

# Mise en place d'une défense de zone 2-3 + option trappe poste bas

Niveau : Minimes France minimum

Auteur : Vincent CHETAIL

## 1 Objectifs et principes

Pourquoi défendre en zone ? D'abord, ponctuellement pour perturber l'adversaire par le changement de défense. Ensuite, par choix stratégique face à une équipe forte dans le jeu intérieur mais faible dans le jeu extérieur. Enfin, parce qu'on subit les rapports de force (duels 1c1 perdus et/ou problèmes de fautes...)

L'objectif de toute défense de zone est de protéger l'accès au panier : en conséquence il faut interdire le ballon poste bas et gérer les pénétrations en dribble.

Voici les principes dominants :

- 🏀 Un seul joueur sur le porteur de balle
- 🏀 Se déplacer en fonction du ballon
- 🏀 Toujours voir la balle (position ouverte au ballon)
- 🏀 Occuper les espaces libres dangereux
- 🏀 Communiquer : il y a 4 informations majeures à donner :
  - « Poste » = lorsqu'un joueur se présente au poste haut,
  - « Fond » = lorsqu'un joueur coupe ligne de fond,
  - « Balle » = lorsque je prend en charge le porteur de balle,
  - « Tir » = lorsqu'un joueur tire.

## 2 Placements et responsabilités

### Premier rideau

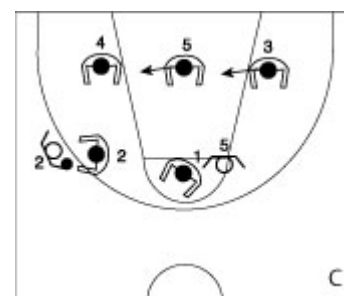
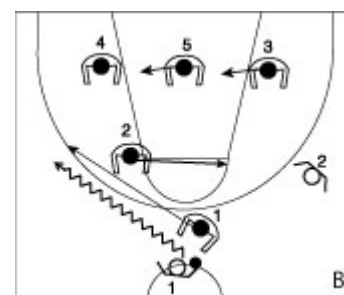
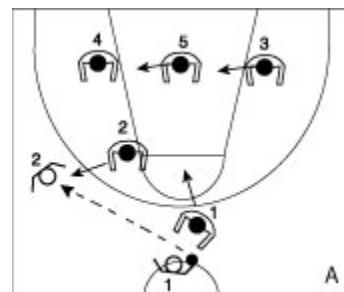
Ne pas autoriser la balle dans l'axe panier-panier, il faut mettre de la pression sur le porteur de balle pour le forcer à passer (schéma A) ou se décaler en dribble en l'orientant du côté de l'aide. Il peut y avoir permutation entre les deux défenseurs du premier rideau si le porteur de balle se décale en dribble jusque dans l'aile (schéma B).

Sur le porteur de balle dans l'aile, orientation des appuis parallèle à la ligne de touche de manière à interdire le milieu au dribbleur (schéma C).

Côté faible, gérer le poste haut en venant se placer sur la ligne des lanciers francs (schéma C).

### Tiroir

Sur renversement, il y a un tiroir ou aider-reprendre du joueur du deuxième rideau le temps que le joueur du premier rideau reprenne le porteur de balle (schéma D).

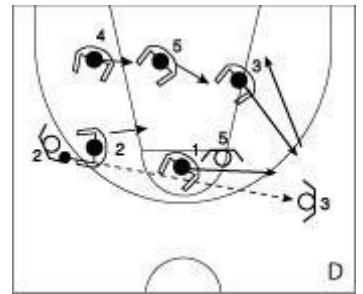


## Deuxième rideau

Passer devant le poste bas en restant en priorité ballon, c'est-à-dire mettre le joueur dans son dos.

Orienter parallèlement à la ligne de touche le porteur de balle dans le coin pour lui interdire le dribble ligne de fond et l'orienter dans l'aide directe (schéma E).

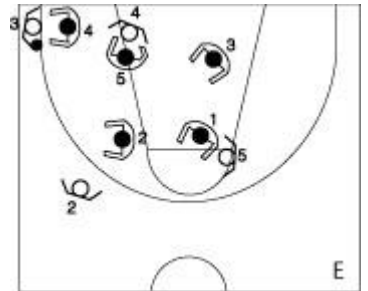
Aider-reprendre (tiroir) à 45° sur renversement.



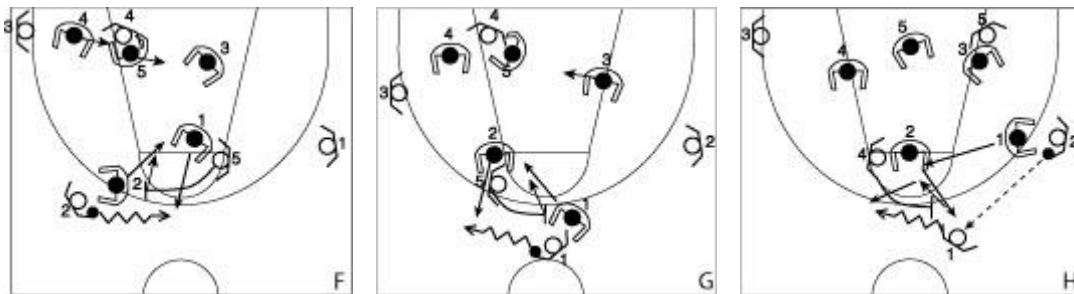
## Joueur central

Défendre de 3/4 sur poste bas (la balle ne doit pouvoir venir au poste bas que du corner). Ne pas passer totalement devant, pour pouvoir intervenir sur la relation en triangle (schéma E).

Sur renversement, gérer la descente du poste haut (schéma D).

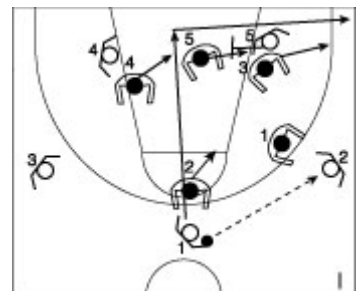


## Défense contre les écrans sur le porteur de balle



Ecran rentrant : changer entre les 2 extérieurs (schéma F). Sur le schéma, D1 reprend le porteur après l'écran et D2 passe en dessous pour ralentir la descente du poseur d'écran.

Ecran sortant : changer entre les 2 extérieurs comme pour l'écran rentrant (schéma G) avec D1 qui ralentit la descente du poseur d'écran, ou glisser (schéma H) lorsque l'autre extérieur n'est pas du côté où est utilisé l'écran. Par contre D1 devra contrôler la descente du poseur d'écran.



## Défense contre les écrans sur les non-porteurs de balle

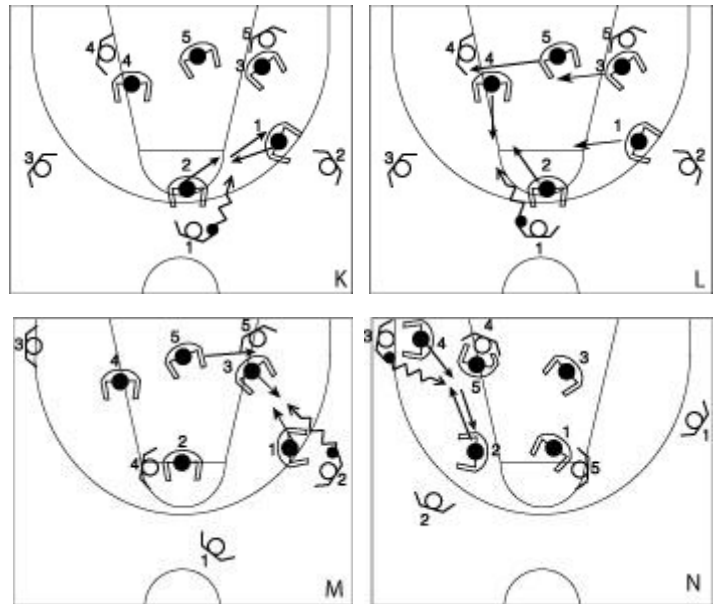
Côté fort ou surcharge, la défense est naturellement placée (schéma I). D3 sort avec A1 et D5 doit être en 3/4 face à A5.

Sur renversement, il faut anticiper l'écran en se plaçant au dessus du poseur d'écran (schéma J), ici D3 se place au dessus de A5 pour éviter de subir l'écran dans le dos, D5 doit être en 3/4 face à A5.



## Défense contre les pénétrations en dribble

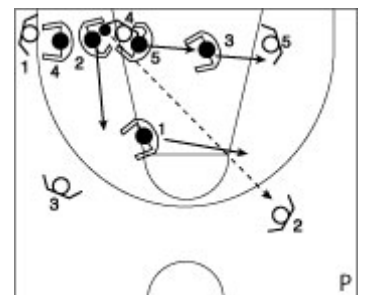
Aider reprendre : quelle que soit le lieu de la percussión l'objectif de la défense est d'éloigner le ballon du panier. Il faudra donc intervenir sur le dribbleur (aide) mais aussi protéger les espaces dangereux libérés par l'aide (aide de l'aide). L'aide directe doit toujours être placée pour intervenir sur les percussions en dribble (schémas K, L, M et N).



### 3 Option trappe poste bas

Même si on ne veut pas que le ballon arrive poste bas, il est toujours possible qu'il y arrive. On peut donc mettre en place une collaboration défensive pour qu'il en reparte le plus vite possible. La trappe peut être une solution, mais il faut bien faire comprendre aux joueurs quels en sont les critères de réussite :

- 🏀 Pas de passe facile pour le joueur trappé,
- 🏀 Pas de panier réussi dans la raquette par les autres joueurs,
- 🏀 On accepte d'être un peu en retard sur la deuxième passe après la trappe et donc on ne se jette pas mais on dissuade la pénétration en dribble.



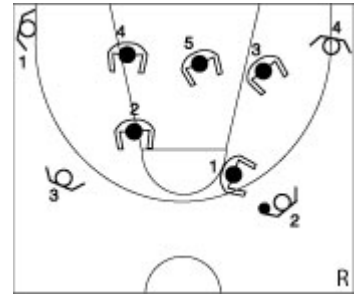
La balle ne pouvant arriver jusqu'au poste bas qu'en passant par le coin, c'est un joueur qui ne vient pas dans le même sens que le ballon qui va venir trapper, il ne sera donc pas dans le même champ visuel que la balle et en sera plus difficile à appréhender (schéma O), D4 doit couper le retour de passe, D2 va trapper alors que D5 ferme la ligne de fond et D1 effectue la rotation pour être en position d'intercepter la passe de A4 à A3. La seule passe laissée libre au joueur intérieur trappé est la passe de renversement au joueur A2 (schéma P). Après la trappe, le plus important pour D1 et D2 est de ne pas se jeter sur les porteurs de balle pour ne pas se faire déborder en dribble sur leur remplacement (schéma Q).

### 4 Situations pédagogiques

Outre l'approche globale (5c5), nous pouvons aborder cette défense à l'entraînement de manière analytique. Voici quelques situations pédagogiques simples voire simplistes à base du « Shell Drill » ou exercice du coquillage :

## Shell Drill évolutif à 4 extérieurs contre 5

- Les attaquants n'ont pas le droit de se déplacer sans le ballon et ne peuvent le recevoir qu'à l'extérieur de la ligne à 3 points (schéma R).
- Après une attaque en dribble, ils doivent se replacer à l'extérieur de la ligne à 3 points.
- Variante : autoriser certaines coupes (passe et va, surcharge).



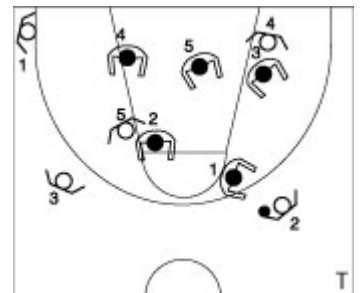
## Shell Drill avec 1 intérieur (3+1c5)

- Interdire le dribble au début, déplacements périphériques autorisés pour les extérieurs (schéma S).
- Le joueur intérieur doit rester dans la raquette.
- Variantes : balle poste bas = trappe, autoriser le dribble, autoriser les coupes.



## Shell Drill à 3 extérieurs et 2 intérieurs contre 5

- Au début : les joueurs extérieurs doivent rester immobiles tandis que les joueurs intérieurs peuvent se déplacer (schéma T).
- Autoriser les coupes.
- Autoriser le dribble.
- Introduire les écrans uns par uns.



## 5 Conclusion

Attention, pour pouvoir aborder la défense de zone, il faut déjà que les joueurs maîtrisent les fondamentaux individuels et inter-individuels défensifs. Cette défense n'est pas LA défense de zone, mais une défense possible et c'est la compréhension de ses mécanismes par les joueurs et communication entre eux qui la rendront efficace.

Comme toutes les défenses de zone, elle possède des points faibles tels que : la responsabilité au rebond et la gestion des tirs extérieurs après les percussions en dribble. Il est donc important d'évoluer en alternance avec un autre type de défense afin d'atténuer la capacité d'adaptation de l'adversaire.

*Le basket est un sport d'attaque, les attaquants trouveront toujours la solution.  
A vous de la retarder le plus possible.*