra qu'il tourne autour de son défenseur pour l'empêcher de se replacer et de gêner la transmission de la balle.



Variante 3

1 après son tir défend à nouveau sur 2. on a rajouté un deuxième défenseur (5) qui va soit venir gêner 3 sur sa passe en l'attaquant, soit faire le choix inverse et partir défendre sur 4.

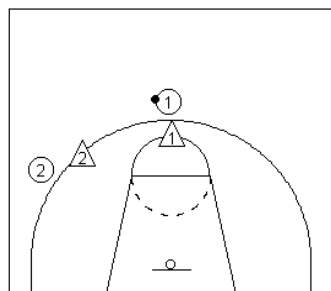
Ce sera aux attaquants de prendre des informations et apporter la réponse appropriée.

Vous voyez à travers ces quelques situations comment on peut jouer sur les espaces, sur le type de passes à effectuer par les joueurs...

Par contre, soyez exigeant techniquement et par rapport à la rigueur de vos joueurs.

Situation 6

Nous allons enchaîner par une situation de 2c2 pour voir les passes que l'on peut y trouver et voir ensemble quels repères on peut donner aux joueurs.



On joue avec 1 meneur, un ailier.

Travail de démarquage.

Si le meneur n'est pas dangereux avec la balle, il aura des difficultés à faire la passe.

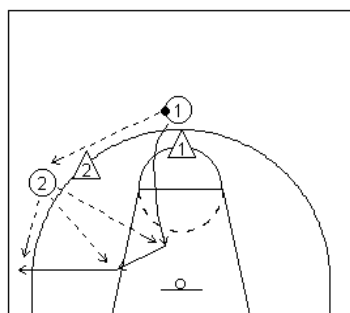
Toujours être dangereux pour fixer le défenseur.

Le 2 essaie de recevoir simultanément, orienté face au cercle.

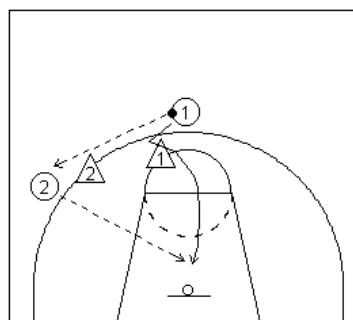
1 va enchaîner passe et va.

S'il n'a pas reçu la balle, il cherche à prendre la position préférentielle, puis sort soit coté ballon soit coté opposé.

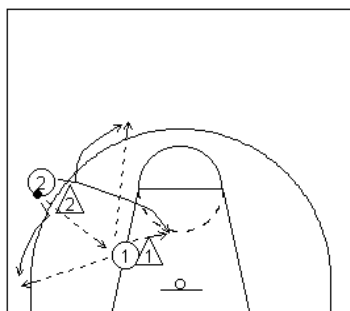
Voilà par exemple différentes passes que ce type de situation va pouvoir créer.



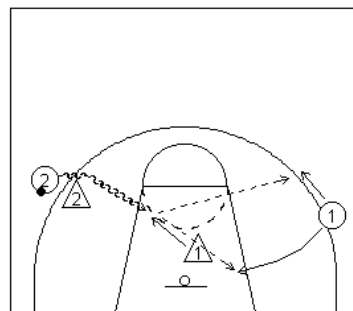
Le défenseur 1 n'est pas en saut coté ballon



Le défenseur 1 est en saut coté ballon, passe back – door



Relations intérieur / extérieur



Passe et va de 1, sortie à l'opposé, travail de fixation et passe de 2

Conclusion

Pour conclure, il est important de se rappeler qu'il existe différentes sortes de passes.

Un bon passeur, ce n'est pas celui qui sait faire toutes les passes, c'est celui qui fera la bonne passe au bon moment, qui fera la passe qui arrive au joueur qui l'a appelé.

Il est aussi important de donner un maximum de bagages aux joueurs.

Cette soirée était donc un appel au travail de la passe.