

est souvent imprévisibles, l'évaluation et la répartition des efforts s'avèrent bien plus complexes. Ceci dit, il nous est apparu capital de prendre en considération l'apport de quelques observations réalisées ces dernières années et de les exploiter pour procéder à une évaluation objective des actions motrices les plus significatives dans notre spécialité.

Sachant que le Basketball est un sport d'opposition et de coopération qui engendre des comportements sociomoteurs particuliers, codifiés et régis par un règlement très précis, l'identification des différents types d'efforts que réalise un joueur ne peut être obtenue qu'à partir d'une observation directe du jeu. Six paramètres vont nous permettre d'obtenir les renseignements indispensables à l'évaluation de ces efforts (d'après Moréno 1988) :

- * Les actions techniques
- * Les actions tactiques
- * Les sauts réalisés
- * Les distances parcourues et leur intensité
- * Les temps d'activité et de récupération
- * L'incidence du règlement

LES ACTIONS TECHNIQUES

Les actions techniques les plus importantes et qui se répètent le plus souvent durant une rencontre sont *la passe, le dribble* et *le tir*.

ACTIONS TECHNIQUES	TOTAL	POSTES DE JEU							
		MENEUR		ALLIERS		INTERIEURS			
		T-C	L-F	T-C	L-F				
DRIBBLES	744	60%	567	73	14				
PASSES	290	22%	124	103	63				
TIRS	75	7%	17	7	1,5	36	8,2	32	7,3

* T-C = tir du champ

* L-F = lancer franc

QUANTIFICATION DES ACTIONS TECHNIQUES PAR POSTES DE JEU