

## LA DÉFENSE DE ZONE 1-3-1 AVEC PRISE A DEUX par Giordano Consolini

**P**our terminer le dossier technique, nous vous présentons un thème de la défense : la zone 1-3-1 avec prise à deux. Le texte est traduit par Gabriel Ercolani. Nous remercions vivement le syndicat des entraîneurs italiens (USAPP) pour l'autorisation de reproduire cet article...

### INTRODUCTION

Les objectifs de cette défense sont de :

- augmenter l'agressivité défensive, obligeant l'attaque à modifier son comportement offensif en lui supprimant son caractère instinctif,
- rehausser le rythme du match, en intégrant les prises à deux et en cherchant de rapides récupérations défensives,
- rendre plus difficile la circulation de balle, pour mettre en exergue la carence de bons passeurs.

### A QUEL MOMENT L'UTILISER ?

Quand l'utiliser est aussi important que comment la mettre en place. Cette défense de zone doit surprendre l'attaque après un arrêt de jeu, par exemple, après un temps mort ou un lancer-franc ou lorsque les adversaires sont fatigués et donc moins lucides. Elle ne peut être utilisée longtemps de peur que l'adversaire ne s'y adapte.

Cette défense a le mérite d'exalter les initiatives individuelles parce qu'elle soumet les défenseurs à une constante et intense attention défensive. En effet, elle les stimule à lire et réagir aux différentes situations qui se présentent. En définitive, elle amène à une attitude positivement active face à l'attaque. De ce fait, elle est particulièrement conseillée au niveau des jeunes.

Mais pour obtenir de bons résultats au niveau senior, la défense en zone 1-3-1 nécessite de manière indispensable

d'avoir des joueurs qui possèdent de bonnes caractéristiques défensives.

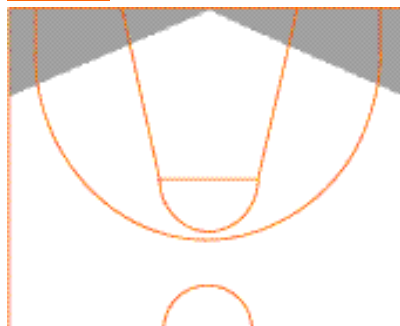
A savoir :

- rapidité,
- intelligence,
- instinct,
- résistance.

### Espaces des prises à deux

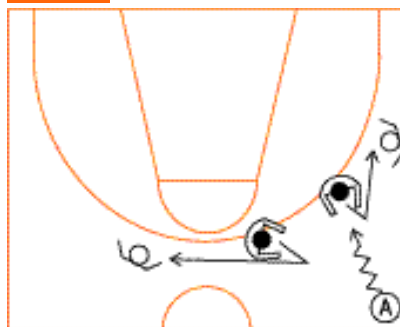
Dans les « angles bas », la prise à deux est systématique (figure 1).

Figure 1



Dans les « angles hauts », la prise à deux ne s'effectue que si le meneur arrête son dribble immédiatement après la ligne de milieu de terrain et le long de la ligne de touche.

Figure 2

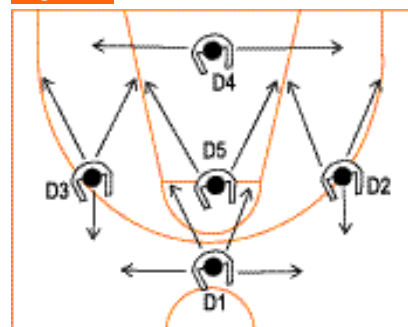


Préférentiellement, et afin d'éviter trop d'espace dans la défense, il vaut mieux « feinter » la prise à deux pour arrêter le dribble et spontanément anticiper en fermant les lignes de passes les plus proches (figure 2).

### Zones de responsabilités défensives

La figure ci-dessous représente la couverture des espaces défensifs pour chaque joueur (figure 3).

Figure 3

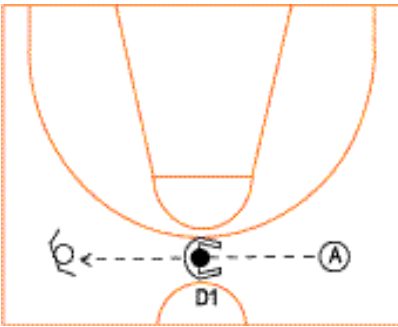


### « CHARGES » INDIVIDUELLES

#### Joueur D1

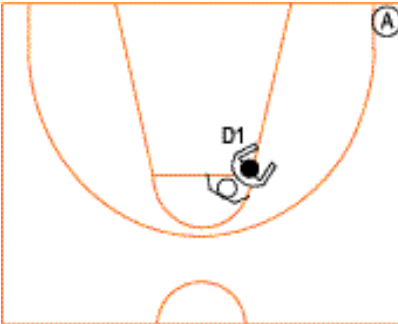
C'est le défenseur le plus rapide, possédant la meilleure intelligence de jeu et ayant le plus de personnalité, de ce fait il s'agira du meneur. Il commence sa défense préférentiellement sur le porteur avant la ligne médiane sur terrain adverse. A l'aide de D2 et de D3, il actualise la prise à deux, ou son leurre, et anticipe. Face à une attaque de deux meneurs, il joue au milieu pour empêcher le changement de côté rapide (figure 4).

Figure 4



Si la balle est dans l'angle, il se place au « coude » de l'espace réservé afin d'anticiper sur le poste haut en appliquant un écran-retard en cas de tir.

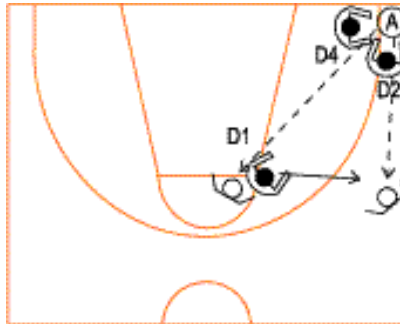
Figure 5



Dans le cas où la défense effectue une prise à deux dans l'angle, il adopte une

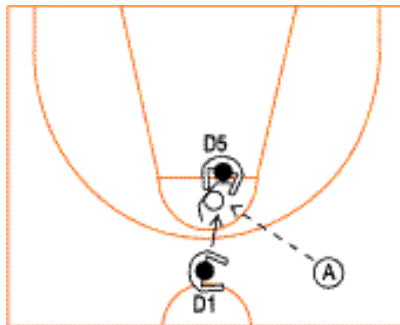
position dos à la ligne de fond, de façon à mieux évaluer s'il lui faut rester sur le poste haut ou anticiper le retour de passe dans l'aile (figure 6).

Figure 6



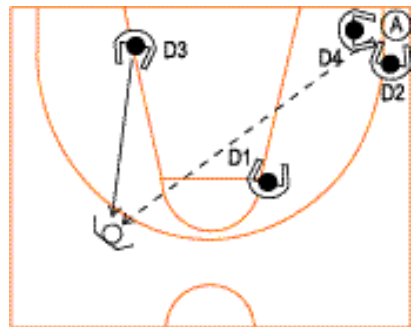
Sur une passe du poste haut, c'est une prise à deux avec D5 qui doit se faire.

Figure 7



Enfin si l'attaque effectue une « skip-pass », il suit la balle pour empêcher le tir jusqu'au retour de D2 (figure 8).

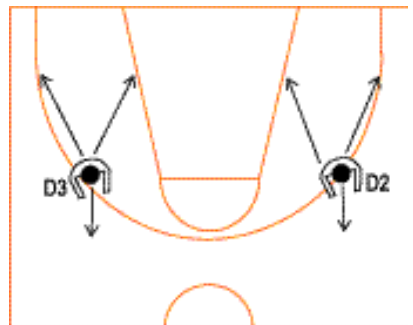
Figure 8



### *Joueurs D2 et D3*

Ce sont les deux ailiers, joueurs rapides, capables de « couvrir » une ample surface de champ et également rebondeurs.

Figure 9



Du côté fort, ils ont la responsabilité de défendre sur la balle lorsqu'elle se trouve en possession du meneur, orientant ainsi la passe dans un angle bas pour préparer la prise à deux avec D4. Ce faisant, ils se déplacent sur la ligne de passe pour empêcher un rapide retour de passe (figure 10).

Figure 10

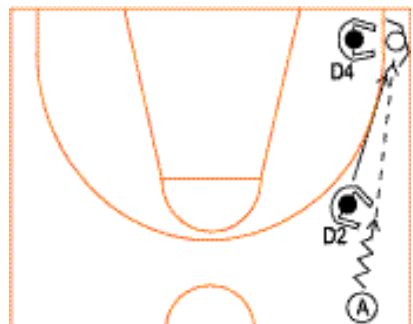


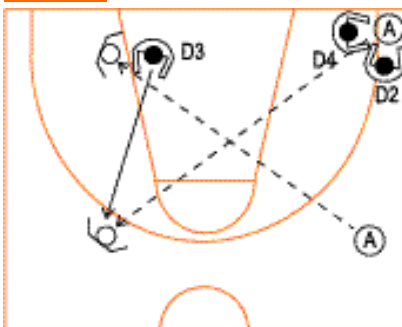
Photo : Source FIP



Carlton MEYERS Photo : Source FIP

Du côté opposé, ils descendent pour conserver une position optimale qui permet d'anticiper une passe directe, d'interdire le rebond offensif et d'anticiper la passe lente vers le meneur opposé.

Figure 11

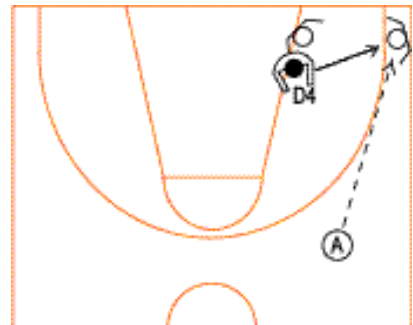


Si la balle est dans l'aile, ils défendent en 1 C 1, orientant le joueur dans l'angle de prise à deux.

### Joueur D4

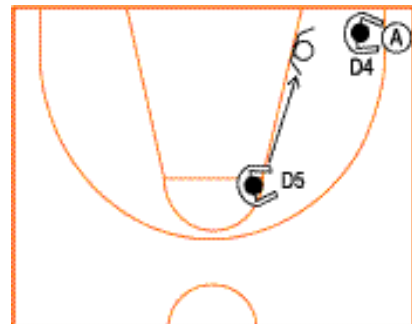
Ce rôle peut être effectué, soit par les extérieurs, soit par l'ailier fort. Quoiqu'il en soit, il s'agira d'un joueur rapide qui sait gêner le tir de l'angle. Il joue sur la ligne panier-panier et collabore avec D2 et D3 pour activer les prises à deux dans l'angle. Sa prise à deux doit être effectuée au moment de la réception du ballon dans l'angle afin d'éviter les tirs faciles et les dangereuses pénétrations. Si la balle est en possession du meneur, il anticipe avec autorité le poste bas. Ce placement lui facilitera l'accès à une sortie rapide dans l'angle pour « distiller » les contres (figure 12).

Figure 12



Si la balle est dans l'angle, avec un attaquant au poste milieu, il se concentre sur le ballon après avoir vérifié que D5 soit dans sa position d'anticipation.

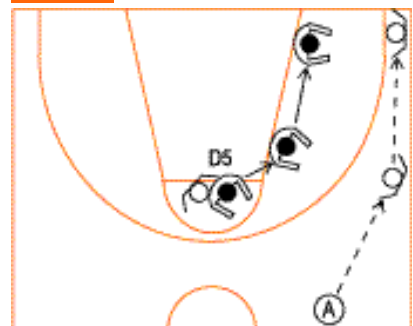
Figure 13



### Joueur D5

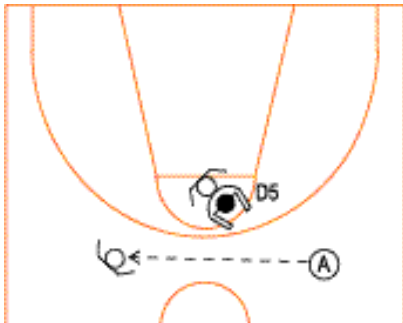
C'est habituellement le centre qui présidera dans la raquette. Des deux « grands », c'est celui qui est le plus réactif, intelligent et doté de la plus forte personnalité. Il joue en conservant l'alignement du cercle et anticipe tant les déplacements du poste haut, que ceux du poste bas en contestant la réception de la balle. Il doit fermer toutes les pénétrations vers le cercle par les extérieurs (fig.14).

Figure 14



Il doit en outre empêcher la réception du ballon par le poste haut, afin de ne pas favoriser son jeu en cas de rapide changement de côté (figure 15).

Figure 15



Tous les défenseurs devront toujours voir la balle, cherchant à anticiper les intentions de l'attaquant et répondre agressivement aux mouvements du ballon, se montrant prêts et équilibrés pour défendre.

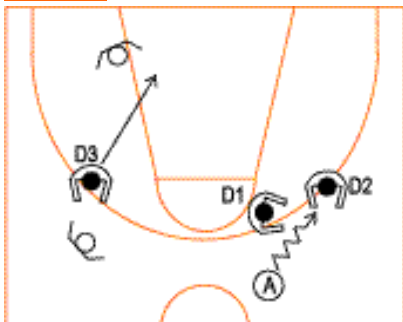
Dans la suite, Giordano Consolini propose des exercices de mise en place de la défense de zone 1-3-1 avec prise à deux.

## EXERCICES

### 3 C 3 avec pivot en appui

Afin d'améliorer la synchronisation des actions des trois défenseurs périphériques, D1, après avoir orienté la balle sur l'aile, travaille en collaboration avec D2 effectuant feintes ou prises à deux (figure 16).

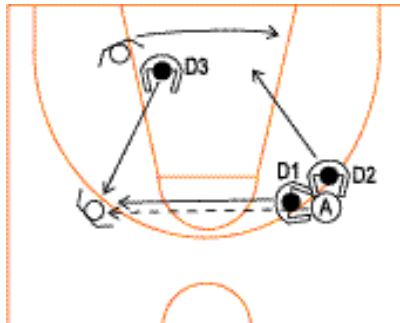
Figure 16



D3 actualise sa position en conservant l'objectif d'anticiper ou éventuellement de contester la prise de position du poste bas.

Sur le changement d'aile, la situation s'inverse, l'appui change de côté alors que D3 monte, D2 descend (figure 17).

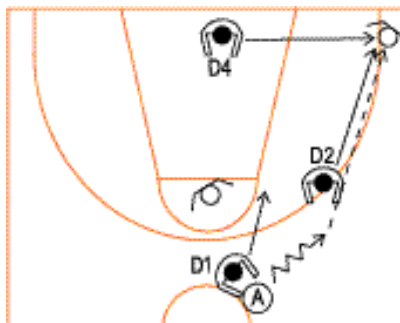
Figure 17



### 3 C 3 avec pivot en soutien

Pour améliorer le synchronisme de D1, D2 et D4 ; D1 après avoir orienté la balle sur l'aile de D2, travaille avec ce dernier en effectuant des feintes défensives (figure 18).

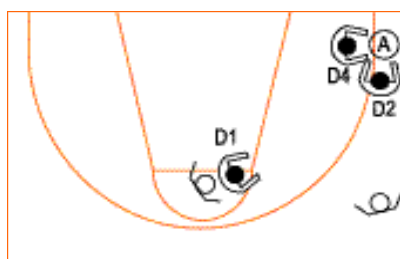
Figure 18



D2 favorise la passe dans l'angle puis court sur la ligne de passe afin d'effectuer la prise à deux en bas avec D4 qui arrive sur l'adversaire en même temps que la balle.

Avec la balle dans l'angle, D1 descend et anticipe sur le poste haut ou encore, anticipe sur la passe de sortie de l'aile (fig. 19).

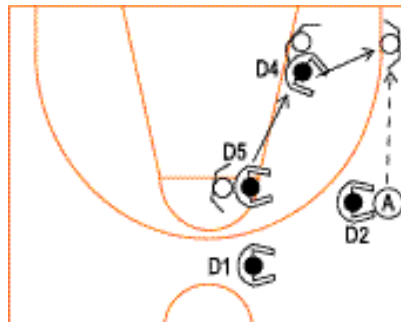
Figure 19



### 4 C 4 avec poste et pivot à l'arrêt ou pivot côté faible

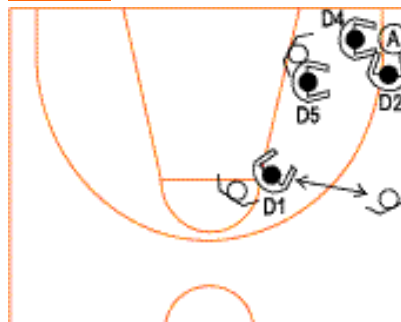
Pour améliorer le synchronisme des défenseurs D1, D2, D4 et D5, le défenseur D1, après avoir orienté le meneur sur le côté droit, travaille avec D2 effectuant des « feintes » de défense.

Figure 20



Avec la balle dans l'angle, D2 va faire une prise à deux avec D4, ce dernier, avant de matérialiser la prise à deux, s'assure que D5 est bien en position d'anticiper sur le poste bas. Pendant ce temps, D1 ferme la ligne de passe ou anticipe dans l'aile (figure 20 et 21).

Figure 21



Dans la phase suivante, avec poste sur côté faible, le pivot et le poste sont en mouvement.

**Lorsque les phases d'apprentissage sont acquises, il convient de travailler en pression soutenue pour obliger l'attaquant à jouer « sous pression ».**

Il s'avère plus intéressant de jouer en 5 C 5 sur demi terrain avec contre attaque en cas de récupération ou de rebond défensif. De cette façon, on apprendra à convertir sans délai une bonne action défensive, via une transition rapide, pour une réalisation à haut pourcentage de réussite.