

LE DEMARQUAGE

Vincent BOURDEAU
C.T.S. Basket-Ball Champagne-Ardenne

Le démarquage simple est une action de jeu redondante et favorisant les placements et déplacements des joueurs. A l'heure actuelle, nous devons simplifier les actions de jeu permettant de libérer les joueurs et surtout de leur faciliter une prise d'espaces pour prendre un tir ou jouer son duel.

Beaucoup de situations de démarquage reprennent des principes de déplacements à base de V-Cut qui sont souvent mal exploitées par manque de connaissance des espaces et par une non prise en considération de l'attitude du défenseur.

Ces situations sont-elles les plus communes et les plus « prisées » ? Comment se démarquer de manière plus rapide tout en gardant une efficacité ?

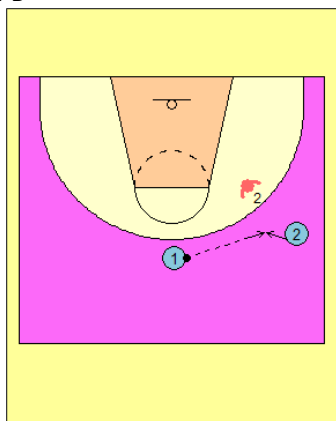
Les objectifs autour de cette collaboration de jeu doit favoriser des situations de jeu fortes :

- Prendre des **tirs « ouverts »** (c'est-à-dire avec le minimum de pression défensive et dans un espace privilégié) : Développer des intentions de tir
- Se créer des **espaces de 1c1** en jouant sur les retards défensifs : Anticiper les orientations, les déplacements et les positionnements adverses
- **Se donner du temps** pour pouvoir jouer avec ses partenaires : Donner la balle dans le secteur intérieur, feinter un tir pour passer à un partenaire...

1. Les démarquages statiques

a. L'appel de balle

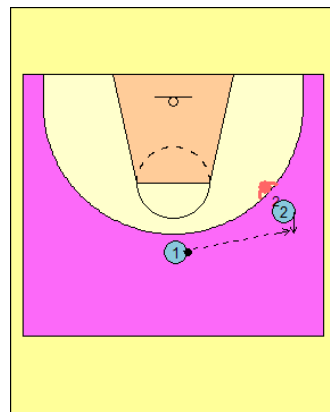
Premièrement, se démarquer peut se réaliser de manière à solliciter très peu la filière énergétique. Il faut apprendre à demander le ballon si le défenseur ne met pas de pression sur le joueur NPB



Dans sa course, A2 doit ralentir sa vitesse, préparer ses mains et baisser son centre de gravité en étant fléchi. Il doit avoir une réelle volonté d'« attaquer » le ballon dans la passe pour prendre un tir ou être prêt à partir en dribbles si le défenseur vient mettre une pression trop forte.

b. Le contact statique

Ce cas de figure s'exploite lorsque le défenseur reste en contestation de déplacement sur des situations de demi-terrain.



Le joueur A2 doit maintenir un contact physique avec l'avant bras sur D2 (au niveau du torse) et faire un appel de balle avec la main opposée. Les appuis doivent se placer entre ceux des défenseurs. L'appui et le bras du côté de l'appel de balle doivent se rapprocher du passeur. A2 doit casser le contact quand la balle lui arrive (maintenir le contact le plus longtemps avec le défenseur).

NB : A1 doit faire une passe puissante vers la main d'A2 qui demande la balle (dans l'espace arrière)

Sur l'échauffement, présentation d'une situation pour enchaîner des passes et des changements de direction dans les déplacements afin de préparer les gestes techniques types du démarquage.

CARRE MAGIQUE

- Un ballon pour 6 joueurs
- Plots ou lignes pour matérialiser le terrain
- Quatre zones à matérialiser au sol

OBJECTIF : Se déplacer dans un espace libre après une passe

CRITERES TECHNIQUES :

- Se déplacer sans chercher un contact avec défenseur
- Changer de rythme
- Appeler le ballon à une ou deux mains
- S'arrêter en restant fléchi et en protégeant son ballon
- Se décaler ou se désaxer pour effectuer une passe (à terre...)
- Inclure le démarquage statique

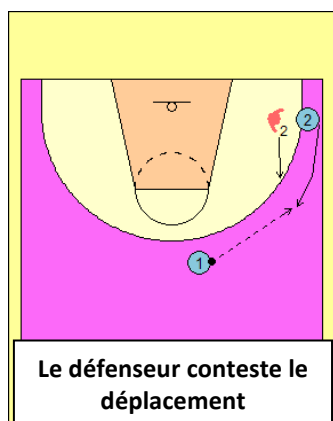
CRITERES REUSSITE

Rechercher à faire le plus de passes possibles avec enchaînement tout en contrôlant le ballon

2. Les démarquages en mouvement

a. Le démarquage en flash

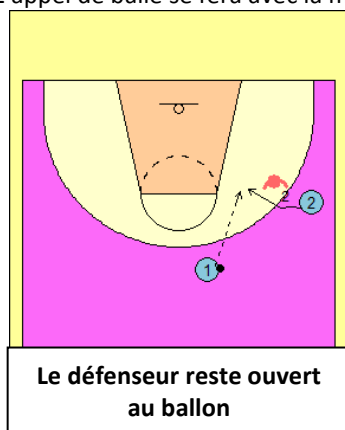
Des situations plus dynamiques permettent à l'attaquant de se libérer de la pression défensive et s'exploitent en fonction de l'attitude du défenseur. Il faut savoir que le défenseur peut réaliser différents choix d'actions défensives.



Dans cette situation, A2 vient du corner en sprint pour demander la balle. Le joueur A2 doit réceptionner le ballon en étant large (2 appuis au dessus des 6.25m.) et peut chercher à créer en espace en réduisant le contact avec le défenseur puis en cassant le contact au moment de la passe. Lors de la réception, on demandera d'abord à A2 de recevoir la balle face au passeur puis de s'orienter face au cercle. On demandera ensuite une réception en arrêt alternatif face au cercle puis un arrêt simultané quand l'attaquant possède une maîtrise et suffisamment de qualités physiques (expertise).

Dans le cas où le défenseur reste ouvert au ballon, A2 peut enchaîner sur un curl. Il doit engager son appui et son épaule (au niveau du bassin) au contact du défenseur.

La passe doit se faire vers l'avant de l'attaquant qui peut réaliser un sursaut pendant la réception de sa passe pour se réorienter vers la cible (afin de faire un tir ou enchaîner avec des dribbles). L'appel de balle se fera avec la main intérieure.



Présentation d'une situation avec démarquage tout terrain.

DEMARQUAGE TOUT TERRAIN

- Un ballon pour 3 joueurs
- Plots pour matérialiser les couloirs
- A1 est l'attaquant – A2 le défenseur – A3 passeur

OBJECTIF : Se démarquer à grande vitesse sur tout terrain

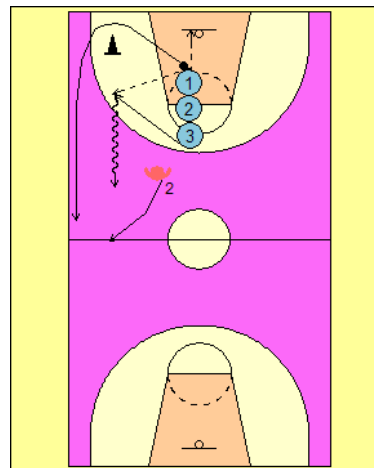
CRITERES TECHNIQUES :

- Transiter et changer de statut sur le rebond
- A3 doit courir dans un espace large et s'orienter face au cercle
- Prendre l'information du défenseur, notamment sur la distance et ses comportements défensifs

- Appeler sa balle pour être prêt à tirer (utiliser un minimum de dribbles : 3) pour enchaîner
- Développer la capacité à s'arrêter et à enchaîner (temps de réaction pour optimiser les intervalles à prendre)

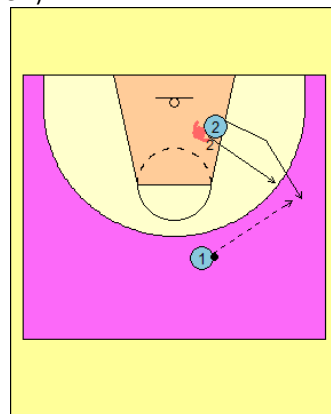
CRITERES REUSSITE

- Marquer avec minimum de dribbles et avec un maximum de vitesse



b. Le démarquage simple (sortant)

Dans une situation de démarquage dit simple, il faut qu'A2 puisse réaliser les actions suivantes : lors du contact avec son vis-à-vis prendre de l'avance en plaçant ses appuis au-delà du défenseur vers le spot de réception, casser le contact en ayant la volonté de sprinter, casser le bras en crawlant le bras près du défenseur, faire une course légèrement en curl pour voir l'attitude du défenseur et le cercle et demander la balle en préparant ses appuis (mettre de la fréquence, être prêt à attaquer la balle...)



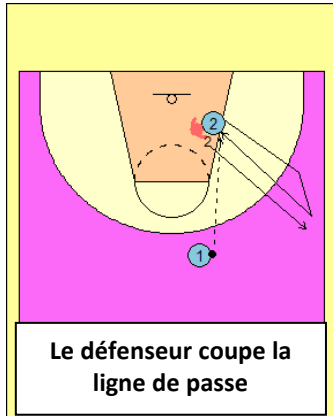
On préconisera d'avoir la progression suivante :

- Réceptionner avec les appuis face au passeur (et enchaîner en engageant ou en effaçant ses appuis pour « attaquer » ou se libérer d'un défenseur)
- Réceptionner en engageant ou en effaçant avec un sursaut pour gagner en vitesse et se mettre plus vite face au cercle
- Réceptionner en appuis simultanés (et avoir le choix dans les départs)

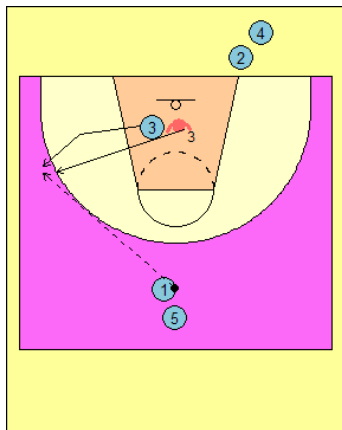
Cette progression étant corrélée avec les possibilités physiques et techniques des jeunes joueurs.

On demandera au départ que le défenseur touche le sol (pour avoir un léger temps d'avance).

c. Le back door



Le back door est une situation à privilégier lorsque le défenseur vient couper la ligne de passe. A2 devra alors sortir au minimum 2 appuis au dessus de la ligne des 3 points pour avoir suffisamment d'espace afin de repartir vers le cercle. A1 devra réaliser une passe à terre avant que le joueur ne rentre dans la zone restrictive (afin de respecter les espaces de jeu et les aides possibles dans le jeu à 5).



DUEL ET AGRESSIVITE

- Deux ballons pour 6 joueurs
- Rotations : A3 devient D3 – A2 rentre en attaque – D3 devient passeur – A1 rentre dans la colonne attaquant
- A2 rentre quand D3 récupère son ballon (tir marqué ou rebond défensif)

OBJECTIF : Transiter et appeler son ballon

CRITERES TECHNIQUES :

- Se déplacer loin du défenseur (feinter pour avoir un espace le plus important possible)
- Appeler le ballon pour recevoir la balle en mouvement (avoir du rythme)
- Observer le comportement du défenseur (se jette, à plat...)
- Enchaîner avec des intentions de tir et un travail de feintes pour « battre » son vis-à-vis

CRITERES REUSSITE

Enchaîner vite les démarquages (en améliorant ses temps de réaction) et faire évoluer cet exercice en laissant sur le terrain l'attaquant qui marque (enchaîner le plus de duels à la suite).

3. Les situations à l'opposé

Se démarquer en venant de l'opposé du ballon requiert des principes de course, de prise d'appuis, d'appel de balle et de lecture du défenseur similaires aux situations côté ballon. Les nuances vont porter sur l'exploitation des espaces de jeu, les formes de déplacements et les prises de tirs.

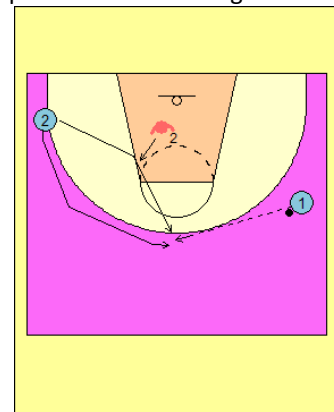
OBJECTIF : Se déplacer à l'opposé en fonction des contestations

CRITERES TECHNIQUES :

- Dans un 1^{er} temps, A2 doit chercher à créer une fenêtre à l'opposé en faisant une rupture d'alignement entre PB, défenseur et lui-même.
- Si le défenseur ne réagit pas, A2 remonte en sprint pour recevoir la balle face au cercle. Il peut aussi dans le cas de figure où D2 est très ouvert au ballon, partir dans le back door.
- Si le défenseur réagit et s'aligne, A2 vient chercher un contact avec ce dernier (mêmes principes que sur un démarquage sortant). Le joueur peut enchaîner par un curl si D2 suit A2 dans ses appuis lors de sa sortie vers l'axe central.
- Les courses seront plus longues donc la qualité demandée lors de la réception du ballon sera plus exigeante : A2 devra être capable de s'arrêter, anticiper en étant fléchi et en ayant de la fréquence d'appuis.

CRITERES REUSSITE

Lire les prises d'espaces en fonction des contestations et marquer des ruptures dans les changements de rythme.



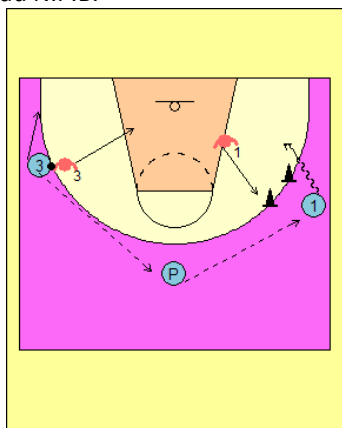
OBJECTIF : Se déplacer à l'opposé en fonction des drives

CRITERES TECHNIQUES :

- Sur le transfert de balle D1 vient toucher un plot, ce qui signifie le côté du drive à prendre (à l'opposé)
- Sur l'attaque en drives, D3 vient aide, A3 se déplace alors pour ne pas rester aligné avec son partenaire et son vis-à-vis
- Si l'attaque en drives est effectuée ligne de fond, A3 se déplace dans le corner. Si l'attaque se fait par l'axe central, A3 remonte dans l'aspiration
- A3 devra se déplacer en restant large, préparer ses mains et être fléchi, il pourra attaquer la ballon lors de la passe (1^{ère} intention est de tirer)

CRITERES REUSSITE

Qualité des passes d'A1 pour libérer A3 avec justesse dans les déplacements du N.P.B.



CONCLUSION

Se démarquer au Basket-Ball est une action commune et réalisée par tous les NPB. Dans le jeu extérieur, on note chez les jeunes joueurs une incapacité à se démarquer pour trouver un espace de jeu favorable à son expression. Apprendre à repérer l'espace privilégié pour jouer et savoir demander la balle en fonction de l'attitude du défenseur est plus important que de connaître tout un registre de démarquage.

Question : Pourquoi chercher à se démarquer si son vis-à-vis ne défend pas ?

L'intérêt est d'aller plus vite dans le jeu de passes et d'offrir les bons comportements d'actions de jeu au PB (savoir anticiper l'action avec le ballon : tirer, passer, faire un départ en dribbles) en lui laissant du temps.

Tout au long de cet article, le rôle du passeur est primordial d'un point de vue de qualité de la passe (précision, timing) et de la concentration (donner autant d'importance au jeu du NPB que de celui du PB en mettant en avant que la passe doit favoriser le jeu du joueur receveur) afin que cette action de jeu puisse avoir du sens et être remise en place dans des situations de 5c5.