

CONSTRUIRE UNE MOTION (jeu de principes)

Une motion est un jeu offensif de principes qui sont définis au préalable par le coach qui fixe ses règles de jeu... Afin que le principe soit accessible à tous, nous allons partir de l'exemple de la motion mis en place par les minimes filles ligue du BVT et tenter de la faire évoluer afin que les équipes minimes, cadets voir seniors puissent l'utiliser à leur guise...

Tout d'abord, il convient de définir le cadre dans lequel l'équipe pourra évoluer. Jouer sur un jeu de règle présente l'avantage de laisser les joueurs libres dans leurs interprétations et leur lecture de jeu. Ils doivent partir du respect de certaines règles de jeu mais les règles sont faites pour avoir des exceptions. Cela veut dire que si les joueurs sortent de temps à autres des règles fixées car leur lecture de jeu leur a permis d'identifier d'autres solutions, laissons faire... Il y a donc les règles et les exceptions dans ce type de principe de jeu.

Jouer correctement sur un principe de jeu peut prendre plusieurs années et pour les meilleurs joueurs beaucoup moins... La construction de votre motion se fera en plusieurs étapes et il convient que la connaissance des pré-collectifs à 2 et à 3 de vos joueurs sera déterminante dans la réalisation de celle-ci. Voici les étapes importantes à mettre en place pour instaurer votre principe de jeu...

-Définir votre style de jeu (5 exter, 4 exter et 1 inter, 3 exter et 2 inter) et y adapter les espaces de jeu disponibles pour chacun de vos 5 joueurs sur le terrain...

-Définir des règles de jeu ainsi que des règles de déplacement.

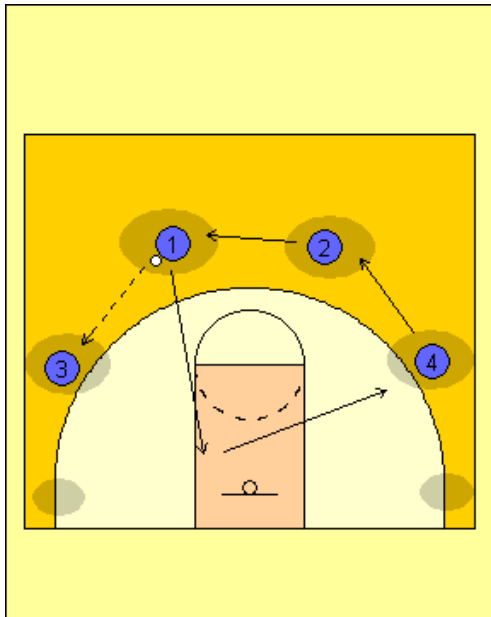
-Travailler des principes de jeu et les fondamentaux qui tournent autour de votre motion.

-Apporter des variantes pour enrichir votre jeu de principes...

1. Définition des « spots » de jeu.

Les spots de jeu sont tout simplement les espaces de départ des joueurs sur le terrain. Ils peuvent évoluer en fonction du ballon et de la mise en place souhaitée par le coach...

1.1 Spots de jeu pour extérieurs (4 exters).



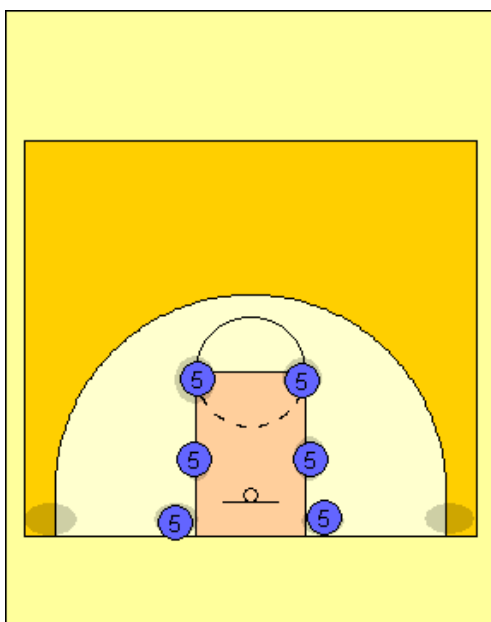
-4 spots principaux et 2 secondaires pour 4 joueurs extérieurs...

-On part du principe que chaque mouvement est issu de l'extérieur de la zone des 3pts et à destination de cette zone des 3 points... (les joueurs ayant avantage de taille sur leur adversaire direct peuvent poster)...

-Ces 4 positions doivent être occupées et sont les destinations des joueurs extérieurs après coupage...

-On part d'un principe simple de : couper équilibrer les positions 1 et 2 en priorité...

1.2. Spots de jeu pour intérieur.



-6 spots pour le joueur intérieur + 2 (corners) si besoin... Poste haut, médian et bas...

-Règle de jeu de base pour joueur 5 : se déplacer en fonction du ballon en luttant avant chaque déplacement pour la position la plus proche du cercle... Exemple : si ballon est sur les spots 1 et 2 exters, 5 est en poste haut... Si la balle est dans l'aile, 5 est en poste médian ou short corner...

2. Définir des règles de jeu (générale et par poste).

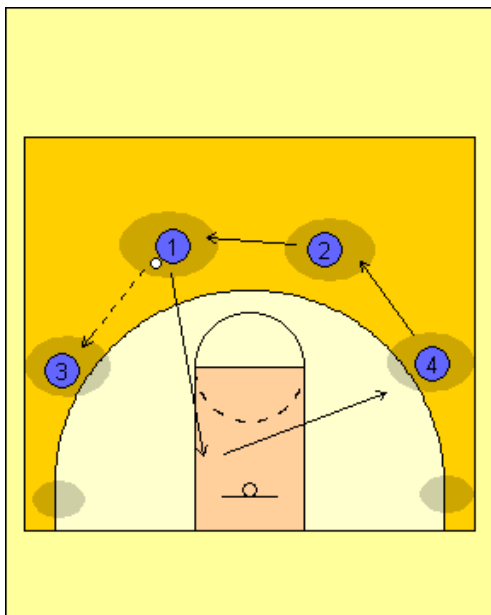
2.1. Règles générales.

Sur la motion, nous avons fixé quelques règles générales pour fixer le cadre de travail des filles... Nous avons appelé ça la règle 3D (moyen mnémotechnique)...

- Pas de tir avant 3 passes.
- Pas plus de 3 dribbles par joueur.
- Pas plus de 3 secondes avec la balle et sur le même spot.

Ces quelques règles obligent les joueuses à instaurer une circulation de balle minimum et on obtient un jeu en mouvement intéressant. Bien entendu, ce ne sont que des règles et pas des obligations. En gros, le travailler sous cette forme à l'entraînement mais ne pas bloquer les joueurs sur le jeu... L'idéal sera de se rapprocher de ces principes et de ces règles...

2.2. Règles pour les extérieurs.



La règle prioritaire est qu'il faut créer du mouvement...

-Les joueurs qui passent à partir des positions 1 et 2, coupent et sortent à l'opposé de la balle (possibilité de poster). Exception à la règle : sortie dans le corner côté balle...

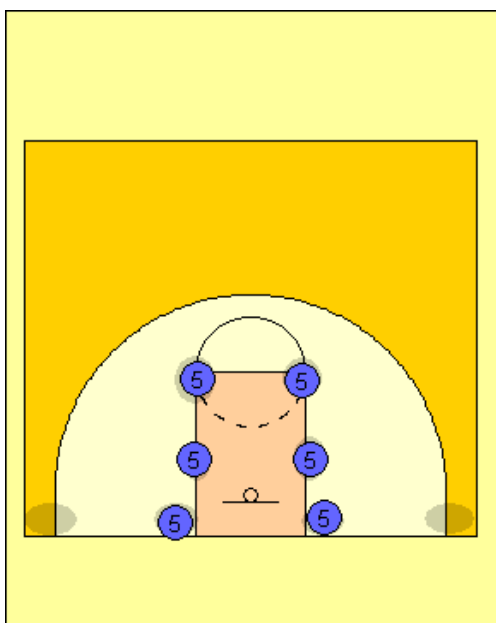
-Les joueurs qui passent à partir des positions 3 et 4 coupent et rééquilibrent leur position. Exception : croisent.

-Equilibrage des positions 1 et 2 en priorité (soutien et couper le jeu rapide adverse).

Les coupages après la passe peuvent être remplacés par du travail de main à main, shallow voir écran au joueur le plus proche. A priori pas de pick entre deux joueurs extérieurs...

Importance de la lecture de jeu : jouer les back-doors si défense ferme les passes...

2.3. Règles pour l'intérieur.



-5 se déplace en fonction du ballon (suit la balle). Lutte pour positions préférentielle avant chaque déplacement.

-Jeu à 2 si capte la balle ou 1c1.

-Si 5 n'a pas la balle (3 secondes, même règle que les joueurs extérieurs) : possibilité d'écran NPB voir pick and roll...

-5 peut sortir dans les corners (libérer 1c1 pour un joueur extérieur ou prendre un tir si qualités d'adresse)...

3. Découpage lors des séances et principe de lecture.

Le découpage des différentes situations de la motion est indispensable à mettre en place lors des séances d'entraînement sous forme de jeu à 2 ou à 3... Le principe sera d'automatiser des comportements entre les joueurs...

Toutes les situations de jeu à 2 (exter/exter) : passe-coupe, main à main, shallow... Les situations exter/inter avec les options en fonction du choix mis en place (balle à l'aile, balle dessous), comment libérer les espaces de jeu (voir dossier sur jeu à 2).

Insister auprès des joueurs sur les notions de spacing « espaces de jeu » et de timing pour enchaîner les actions... L'espace de jeu est primordial si le porteur de balle veut bénéficier de suffisamment d'espace pour jouer...

Enfin l'agressivité de chaque joueur, avec ou sans balle sera primordiale pour la réussite de votre motion... 5 joueurs qui ne regardent jamais la cible ne sont pas dangereux... Si chaque joueur de votre effectif a l'intention de scorer chaque fois qu'il a la balle, cela modifiera le comportement défensif de l'équipe adverse... J'ai la balle, je suis face à la cible, je peux tirer, driver ou passer...