

# Principes généraux de l'attaque homme à homme

Que l'on soit joueur ou entraîneur, quelle que soit la logique que l'on veut donner à son jeu d'attaque, il faut bien accepter l'idée d'un langage commun, d'un code qui tienne compte du jeu, des adversaires et de leurs évolutions sur le terrain. L'attaque homme à homme est donc un subtil mélange entre des repères et des principes de jeu communs à toute l'équipe (priorités dans la circulation du ballon et des joueurs) et une adaptation permanente aux réactions défensives (lecture de jeu) de façon à parvenir à une solution de tir facile à haut pourcentage de réussite. Nous rappelons que la maîtrise des fondamentaux individuels est un pré-requis essentiel à une bonne lecture de jeu car sans une bonne maîtrise technique, il sera difficile d'exploiter en temps réel toutes les solutions induites par les mouvements et réactions défensives adverses.

## Les règles fondamentales de l'attaque homme à homme

Les principes fondamentaux qui régissent l'attaque homme à homme sont les suivants :

- ♦ **Equilibrer les distances entre les partenaires (spacing)**

La bonne distance de passe ou de démarquage se situe entre 3 et 4 mètres (sauf dans les situations d'aide : écrans ou passes main à main). Un manque d'écartement, qui se traduit par un rapprochement des lignes de passes limite le travail de démarquage individuel et favorise l'aide défensive.

- ♦ **Faire face au panier (triple menace)**

Chaque possession de balle doit être l'occasion pour l'attaquant de provoquer son adversaire en 1 contre 1.

- ♦ **Bouger sans le ballon**

Il faut bouger pour recevoir la balle (le travail de démarquage doit être permanent afin de mobiliser l'adversaire, bouger après une passe (se replacer pour ouvrir l'angle de passe, pour neutraliser l'aide défensive), bouger pour aider un partenaire (se rapprocher soit pour utiliser un écran, soit pour poser un écran).

- ♦ **Ne dribbler qu'avec un but précis**

L'abus de dribble est un facteur limitant pour l'attaquant. Il ne faut s'en servir qu'avec un objectif précis : pour attaquer le panier (dribble de percée), pour s'écarter du danger (dribble de protection), pour ouvrir un angle de passe (dribble de fixation ou de pénétration), pour avancer (dribble de progression).

- ♦ **Sélectionner ses tirs**

En attaque, il ne s'agit pas d'être un tireur, mais un marqueur. Il faut donc apprendre à choisir : le moment du tir (vite ou pas, ouvert ou pas), le secteur de tir (distance, angle), le type de tir (en course, en suspension, de plein pied, etc.). Ces différents facteurs, s'ils dépendent en grande partie de l'adversaire, sont aussi le fruit de l'expérience et de la capacité du joueur à lire le jeu.

- ♦ **Alterner - combiner : jeu extérieur - jeu intérieur**

Le jeu de passe ne peut se limiter à une circulation de la balle à la périphérie ou à la systématisation d'un jeu direct extérieur - intérieur. Il faut chercher des points de fixation pour ouvrir le jeu : recherche d'un côté fort pour transfert à l'opposé, passes extérieur - extérieur pour option de passe à l'intérieur, etc.

- ♦ **Equilibrer les secteurs rebond - repli**

A chaque tir doit s'organiser l'équilibre entre le rebond offensif et le repli défensif, soit à partir de rôles pré-déterminés, soit à partir de repères : les deux joueurs les plus en retrait se replient, les autres vont au rebond et le tireur va au rebond ou se replie.

## Les priorités offensives

La première des priorités offensives d'un joueur en possession du ballon doit être la recherche du 1 contre 1. Dès la réception du ballon, le porteur de balle doit avoir comme priorité d'attaquer le cercle; pour cela il doit représenter un danger immédiat pour son défenseur en adoptant une position de triple menace (attitude fléchie, orientation des appuis face au cercle, protection du ballon, etc.). Dans tous les cas, avant toute tentative de passe, il devra fixer son adversaire en utilisant des feintes (tir, passe, départ, etc.) ou en effectuant une tentative de pénétration en dribble.

Les priorités offensives des non porteurs de balle varieront en fonction de leur position par rapport au porteur :

- ♦ les non porteurs de balle situés côté ballon, c'est-à-dire ceux susceptibles de recevoir directement la balle auront comme priorité la recherche d'une position préférentielle par rapport à leur défenseur par un démarquage statique ou dynamique.

- ♦ les non porteurs de balle situés du côté opposé par rapport au porteur (côté aide), c'est-à-dire ne pouvant pas rentrer directement ou facilement en relation avec ce dernier, chercheront en permanence à améliorer les lignes de passes en occupant les espaces clés libérés par les actions de fixation des porteurs de balle successifs.

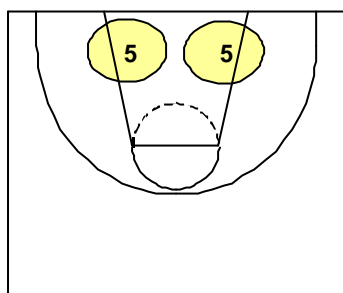
## Les secteurs de jeu

L'objectif fondamental de toute attaque est d'amener le ballon le plus près possible du panier (tir facile à haut pourcentage de réussite). On peut le réaliser de deux manières : jouer le 1 contre 1 pour y amener le ballon ou placer un joueur dans la zone la plus proche du panier afin qu'il puisse y recevoir le ballon.

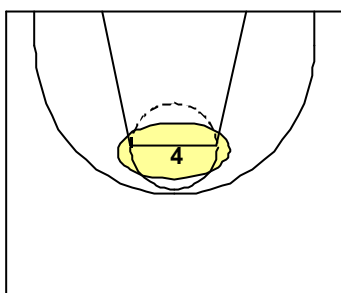
Pour des raisons conventionnelles, nous appellerons la zone la plus proche du panier le secteur 5. L'organisation de l'espace de jeu restant s'organisera donc logiquement autour de cet objectif et de cet espace. De la même manière, un deuxième secteur d'évolution privilégié apparaît : le poste haut (tête de raquette) que nous appellerons secteur 4. En effet, c'est le deuxième secteur le plus rapproché du panier et le plus éloigné du secteur 5; c'est un secteur d'où la passe dans le secteur 5 est recherchée et à partir duquel on peut atteindre rapidement le secteur 5, soit en 1 contre 1, soit en déplacement.

Pour les mêmes raisons logiques, on s'aperçoit que les joueurs occupent un troisième espace prioritaire, le secteur 3, situé dans l'aile, à 45° du panier. En effet, de celui-ci, on peut donner facilement le ballon dans le secteur 5 (angles de passes favorables) ou enchaîner un déplacement dans le secteur 5 (1 contre 1, démarquage en back-door, prise de position préférentielle en poste bas).

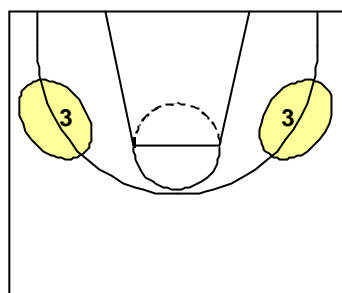
Enfin, un quatrième secteur d'organisation et de transition est exploité : le secteur 2. En effet, la situation excentrée de cet espace facilite le jeu de "passes" vers le secteur 3 et le secteur 4, et permet l'orientation de l'attaque (choix d'un côté fort).



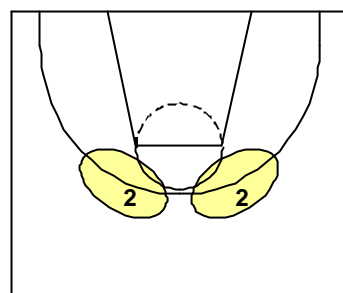
Secteur 5



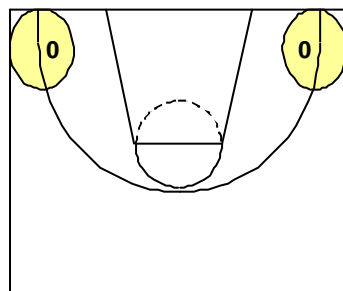
Secteur 4



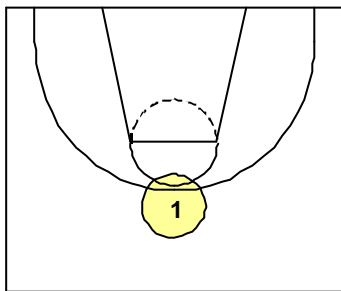
Secteur 3



Secteur 2



Secteur 0



Secteur 1

Nous citerons également 2 autres secteurs, le secteur 0 et le secteur 1, qui, de par leurs positions géographiques particulières, sont moins exploités que les secteurs 2 à 5 dans l'attaque homme à homme. Ce sont essentiellement des secteurs où l'on reçoit le ballon pour tirer, soit à la suite d'une fixation à l'intérieur ou d'une passe de renversement (secteur 0), soit à la suite de l'utilisation d'un écran ou de plusieurs écrans (secteur 1).

## Progression pédagogique

La maîtrise des fondamentaux individuels offensifs et des principaux éléments du pré-collectif (jeu à 2, jeu à 3) sont des pré-requis essentiels à la mise en place d'une attaque homme à homme performante.

### → Fondamentaux individuels offensifs

- ♦ Les passes : à deux mains (poitrine ou au dessus de la tête, en suspension, à terre), à une main (passe de base-ball, en dehors de l'axe, main à main, à terre).
- ♦ Les dribbles : de progression, de protection, de fixation ou de pénétration, de percée (1<sup>er</sup> pas de 1 contre 1), de changement de main (de face, dans le dos, entre les jambes, de renversement).
- ♦ Les tirs : en course avec différentes finitions (lay-up, lay-back, power lay-up, etc.), en suspension, de plein pied.
- ♦ Les démarquages : les pivotés (engager, effacer, enrôler), les appels de balle (à une main, à deux mains), les démarquages dynamiques (simple, en backdoor, en L), les démarquages statiques (position préférentielle).

### → Pré-collectif offensif

- ♦ La pose et l'utilisation des écrans : écran sur porteur, écran sur non porteur côté balle, écran sur non porteur côté aide.
- ♦ Le jeu à 2 et le jeu à 3 côté balle, le jeu à 2 côté aide.
- ♦ La relation extérieur-intérieur, la relation extérieur-extérieur, la relation intérieur-intérieur.