

**DOCUMENT PROPOSE PAR
L'E.T.R BASKET-BALL BRETAGNE**

**POUR UNE MEILLEURE FORMATION
DE NOS JEUNES**

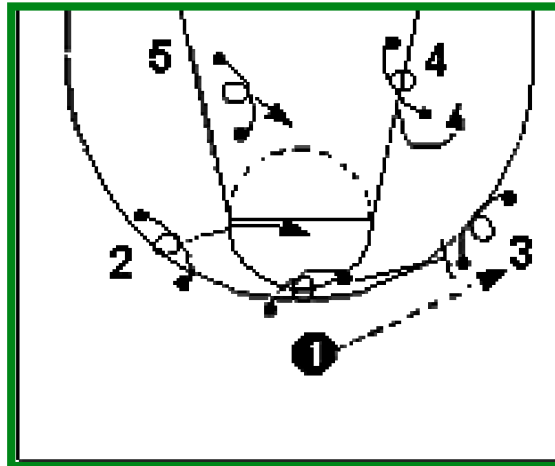
**VALORISONS
LA FORMATION DE NOS JEUNES
JOUEURS(SES)**

**LA DEFENSE "HOMME A HOMME"
DEFENSE FORMATRICE**

POURQUOI ?

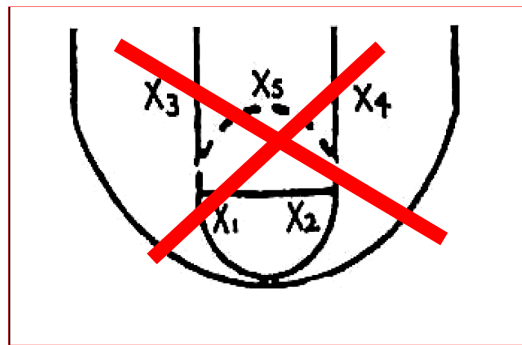


POURQUOI J'UTILISE LA DEFENSE "HOMME A HOMME"



- Elle responsabilise chaque joueur (joueuse) sur le duel en fonction du placement du ballon et de chaque attaquant(e)
- Le déplacement du défenseur induit une prise de nombreuses informations : sur le porteur de balle, sur les non porteurs de balle, par rapport à sa position sur le terrain
- Le duel attaquant-défenseur permet d'aborder la notion d'agressivité sur le porteur de balle et les attitudes s'y rapportant
- La notion de contestation de passe et de déplacement est privilégiée.
- Les déplacements sont plus sollicitant pour l'organisme, ce qui favorise le développement moteur et physique
- Elle permet d'envisager des rotations défensives collectives à deux, à trois.
- Elle permet aussi de défendre sur tout le terrain avec les mêmes repères que sur une défense demi-terrain.
- Elle permet aux attaquants de travailler leur lecture des duels pour être efficaces.
- Elle permet aux attaquants de travailler leur lecture des duels pour être efficaces.
- Elle facilite les enchaînements d'actions entre partenaires (passe et va, passe et suit, chasser, etc...).
- En attaque, elle permet au tireur d'apprendre à tirer sous pression ou d'apprendre à reconnaître quand le duel est remporté pour tirer en situation ouverte.
- Elle permet de sensibiliser les attaquants à la notion des fixations des intervalles par le dribble sollicitant les aides.

POURQUOI JE N'UTILISE PAS LES DEFENSES DE ZONE REPLIEES ?



- Son utilisation donne l'impression d'une grande efficacité à court terme, sur le match, mais elle masque en fait un véritable manque en terme d'apprentissage à maîtriser, indispensables à plus long terme dans la formation du joueur.
- Elle encourage à la passivité des défenseurs « plantés » comme des poteaux.
- Elle réduit l'espace d'actions défensives à un $\frac{1}{4}$ du terrain (excepté sur les zones tout terrain).
- Elle diminue le développement de l'agressivité sur le non porteur de balle puisque les lignes de passes ne peuvent être coupées par un même défenseur que sur la zone défensive de chaque joueur et non sur l'ensemble du déplacement de l'attaquant.
- Elle envisage une adaptation restreinte du défenseur uniquement en fonction du positionnement du ballon.
- Elle ne développe pas la prise d'initiatives de la défense qui réagit plus qu'elle ne contraint les déplacements.
- Elle ne favorise pas l'apprentissage du duel puisque l'attaquant aura du mal à le provoquer à cause des espaces fermés dû aux glissements des autres défenseurs.
- Elle encourage les attaquants à tirer de loin avec des tirs ouverts difficiles à cet âge (force).
- Elle encourage le jeu à la périphérie et tue les enchaînements d'actions des attaquants (passe et va, passe et suit, chasser, ...).

Pour toutes ces raisons, je m'inscris dans un objectif de formation et je privilégie la formation de mes joueurs (joueuses) avant le gain du match. Le gain du match est certes important mais ce qu'apprennent mes joueurs (joueuses) est prioritaire.

Je déclare m'inscrire dans une logique de formation du joueur (ou de la joueuse) et m'engage à privilégier la défense « défense homme à homme » (ou « fille à fille ») lors de mes matches.

Tampon du club

Signature du président du club

Signature de l'entraîneur