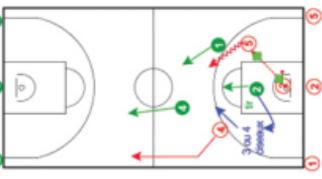


FICHE TECHNIQUE SITUATIONS REF - JEU RAPIDE

SITUATIONS ET OBJECTIFS	SITUATIONS DE REFERENCE	DEROULEMENT	INTENTIONS ET NOTIONS CLEFS
<p>YO-YO SIMPLE : LE BASIC DU JEU RAPIDE</p> <p>Relancer et faire progresser le ballon le plus vite possible par la passe et/ou par le dribble.</p> <p>Attaquer les espaces par le dribble ou avec des courses agressives vers le panier le plus rapidement possibles.</p> <p>Chercher un tir à haut pourcentage de réussite.</p> <p>3 cas :</p> <p>Surnombre offensif fixe : 3C2 continué</p> <p>Surnombre temporaire 3C2+1 continué</p> <p>Egalité numérique : 3c3.</p> <p>Attention : le yo-yo simple ne permet pas de s'investir fortement au rebond offensif, donc de travailler la sortie de balle après rebond défensif, du fait qu'il faille se replier sur de nouveaux attaquants qui entrent en jeu.</p> <p>Le double Yo-Yo apporte une solution cela.</p>	 <p>NB : Le placement des joueurs en attente peut être modulé en fonction de ce que l'on souhaite stimuler.</p> <p>Ci-dessus cas 2 : joueurs en attente au niveau du prolongement de la ligne de LF (équipe verte) ou au niveau des corners (équipe rouge).</p> <p>Aménagements pédagogiques : Pour stimuler les aspects transitionnels attaque-défense : Ne pas jouer le Rb off en surnombre simple et n'autoriser qu'un seul tir (à moduler).</p> <p>Ne pas faire de remise en jeu sur Panier marqué (à moduler). Faire partir 2 joueurs en attente sur les côtés au niveau du prolongement de la ligne des LF (cf schéma plots rouges) et en ligne de fond.</p> <p>Attention : le yo-yo simple ne permet pas de s'investir fortement au rebond offensif, donc de travailler la sortie de balle après rebond défensif, du fait qu'il faille se replier sur de nouveaux attaquants qui entrent en jeu.</p> <p>Le double Yo-Yo apporte une solution cela.</p>	<p>Principe du Yo-Yo : Les joueurs attaquent puis défendent et sortent. Ils passent la balle aux joueurs en attente après leur défense avant de sortir.</p> <p>(Attique II Défense II Récupération II Attaque) Les joueurs en récupération rentrent donc en action sur une phase offensive de traversée de terrain.</p> <p>Surnombre fixe : Le dernier joueur qui touche la balle sort directement et ne se replie pas (cf schéma et vidéo). On peut aussi lui demander d'effectuer une tâche avant de sortir comme s'investir au rebond offensif puis gêner la sortie de balle, ou encore défendre à l'intérieur de la ligne à 3 points ou jusqu'à la ligne médiane, puis sortir...)</p> <p>NB : le temps d'attaque est court</p> <p>Surnombres temporaires : Créer un retard défensif en imposant au joueur ayant touché la balle en dernier d'effectuer une tâche pour le retarder (à ciseaux (cf vidéo), ligne à toucher, plot à contourner etc...).</p> <p>Egalité numérique : tous les joueurs attaquent et défendent une fois avant de sortir.</p> <p>NB : Faire plusieurs séquences courtes de 4 à 5 minutes maximum avec un temps de récupération collective d'environ 2 à 3 minutes avec du tir par exemple.</p>	<p>Pour développer du jeu rapide : nécessité de contrôler le rebond défensif.</p> <p>Après un rebond offensif, relancer très vite par la passe ou par le dribble en fonction de la défense. (cf fiche pédagogique Jeu rapide)</p> <p>Occupation des couloirs de courses (cf fiche vidéo Jeu rapide et schéma). Largeur et profondeur</p> <p>Dans les courses sans ballon : un joueur cherche à battre la défense dans le dos (profondeur) (cf schéma joueur 1 vert) un autre joueur propose une solution de passe courte vers l'avant du porteur de balle, en ralentissant (voir en revenant en arrière), (cf schéma joueur 4 vert).</p> <p>Recherche d'une agressivité permanente en attaquant des grands espaces. Rechercher en première intention à attaquer le panier, puis lire la défense pour tirer ou faire tirer. La passe prime sur le dribble pour faire progresser vite le ballon.</p> <p>Le temps d'attaque est court !</p>
<p>DOUBLE YO-YO, VERS PLUS DE RÉALITÉ.</p> <p>Cas du surnombre temporaire : 3C2+1 (cf schéma)</p> <p>Egalité numérique : 3C3</p>	 <p>Aménagement pédagogique : retard défensive Le joueur qui touche la balle le dernier effectue trois ou quatre ciseaux avant de se replier, ce qui génère un retard. (cf schéma et vidéo).</p> <p>Ce type d'exercice favorise la communication.</p> <p>NB : Faire plusieurs séquences courtes</p>	<p>Principe du double Yo-Yo : les joueurs effectuent 2 allers / retours (2 attaques et 2 défenses) et sortent au bout de leur 2ème défense. (cf vidéo)</p> <p>Les joueurs en attente commencent les changements lors de la 2ème défense.</p> <p>Cette forme de travail permet : un fort engagement au rebond offensif, donc de travailler la sortie de balle, mais aussi de doubler les traversées de terrain (aspects transitionnels).</p>	<p>Réinvestir les notions précédentes en ajoutant :</p> <p>Un investissement d'au moins 1 à 2 joueurs au rebond offensif pour stimuler le rebond défensif et pouvoir mettre une pression sur le rebondeur et le forcer à décider vite</p> <p>Rb sortie de balle par la passe ou Rb relance en dribble (en franchissant).</p> <p>Variantes. Les joueurs en attente partent en dessous du prolongement de la ligne des LF afin de stimuler le repli. (cf premier schéma joueur vert)</p>
<p>RANDOM-CHECK :</p> <p>S'adapter en permanence à des surnombres aléatoires</p> <p>Jouer vite vers l'avant</p> <p>Lire le jeu avec et sans ballon.</p> <p>Transiter vite en allant au rebond offensif et/ou dans le repli défensif.</p>	 <p>Les joueurs en attente rentrent donc sur une phase de défense.</p> <p>Un ou deux joueurs maximum sur le terrain peuvent effectuer un changement de manière simultanée.</p> <p>Les joueurs peuvent s'investir au Rb off avant de changer.</p> <p>NB : Ce type de situation favorise la communication et les aspects transitionnels.</p> <p>Il offre un bon complément aux situations précédentes lorsqu'elles commencent à être bien assimilées.</p>	<p>3C 3 ou 3c 2+1 ou 3C1+2 en continué.</p> <p>Principe du Random Check : Les joueurs peuvent changer, lorsqu'ils le souhaitent avant (ou pendant) la phase de repli défensif, en « checkant » leur (s)partenaire(s) en attente.</p> <p>Cheque changement créer un retard défensif de manière aléatoire.</p> <p>Les joueurs en attente rentrent donc sur une phase de défense.</p> <p>Un ou deux joueurs maximum sur le terrain peuvent effectuer un changement de manière simultanée.</p> <p>Les joueurs peuvent s'investir au Rb off avant de changer.</p> <p>NB : Ce type de situation favorise la communication et les aspects transitionnels.</p> <p>Il offre un bon complément aux situations précédentes lorsqu'elles commencent à être bien assimilées.</p>	<p>Réinvestir les notions précédentes.</p> <p>Contrôler le temps de possession : en fonction du niveau de jeu.</p> <p>Pour un 3c2 en U15, 6-8 sec maximum est un bon indicateur.</p> <p>Pour des 13 en pouva aller à 10 sec de possession max.</p> <p>Investir à chaque fois le rebond offensif avec un ou deux joueurs qui remplisse laquette et gêner le rebondeur et les sorties de balle.</p> <p>Effectuer les remises en jeu sur panier marqué et demander à la défense de presser haut, sans se faire franchir.</p> <p>Lire les surnombres, les espaces à attaquer et adapter rapidement ses choix.</p> <p>Développer un basket agressif et conquérant : valoriser les intentions.</p>