

<b>SHOOT</b>		
RO		
<b>DRIBBLER</b>		
1 <sup>er</sup> Duel Jeu direct	2 <sup>ème</sup> Duel 1 Chgt de Dir	
<b>ARRET</b>		
<b>SHOOT</b>	<b>PASSE</b>	
RO	Move	

<b>SHOOT</b>		
RO		
<b>DRIBBLER</b>		
1 <sup>er</sup> Duel Jeu direct	2 <sup>ème</sup> Duel 1 Chgt de Dir	
<b>ARRET</b>		
<b>SHOOT</b>	<b>PASSE</b>	
RO	Move	

<b>SHOOT</b>		
RO		
<b>DRIBBLER</b>		
1 <sup>er</sup> Duel Jeu direct	2 <sup>ème</sup> Duel 1 Chgt de Dir	
<b>ARRET</b>		
<b>SHOOT</b>	<b>PASSE</b>	
RO	Move	

<b>SHOOT</b>		
RO		
<b>DRIBBLER</b>		
1 <sup>er</sup> Duel Jeu direct	2 <sup>ème</sup> Duel 1 Chgt de Dir	
<b>ARRET</b>		
<b>SHOOT</b>	<b>PASSE</b>	
RO	Move	

<b>TRANSITION OFFENSIVE</b>		
OUTLET PASS	2 couloirs 2c1	3 couloirs 3c2
	1. 2	1 2. 3

<b>TRANSITION OFFENSIVE</b>		
OUTLET PASS	2 couloirs 2c1	3 couloirs 3c2
	1. 2	1 2. 3

<b>TRANSITION OFFENSIVE</b>		
OUTLET PASS	2 couloirs 2c1	3 couloirs 3c2
	1. 2	1 2. 3

<b>TRANSITION OFFENSIVE</b>		
OUTLET PASS	2 couloirs 2c1	3 couloirs 3c2
	1. 2	1 2. 3

<b>DEFENSE</b>		
DRIBBLE Orienter	1 PASSE Deny	2 PASSES B-Y-M
<b>SHOOT</b> Close Out	<b>STOP DR</b> Stick	<b>RD</b>

<b>DEFENSE</b>		
DRIBBLE Orienter	1 PASSE Deny	2 PASSES B-Y-M
<b>SHOOT</b> Close Out	<b>STOP DR</b> Stick	<b>RD</b>

<b>DEFENSE</b>		
DRIBBLE Orienter	1 PASSE Deny	2 PASSES B-Y-M
<b>SHOOT</b> Close Out	<b>STOP DR</b> Stick	<b>RD</b>

<b>DEFENSE</b>		
DRIBBLE Orienter	1 PASSE Deny	2 PASSES B-Y-M
<b>SHOOT</b> Close Out	<b>STOP DR</b> Stick	<b>RD</b>

<b>SHOOT</b>		
RO		
<b>DRIBBLER</b>		
1 <sup>er</sup> Duel Jeu direct	2 <sup>ème</sup> Duel 1 Chgt de Dir	
<b>ARRET</b>		
<b>SHOOT</b>	<b>PASSE</b>	
RO	Move	

<b>SHOOT</b>		
RO		
<b>DRIBBLER</b>		
1 <sup>er</sup> Duel Jeu direct	2 <sup>ème</sup> Duel 1 Chgt de Dir	
<b>ARRET</b>		
<b>SHOOT</b>	<b>PASSE</b>	
RO	Move	

<b>SHOOT</b>		
RO		
<b>DRIBBLER</b>		
1 <sup>er</sup> Duel Jeu direct	2 <sup>ème</sup> Duel 1 Chgt de Dir	
<b>ARRET</b>		
<b>SHOOT</b>	<b>PASSE</b>	
RO	Move	

<b>SHOOT</b>		
RO		
<b>DRIBBLER</b>		
1 <sup>er</sup> Duel Jeu direct	2 <sup>ème</sup> Duel 1 Chgt de Dir	
<b>ARRET</b>		
<b>SHOOT</b>	<b>PASSE</b>	
RO	Move	

<b>TRANSITION OFFENSIVE</b>		
OUTLET PASS	2 couloirs 2c1	3 couloirs 3c2
	1. 2	1 2. 3

<b>TRANSITION OFFENSIVE</b>		
OUTLET PASS	2 couloirs 2c1	3 couloirs 3c2
	1. 2	1 2. 3

<b>TRANSITION OFFENSIVE</b>		
OUTLET PASS	2 couloirs 2c1	3 couloirs 3c2
	1. 2	1 2. 3

<b>TRANSITION OFFENSIVE</b>		
OUTLET PASS	2 couloirs 2c1	3 couloirs 3c2
	1. 2	1 2. 3

<b>DEFENSE</b>		
DRIBBLE Orienter	1 PASSE Deny	2 PASSES B-Y-M
<b>SHOOT</b> Close Out	<b>STOP DR</b> Stick	<b>RD</b>

<b>DEFENSE</b>		
DRIBBLE Orienter	1 PASSE Deny	2 PASSES B-Y-M
<b>SHOOT</b> Close Out	<b>STOP DR</b> Stick	<b>RD</b>

<b>DEFENSE</b>		
DRIBBLE Orienter	1 PASSE Deny	2 PASSES B-Y-M
<b>SHOOT</b> Close Out	<b>STOP DR</b> Stick	<b>RD</b>

<b>DEFENSE</b>		
DRIBBLE Orienter	1 PASSE Deny	2 PASSES B-Y-M
<b>SHOOT</b> Close Out	<b>STOP DR</b> Stick	<b>RD</b>

**Pourquoi un projet technique à Natoye**

**Un joueur plus PERFORMANT**

**C'est imprimer une ligne de conduite technique et pédagogique du club.**

1. Pour connaître les objectifs d'apprentissage (compétences à développer, savoirs-faire et compréhension de jeu) à atteindre en fin de catégorie.
2. S'assurer d'une cohérence et d'une continuité dans le développement du joueur dans le passage d'une catégorie à une autre.
3. Favoriser le lien et l'échange entre les entraîneurs du club.
4. Donner des repères immédiats aux nouveaux entraîneurs du club.

Le basket ...c'est une cascade d'interactions individuelles permanentes où la seule maîtrise technique du joueur ne saurait être l'unique réponse aux problèmes posés par le jeu. Il faut donc trouver des solutions tactiques pour que le geste trouve son efficacité en se mettant au service du jeu : il n'est pas une fin, il est juste un moyen. »

**SHOOTER -**

**DRIBBLER**

**PASSER**

**1<sup>er</sup> duel – 2<sup>e</sup> duel**

Nous garderons toujours en fil conducteur cette définition.  
Notre volonté est d'amener le joueur à être capable de trouver des solutions motrice et tactiques et ce quelque soit la situation.  
Faire de la prise de décision et de la notion de choix des priorités.

# Le basket est un sport INDIVIDUEL au service d'une COOPERATION en vue d'éliminer l'OPPOSITION de l'adversaire.

A toi de t'engager, de te responsabiliser pour être plus performant.  
Pour cela bien respecter les consignes des coaches  
pour améliorer tes qualités de personnalité et physiques  
mais aussi tes habiletés techniques et tactiques.

**Le basket n'est pas un don. Tout le monde peut y arriver**

*Ton attitude d'écoute, ta capacité de rester fixer sur les consignes, ton souci de bien faire, ton enthousiasme, ton goût du travail bien fait,..., ton organisation dans le vestiaire, de ton sac, de ta gestion des boissons (eau), du respect des consignes pour les salles,...*

## Ton souci d'améliorer tes compétences sur

*( les grilles sont sur le site du RCS Natoye)*

### La grille du SHOOT    La grille du dribble    La grille des passes

7 facteurs  
... / 125

10 compétences  
.../25

7 compétences  
.../ 20

## Ta gestion des situations problèmes

**SHOOTER**

**DRIBBLER**

**PASSER**

1<sup>er</sup> Duel    2<sup>ème</sup> Duel

Commentaires:

1. Je débute
2. J'y suis attentif parfois
3. J'y suis attentif souvent
4. Je n'y pense plus
5. Je suis un expert

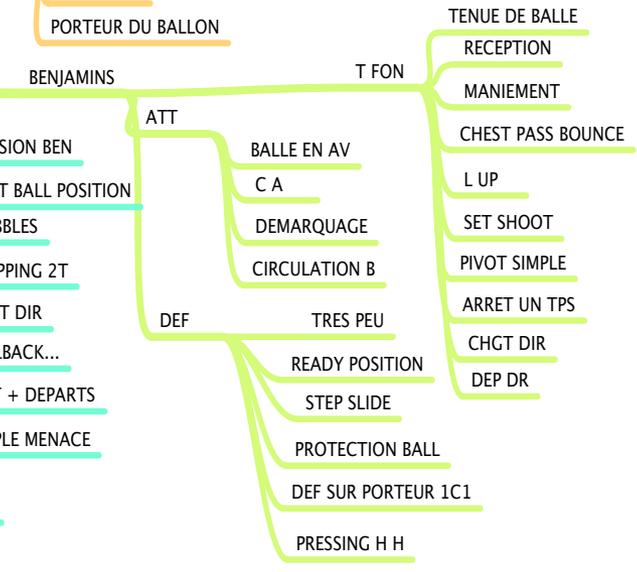
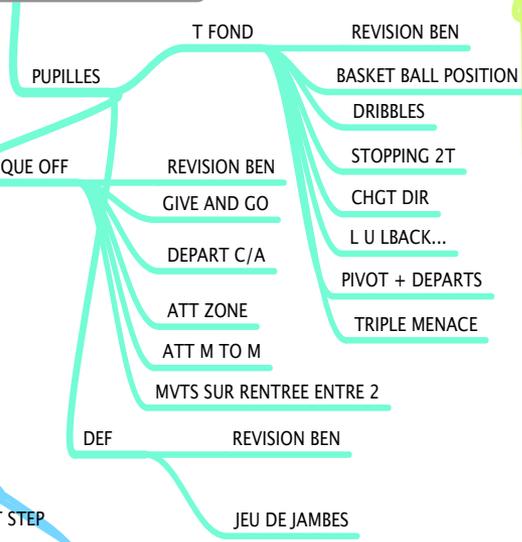
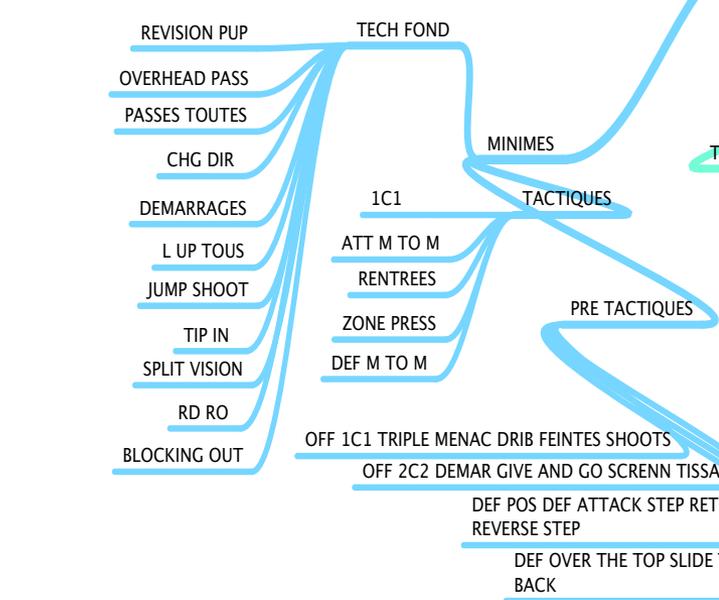
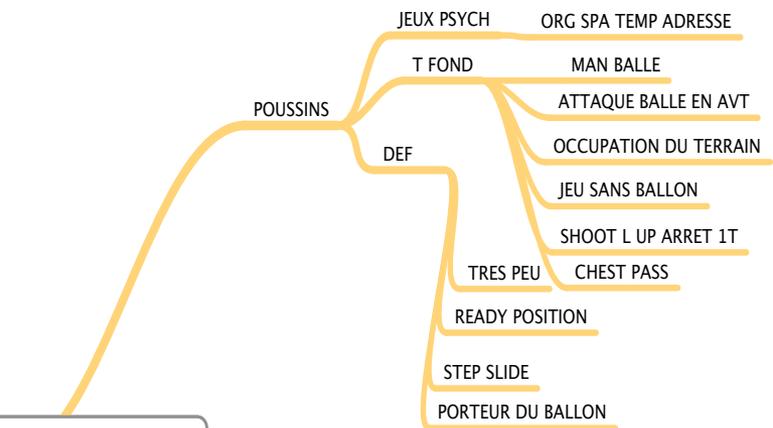
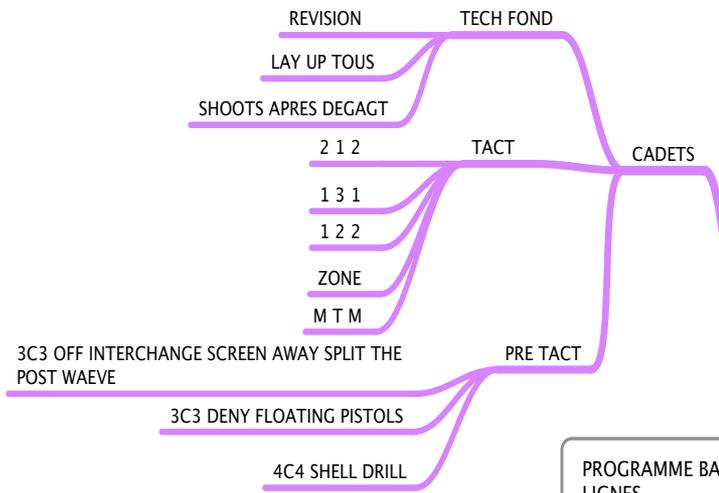
Commentaires:

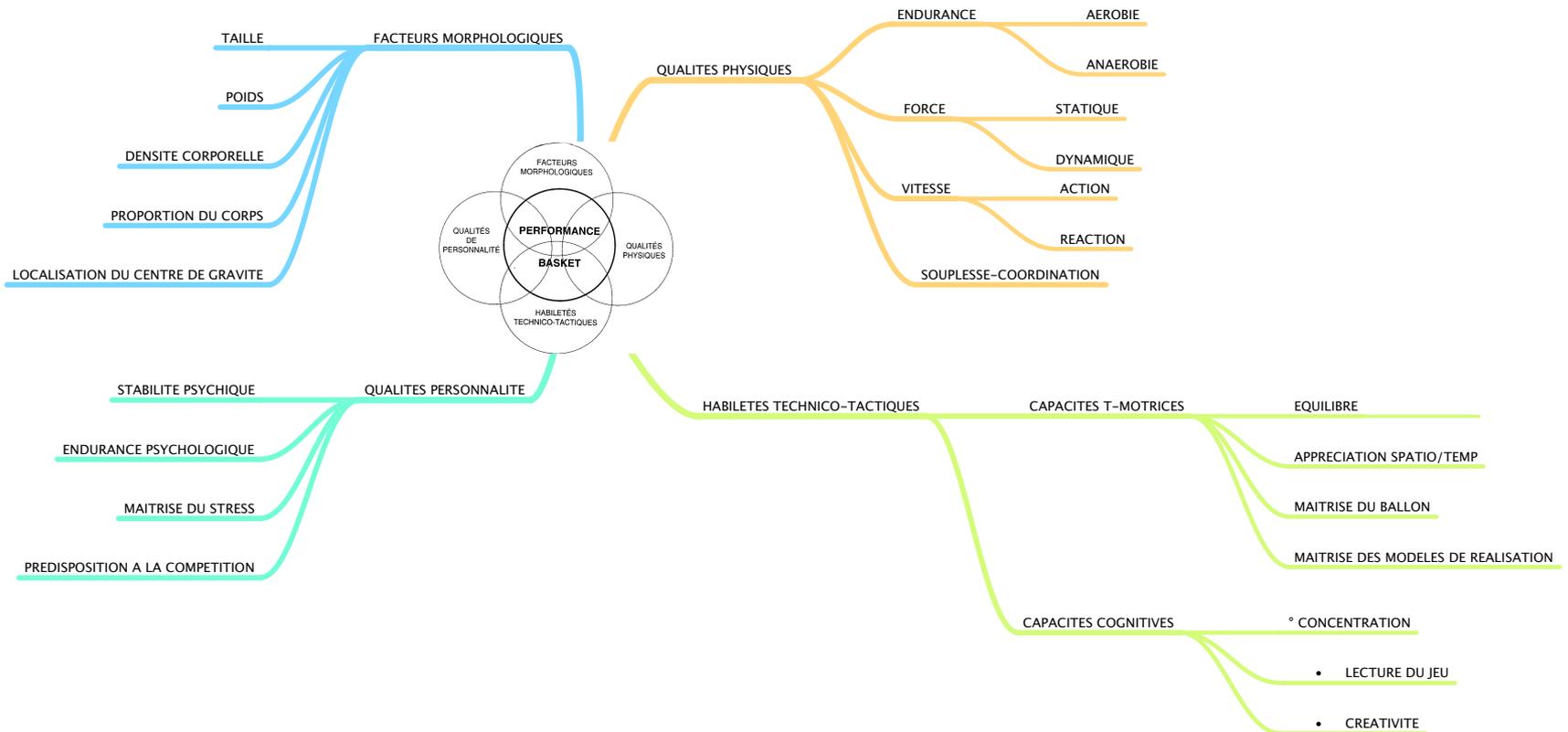
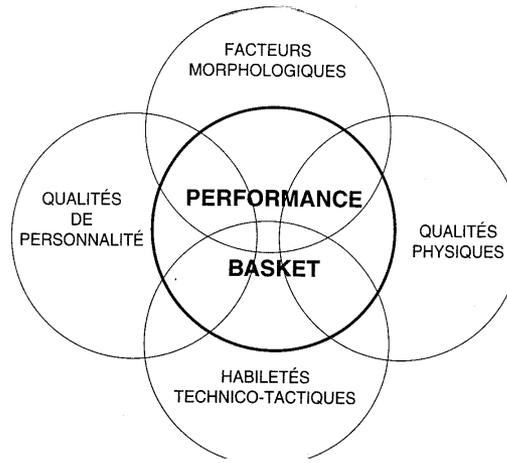
Lors de mes passages...

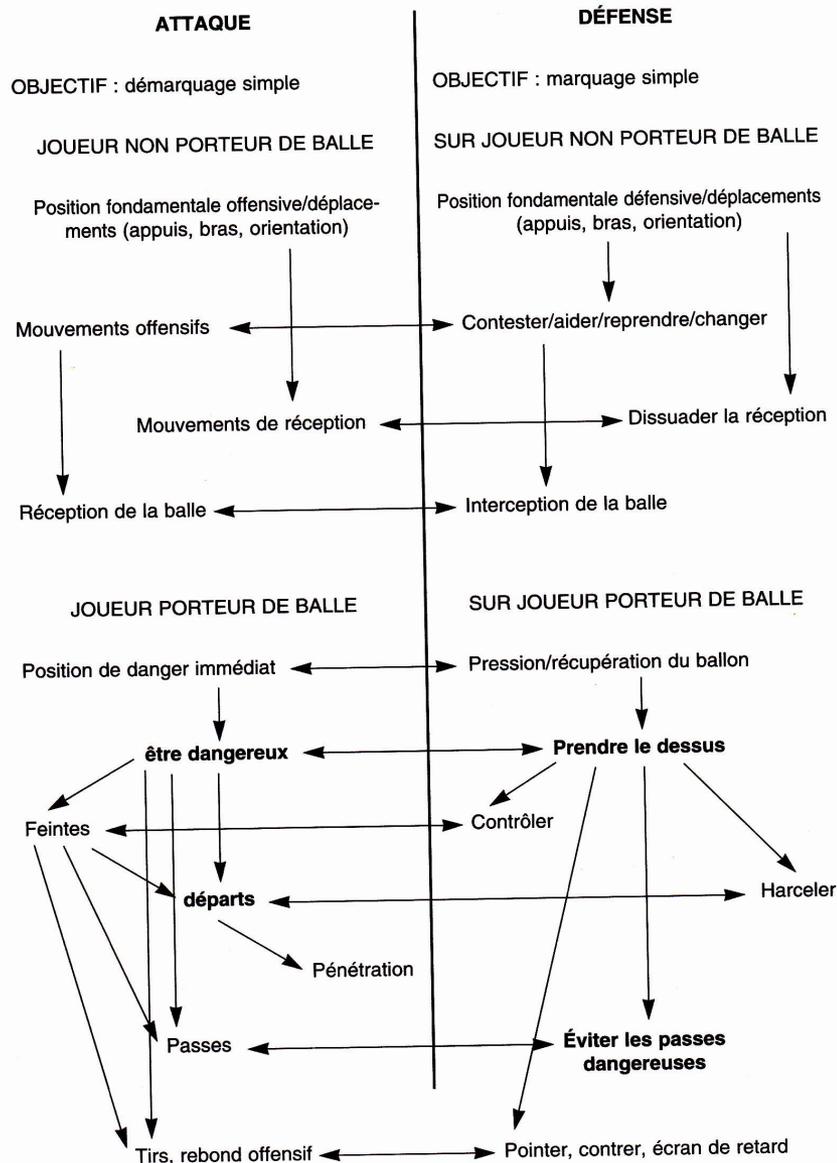
Je serai attentif à ...

Bonne saison 2020 à tous !  
Guy STASSIN

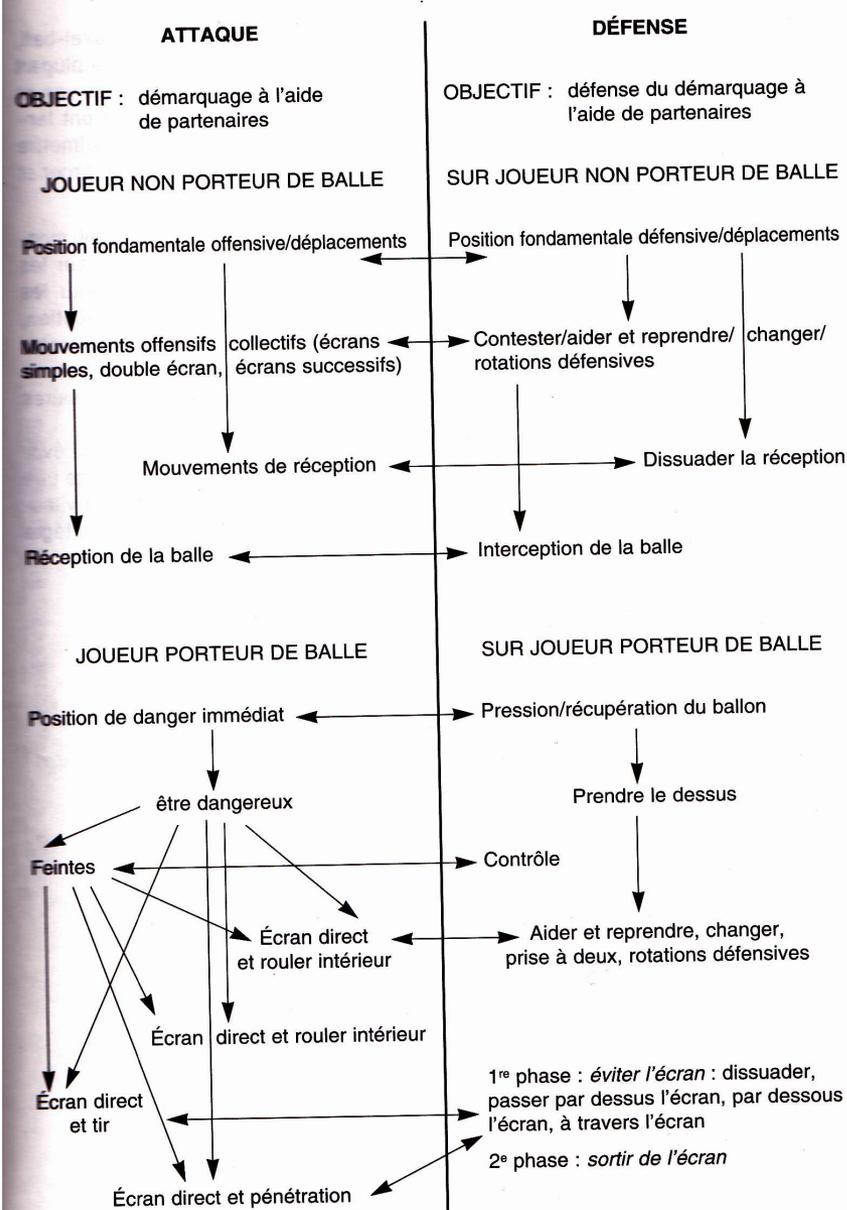
PROGRAMME BASKET DANS LES GRANDES LIGNES







ANALYSE TECHNICO-TACTIQUE DE LA NOTION DE MARQUAGE-DÉMARQUAGE SIMPLE EN BASKET-BALL



ANALYSE TECHNICO-TACTIQUE DE LA NOTION DE MARQUAGE-DÉMARQUAGE À L'AIDE DE PARTENAIRES EN BASKET-BALL

**Les joueurs doivent respectés les espaces de jeu une fois arrivé en zone avant = SPACING. Donner de l'espace au PB et rompre les alignements initiaux (PB se déplace alors partenaires se déplacent)**

**On attrape le ballon pour enchaîner (Continuité des actions de jeu) :** Attraper jouer : Attraper tirer, attraper jeu direct (drive – passe vers le panier), attraper transférer car lorsque le ballon est à l'arrêt, la défense se replace. (limiter les ruptures de rythme).

**On sanctionne le remplacement défensif :** Garder les intentions de jeu vers le panier Dans les premières secondes du remplacement défensif sur le demi terrain, la majorité des équipes ne sont pas encore bien organisées défensivement (pas d'aide, inattention sur le porteur de balle ou sur une coupe...)

**On organise un jeu alterné de coupes vers le cercle et d'espaces de 1C1** pour rentrer dans le jeu de fixation, ce jeu s'intégrant dans le jeu rapide.

Notion forte de collaboration et de timing dans les démarquages et les rééquilibrages.

## **Conclusion**

La mise en place d'un tel projet impose un investissement de la part des entraîneurs mais également et surtout des joueurs. Nous n'avons pas voulu mettre en place une structure de jeu trop complexe afin qu'elle soit adaptée au profil hétérogène des jeunes de notre club. Nous rappelons que c'est un cadre d'expression, l'entraîneur pourra ainsi faire évoluer ce cadre en y insérant des situations spécifiques (jeu posté, jeu d'écrans, etc..).

# Tableau synthèse des Savoirs - Faire

<i>Savoirs Faire Individuels Offensifs</i>				<i>Savoirs Faire Individuels Défensifs</i>
Tir	Passe	Dribble	Appuis/Manipulation	
<p><b>Mécanique</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Position des pieds</li> <li>Tenue de balle</li> <li>Accroche visuelle</li> <li>Armer</li> <li>Finition</li> </ul> <p>Types de tirs :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Plein pied</li> <li>En course (double pas, double pas renversé, double pas appuis décalés, simple pas, lay up, lay in, lay-back)</li> <li>Crochet, Power, Lancer Franc, à 3pts.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Passe à 2 mains directe</li> <li>Passe à 2 mains à terre</li> <li>Passe à 2 mains dans le dribble</li> <li>Passe à 1 main (croisé/latérale)</li> <li>Passe à 2 mains au dessus de la tête</li> <li>Base-ball passe</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Dribble de progression</li> <li>Dribble de protection</li> <li>Dribble de débordement</li> <li>Dribble de pénétration</li> <li>Dribble de fixation</li> <li>Dribble croisé (simple/entre les jambes)</li> <li>Dribble de renversement</li> <li>Dribble de recul</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Arrêts : simultané/alterné</li> <li>Départs en dribble (direct, croisé, renversé)</li> <li>Pivots : après passe/ après dribble</li> <li>Sur réception de balle : appuis effacés /appuis engagés</li> <li>Protection de la balle</li> <li>Dissociation/ ambidextrie</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Position fondamentale de défense</li> <li>Attitudes défensives/Orientations/</li> <li>Agressivité</li> <li>Placement Def sur PB</li> <li>Placement Def sur NPB à 1 passe, à 2 passe, coté faible, coté fort</li> <li>Ecran de retard</li> <li>Rebond défensif</li> <li>Contre/Timing</li> </ul>

<i>Savoirs Faire Collectif Offensif</i>	<i>Savoirs Faire Individuels Offensifs</i>	<i>Savoirs Faire collectif défensif</i>
<ul style="list-style-type: none"> <li>Occupation du terrain (espacement, spots de jeu, couloirs de jeu tout terrain, couloir de jeu direct/indirect, triangle de jeu)</li> <li>Exploitation de la contre attaque</li> <li>Exploitation du jeu rapide (enchaînement rebond/sortie de balle/montée de balle/gestion du surnombre en 1c0, 2c1, 3c2, etc..), du jeu de transition.</li> <li>Jeu à 2 (passe et va, passe et suit, main à main), Jeu à 3 (Exploitation du jeu de coupes)</li> <li>Exploitation de l'écran sur PB dans le jeu à 2 (pick'n'pop, pick'n'roll, pick'n'flair), dans le jeu à 3</li> <li>Exploitation de l'écran sur NPB (lecture des choix défensifs)</li> <li>Attaque d'une défense Homme à Homme (tout terrain et demi-terrain)</li> <li>Attaque d'une défense de zone, zone press</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Démarquage (seul ou avec aide d'un partenaire, prise de position préférentielle), remplacement offensif</li> <li>Exploitation du jeu en 1 contre 1 (utilisation du couloir de jeu direct, lecture des choix défensifs), agressivité offensive.</li> <li>Rebond offensif</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Aide/rotation défensive sur défense Homme à Homme</li> <li>Collaboration défensive sur écran porteur</li> <li>Collaboration défensive sur écran non porteur</li> <li>Exploitation de la défense Homme à Homme demi terrain, tout terrain.</li> <li>Exploitation de la défense de zone, zone press.</li> </ul>

## Tableau des « priorités » des savoirs faire individuels

Catégorie	Savoirs Faire Individuels Offensifs	Savoir Faire Individuels Défensifs
<b>Mini-poussin(e)s</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Passe à 2 mains directe/à terre (cible arrêtée/en mvt)</li> <li>- Tirs de plein pied, en course sur main forte (push up)</li> <li>- Dribble de progression</li> <li>- Dribble de protection</li> <li>- Arrêts : simultané/alterné</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Reconnaissance des statuts</li> <li>- Placement entre le joueur (PB) et le panier</li> </ul>
<b>Poussin(e)s</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Dribble de débordement</li> <li>- Tirs de plein pied à 3/4m, en course sur coté fort et coté faible (push up et lay up)</li> <li>- Pivots : après passe/ après dribble</li> <li>- Protection de la balle</li> <li>- Passe à 2 mains directe/à terre (cible arretée/en mvt), après dribble/après pivots</li> <li>- Départ en dribble (direct)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Placement entre le joueur (PB et NPB) et le panier</li> <li>- Contester les déplacements du PB</li> <li>- Position fondamentale</li> </ul>
<b>Benjamin(e)s</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Tirs de plein pied à 4/5 m, lancers francs, en course (lay up, lay back ; après passe, après dribble)</li> <li>- Départs en dribble (direct, croisé), types de dribble ( progression, recul, renversement)</li> <li>- Arrêts et pivots (sous pression/ Enchaînement tir/passe/dribble)</li> <li>- Formes de passes (sous pression/ dans la course)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Placement Défensif sur PB et NPB. Cadrer les appuis, éviter contact</li> <li>- Agressivité défensive</li> </ul>
<b>Minimes</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Départs en dribble (croisé, renversé)</li> <li>- Appuis : enchaînement simple, simple pas</li> <li>- Sur réception de balle : appuis effacés /appuis engagés</li> <li>- Tirs Power, Crochet</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Attitudes défensives /orientation du PB (harceler)</li> <li>- Gagner le défi défensif (agressivité)</li> <li>- Défense sur NPB (notion de triangle défensif : ballon, attaquant, défenseur). Contester les lignes de passes(dissuader)</li> </ul>
<b>Cadet(te)s</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Tirs/ Dribbles/ Passes/Appuis sous toutes leurs formes (moduler sur le type d'opposition, le placement, le timing, le réseau d'échanges)</li> <li>- Insister sur le volume de travail et la quantité.</li> <li>- Renforcer la notion de choix (quand ? pourquoi ? comment ?)</li> <li>- Rapprocher des conditions du jeu réel (contextualisation)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Contester la venue dans un espace (déplacement des NPB)</li> <li>- Volume défensif</li> <li>- Ecran de retard (contrôle du rebond/ lecture du tir/ anticipation)</li> </ul>

