

AGRESSIVITE DEFENSIVE EN FONCTION DU PORTEUR DE BALLE

Définition

La défense ne doit pas être une stratégie de protection du panier mais une recherche perpétuelle de la conquête de la balle.

L'agressivité défensive cherche à dominer l'attaquant afin de ne pas subir ses actions.

Points de repère

- Gêner en permanence le porteur de balle (PB).
- Contester en permanence les déplacements du PB.
- Contrarier les dribbles d'attaque et favoriser les dribbles de protection.
- Réduire les distances avant, pendant et après le dribble, lorsque l'attaquant adopte un choix protecteur.
- Gêner le tir avec la main.
- Feinter constamment afin d'augmenter l'incertitude, de provoquer de mauvais choix offensifs (mauvaises passes, tirs forcés...). Provoquer le passage en force.

↩ **A propos de ces points de repères :**

Le défenseur doit être capable d'adapter ses actions défensives en fonction des qualités offensives du PB : physiques et techniques .

Repérer les qualités physiques de son adversaire : Taille. Vitesse. Détente. Force...

Repérer les qualités techniques de son adversaire :

- Quels types de départs est-il en mesure de faire ? (directs, croisés, enroulés).
- Quels types de tirs recherche t-il en priorité ? (Différents tirs en course ou tirs extérieurs).
- Quels types de déplacements va t-il effectuer ? (passe et va, back-door...).
- Comment utilise t-il l'espace de jeu et ses partenaires ? (écrans...).
- Comment se traduit la latéralité de l'adversaire :
 - en fonction de son poste occupé*
 - en fonction de sa situation sur le terrain (côté aide – côté ballon, + ou – proche du panier).*

Formes de travail possibles

- Multiplier les exercices de **lutte** vers la balle où tous les contacts sont autorisés (sauf coups et tenus).
- Travailler au niveau de la vitesse de **réaction** : tenter une interception...
- Travailler la capacité à **anticiper** une action offensive : être capable d'agir au plus vite en fonction du déplacement d'un joueur ou du mouvement du ballon.
- Le défenseur devra travailler selon différentes formes d'attaque du porteur de balle (dribble de contre-attaque, dribble de protection...).

Repères pédagogiques

- Il est nécessaire d'être exigeant sur l'engagement physique du joueur.
- Demander un maximum d'intensité durant toute la séance.
- Le joueur doit avoir pour objectif de réussir et d'être vainqueur dans tous les duels physique avec le PB.
- Lors des séances d'entraînement , il faudra veiller à portée son attention à la défense, et non pas donner priorité au comportements offensifs.