



SAISON 2015-2016

POLE TECHNIQUE – Centre de Perfectionnement U11

Séance n°1 du dimanche 17 janvier 2016
LA REMONTEE COLLECTIVE DU BALLON
Philippe Grimal, Pôle Technique 18

① Introduction : de la remontée collective du ballon...

Elle peut se définir comme la phase de transition défense-attaque, qui se matérialise par la prise de contrôle du ballon par une équipe, pour rejoindre le panier adverse afin d'effectuer un tir.

② Vocabulaire : du jeu rapide ou de la contre-attaque ?

La remontée collective du ballon n'est en rien une contre-attaque ou du jeu rapide. Certes, on verra plus loin, qu'elle devra s'effectuer le plus rapidement possible, mais elle représente la quasi-totalité des situations offensives en minibasket (jeu en essuie-glace, aller-retours permanents, transitions incessantes). La contre-attaque ou le jeu rapide se retrouve chez les plus grands et ne représente qu'une facette du jeu, reposant sur des faiblesses défensives : retard dans le remplacement, condition physique insuffisante, repli défensif non organisé, etc...

③ Observation : des 3 phases de la remontée collective du ballon...

On distinguera :

- **La conquête de la balle** : elle s'effectue alors que l'équipe est en phase défensive. Ainsi, un contre, un rebond défensif, une balle perdue adverse, une interception, permettent à l'équipe d'entrer en possession du ballon. Cette étape nécessite d'aborder les fondamentaux individuels et collectifs de défense, ce que je ne ferai pas car :
 1. 80% minimum des contenus minibasket proposés par l'entraîneur sont offensifs, c'est obligatoire !!
 2. Les fondamentaux défensifs ne seront pas mis de côté, mais simplement intégrés aux situations proposées (1c1 ou surnombre 2c1 par exemple),
- **La remontée collective** proprement dite : elle doit être organisée et travaillée sans relâche lors de séances, de manière à procurer des situations de tirs proches du cercle («tirs faciles»). C'est le socle des apprentissages en minibasket, car l'agressivité défensive des adversaires (tous les enfants veulent le ballon et déploient une énergie considérable pour se l'approprier), annihilera toute création et prise de tir,
- **La finition** : comme disent nos amis footballeurs : «avoir des occasions, c'est bien ! mais les concrétiser par des buts, c'est mieux !» Donc, l'efficacité aux tirs, le pourcentage de réussite conditionnera le succès de la phase dans sa totalité. Je n'aborderai pas ici la gamme des tirs en course, puisque une prochaine séance y est consacrée.

④ Alors, pourquoi commencer par là ? :

Les raisons sont multiples :

1. C'est la base du jeu en minibasket (voir ci-dessus), donc il faut aller à l'essentiel dès le début !
2. C'est un excellent thème d'évaluation du groupe d'enfants que nous aurons durant les séances (aptitudes individuelles, homogénéité des niveaux, compréhension du jeu, etc...),
3. C'est un «thème global» qui sollicite les apprentissages individuels de base : le dribble et la conduite de balle, les tirs en course, les passes, les démarquages (jeu sans ballon) et la motricité (placements-déplacements). Ces thèmes feront l'objet des séances suivantes,
4. Le tournoi final doit servir d'élément de comparaison avec la première séance, et mettre en évidence la progression individuelle de chaque enfant.

⑤ Contenus techniques – Consignes :

PRINCIPES	FONDAMENTAUX INDIVIDUELS	FONDAMENTAUX COLLECTIFS
VITESSE	Transiter rapidement défense-attaque , en anticipant	
TOUJOURS VERS L'AVANT Développement de l'agressivité offensive	① Dribble : interdire latéralement et sur place, ② Passe : interdire latéralement et en arrière	Positionnement des non porteurs toujours devant le porteur de balle
LECTURE DE DEFENSE Choix entre dribble (prioritairement dans l'axe) ou passe : -je dribble si personne devant, -je passe ou j'avance en dribble et je passe si défenseur.	① Dribble : -maniements/dextérité (tours taille, tête, assis, ...), -gamme : 2 mains, avant, recul, -pousser le ballon vers l'avant : même main et alternance mainD-mainG, -ballon proche du corps, -coiffer le ballon, -être fléchi, -rebond bas : idéal = à la taille, -tête levée ② Passe : -préparer ses mains : pouceD-pouceG et indexD-indexG joints, -regarder le porteur de balle	① Dribble : ne pas gêner la progression du porteur ② Passe : -distance idéale des non porteurs 2-3 m du porteur, -toujours deux solutions : une à droite et une à gauche

⑥ C'est à vous pour les questions !...