

Savoir faire individuels et collectifs en défense

Généralités

La défense est parfois perçue comme une phase négative les joueurs (motivation) et pas une priorité pour les éducateurs...

Or Hand = marquer des buts et ne pas encaisser

le Hand (voir 1er cours) ne peut s'envisager que sous l'angle d'un rapport de force att/def

Il faut donc :

- faire progresser les deux en parallèle
- d'emblée, amener l'idée que défendre, c'est en permanence protéger sa cible et chercher à reconquérir le ballon

remarque : la présence et la forme de la zone induit un comportement particulier, une forme d'organisation apparenté à la défense de zone avec des joueurs alignés et regroupés dans un secteur réduit

1^{ère} partie : Principes fondamentaux (source : revue Approche du Handball n°83)

Elle est comprise comme la séquence de jeu pendant laquelle l'équipe n'est pas en possession de la balle. Elle commence dès que l'équipe perd la balle. Elle se divise selon Léon Téodoresco en deux phases :

LE REPLI DEFENSIF ET LA DEFENSE PLACEE

Définitions :

Défense placée : Regroupement coordonné des joueurs devant la zone, organisé par un système et un dispositif : « Lutte de l'équipe pour entrer en possession de la balle sans commettre d'infractions et sans permettre à l'équipe adverse de marquer un but. »

Pour organiser la description de la défense il est communément admis un découpage en **dispositif et en système**.

Le dispositif : C'est le placement / déplacement sur le terrain des joueurs.
C'est l'organisation géographique, topographique de l'équipe.

Les principaux dispositifs : 0-6, 1-5, 1-2-3, 2-4, 3-3, 5-1.

Le dispositif est toujours annoncé en France en se positionnant au centre du terrain (face au but) et en annonçant les différentes lignes composant le dispositif.

Ces différents dispositifs peuvent être également dénommés :
- défense aplatie (dispositif 0-6),

- défense alignée (dispositif 0-6 dans lequel les 6 joueurs forment une seule ligne parallèle à la ligne de fond),
- défense étagée (2 ou 3 étages).

La numérotation des joueurs :

- Les plus externes : n° 1 à droite et n°2 à gauche
- Les 2 suivants : les n°2 à droite et n°2 à gauche
- Les 2 joueurs du centre : les n°3

Dans le cas d'une 0-6 : n°3 à droite et n°3 à gauche

Dans le cas d'une 1-5 : n°3 devant et n°3 derrière

Le système de défense : C'est la façon dont le dispositif vit : « Ce sont les principes collectifs qui organisent les joueurs. »

En défense deux grands systèmes sont identifiés : **le système zone et le système dit homme à homme.**

Le système zone engendre une centration des défenseurs essentiellement par rapport à la balle et dans lequel chaque joueur a la responsabilité d'une zone à défendre.

Dans le système homme à homme, les défenseurs sont centrés sur leur adversaire direct en priorité.

Lorsqu'une partie de l'équipe est organisée en principe de zone et que l'autre partie est organisée en H à H, on parle de défense mixte.

Les principes du système zone :

1. Priorité à la balle
2. Un espace (une zone) à protéger dans lequel la balle ne doit pas pénétrer (soit parce que un attaquant veut porter la balle dans cet espace, soit sur une passe d'un attaquant dans le dispositif). Le défenseur doit se positionner et se déplacer dans sa zone pour empêcher les trajectoires de balle dans cet espace.
3. Une aide au partenaire proche.
4. Un flottement côté ballon.
5. Un surnombre de défenseurs côté balle par rapport au nombre d'attaquants.

Les principes du système homme à homme :

1. Priorité à l'adversaire : définir son adversaire et s'opposer à lui. Le joueur adverse ne doit pas mettre de but. Positionnement entre l'adversaire direct et le but.

2. Assurer les changements avec les partenaires en cas de mouvements des joueurs attaquants.

Changer d'adversaires en s'alignant quand les adversaires passent devant les défenseurs .

3. Assurer les glissements derrière les partenaires en cas de mouvements des joueurs attaquants.

4. Aider les partenaires ayant perdu leur duel avec leur adversaire direct.

2^{ème} partie : L'activité du joueur au sein de la défense

Rappel du cadre : cette activité est régie par des intentions tactiques, liée à la perception du jeu et se traduit par des savoir faire

Les intentions tactiques

Dès la perte du ballon, intentions de base quelque soit la position sur le terrain:

- voir : faire face au PdB, orientation partagée entre balle et joueur NpdB
- se replacer : entre balle et cible
- chercher le contact ou harcèlement : gêner le PdB, l'arrêter sur une contre attaque
- s'étager, éviter d'être aligné dans un grand espace : risque de débordement du rideau def

La défense placée est organisée également en fonction de 3 grandes intentions tactiques :

- récupérer la balle,
- perturber l'attaque adverse,
- protéger son but,

Ces intentions tactiques pourront être recherchées soit collectivement par le choix de dispositifs ou / et de système présentant plus ou moins de facilités soit à récupérer la balle, soit à perturber l'attaque adverse, soit à protéger le but. Elles pourront également être mises en oeuvre par des actions individuelles que l'on regroupe sous le nom de savoir – faire individuel.

Pour récupérer la balle :

- Intercepter : faire croire que la passe est possible et récupérer la balle.
- Subtiliser : enlever la balle des mains de l'adversaire sans l'arracher ni la frapper

(voir règlement)

Pour perturber l'attaque adverse :

- Dissuader : s'organiser pour montrer au porteur de balle que la passe n'est pas possible.
- Harceler : perturber le porteur de balle pour le mettre dans des transmissions de balles difficiles.
- Excentrer : interdire l'intérieur.
- Presser : mettre l'attaquant en difficulté. L'obliger à choisir vite et le contraindre à jouer rapidement.

Pour protéger son but :

- Neutraliser : stopper le porteur de balle.
- Aider : soutenir l'action défensive du partenaire en difficulté face au porteur de balle.
- Couvrir : se placer en soutien du partenaire proche.
- Contrer : s'opposer à une trajectoire de tir.
- S'aligner : chercher à se replacer sur une même ligne.
- Contrôler : contenir les actions offensives de l'adversaire direct.

Remarque sur intention de récupération de la balle, souvent visée avec le choix d'une défense H à H : cette récupération est le résultat de la combinaison de ces différents savoir faire au niveau des actions sur le PdB et des NPdB, cette combinaison étant résumée par HDI

H comme harceler le PdB

D comme dissuader dans l'espace proche

I comme chercher à intercepter les passes longues ainsi provoquées

La récupération de la balle peut être obtenue également par le fait d'isoler le PdB de ses partenaires : l'excentrer puis le harceler pour provoquer une faute (marché, reprise de dribble, mauvaise passe...)

L'activité du joueur en défense n'a de sens qu'au sein du collectif et demande donc une forte communication pour éventuellement être prêt à aider, compenser les fautes, les retards des partenaires proches : notion d'aide, changement et glissement

Enfin, autres intentions à développer :

intimidation : chercher à perturber att avec ces bras, exercer une pression, provoquer

anticiper : aspect « offensif » de la def = ne pas subir, chercher à avoir un tps d'avance, surprendre...

et quel que soit le système employé, tout joueur :

FLOTTE du côté du ballon pour aider un partenaire.

CHANGE d'adversaire, si devant lui, deux adversaires permutent.

GLISSE (prend sa place) par rapport à un partenaire avancé à 9 mètres si un adversaire passe dans le dos de celui-ci et continue sa course.

S'ALIGNÉ : cette action a pour but de faciliter les relations entre les joueurs.

Cependant, l'alignement n'est pas une règle impérative dans la mesure où les attaques du porteur de balle et les actions de repousser obligent très fréquemment à rompre cet alignement

Conclusion :

- sur le plan collectif, l'utilisation de plusieurs systèmes et de plusieurs dispositifs dans un même match renvoie à la notion de stratégie, de projet de jeu...
- les intentions tactiques collectives sont permanentes et constituent les fondamentaux des comportements individuels mais doivent s'harmoniser en fonction du projet visé et du rapport de force...

Sur le plan individuel et par rapport au PdB (Porteur de balle) : selon CONSTANTINI

Le défenseur face au PdB doit dans l'ordre :

- gêner, voir interdire le tir

- interdire le débordement
- gêner au maximum la sortie de balle (passe)

Pour gêner / dissuader le tir, le défenseur doit se placer globalement sur la ligne idéale ballon / but mais légèrement côté bras tireur (objectif : éviter le tir à travers)

Pour éviter le débordement :

- même placement face au défenseur en venant établir le contact au moyen des avants bras, bras fléchi (obligation règlement)
- il doit rechercher la maîtrise du segment bras tireur (épaule / coude) : pour cela il doit avancer un appui côté bras tireur
- quand ce premier contrôle est réalisé, le corps doit rester en barrage et dissuader en priorité le débordement côté fort (à droite du défenseur pour un droitier) tout en étant vigilant sur une induction de l'attaquant
- enfin, le défenseur doit très vite replacer ses jambes en barrage pour respecter le règlement et gagner de la puissance

Sur le plan individuel, les ressources à développer :

1- affectives : abnégation / effort, tenacité...

2- perceptivo-décisionnel : vision périphérique, lecture des indices (rapport de force, distance, crédit d'action...) (voir article de Jacques MARIOT, revue EPS 302)

3- biomécaniques :

coordination / enchaînement des actions = course arrière, arrêt, course avant, pas chasés, pas alternés...

dissociation : entre train > et <

équilibration : en déplacement arrière

Position de base du défenseur :

a- attitude de pré-action :

- jambes fléchies, pieds largeur épaule, buste droit pour pouvoir voir adversaire et vision périphérique et une jambe avancée côté bras de l'adversaire (donc adaptation selon droitier ou gaucher en face)

b- recherche de l'équilibre :

- centre de gravité (CG) bas (plus bas que l'adversaire), poids du corps réparti sur l'ensemble de la plante du pied (ESPARRE), pas sur les talons...
- idem joueur raquette en attente service ou GB en pré-parade

c- recherche de gêne / harcèlement :

- bras à hauteur épaule

- mains écartées à hauteur du ballon, une main en dissuasion de la passe éventuelle (def sur NPdb), en recherche interception sur PdB

Principes de déplacements :

Objectif : ne pas être déséquilibré, maintenir une distance de combat et un placement efficace (image du boxeur qui reste face à son adversaire et ne se fait pas acculer dans un coin, selon O. KRUMBHOLZ)

- en pas (petits) chassés ou alternés sur petite distance
- en course normale si besoin de couvrir une distance importante
- en gardant CG bas pour être prêt à réagir en rester en contact et pouvoir combattre, repousser adversaire, éviter de sauter...
 - gestion du rythme : alternance de temps faible pour contrôler, redescendre et accélération pour surprendre, monter sur PdB, réduire distance de combat, neutraliser
 - notion de triangle défensif : le déplacement du défenseur ne s'effectue pas sur une simple ligne pour monter au contact et redescendre...pour respecter le flottement, la descente ou la montée s'effectue en diagonale (externe/interne ou l'inverse)
 - les déplacements doivent permettre l'enchaînement des tâches : harceler/neutraliser PdB, aider/couvrir sur PVT, contrer...partir en CA.

« Il faut mieux défendre en avançant plutôt qu'en reculant » JP DELMIAS

5 critères de réussite du marquage :

- distance de sécurité : pendant def de la distance de combat en att, dépend du rapport de force, de la position sur le terrain / zone
- décalage côté ballon :
- contrôle et amortissement à l'aide des bras
- flexion du tronc vers l'avant
- recherche constante des appuis d'équilibre : réajustement

savoir faire du contre : sur un tir, barrer le chemin du ballon avec un ou deux bras, en appui ou en sautant

- technique : déclenchement du saut avec bon timing
- position des bras pour se protéger et couvrir surface en collaboration avec GB

3^{ème} partie : Situations clés dans une séance basée sur la défense

a- travail motricité : attitude de base, placement / déplacement

sur largeur ou longueur de la salle : déplacement variés en insistant sur déplacements latéraux et arrière
avec consigne : CG bas, attitude de base

squats (travail flexion) : en statique, en dynamique (fléchir avancer, fléchir sauter...)

tâches d'équilibration / proprioception

jeux d'opposition / Combat : 1 contre 1

« touche genou » « touche épaule » « touche pied » (but : toucher les pieds de son adv avec ses pieds)

Jeux de tirer / pousser : avec les bras, dos à dos
Retenir avec ses bras à la taille un joueur qui cherche à démarrer

Jeux collectifs : jeux de chat (toucher avec sa balle le dos des adv)

Jeu du « taureau » à 2 contre 1 : travail interception

A 3 contre 2 : alternance harcèlement / interception

A 4 contre 3 : mise en place du HDI, combiner harcèlement, dissuasion, interception...

Situation clé collective : « attaque de la forteresse » :

Dispositif : cercle de basket à défendre à 4 ou 5 défenseurs

Avec but du jeu : pour attaquants = atteindre une cible (plots pour des petits, débutants, réussir passe à un joueur dans le cercle = pivot pour joueurs confirmés)

Effectué sous forme globale : pas de consigne particulière

Ou plus dirigé : plutôt en H à H (il faut égalité numérique dans ce cas)

En plutôt en zone : les défenseurs cherchent davantage à protéger le cercle et surnommer côté ballon

Ou sous forme analytique avec consignes très fermées (séance A. PORTES, EE 19) : les défenseurs alternent systématiquement harcèlement et couverture du pivot

b- situations plus ciblées / thème :

Travail de l'enchaînement des tâches défensives :

- contre et harcèlement
- changement de statut : défense et montée de balle

Travail défense spécifique à un poste : poste 1, poste 2, poste 3

Travail de collaboration / répartition des tâches :

Exemple : couverture pivot entre def 2 et def 3

Travail de collaboration / communication selon dispositif et système visé (projet de jeu) : H à H, zone, 0-6, 1-5...

Sources : DVD Ecole entraîneur (EE)

EE 12 : O. KRUMBHOLZ
EE 17 : ESPARRE
EE 17 : D. ZOVKO
EE 17 : B. GUILLAUME
EE 17 : E. CALCAGNIGNI
EE 18 : P. SCHLATTER
EE 19 : A. PORTES
EE 22 : E. QUITIN

Annexes : Comparaison défense de zone et Homme à Homme

Définition

H/H : système défensif d'une équipe où chaque défenseur a la charge d'un attaquant direct.	Z : système défensif d'une équipe où chaque défenseur a la responsabilité d'un secteur.
--	---

Principes généraux

H/H : centration sur le joueur qui est adversaire direct	Z : centration sur la balle
--	-----------------------------

Objectifs collectifs de la défense

H/H : chaque joueur doit avoir toujours un adversaire direct, l'objectif étant de perturber la circulation de balle.	Z : mettre le maximum de joueurs entre la balle et le but à défendre, c'est à dire proposer une entraide importante pour créer le surnombre défensif coté balle, en constituant un bloc défensif qui se déplace en fonction du mouvement du ballon. Interdire au ballon d'aller à l'intérieur du système. Excentrer la balle.
--	---

Objectifs individuels de chaque joueur

H/H : mettre le rapport de force en sa faveur en assumant ses responsabilités. Neutraliser le porteur de balle. Intentions tactiques : harceler, presser, dissuader, aider, intercepter. Combinaisons tactiques : flotter, s'aligner, glisser quand on n'a pas pu changer.	Z : flotter et s'entraider, excentrer le porteur de balle, avoir une attitude dynamique et une orientation des épaules face à la balle, fermer le secteur central avec l'orientation des jambes " en barrage " .
--	--

Points forts

H/H : s'oppose aux mouvements de joueurs. Il n'y a jamais d'attaquant seul. Le porteur de balle est constamment harcelé. Il n'y a pas de problème de répartition.	Z : solidarité défensive. Défense très regroupée secteur central. Mobilité sans tenir compte des joueurs. Surnombre défensif face à la balle qui entraîne un accès au but difficile pour le porteur de balle.
---	---

Points faibles

H/H : effectuer les changements de joueurs. Individualités en attaque qui peuvent mettre le rapport de force individuel en leur faveur. Entraide plus difficile.	Z : les secteurs d'aile. Les secteurs à l'opposé de la balle, surtout en cas d'infériorité numérique. Difficulté face à une circulation de balle rapide ou sur les passes de renversement. Changement de secteur des attaquants. Défense épuisante.
--	---

Règlement Défense Handball

REGLE 8 - IRRÉGULARITÉS ET COMPORTEMENTS ANTISPORTIFS

Il est permis :

- 8.1 a) d'utiliser les bras et les mains pour bloquer le ballon ou pour s'en emparer,
- b) d'enlever le ballon au joueur adverse avec la main ouverte et depuis n'importe quel côté,

c) de barrer le chemin au joueur adverse avec le corps, même s'il n'est pas en possession du ballon,

d) d'entrer en contact corporel avec le joueur adverse de face et les bras pliés, de le contrôler et de l'accompagner.

Il est interdit :

8.2 a) d'arracher le ballon au joueur adverse ou de frapper le ballon qu'il tient entre ses mains,

b) de barrer le chemin du joueur adverse avec les bras, les mains ou les jambes ou de le repousser,

c) de retenir le joueur adverse, de le ceinturer, de le pousser, de se jeter contre lui en courant ou en sautant,

d) de gêner, harceler ou mettre en danger le joueur adverse (avec ou sans ballon), de manière irrégulière.

8.3 Toute irrégularité à la Règle 8.2 où l'action est prioritairement ou exclusivement dirigée vers le joueur adverse et non vers le ballon doit être sanctionnée progressivement.

Par sanction progressive, on entend qu'il n'est pas suffisant de sanctionner une irrégularité particulière uniquement par un jet franc ou un jet de 7 mètres. Car cette faute dépasse le type d'irrégularité concernant la lutte pour le ballon.

Chaque irrégularité relevant de la sanction progressive requiert une sanction personnelle, en commençant par un avertissement (16.1b), et se poursuivant par une série de sanctions de plus en plus sévères (16.3b et 16.6g).

Les avertissements et les exclusions provenant d'autres irrégularités doivent également être pris en ligne de compte dans la progressivité.

8.4 Toute expression verbale et geste physique incompatibles avec l'esprit sportif sont considérés comme des comportements antisportifs. (Consulter l'Interprétation n°5 pour des exemples).

Cela s'applique à la fois aux joueurs et aux officiels de l'équipe sur et en dehors de l'aire de jeu. La sanction progressive s'applique également dans les cas de comportement antisportif (16.1d, 16.3c-d et 16.6, b, g, h).

8.5 Un joueur qui attaque le joueur adverse d'une manière présentant un risque pour l'intégrité physique de ce dernier doit être disqualifié (16.6c), en particulier lorsqu'il :

a) frappe ou arrache le bras tireur d'un joueur en action de tir ou de passe, depuis le côté ou l'arrière,

b) exécute une action de manière à toucher le joueur adverse à la tête ou au cou,

c) touche intentionnellement le joueur adverse au corps avec le pied, le genou ou d'une autre manière, y compris le croche-pied,

d) pousse un joueur adverse en train de courir ou de sauter ou l'attaque de telle manière que celui-ci perd le contrôle de son équilibre ; ceci s'applique également au gardien de but qui quitte sa surface de but dans le cadre d'une contre-attaque de l'équipe adverse,

e) touche le défenseur à la tête lors d'un jet franc effectué comme tir direct au but, à condition que ce défenseur ne bouge pas ; il en va de même lorsqu'il touche le gardien à la tête lors d'un jet de 7 mètres, à condition que ce gardien de but ne bouge pas.

8.6 Tout comportement antisportif grossier par un joueur ou un officiel de l'équipe sur l'aire de jeu ou en dehors de celle-ci (consultez l'Interprétation n°6 pour des exemples), doit être sanctionné par une disqualification (16.6d).

8.7 Un joueur coupable de "voie de fait" pendant le temps de jeu doit être expulsé (16.9-11).

Toute voie de fait commise en dehors du temps de jeu entraîne une disqualification (16.6e ; 16.13b, d). Un officiel d'équipe coupable de voie de fait doit être disqualifié (16.6f).

Commentaire : Dans le cadre de la présente règle, l'on entend par voie de fait une attaque physique, violente et intentionnelle, contre le corps d'une autre personne (joueur, arbitre, chronométreur/ secrétaire, officiel d'équipe, délégué, spectateur, etc?). En d'autres termes, il ne s'agit pas simplement d'une action de réflexe ou du résultat de méthodes excessives ou négligeantes de défense. Tout crachat contre une personne sera considéré comme une voie de fait typique.

8.8 Toute violation des Règles 8.2-7 sera sanctionnée par un jet de 7 mètres pour l'équipe adverse (Règle 14.1), si cette irrégularité déjoue directement ou indirectement une occasion manifeste de marquer un but en raison de l'interruption dont elle est responsable. Sinon, l'irrégularité conduit à un jet franc pour l'équipe adverse (voir Règles 13.1a-b, 13.2-3).