

MANAGER

Jeunes

Catégorie Benjamin(e) – Cadet(te)

DEROULEMENT du MATCH (côté BASKET)

- Contrer le jeu adverse
- Analyser
- Systèmes de jeu
- Rotation joueur

Richard DARRIEUTORT

- Contre le jeu adverse

Il faut faire 1 étude personnalisée des joueurs adverses (dès l'échauffement), afin de déceler 2 ou 3 points faibles que l'on peut exploiter.

Une fois la partie commencée l'étude personnalisée doit être plus collective et globale pour étudier les espaces libres sur le terrain ainsi que les points faibles.

Il faut étudier toutes les possibilités.

2 manières de déjouer l'adversaire, soit en attaque, soit en défense, par exemple en mettant du rythme (jeu rapide) ou en gênant les relations entre joueurs et casser 1 collectif bien huilé.

- Analyser

Analyser, c'est tout d'abord analyser le fonctionnement de son groupe, pas seulement pendant le déroulement du match mais à l'entraînement, à l'échauffement et même en dehors du basket.

L'entraîneur n'est pas la seule personne, l'assistant à 1 rôle psychologique avec l'entraîneur
Psychologie = BON SENS !

Cohésion + motivation = MORAL de l'équipe.

Il faut essayer de conquérir, captiver le groupe.

Echanger en permanence, le dialogue est important et aucun joueur ne doit être mis à l'écart.

Se servir de l'appui des joueurs blessés.

- Systeme de jeu

Dans ces catégories d'âges nous ne parlons pas de système de jeu mais plutôt de stratégies ou de plan de jeu.

C'est à ce moment là que le coach doit abuser de ses connaissances techniques

La stratégie offensive est décidée avant ou au cours du match par rapport à l'adversaire et elle doit être variée ou modifiée suivant le déroulement du match.

Il faut en permanence disposer de 2 ou 3 stratégies défensives pour pouvoir faire face aux différents formes de jeu imposées par l'adversaire.

Les stratégies (offensives ou défensives) doivent être présentées à toute l'équipe, en étant sure que toute l'équipe les a bien comprises et assimilées.

- Rotation des joueurs

Garder en permanence la notion qu'il n'y a pas de postes de jeu bien précis : tout le monde doit jouer partout !!!

Le groupe de joueurs est une unité dynamique qui doit avoir et conserver 1 esprit d'équipe.

Le coach doit faire attention à ne pas mettre un de ces joueurs dans le « rouge », le changer avant (dialogue)

Les joueurs doivent s'encourager en permanence, y compris les joueurs sur le banc qui doivent suivre le match et être prêt à rentrer à tout moment.

L'entraîneur est 1 gestionnaire des émotions, c'est lui qui, par une peu de psychologie, agit sur le mental, les émotions ainsi que sur la motivation des joueurs. 1 entraîneur qui dramatise contribue à faire baisser le moral des troupes

Perdre et rester soudés entre joueurs est 1 facteur important d'une équipe et même 1 point fort.

GESTION de la VIE de GROUPE

- Comportement
- Equipe
- En dehors du basket
- Collectif

Julien HEUTY

- Equipe

« On gagne en équipe, on perd en équipe »

Une équipe existe sur et en dehors du terrain.

Base même du sport collectif: créer un véritable **groupe** qui n'existe pas que sur le terrain.

Les coéquipiers sont souvent des amis. Groupe soudé → meilleure entente sur le terrain

Gestion des victoires/défaites

Place particulière de l'entraîneur: rapport de **supériorité**

- Comportement

Objectif: disposer d'un groupe **sain**.

Gérer les situations de crise par le **dialogue**.

Différences entre les catégories d'âge.

L'entraîneur doit avoir un comportement **exemplaire**, avec tous les acteurs du jeu (OTM, arbitres, adversaires, mais aussi ses propres joueurs)

Cas des joueurs turbulents: **canaliser** leur énergie dès les plus petites catégories; agir avec fermeté, ne pas hésiter à **sanctionner** → le basket doit rester un jeu!

- En dehors du basket

Idéal: créer une ambiance extérieure au basket-ball

Initiatives pour créer et préserver une **bonne ambiance**

Sorties de groupe

Repas

Objectif: souder les joueurs → **confiance**, **solidarité**, entraide.

- Collectif

Objectif: dès le plus jeune âge, tenter d'inculquer les **valeurs** des sports collectifs: solidarité, altruisme, groupe.

Introduire le collectif par des jeux dans les petites catégories.

Un collectif se construit: il faut du temps pour pouvoir jouer au basket en équipe: relations de passes, rebonds, défense → tout le jeu se fait en équipe.

LE GROUPE FAIT L'EQUIPE

DEROULEMENT DU MATCH (côté COMPORTEMENTAL)

- Blessure
- Temps mort
- Enervement / Crise
- Mauvais passage
- Fatigue

Benjamin DAUGREILH

- En cas de blessure

Toujours demander à l'arbitre de rentrer sur le terrain si par exemple votre joueur reste au sol pour éviter toute sanction ou réprimande.

Cibler à quel endroit il a mal afin de ne pas le manipuler maladroitement.

Lorsque votre joueur est sur le banc, éviter qu'il ne panique, le calmer en le rassurant et le couvrir pour qu'il ne prenne pas froid.

Opérer le changement qui s'impose afin que la rencontre reprenne son cours.

Demander au deuxième coach de prendre cette blessure en main afin de pouvoir à la fois bien gérer cette blessure mais aussi le match qui continue de se dérouler.

Appliquer les soins nécessaires passer du froid par exemple pour entorse à la cheville.

Si la blessure s'avère être grave, faire intervenir un professionnel de santé.

- Temps mort

Choisir le bon moment pour prendre un temps mort et en informer la table de marque. Bien gérer les temps mort tout au long du match car il n'y en a pas à volonté.

Le temps mort peut être utilisé en cas de mauvaise passe de votre équipe sur le terrain, ou pour mettre une technique en place (pour les catégories minimales cadet(te)) ou bien plus simplement pour permettre à vos joueurs de souffler dans le cas où certains ne peuvent plus rentrer sur le terrain à cause d'une blessure ou pour 5 fautes commises.

Penser, avant même que les joueurs ne soient sur le banc à tout ce qu'il y a à dire, pour être bien clair dans les indications et surtout dans l'explication de ce qui ne va pas pour que les joueurs soient ensuite capables de le corriger.

Aller à l'essentiel, être précis et concis dans son discours car le temps imparti n'est que d'une minute.

Rester positif dans vos propos surtout avec les plus petits et plus jeunes. Toujours garder à l'esprit que l'important est de jouer au basket ainsi que de se faire plaisir, et ce, qu'importe le résultat.

- **Enervement**

En cas de conflit avec un autre joueur, soit de sa propre équipe soit de l'équipe adverse faites le sortir et passer ses nerfs sur le banc pour éviter tout débordement.

Expliquer au(x) joueur(s) concerné(s) qu'il est inutile de s'énerver, contre soit même ou contre les autres. L'énervement est signe de dispersion et donc d'un manque de concentration ce qui peut l'empêcher de continuer à poursuivre correctement le rencontre. Ensuite tout dépend de la catégorie concernée . Jusqu'en benjamin(e) lui expliquer que le basket reste un sport collectif mais surtout un loisir, le joueur est là pour s'amuser avant toute chose. Puis jusqu'en cadet(te) accentuer sur la prise de conscience du joueur : une remise en question est peut être nécessaire.

Enfin si l'énervement se porte sur l'arbitre il est impératif de lui rappeler le respect qu'il doit avoir à son égard et ceux chez les plus grand comme chez les plus petits

- **Crise**

Une crise amène souvent un vent de panique sur toute l'équipe. C'est la faute du coéquipier car il n'a pas fait ci il n'a pas fait ça etc.

Calmer tout le monde et insister sur le fait qu'on joue en équipe et qu'il ne sert à rien de crier sur son coéquipier ou sur quelqu'un d'autre.

Apaiser donc les esprit en restant positif sur la déroulement du match. Eviter toute prise de tête inutile pour les joueurs de votre équipe et ne pas hésiter à changer les joueurs qui sont ou responsables ou au cœur de cette crise.

- Mauvais passage

Commencer par stopper ce mauvais passage en prenant un temps mort surtout si l'équipe adverse commence à prendre de l'avance ou même un ascendant psychologique sur la rencontre.

Remettre en question la stratégie employée jusque là. Est ce la tactique qui convient le mieux contre cette équipe? Et donc ne pas hésiter à changer le mode de jeu.

Faire en fonction de l'état physique des joueurs sur le terrain. Est le jeu proposé n'est il pas trop éprouvant pour eux?

Enfin faire un ou deux changements si on voit que certains joueurs ne se sentent pas bien sur le terrain. Cela permet aussi d'envoyer du sang frais pour repartir avec une autre énergie.

Remotiver les joueurs et rester positif. Certes la phase précédente était dure et mauvaise mais maintenant il faut se reprendre et repartir avec d'autres intentions. La phase qui arrive sera meilleure, mais surtout ne pas être défaitiste sur tout chez les jeunes toujours garder l'esprit positif même lors d'une mauvaise passe.

- Fatigue

Pour éviter les grosses fatigues ne pas laisser un joueur trop longtemps sur le terrain, et ainsi multiplier les changements.

Avant le début de la rencontre bien préciser à vos joueurs de s'engager au maximum sur le terrain et de demander changement quand la fatigue se fait sentir.

Leur faire prendre conscience qu'il faut profiter de chaque arrêt de jeu pour bien récupérer.

Ne pas hésiter à prendre un temps mort pour permettre à vos joueurs de souffler et de se ressourcer.

GESTION D'UNE SAISON

- Objectifs
- Résultats
- Pression
- Budget

Nicolas DUCASSE

- ## Objectifs

Il s'agit exclusivement d'objectifs de formation pour les équipes de jeunes.

Durant leurs premières années de pratique, les jeunes joueurs doivent apprendre à maîtriser les fondamentaux de notre sport.

En fonction de son âge et de ses capacités, le jeune basketteur doit assimiler aussi bien des fondamentaux individuels (offensif et défensif) que des fondamentaux collectifs.

Exemples de fondamentaux à maîtriser (catégorie benjamin) :

Individuel offensif : maîtrise du tir en course (main forte et main faible)

Individuel défensif : maîtrise de la défense individuelle sur porteur de balle

Collectif : maîtrise du « passe et va »

- ## Résultats

Le terme « résultat » est à proscrire chez les catégories de jeunes (benjamin, minime, cadet).

La recherche du résultat ne doit pas être un obstacle au développement du jeune basketteur (ne pas privilégier le résultat au dépend de certains).

L'enfant dans son environnement scolaire est déjà énormément confronté à cette notion de résultat (les résultats scolaires conditionnent le passage en classe supérieure).

La pratique sportive doit se démarquer de l'école et l'éducateur doit véhiculer des valeurs de plaisir, solidarité plutôt que de faire passer des idées de compétition et d'individualisme.

Il ne faut commencer à attacher de l'importance aux résultats seulement à partir de la catégorie sénior.

- Pression

Comment évacuer la pression ?

Le formateur doit essayer de « dédramatiser » la situation.

Remettre la pratique sportive dans son contexte permet de limiter le stress chez les jeunes. Le basket est avant tout un « jeu » et la pratique de ce sport ne doit pas générer d'angoisse.

Chaque individu sera plus ou moins sujet à la pression. Il faut en fonction de sa sensibilité, le rassurer, lui faire prendre confiance et peu à peu le libérer de son stress.

Dans le sport comme dans la vie de tous les jours, il faut au maximum parvenir à maîtriser ses émotions et rester maître de la situation en toutes circonstances.

- Budget

Comprend l'ensemble des dépenses et des recettes nécessaires au bon fonctionnement d'une équipe de jeunes.

Dans les principales dépenses nous trouvons les frais suivants : Engagement de l'équipe, licences + assurances, équipements (joueurs + entraîneurs), réception d'après match, arbitrage et déplacements (en fonction du niveau de compétition), entraîneur / formateur (emploi jeune).

Dans les recettes nous trouvons : Contribution au coût de la licence et éventuellement des subventions de la commune, du conseil général ou du conseil régional (en fonction du niveau).

AVANT / APRES MATCH

- Préparation
- Vidéo
- Statistiques
- Récupération

Thibaud DAELS

- Préparation

Arrivée du groupe 1 heure avant le coup d'envoi.

Profiter des 20 premières minutes pour que les joueurs se changent et pour faire un briefing sur les points de jeu à mettre en application durant le match.

Echauffement des joueurs de 30 minutes pour qu'ils se concentrent sur la partie à venir. Les 3 dernières minutes doivent être dynamiques.

- Vidéo

La séance video, nous permet dans un 1er temps de voir les points forts et les points faibles de l'équipe adverse (jeu collectif).

Dans un deuxième temps de voir les mouvements des joueurs poste par poste (jeu individuel).

- Statistiques

Les statistiques de la fin de match, nous permettront de voir les faiblesses du groupes sur la partie (pertes de balles, rebonds, fautes)

De voir l'apport de chaque joueurs sur un plan individuel par rapport à leurs temps de jeu

- Récupération

Il est important de faire un retour au calme avec les joueurs (étirements et débriefing), ce qui permet au groupe de rester solidaire face à la victoire ou la défaite.

Il est aussi important pour les joueurs de manger, pour récupérer de la dépense du match.

Les RESPONSABILITES du COACH

- Devoirs
- Le langage / les paroles
- Le comportement

Guillaume DE MATHA

- Les paroles du coach

Elles varient en fonction de l'âge, du sexe et du tempérament des jeunes

Le coach a une influence sur l'ambiance de son groupe ,il stimule la motivation.

- Avant l'entraînement

Le coach doit mettre en place l'entraînement et expliquer son déroulement et son but.il doit influencer sur la rigueur et la discipline.

- Pendant l'entraînement

Le coach joue un rôle important verbalement en le montrant par son intonation voie.il doit pouvoir montrer et démontrer les exercices et répondre aux questions des jeunes.

- Après l'entraînement

Le coach doit faire un bilan ou résumé de l'entraînement en reprenant les points et les demandes. Il peut autant revoir les évolutions comme les points faibles.

- Avant un match

Le coach doit canaliser son groupe avant le match (avant l'échauffement) pour que les jeunes puissent se concentrer, c'est aussi le moment où il donne des indications pour le match (confiance, motivation)

- Pendant un match

Être présent verbalement pendant le déroulement du match, apporter de la motivation, de l'encouragement, mettre en confiance et rassurer ses jeunes. Le mi-temps est un moment important pour canaliser ses jeunes, enlever de la pression, pouvoir encourager et aussi pour rectifier.

- Après un match

Faire un bilan du match

Pouvoir encourager et féliciter ses jeunes

Revoir les bons et mauvais points du match

Veiller à ce qu'avant tout le groupe est pris du plaisir à jouer au basket