



BASKET-BALL



© Yann bonenfant

Définition de l'APSA :

Le basket-ball est un jeu de confrontation lors duquel deux équipes se rencontrent sur un terrain, relativement petit (délimité) et interpénétré. Le but de la rencontre est de marquer plus de fois que l'équipe adverse en atteignant la cible, petite, ronde, horizontale et

élevée, par le haut. Le règlement fondamental interdit de se déplacer avec le ballon tenu et de peser sur le rapport de forces par le contact entre les joueur-euses.

ATTENDUS

- S'organiser collectivement face à une autre équipe, dans le cadre d'un rapport de force équilibré, pour gagner le match, sur un terrain où la densité des joueur-euses est relativement importante, la cible haute, petite, horizontale et accessible (modularité des panneaux).
- Construire des tactiques et des techniques pour atteindre et défendre une cible haute, dans un jeu sans contact nécessitant de l'adresse.
- Rechercher le jeu rapide pour prendre de vitesse l'adversaire afin d'augmenter les situations favorables de tirs.
- Comprendre que les règles définissent un espace de liberté et de sécurité, qu'elles permettent l'égalité des chances entre attaque et défense et l'incertitude du résultat.

BASKET-BALL

SAVOIR

Comprendre et connaître la logique du règlement et son évolution, en particulier les règles liées au non-contact, marcher, reprise de dribble, règles de temps, valeur(s) du point marqué. Savoir que la règle de non-contact est associée à la règle du marcher car l'articulation des deux permet l'équilibre des forces entre le-la porteur-euse du ballon (PB) et son vis-à-vis en défense.

Construire une stratégie, un projet de jeu

En attaque :

- Progresser rapidement vers la cible adverse : utilisation des couloirs (chercher à sortir de l'alignement des NPB avec le PB, notamment par l'utilisation des couloirs latéraux par les NPB, rôles de rebondeur-euse/relais/flèches).
- Organiser une attaque placée face à une défense repliée (placement en carré, passe et va, croisements).

En défense :

- protéger la cible en cherchant à se placer/déplacer pour être constamment entre « mon-ma » joueur-euse et mon panier. Freiner son avancement sans entrer en contact en réduisant la distance avec lui-elle.
- Être capable de passer rapidement de l'un-e à l'autre.

Construire des indices permettant de choisir parmi les actions décisives, les enchaîner et les articuler avec celles des autres joueur-euses

- Porteur-euse de Balle (PB) : choisit entre le jeu direct ou indirect en fonction de la position et du démarquage de ses partenaires, de la présence ou non des défenseur-euses et/ou coéquipier-ères dans son couloir du jeu direct (CJD), de la possibilité de déclencher un tir dans des conditions favorables. Le tir en course est le moyen privilégié mais non exclusif. Adopte l'attitude spécifique au basket-ball (« triple menace ») permettant, à la fois, de protéger le ballon et de choisir une action offensive appropriée (tirer, passer, dribbler) à vitesse la plus élevée possible.

- Partenaire du PB (PPB) : offre des solutions de passe au-la PB dans l'espace avant et non-aligné-e avec lui-elle (pas dans le même couloir du jeu) ; rompt l'alignement PB/DEF (démarquage), récupère après un tir (rebond offensif).

- Défenseur-euse (DEF) : choisit entre protection de la cible et interception ; récupère sous la cible (rebond défensif). A toujours un contrôle visuel cible/ballon/joueur-euse.

Construire des techniques spécifiques articulées aux décisions et au contexte (rapport des forces)

- Se déplacer en dribble dit « de progression » (pousser la balle devant à grande vitesse) en se libérant progressivement du contrôle visuel. Contrôler l'arrêt du dribble. Passer en course.
- À l'arrêt, être capable de protéger le ballon en le tenant à l'opposé du-de la défenseur-euse et en utilisant le pied de pivot.
- Tirer sans la pression défensive immédiate en alignant l'appui au sol, le coude et le poignet du même côté. Monter le bras tireur à la verticale pour créer la trajectoire ascendante du ballon. Déclencher le tir en course après un dribble en prenant appel à un pied et en lançant la jambe libre « genou vers le cercle ».
- Passer dans le bon « timing » lorsque le-la coéquipier-ère PPB est démarqué-e pour un temps très court. La trajectoire de la passe est « tendue ».
- Sur une défense repliée, jouer le 1c1 dans son couloir de jeu direct.
- En défense, contrôler la pression sur le-la porteur-euse de balle sans contact. Il-elle doit se placer/déplacer pour rester entre son vis-à-vis et la cible. Il doit adopter des attitudes défensives permettant de gérer la contradiction agressivité/non-contact. La qualité et la fréquence des appuis couplés à l'abaissement du centre de gravité sont des pistes à explorer.
- Pour le PPB : sortir de l'ombre de son-sa défenseur-euse en changeant de vitesse, de direction et en étant à distance de passe.

Tenir des rôles nécessaires à la rencontre :

- comptabiliser des points, arbitrer avec une ou plusieurs règles. Apprendre la gestuelle simple de l'arbitrage. Se déplacer « avec le jeu ».

VARIABLES

Les règles sont des variables pour construire les situations d'apprentissage. Elles sont conçues et aménagées en fonction du niveau des élèves et sont toujours contextualisées.

Elles sont amenées à évoluer au cours du cycle :

- La hauteur de la cible pour augmenter l'espace de tir et de marque.
- Les règles de marque (nombre de buts [matchs courts et intenses] valeur du point marqué [le panier marqué selon la stratégie demandée vaut plus] ballons perdus font perdre des points au score, scores à handicap...).

- Le nombre de joueur-euses (effectifs réduits, surnombres, « jokers »...), la composition des équipes, le changement des joueur-euses, pour équilibrer ou rééquilibrer le rapport de force.

- Les droits d'intervention sur le ballon (modulation ou non de la règle du marcher, de reprise de dribble, de la remise en jeu, règles de temps ...).

- Les phases de récupération, ou les temps morts pendant le match, sont exploités pour que les élèves observent, analysent et discutent du jeu, en fonction des consignes de l'enseignant-e.

Repères de progressivité

(les étapes correspondent au niveau des élèves et non au découpage des cycles)

■ Étape 1 : passer d'une centration sur la balle à une centration vers la cible.

Dans un espace à faible densité de joueur-euses (3 contre 3 maximum), s'orienter par rapport à la cible, se reconnaître le plus vite possible attaquant-e et défenseur-euse, repérer les moments et endroits favorables pour devenir PB, se déplacer pour récupérer la balle, tenter de gêner le PB. Jouer vite vers la cible (dribble de contournement, dribble de progression, passe longue dans le vide avant). Identifier la zone de marque proche du panier, se percevoir comme tireur-euse potentiel-le (savoir tirer de près/tirer à « mi-distance »). Apprécier les actions effectuées à partir de données quantitatives. Savoir arbitrer les sorties de balle, le non-contact, les violations du PB.

■ Étape 2 : le PPB devient un-e véritable partenaire pour accéder à la zone de marque.

Dans un espace à faible densité de joueur-euses (3 contre 3 grand terrain), agrandir l'espace de jeu effectif et reconnaître des actions décisives. Identifier l'état du couloir de jeu direct (partenaire devant le PB, je passe, sinon je dribble), évaluer le rapport de forces dans le couple PB/DEF et PPB/DEF (reconnaître un-e partenaire démarqué-e ou se démarquant) ; coordonner les actions du couple PB/PPB. Évaluer le rapport de force pour savoir quand monter la balle rapidement (passer loin, devant...). Shooter (de près/de loin). Tirer en course lorsque le couloir de jeu direct est libre avec le « double appui » obligatoire. Savoir arbitrer : les sorties de balle, les fautes du PB, les fautes grossières des défenseur-euses.

■ Étape 3 : reconnaître et exploiter des configurations de jeu.

À partir d'alternatives (passe longue/courte ; passer/dribbler). Dans un espace à plus forte densité de joueur-euses (4 x 4 grand terrain), organiser l'équipe à partir d'une ventilation de rôles : développer des compétences spécifiques aux rôles : meneur-euse, passe et va, tir à mi-distance, tireur-euse prioritaire (déplacement rapide vers l'avant, tir en course), défense en 1 contre 1. Mise en place de combinaisons à deux joueur-euses (passe et va). Sur les attaques placées, début du jeu de la périphérie vers l'intérieur. Affinement technique dans la protection du ballon, le pivot, le type de passes (passe tendue en particulier), le tir est majoritairement marqué par l'utilisation de l'espace et de l'adversaire perçu-e comme un mobile sur lequel nous avons un pouvoir. Une fois qu'il-elle a frappé, le-la joueur-euse se remet au centre du jeu pour défendre à son tour sa propre cible.