



un CYCLE "BASKET" CLÉ en MAIN

par Benoît Benitez.

Dans le cadre de l'opération basket école présentée dans le PIVOT 97/17 de novembre 2000, Benoît Benitez, responsable de cette opération à la commission fédérale des jeunes, a bâti un cycle "basket" pour le sport scolaire qui peut aussi s'appliquer au niveau du club. Nous entâmons ici la présentation d'un cycle utilisable pour tous.

INTRODUCTION

Nous vous présentons ici le contenu de l'article de Benoît Benitez mandaté par la FFBB pour développer et inciter l'apprentissage du basket à l'école.

Ce cycle est composé de 10 clés, quatre concernent des remarques générales et six sont des exemples concrets de séances.

LE MATERIEL NECESSAIRE

Il importe de disposer de :

- 1 terrain d'au moins 20m/10m
- 2 paniers qui selon le niveau de classe ont une hauteur de :
 - CP 2m10
 - CE1 2m20
 - CE2 2m30
 - CM1 2m40
 - CM2 2m60
- 6 ballons au moins
- 12 cerceaux
- 12 plots
- 30 dossards divisés en 3 jeux de 10 dossards de couleurs différentes (ex : rouge, bleu,jaune)
- 1 chronomètre
- 1 sifflet
- 1 stylo

EXEMPLE DE REGLEMENT DU BASKET A L'ECOLE

"INTERDICTION de COURIR avec le BALLON sous le bras" : On ne peut faire que DEUX PAS avec le ballon sous le bras. Sinon il y a "MARCHER". Il faut avoir une certaine tolérance selon l'INTENTION du joueur. S'il fait 3 pas en essayant de s'arrêter car il est pris par son élan, alors il ne faut pas le sanctionner. Par contre si ses 3 pas servent à passer un adversaire ou à lui échapper alors il faut le sanctionner.

L'équipe adverse récupère le ballon et effectue une remise en jeu.

"INTERDICTION de BOUSCULER son ADVERSAIRE" : Les contacts qui empêchent la progression vers le panier ou de réussir un panier doivent être sanctionnés par un lancer franc (penalty). Le joueur sur qui la faute a été commise, a le droit d'effectuer un tir à 2 m face au panier sans être gêné par les autres joueurs.

"INTERDICTION de FAIRE des REPRISES de DRIBBLES" : On ne peut pas dribbler puis s'arrêter de dribbler (en prenant le ballon à deux mains), puis à nouveau recommencer à dribbler. La reprise de dribble doit être sanctionnée dans tous les cas, aucune tolérance, car elle rend impossible le jeu collectif.

"L'ENTRE-DEUX" : Le début de la rencontre est

déclenché par le jet du ballon entre deux joueurs qui se font face dans le rond central. Tous les autres joueurs doivent être en dehors du cercle central et peuvent se placer où ils le désirent, soit devant, soit derrière leur sauteur. L'arbitre lance le ballon environ un mètre au-dessus de la tête des deux sauteurs. Ces deux derniers doivent frapper le ballon à une main en direction d'un de leurs coéquipiers. Attention, le placement des sauteurs permet de déterminer l'attribution des paniers, le sauteur doit être face au panier où son équipe doit marquer.

ATTENTION : lorsque deux joueurs adverses se disputent le ballon, le règlement officiel prévoit un entre-deux entre ces deux joueurs. Ne tenez pas compte de cette règle et donnez le ballon à l'équipe qui défend et qui a fait l'effort de venir prendre le ballon dans les mains de l'attaquant.

"LES REMISES en JEU" : Lorsque le ballon sort des limites du terrain (les lignes de touches ne font pas partie du terrain), une remise en jeu est effectuée par un joueur en dehors du terrain à l'endroit où est sorti le ballon.

Lorsqu'une faute est commise, le ballon est remis en jeu en dehors du terrain au plus près du lieu de la faute.

L'ORGANISATION PEDAGOGIQUE

(NDLR : Nous vous communiquons cette vision pédagogique qui, avec celle de Georges Vanhuffel, vous permettra de composer et adapter votre organisation selon vos préférences.)

Le cycle se compose de 6 séances

Il y a un thème technique à chaque séance

Les séances sont toujours construites de la même façon :

1ère partie en ateliers-jeux, 2^{ème} partie en matches

1ERE PARTIE DE LA SEANCE

A chaque séance, il y a deux ateliers-jeux, un par moitié de terrain.

La classe doit être divisée en trois équipes : A, B, C

Il est intéressant de remettre à chaque équipe des dossards, exemple : tous les joueurs A sont en bleu, tous les joueurs B sont en rouge et tous les C en jaune.

L'équipe A se place sur l'atelier-jeu n°1, l'équipe B se place sur l'atelier-jeu n°2 et l'équipe C assure l'organisation.

L'enseignant explique à toute la classe, en se servant des élèves déjà en place, ce qu'il faut faire aux deux ateliers-jeux.

Matériel :

6 plots, 3 par atelier placés sur la ligne à 3 points (environ à 6 m du panier), 1 à gauche et 1 face au panier.

3 cerceaux placés entre 1 et 2 m du panier, un à gauche, un à droite et un face au panier.

6 ballons, un dans chaque cerceau pour l'atelier 1 et un par "petites" équipes dans l'atelier 2.

1 chronomètre et 1 stylo.

Thème de la séance n° 1 : Savoir tirer à une ma





Consignes pour l'atelier n° 1 : La main sur la tête.

Je mets une main sur la tête, celle avec laquelle je n'écris pas.
Je cours et je me place dans le cerceau, toujours avec la main sur la tête.

Je ramasse le ballon avec une main, toujours l'autre sur la tête.

Je tire au panier avec une main, l'autre reste sur ma tête.

Je récupère mon ballon et je le repose dans le cerceau.

Je reviens en courant dans ma colonne pour toucher la main du suivant.

J'attends mon tour à la fin de la colonne (figure 1).

Consignes pour l'atelier-jeu n° 2 : La main sur le côté du ballon.

Je dribble jusqu'au panier.

Je m'arrête.

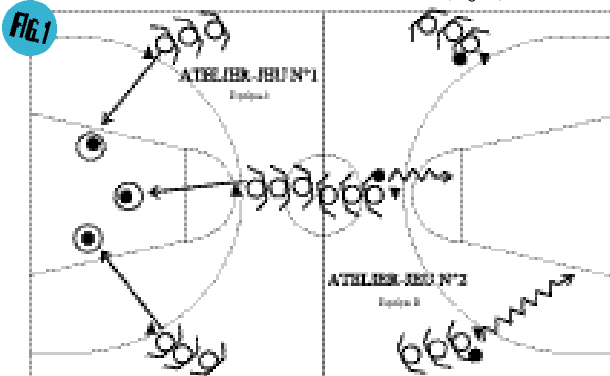
Je tire avec une main en mettant ma main sous le ballon, l'autre main est sur le côté du ballon et doit guider le ballon.

Je récupère mon ballon.

Je reviens en dribblant dans ma colonne.

Je donne le ballon au suivant.

J'attends mon tour à la fin de la colonne (Fig. 1).



Pour tous les ateliers-jeux du cycle, il s'agit d'effectuer un parcours et de réussir un maximum de paniers en 3 minutes

Pendant que 2 équipes réalisent les ateliers-jeux, la 3ème équipe est chargée de comptabiliser les paniers, de vérifier le respect des consignes sur les ateliers-jeux.

Dès que tout est en place, on peut lancer la 1ère manche de 3 minutes. Les 2 ateliers-jeux fonctionnent en même temps.

A la fin des 3 minutes, l'enseignant note les résultats des 2 équipes. L'enseignant annonce la rotation, l'équipe A va à l'atelier-jeu N°2, l'équipe B sort et assure l'organisation et enfin l'équipe C entre sur le terrain sur l'atelier-jeu N°1

2 tours complets sont effectués, chaque équipe effectue 2 fois l'atelier-jeu N°1, 2 fois l'atelier-jeu N°2 et assure 2 fois l'organisation

A l'issue des 6 passages l'enseignant additionne les points

2EME PARTIE DE LA SEANCE

6 matches sont à faire selon l'ordre spécifié sur la feuille de séance.

Chaque équipe se divise en 2 "petites" équipes, A donne A1 et B1 et B2 et C donne C1 et C2. (tableau 1).



Tournoi Benjamins, photo : D. Mandritch

Ordre des matches			Scores	
A1	Contre	B1		
A2	Contre	B2		
A1	Contre	C1		
A2	Contre	C2		
B1	Contre	C1		
B2	Contre	C2		

Tableau 1.

Les équipes A1, B1 et C1 s'affrontent de même que les équipes A2, B2, C2

Chacune "petite" équipe effectue 2 matchs

Chaque match dure 3 minutes

L'objectif est de marquer le plus de paniers possibles

L'enseignant relève sur la feuille, le nombre de paniers marqués par chaque équipe et non pas l'équipe gagnante

Chacune des "petites" équipes additionne ses paniers marqués, puis les additionne avec l'autre "petite" équipe : $A1 + A2 = \text{score de A}$

A la fin de la séance, l'enseignant additionne les paniers marqués lors des ateliers-jeux avec les paniers des matchs et annonce l'équipe qui a marqué le plus de paniers au cours de la séance. Comme récompense, elle n'a pas à ranger le matériel.

(NDRL : Il est possible, bien entendu de trouver d'autres formes de récompenses...).

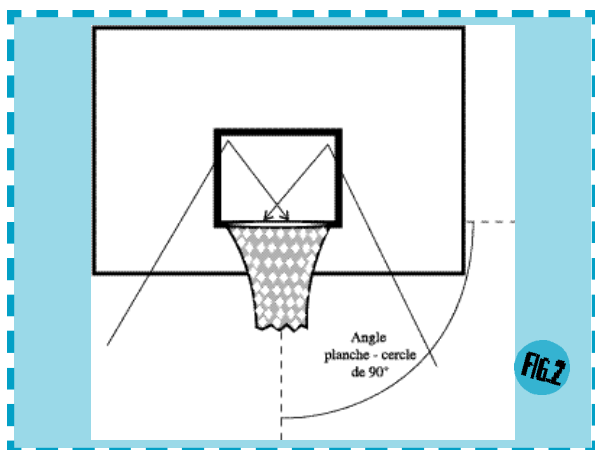


QUELQUES POINTS TECHNIQUES LE TIR AVEC LA PLANCHE

Comment utiliser le panneau (planche) de basket ?

Demander aux enfants d'utiliser le petit rectangle qui se trouve derrière le cercle, en se plaçant à 45° sur l'angle Cercle - Planche et en lançant le ballon contre le coin du petit rectangle, en haut à droite si l'on se trouve à droite et en haut à gauche si l'on se trouve à gauche.

Ce genre de tir rectiligne est plus facilement réalisable qu'un tir en cloche qui demande beaucoup plus de précision. Attention ce tir n'est réellement efficace que si le joueur est placé à 45° et s'il frappe effectivement le coin du carré. Pour cela demander aux enfants de lancer leur main vers le coin du carré et surtout de regarder continuellement ce coin, comme lorsque l'on lance une fléchette (Fig.2).



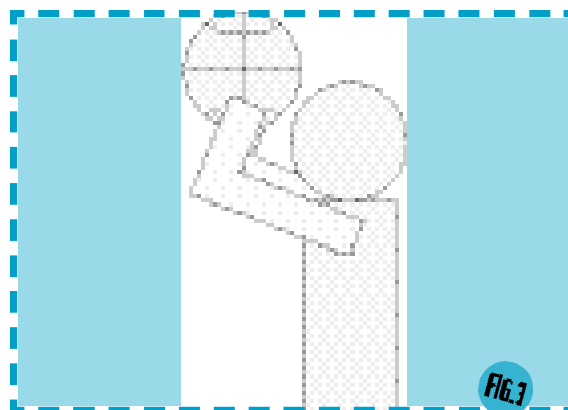
Remarques : Bien se positionner à 45° par rapport au panneau, se concentrer sur le coin. Vérifier (déjà) la qualité des appuis

LA POSITION DES MAINS POUR LE TIR

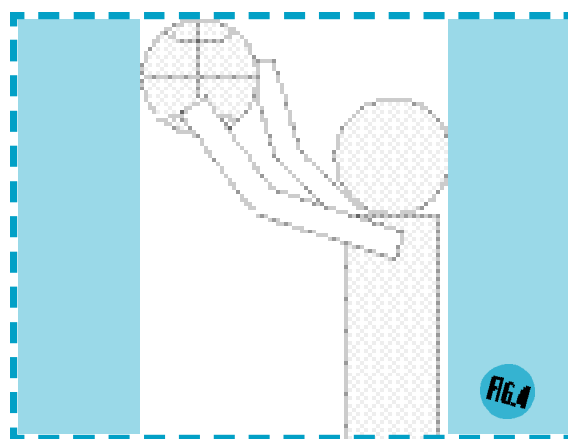
(Exemple pour un droitier)

La main gauche se place sur le côté du ballon, elle sert à le maintenir en équilibre sur la main droite. La main gauche accompagne le ballon lors du tir, mais ne doit pas le pousser.

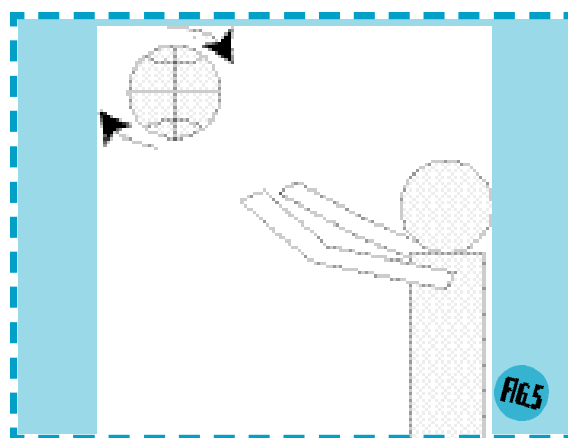
La main droite se place sous le ballon, les doigts écartés. Le ballon doit être tenu par le bout des doigts. Pour tirer, il suffit de lancer la main droite et l'avant bras vers le panier, telle une catapulte (Fig.3, 4 et 5).



La tenue de la balle



L'amorce du tir



La fin du geste

LE GESTE DU TIR : " EN IMAGES "

" Vos doigts doivent recouvrir le cercle, si vous tirez directement dans le cercle".

" Vous devez lancer votre main vers le coin du carré noir si vous tirez avec la planche".

