



FIBA
AFRICA
We Are Basketball

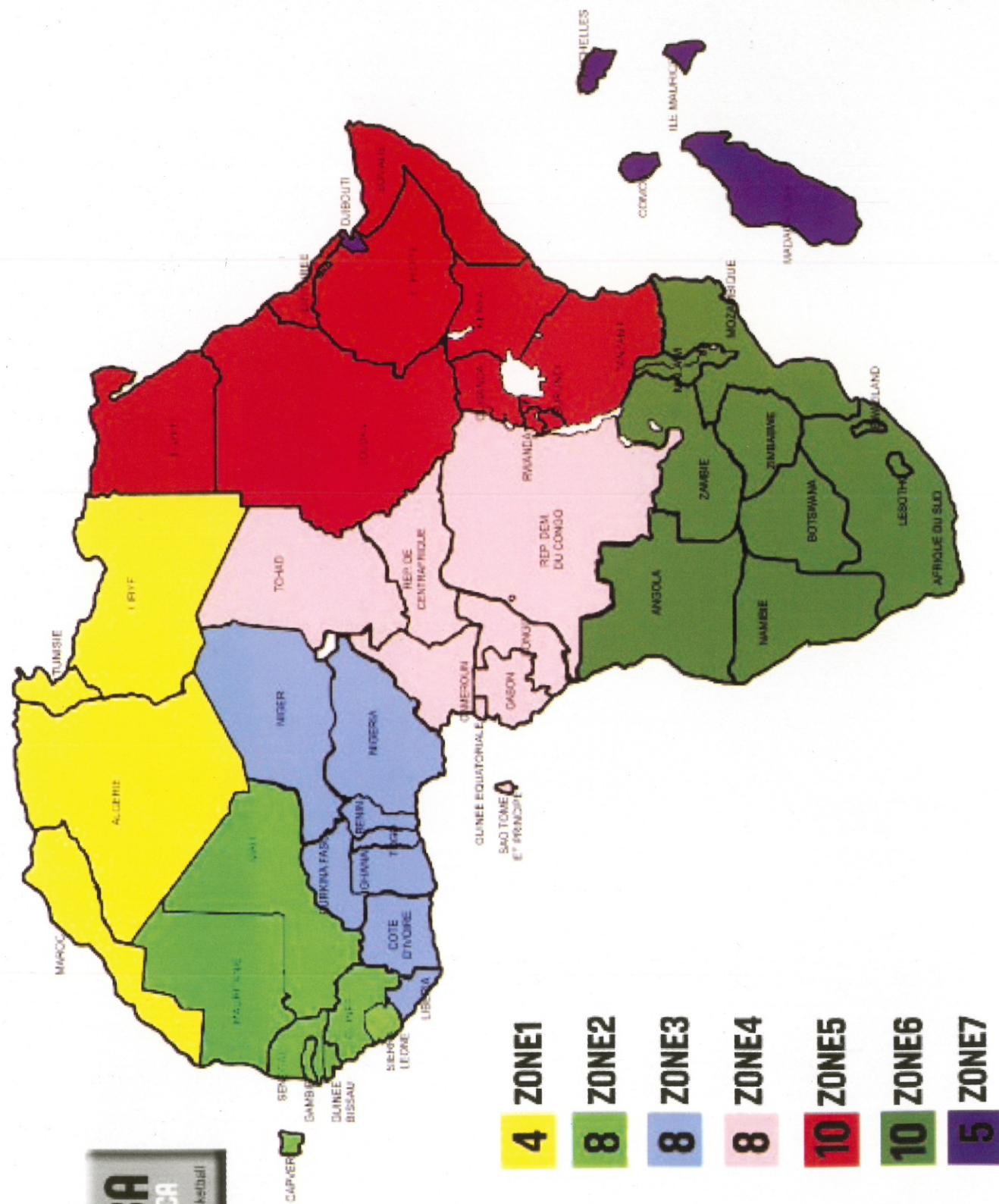
**AFRO
TECHNIC
MAGAZINE** 27
OCTOBRE-NOVEMBRE-DÉCEMBRE 2011

EVENEMENTS FIBA AFRIQUE
ABBAS DIOP
 LE PROBLEME DE LA FORMATION DES
 JEUNES ET PEDAGOGIE DE L'ENTRAINEUR
NOUREDDINE TABOUBI
 TECHNIQUE DE COMMUNICATION
 D'UN MANAGER SPORTIF
DR ERIC ALLANGBA
 EAU ET SPORT
ALEXIS SIEWE MONKOUÉ
 FORMATION DES OFFICIELS ET CADRES TECH-
 NIKES ENJEUX ET PERSPECTIVES
QUESTION - REPONSES
 VRAI OU FAUX

NOUREDDINE TABOUBI

LES QUALITES DE L'ARBITRE





EDITORIAL



compte des avancées que nous avons réalisées. L'une des avancées est l'engouement que suscitent les compétitions que nous organisons régulièrement. Nous savons désormais que le basketball masculin n'est plus le seul point d'intérêt de nos populations. Car les compétitions féminines ont aussi pris une grande importance dans tous les foyers. Que ce soient les Jeux Africains ou l'Afrobasket, nos compétitions féminines drainent de plus en plus de spectateurs.

C'est d'ailleurs pour encourager les femmes et les décideurs politiques de notre continent que nous avons apporté une touche particulière à l'Afrobasket Women qui s'est déroulé du 23 Septembre au 02 Octobre 2011 à Bamako. Il faut dire que tout comme à Madagascar nous avons assisté à une compétition de bonne facture. Mais le point d'orgue, c'est d'avoir pu honorer plus d'une soixantaine de femmes qui ont marqué de leur empreinte le basketball durant les cinq dernières décennies de FIBA Afrique. Nous ne le dirons jamais assez, la promotion du basketball féminin et des jeunes en Afrique est une priorité.

Ce travail de promotion et de valorisation des talents nous incombe tous. Tous ensemble, mobilisons nos forces pour l'épanouissement de la jeunesse africaine à travers le basketball.

DR ALPHONSE BILE
SECRÉTAIRE GÉNÉRAL
DE FIBA AFRIQUE

Nous venons de boucler nos activités pour l'année 2011. Nous disons sans ambages que cela a été un grand succès. Malgré les péripéties de tous ordres, nous sommes parvenus à réaliser avec succès toutes nos activités de formations et toutes les compétitions officielles de FIBA Afrique.

Cette année 2011 qui a coïncidé avec la célébration du cinquantième anniversaire de FIBA Afrique nous a permis de rendre un vibrant hommage aux père fondateurs, tous ceux et à toutes celles qui de diverses manières ont contribué à la promotion du basketball en Afrique.

Pour ce devoir d'hommage et de mémoire, nous avons organisé de grandes manifestations. La première a eu lieu le 26 Août 2011 à Antananarivo (Madagascar). En effet lors de l'Afrobasket Men qui s'est déroulé à Madagascar du 17 au 28 Août 2011, FIBA Afrique a organisé un gala pour honorer les hommes qui ont marqué l'histoire du basketball en Afrique. Au cours de cette cérémonie, plusieurs distinctions honorifiques ont été décernées aux meilleurs athlètes et équipes durant les cinquante années d'existence de FIBA Afrique. Cela a également été pour nous l'occasion de nous rendre

AFRO TECHNIC MAGAZINE
EST UNE PUBLICATION DE
FIBA AFRIQUE
Imm. Alpha 2000, 7e étage
01 BP 4482 Abidjan 01
Tel: +225 20 21 14 10
Fax: +225 20 21 14 13
Site web: www.fiba-afrique.org
E-mail: office@fiba-afrique.org

Siege Caire:
10 Rue 26 juillet - Caire- Egypte
Tel: +202 239 10 292
Fax: +202 239 33 600
E-mail: fibaafriquecaire@hotmail.com

EN COLLABORATION AVEC FIBA ET
LES ZONES DE FIBA AFRIQUE
PRODUCTION: FIBA AFRIQUE
DIRECTEUR DE LA PUBLICATION:
DR. ALPHONSE BILE

LA MISSION

Notre objectif est de permettre le développement technique du basket-ball africain par la formation des cadres. Notre but est de mettre un document technique au service des arbitres. Entraîneurs et commissaires technique pour assurer la vulgarisation des règles du basket-ball en Afrique.

LE MAGAZINE EST PUBLIE 4 FOIS PAR AN

FIBA et FIBA AFRIQUE ne sont pas responsables des opinions exprimées dans les articles.

TOUS DROITS RÉSERVÉS.

Les Fédérations nationales et leurs structures affiliées peuvent reproduire tout ou parties du magazine pour leur usage interne, mais ne pourront vendre tout ou parties du magazine à un éditeur externe sans l'autorisation expresse de FIBA AFRIQUE.

Toute information publiée dans le cadre de ce magazine est fournie strictement à titre d'information et ne doit en aucun cas être utilisée pour contrevvenir à des dispositions légales locales ou nationales.

Imprimé en Egypte
Copyright 2011 par FIBA AFRIQUE

TABLE DES MATIERES

EDITORIAL **3**

SOMMAIRE **4**

EVENEMENTS FIBA AFRIQUE **5 - 7**

-AFROBASKET WOMEN MALI 2011, 23 SEPTEMBRE AU 02 OCTOBRE 2011
-CINQUANTENAIRE DE FIBA AFRIQUE AU MALI, 29 SEPTEMBRE 2011, HÔTEL AMITIÉ, BAMAKO
-CLUBS CHAMPIONS FÉMININ 2011, LAGOS : 04 - 10 DÉCEMBRE 2011

ARBITRAGE, LA TABLE DE MARQUE, COMMISSAIRE TECHNIQUE **8 - 14**

LES QUALITES DE L'ARBITRE, PAR NOUREDDINE TABOUBI

BULLETIN DES ENTRAINEURS **15 - 16**

LE PROBLEME DE LA FORMATION DES JEUNES (6-8-12 ANS ET 13-18 ANS) ET PEDAGOGIE DE L'ENTRAINEUR, PAR ABBAS DIOP

GESTION ADMINISTRATIVE **17 - 19**

TECHNIQUES DE COMMUNICATION D'UN MANAGER SPORTIF, PAR NOUREDDINE TABOUBI

BULLETIN MEDICAL **20 - 23**

EAU ET SPORT, PAR DR ERIC ALLANGBA

TRIBUNE LIBRE **24 - 25**

FORMATION DES OFFICIELS ET CADRES TECHNIQUES DE BASKET BALL ENJEUX ET PERSPECTIVES, ALEXIS SIÈWE MONKOUÉ

QUESTION - REPONSES **26**

VRAI OU FAUX

EVENEMENTS FIBA AFRIQUE



AFROBASKET FEMININS 22 SEP.-02 OCT. 2011, BAMAKO (MALI)



AFROBASKET FEMININS 2011, BAMAKO (MALI): LE CINQ MAJEUR



EVENEMENTS FIBA AFRIQUE

COUPURE DU GATEAU DU CINQUANTENAIRE 29 SEP. 2011, BAMAKO (MALI)



RECOMPENSE DES ANCIENNES GLOIRES DU BASKETBALL FEMININ



EVENEMENTS FIBA AFRIQUE

CLUBS CHAMPIONS FÉMININS 04-10 DECEMBRE 2011, LAGOS (NIGERIA)



CLUBS CHAMPIONS MASCULIN 12-22 DECEMBRE 2011, SALE (MAROC)





LES QUALITES D'UN ARBITRE

Professeur en « Management du Sport » à l'Institut Supérieur du Sport et de l'Education Physique de l'Université de Tunis
Arbitre Honoraire FIBA & de la Fédération Française de Basketball

Un arbitre doit posséder...plusieurs les qualités ! Car, aux yeux de tous (joueurs, entraîneurs, dirigeants, spectateurs, journalistes...), l'arbitre doit être **INFAILLIBLE**, c'est à dire qu'il ne doit jamais (ou très peu !) se tromper. La perfection chez l'homme n'existant pas, on peut néanmoins dire que « le meilleur arbitre sera celui qui fera le moins d'erreurs possibles » et, qu'en règle générale, un bon arbitrage devrait être celui qui laissera les deux équipes (le vainqueur et le vaincu) satisfaites à la fin de la rencontre ! Voici ci-après les principales qualités que doit posséder un arbitre :

1. LE SENS DE LA RESPONSABILITÉ

Un arbitre, comme l'exige sa fonction, doit être un homme responsable. En effet, diriger une rencontre, quelque soit son niveau ou son enjeu, est une chose sérieuse, une lourde responsabilité. L'arbitre peut être comparé au maître dans sa classe. Il est non seulement responsable de « l'ambiance générale », mais aussi du succès et de l'échec de ses élèves. Ainsi donc, l'arbitre doit être à la hauteur de la tâche qui l'attend et qu'il doit complètement assumer afin de mériter la confiance et gagner le respect de toutes les équipes, lesquelles ont la victoire pour objectif (Connait-on des équipes qui viennent jouer...pour perdre ?). Son premier devoir sera donc de prendre sa mission avec le plus grand sérieux... sans toutefois se prendre lui-même au sérieux ! Enfin, l'arbitre ne doit jamais oublier qu'il est, sur le terrain, le « représentant officiel » de FIBA Afrique et de sa propre Fédération

Nationale. Ce qui constitue à la fois un honneur, un devoir et une grande responsabilité. Antoine de Saint-Exupéry avait-il donc raison de dire : « Chacun est seul responsable de tous ».

2. LE PROFESSIONNALISME

On peut définir l'arbitre comme étant « un vrai amateur qui doit se comporter comme un authentique professionnel ». Cela veut dire qu'il doit faire beaucoup de sacrifices du côté de sa famille (éloignement), de son travail (congé pris sur ses vacances), de ses loisirs...

Il doit également consacrer suffisamment de temps à sa préparation physique et ne jamais la négliger ou la bâcler. De plus, l'arbitre devra donner la meilleure impression de lui-même : cela consiste d'abord à accorder une très grande importance à sa présentation et à sa façon de s'habiller sur le



terrain et à l'extérieur de celui-ci (cravate et veste obligatoires, uniforme d'arbitre propre et repassé, barbe rasée, cheveux peignés...). D'autre part, l'arbitre est tenu de surveiller son langage, sa façon de parler et de s'adresser aux autres, son comportement général...ainsi que les lieux qu'il fréquente. En aucun cas, il ne doit oublier qu'il est un « homme public », qu'il doit être le meilleur parmi les meilleurs et servir d'exemple à tous, car il appartient à UN CORPS et il est membre d'une institution. Par conséquent, il sera jugé selon l'image qu'il donne. Enfin, la **PONCTUALITE** sera l'une de ses principales caractéristiques : il arrivera toujours **AVANT** les autres et s'en ira **APRES** s'être assuré que sa **MISSION** est complètement terminée, à l'instar du capitaine d'un bateau ou du commandant de bord d'un avion... ! En un mot, à partir du moment où l'arbitre accepte, par son engagement en début de saison, d'être rémunéré (même modestement !), il devient « Professionnel » et il en endosse le statut, avec les droits et les devoirs y afférents. En résumé, on peut donc dire que l'arbitre ne doit rien laisser au hasard et que **TOUT** doit être minutieusement préparé, jusqu'au moindre détail.

3. L'HONNETETE

Ce serait presque un pléonasme de dire « Un arbitre honnête ». Le mot « arbitre », à lui seul, devrait suffire à évoquer cette qualité. Pourrait-on en effet imaginer un seul instant qu'un **JUGE** puisse être corrompu ou malhonnête ? Aussi, avant de se lancer dans la carrière d'arbitre, on doit d'abord

être convaincu du sens profond de sa mission qui pourrait se récapituler aux mots suivants : Vérité, Justice, Equité, Intégrité, Incorruptibilité, Droiture, Probité, Vertu, Impartialité... Ménandre (Poète Grec de l'Antiquité) ne disait-il pas à ce propos : « l'honnêteté est au dessus des lois mêmes ».

4. LE COURAGE

Henry de Montherlant affirmait ceci : « Je n'imagine pas le génie sans le courage » et nous, nous ne concevons pas un Arbitre qui serait dépourvu de cette qualité essentielle. Car, rien ne sert d'avoir un sifflet dans la bouche si on n'a pas le courage de s'en servir « quand il faut, où il faut, comme il faut ». Aujourd'hui, l'Arbitre est soumis à toutes sortes de pressions, de la première à la dernière seconde de la rencontre, voire même...avant et après ! Il lui arrive d'être harcelé de toutes parts. Aussi, il doit se sentir capable de prendre des décisions contre n'importe qui et quelque soit le moment du match, sans tenir compte du score, du temps qui reste à jouer, de l'ambiance ou d'aucun autre facteur. L'Arbitre courageux (à la différence de « l'arbitre-maison ») sera donc celui qui n'aura pas peur de siffler par exemple une faute contre l'équipe locale, à la dernière seconde de la partie, même si cette décision risque de causer la défaite de cette équipe. Certes, cela pourrait lui valoir une sortie difficile et mouvementée du stade mais ce ne sera jamais un déshonneur pour lui d'avoir fait son devoir et d'avoir été jusqu'au bout de son courage... !

L'arbitre courageux sera aussi celui qui n'hésitera pas un

seul instant à sanctionner (s'il le mérite, bien sûr) tout toute personne (vedette locale, entraîneur excité, dirigeant indisipliné...) coupable d'une infraction. Il signalera également sur la feuille de marque tout incident survenu avant, pendant ou après la rencontre, sans omettre d'envoyer un rapport avec PRECISION et OBJECTIVITE à sa Fédération. Mais, pour qu'il puisse faire son travail convenablement et avec moins de risques pour lui et pour ses collègues, c'est-à-dire dans la sérénité, l'arbitre devra prendre certaines précautions et s'assurer des garanties en cas de décision courageuse de sa part. Aussi, il s'assurera préalablement que le service d'ordre est en nombre suffisant et qu'il est vigilant et neutre pour lui permettre, en cas d'incidents, de quitter le stade en toute tranquillité (Il ne faut pas oublier ici le rôle important que doit jouer la Fédération ou la Ligue Nationale - par l'intermédiaire du Commissaire Technique et/ou du Délégué fédéral - ainsi que du dispositif policier mis en place).

5. LA COMPETENCE

Paul VALERY disait : « Un homme compétent est un homme qui se trompe selon les règles ». D'ailleurs, ce terme englobe plusieurs choses : le savoir-faire, le savoir-être, le savoir-vivre, les capacités physiques, intellectuelles et morales, la connaissance du Règlement de jeu, la personnalité... En effet, nul ne pourra réussir dans ce difficile « métier » qu'est l'arbitrage s'il ne connaît pas à fond le sport qu'il pratique et qu'il avait pratiqué, en tant que joueur. Bien entendu, il faudrait d'abord connaître les règles du jeu (c'est le Livre de chevet de l'arbitre !) et surtout BIEN l'appliquer, c'est-à-dire sans aucune complaisance ou sympathie particulière. Pour être constamment à la hauteur de sa tâche, l'arbitre devra toujours se préparer, en se mettant au courant de tout (modifications du Règlement de jeu, documentation écrite et audio-visuelle, techniques et tactiques de jeu modernes...) et en cherchant à progresser, à faire encore mieux, à se corriger au fil des matchs, à se remettre en question, en se perfectionnant et en se recyclant...

6. LA MODESTIE ET LA DISCRETION

Victor HUGO affirmait que « la modestie argente l'or ». L'arbitre doit savoir que ce n'est pas lui que les spectateurs sont venus voir pendant la rencontre. Autrement dit, ce sont les joueurs, sur le terrain, qui font le spectacle. Ceci implique que l'arbitre doit passer inaperçu (sur et en dehors du terrain). Et pour atteindre cet objectif, il devra d'abord éviter tout ce qui attire l'attention dans sa façon de s'habiller, de parler ou de se comporter en général... De plus, il devra faire preuve d'humilité, en toutes circonstances, en étant POLI, COURTOIS et...MODESTE ! Si, à la fin de la rencontre, on vient le féliciter pour sa prestation, il se gardera d'avoir « la grosse tête » et répondra tout simplement : « Merci, je n'ai fait que mon devoir », puis il se remettra à l'ouvrage pour revoir ses erreurs, pour s'amender et...pour mieux faire au prochain match !



7. LA PRESENTATION & LA PRESTANCE

L'arbitre doit savoir COMMUNIQUER. Pour ce, il doit impérativement soigner son IMAGE. Ceci est très important s'il veut que sa carrière dure le plus longtemps possible et qu'il laisse à tous une idée positive.

Aussi, à tout moment, il devra dégager une impression de PROFESSIONNALISME et de RIGUEUR. Cela suppose que sa tenue doit être correcte et propre et il ne doit absolument rien négliger. Pour lui, le jour du match sera indiscutablement UN JOUR DE FETE et il devra accorder toute l'importance qu'il mérite à cet événement exceptionnel !

C'est donc en véritable GENTLEMAN qu'il assumera sa fonction, et ce, quelque soit la rencontre qu'il aura à diriger...

8. LA PSYCHOLOGIE ET LA PEDAGOGIE

L'arbitre n'est pas un gendarme sur le terrain. Son rôle est aussi celui d'un EDUCATEUR qui aide les joueurs à progresser, qui leur apprend à respecter les lois, à faire preuve de civisme et de savoir-vivre, à être fair-play...Il contribue en quelque sorte (à l'instar de l'entraîneur ou du dirigeant dont il complète le travail sur le terrain) à leur formation technique, morale et humaine.

Tout cela sera fait sans agressivité, sans haine ou animosité mais avec...SOURIRE et FERMETE (« Il n'y a que les personnes qui ont de la fermeté qui puissent avoir une véritable douceur » ; La Rochefoucauld).



LE PROBLEME DE LA FORMATION DES JEUNES (6-8-12 ANS ET 13-18 ANS) ET PEDAGOGIE DE L'ENTRAINEUR

ABBAS DIOP est instructeur entraîneur et membre du comité des entraîneurs de FIBA Afrique.

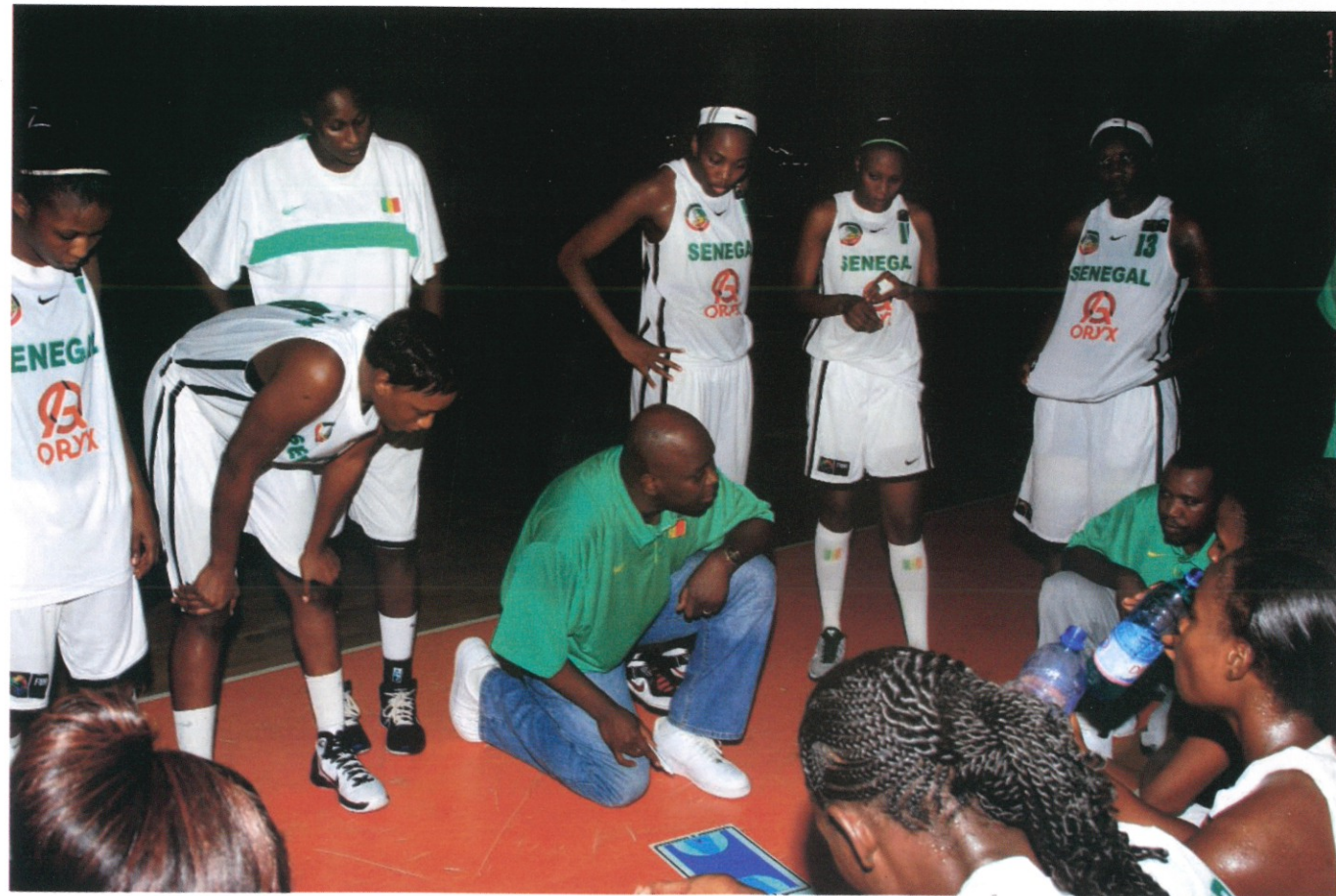
La formation des catégories jeunes qui incarnent l'avenir est d'actualité d'autant plus que l'observation des compétitions de jeunes révèle de grandes disparités entre les équipes avec des différences de niveau entre les équipes du nord et celles du sud du continent africain.

Notre expérience d'Instructeur Entraîneur FIBA doublée des échanges avec les entraîneurs de jeunes nous a permis de constater que les entraîneurs quelque soit le niveau ne font pas la différence entre le contenu et la pédagogie de formation des jeunes, et ceux des adultes. Ce qui entraîne une nette confusion dans les esprits au niveau des orientations. De plus il y a des jeunes qui ne disposent pas suffisamment de

balle mais qui ont d'une maîtrise technique avec la balle. Par contre d'autres jeunes ont suffisamment de ballons mais présentent de graves lacunes au niveau de la technique individuelle avec la balle lors des duels.

Voilà le paradoxe qui a inspiré la rédaction de cet article en vue de rappeler et recadrer les orientations prises par les entraîneurs dans la formation des caté-





gories de jeunes de 6-8 à 18 ans conformément au projet de FIBA Afrique. D'où institution des modules pour « Young Coaches » ou entraîneurs de jeunes.

A/PEDAGOGIE DE TRAVAIL POUR LES JEUNES DE 6-8 A 12ANS (MINI-BASKET, POUSSINS, BENJAMINS ET MINIMES)

La philosophie de formation de cette catégorie tourne autour de la motricité, et jonglage de ballon avec toutes les parties du corps, les orientations + coordination puis de la technique individuelle avec la balle uniquement.

NB : L'accent doit être mis sur le travail de technique individuelle offensive, de répétitions des exercices et des corrections en termes de feed-back

Il n'y a pas d'obligation de résultats sportifs mais plutôt pédagogiques en termes de progrès des enfants au niveau technique et coordination motrice.

Il n'y a pas de poste fixe mais seulement la polyvalence à développer puisque nous ne maîtrisons pas leur développement morphologique futur avec précision

Exercices uniquement de 1c0, 1c1, 2c2 et 3c3 pour le jeu

1-PHASE D'EXPLORATION DU TERRAIN (LATERALITE ET ORIENTATION DU CORPS DANS L'ESPACE)

- o Marcher, trotter, sauter, courir seul et à 2
- o Travail du temps et de l'espace sans et avec ballon
- o L'équilibre corporel
- o Coordination des mouvements
- o Travail de toucher de balle,
- o Appuis (arrêts, déplacements, pivoter, changements de rythme et de direction

Nb : tous ses exercices se font sans et avec ballon en position assise, couchée, debout, accroupi, sur les cotés, (avant, arrière, gauche, droite) seul et avec partenaire ou aide.

2-PHASE D'INITIATION AUX TECHNIQUES DE BASE ET LES EXERCICES COMBINES (FONDA-MENTAUX INDIVIDUELS DE BASE OFFENSIFS)

a/INITIATION TECHNIQUE : -Passe (directe, au rebond, au dessus de la tête, main à main,) à 1 et 2

mains

- Drible (de progression, protection, pénétration, changement de direction, entre les jambes, reverse etc....)
- Tir (en course ou double pas, mi-distance à l'arrêt près du cerceau ou dans la raquette et aux alentours, le lancer-franc,

DÉMARQUAGE SIMPLE

B/EXERCICES COMBINES :

- Passe+Tir
- Drible+Tir
- Drible+Passe+Tir
- Passe et va
- NB : Tous les exercices doivent être répétés plusieurs fois avec une moyenne de 15 sinon plus (20-25) suivies de correction pour intégration des gestes

C/FONDA-MENTAUX DE BASE DEFENSIVE INDIVIDUELLE ET COLLECTIVE

1c0, 1c1, 2c2, 3c3

NB : Demander une seule chose aux enfants : Se placer toujours devant l'attaquant (entre le panier et vous) passer en évitant les contacts car cela entraîne automatiquement des fautes et risques de blessure

Rechercher toujours la position semi-fléchie (rester sur l'avant ou le bout de pied) avec les bras parallèles et non sur la plante des pieds ni le talon.

D/LEU SUR TERRAIN REDUIT EN PRIORITE

soit ½ terrain avec 1 ou 2 panneaux adaptés avec un ballon de taille 5.

NB : La seule défense indiquée à pratiquer, est celle dite « d'homme à homme » ou « fille à fille ». C'est une défense stricte qui permet d'apprendre aux enfants le sens de la responsabilité et de la prise en charge d'un adversaire ainsi que l'exploitation de leur caractère égocentrique.

-En attaque, il faut prioriser la technique individuelle avec beaucoup de manipulation de balle et des tirs en rapport avec la finalité du basket qui est de marquer des paniers.

B/PEDAGOGIE DE TRAVAIL POUR LES JEUNES DE 13 A 18ANS (CADETS ET JUNIORS)

La philosophie de formation de cette catégorie tourne autour de l'amélioration et le renforcement des apprentissages de techniques individuelles, la correction des besoins individuels (insuffisances observées) et les démarquages collectifs (blocks et écrans). On y ajoute l'initiation à la compétition pour gérer le stress





avec un début d'obligation de performance (pédagogie) et résultats (sportifs). Il y a également l'initiation au renforcement physique mais spécifique avec des charges légères (50% du poids) ainsi que l'initiation aux schémas collectifs offensifs et défensifs de base (fondamentaux universels). Exercices de 1c0, 1c1, 2c2, 3c3, 4c4, et 5c5 pour le jeu complet

1-PHASE DE RENFORCEMENT DE LA TECHNIQUE DE BASE OFFENSIVE ET DEFENSIVE INDIVIDUELLE ET COLLECTIVE

a/ Fondamentaux Offensifs (Actions) du Joueur Porteur et non Porteur de Balle

Actions du Joueur sans ballon ;

- z Feintes,
- z Démarquages,
- z Fixation défense,
- z Occupation de l'espace libre

Actions du joueur avec ballon ;

- z Tir
- z Passes
- z Drible,
- z Réception+lecture jeu
- z Feintes

B/EXERCICES COMBINÉS DE PASSE-DRIBLE-TIR

1c0, 2c0 sans opposition

c/Travail de démarquage simple (différents types de démarquages) puis collectifs (block et écrans)

- In and out
- En V
- En U
- En T

1c0, 1c1, 2c2, 3c3 avec insistance sur les points ci-après :

Travail des non porteurs de balle (permutation et changement de position)

Idem mais avec des blocks et écrans (vertical, horizontal, latéral, diagonal etc.)

Notion de 3 couloirs et occupation rationnelle de l'espace et équilibre de jeu

d/Travail de départ balle en main

- z Départ direct,
- z Départ croisé
- z Départ ouvert
- z Les feintes
- z Les enchainements

e/Principes offensifs en jeu réduit sur ¼ et ½ terrain
1c1, 2c2, 3c3

f/Travail de Contre attaque (Ca)

1c0, 2c0, 3 et 4c0 en aller-retour et en continu avec 1c1, 2c1, 3c2 et 4c2 au retour

g/Travail du jeu de transition offensive après Contre attaque

Enchaînement de phases de Ca et transition à partir de 3,4 et 5c0 puis avec opposition passive, semi-active puis active dans le 3c1, 4c2 puis 5c3 et 5c4 en aller-retour

NB : Insister sur la répartition des rôles, l'occupation des 3 couloirs traditionnels du terrain à partir des 5 positions ou nos des joueurs (1, 2, 3,4 et 5)

h/Principes d'attaque des défenses Homme à Homme Renforcement des relations à 2,3 et avec priorité au 1c1 et 2c2 au plus

Nb : Insister sur les démarques simples en permanence des joueurs sans ballons pour toujours offrir des solutions au porteur de balle et à l'équipe

Idem travail de percussion et provocation du porteur et des non porteurs de balle

Idem pour le passe et va et couper

Tourne- autour, ciseaux et croisement autour d'un poste ou pivot

i/Principes d'attaque des types de défenses (zone, Pressing, zone-press et mixtes dite match-up)

-Situations de supériorité, infériorité et égalité numérique

-2c1, 3c1, 3c2, 4c2/1c2, 2c3, 3c4/4c5/2c2, 3c3, 4c4, 5c5

-NB : Insister sur l'occupation et la fixation dans les intervalles avant début attaque par circulation rapide de balle avec recherche de meilleure position libre de tir après surnombre mais insister surtout sur la patience

2-PHASE D'AMELIORATION DE LA TECHNIQUE DE BASE DEFENSIVE INDIVIDUELLE ET COLLECTIVE

a/Apprentissage de la position fondamentale de défense en insistant sur l'attitude semi-fléchie avec équilibre corporel et les bras parallèles (mettre ses pieds dans ceux de l'attaquant), en répétant des pas glissés, déplacés puisque la vitesse du jeu aujourd'hui fait que les pas chassés sont en retard sur les actions des attaquants lors des duels.

1c0, 1c1, 2c2 avec passeur

b/Défense sur Non porteur de balle :

A 1 passe, 2 passes, opposé de la balle

Sur le démarquage simple, feinte, passe et va

Sur les démarquages collectifs (blocks et écrans etc..)

c/Défense sur porteur de balle :

Avant drible ; harceler et orienter puis prendre si possible la balle sans faire de faute

z Pendant le drible : arrêter et orienter puis pren-





dre si possible la balle sans faire de faute

-Après le dribble : Pression accrue en vue des 5 secondes puis prendre la balle

-Sur et après tir : gêner en mettant les mains sur les yeux, fermer ou verrouillage (écran de retard) puis rebond

c/Principes défensifs en jeu réduit sur ¼ et ½ terrain (Homme à homme)

1c1, 2c2, 3c3 avec insistance sur les notions de contenir ou contrôler, anticiper passe et déplacements at-

taque, aider, prendre toujours en 1^{er} la position préférentiel, jamais de back-door ni de passe facile dans la raquette ou zone interdite par contestation permanente.

Changer, glisser, retarder et reprendre ou changer puis passer au dessus pour les cas de défense sur blocks ou /et écrans ainsi que sur passe et va.

d/Travail de défense sur Ca et Transition défensive

•Retarder la progression de la balle dès la perte

•Occuper les 3 couloirs du terrain

pendant le repli défensif en se plaçant sur les trajectoires de passe
•Empêcher de marquer des paniers faciles avec des tirs proches du panier

e/Principes des types de défense (Zone, pressing, zone-press et mixtes dites match-up)

-Situations de supériorité, infériorité et égalité numérique

-2c1, 3c1, 3c2, 4c2/1c2, 2c3, 3c4/4c5/2c2, 3c3, 4c4, 5c5

NB : Insister sur la communication entre les défenseurs

-Flottement

-Couverture

-Rotation défensive individuelle et collective (base)

-Changement et aide

f/Adaptation du comportement des joueurs en fonction des situations présentées par l'un des paramètres en présence car le basketball a un caractère permanent qui est l'attaque-défense.

La formation des jeunes requiert une seule qualité que nous estimons indispensable sinon incontournable : la Patience.

En effet nous devons toujours nous rappeler que les jeunes catégories sont jusqu'à 14 ans des individus en développement et on peut les classer en 2 grandes catégories :

-6 à 12 ans sont des enfants classés en 2 catégories. Ceux qui ont entre 6 et 8 ans (Mini-basket et poussins) puis ceux qui ont entre 8 et 12 ans (Benjamins et Minimes)

-13-18 ans sont des débutants adolescents classés également en 2 groupes : 14-16 ans (Cadets) et 16-18 ans (juniors) et au-delà de ces âges l'on est considéré comme adulte (catégorie espoirs et +de 21 ans) sénior.

Partant de ces précisions les entraîneurs doivent tenir compte du fait que les jeunes sont des individus en devenir. En effet les jeunes joueurs manquent des paniers faciles, perdent le ballon à des moments clés et commettent des fautes inutiles. Ils ont également besoin d'être libres et de faire des erreurs. Notre travail consiste à les aider à apprendre de leurs erreurs.

Ce qui demande du temps et de la patience.

Donc notre priorité doit être de mettre l'accent sur les bases du basket-ball car nous n'aurons qu'une seule chance de développer les capacités des jeunes. Nous ne devons pas gâcher cette occasion au cours des périodes sensibles d'apprentissage qui vont de 6 à 16 ans car après 18 ans âge c'est le début de la maturation, les schèmes moteurs ne peuvent plus être transformés ou améliorés conformément aux différents stades de développement de l'enfant ; dans le cas contraire, le non-respect de ces mesures fait et ferait de nous des bourreaux et briseurs de carrière plutôt que des formateurs ou faiseurs de « stars ».

La devise des jeunes c'est :

-Perdre aujourd'hui pour gagner demain qui incarne toujours l'avenir

-Prendre toujours le temps avec les enfants car cela correspond à leurs capacités réelles, donc la patience doit être notre crédo

-Le jeu avec ballon et sans ballon (démarquage simple)

-Passe et va

-La défense individuelle stricte (homme à homme) sur porteur et non porteur de balle.

NB : On ne peut parler de tactique sans maîtrise technique individuelle chez les jeunes car cela conditionne leur future carrière.

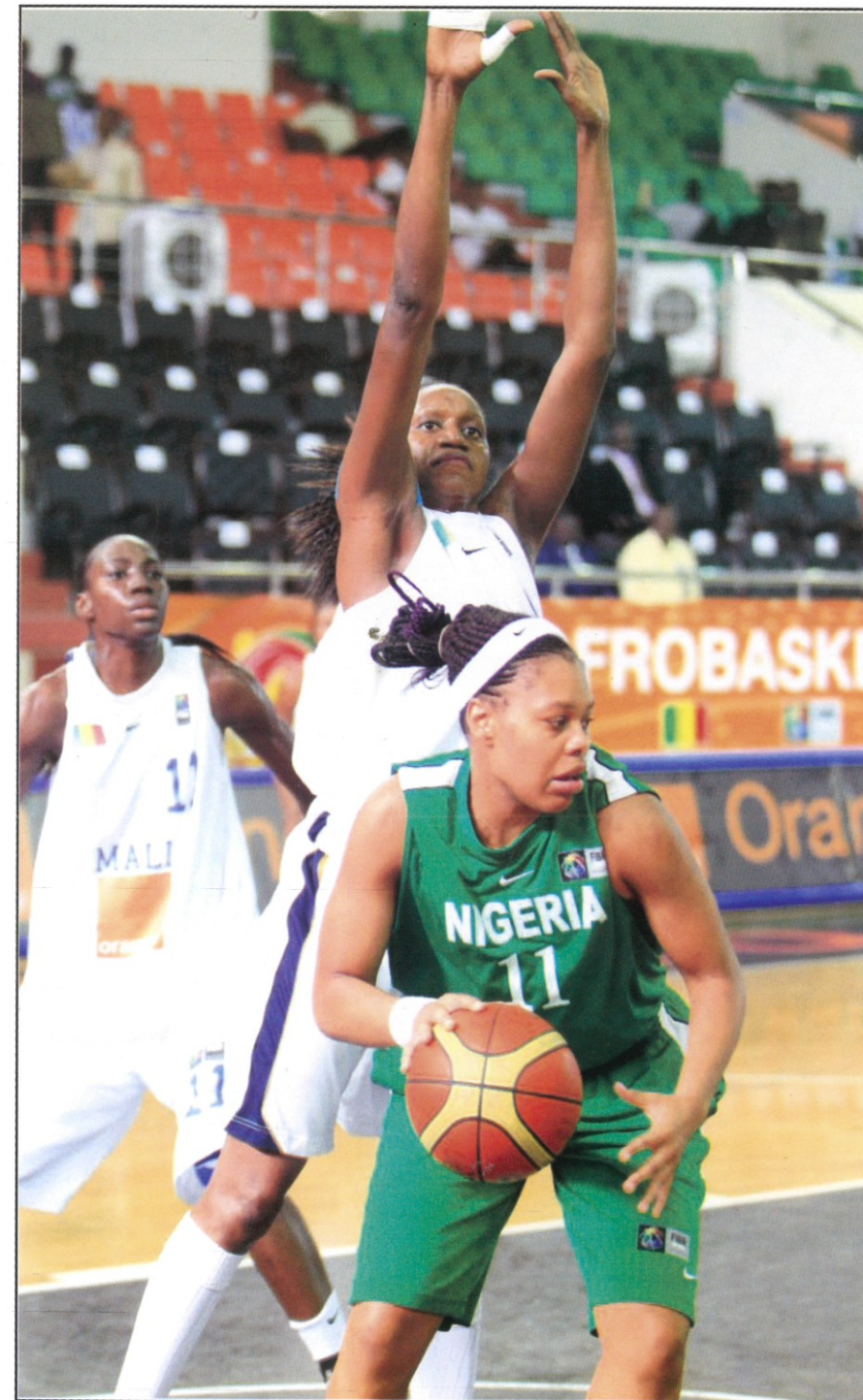
De plus l'approche tactique individuelle conditionne celle collective puisqu'elle est la somme des valeurs individuelles mises ensemble qui donne un collectif fort.

C'est pour cela que l'approche tactique ne s'aborde qu'avec la 2^e catégorie (Cadets-juniors) du fait de la maturation des jeunes à cette période de leur vie et non avant sinon c'est l'échec assuré.

Au vu de ce qui précède, nous voulons attirer l'attention de tous les acteurs du basket-ball afin qu'une sensibilisation et une prise de conscience se fassent afin de ne pas sacrifier les nombreux talents (jeunes doués naturellement) qui foisonnent dans nos pays. D'où la nécessité d'avoir des entraîneurs

bien formés et suivis rigoureusement afin d'adapter leur formation aux réalités du terrain. Il faut aussi surtout prendre soin de respecter le découpage des contenus de formation selon les catégories de jeunes. Le programme proposé ne constitue pas une panacée mais il a l'avantage d'insister sur les points essentiels à prioriser selon les catégories de jeunes en présence. En guise de rappel voici les catégo-

ries en vigueur :
-Benjamins : 10-12 ans
-Minimes : 13-14 ans
-Cadets : 15-16 ans
-Juniors : 17-18 ans
NB : Un seul surclassement est permis d'une catégorie à une autre au niveau du règlement des compétitions et FIBA Afrique est intransigeant là-dessus en vue de protéger les jeunes et leur intégrité physique.





Nouredine
TABOUBI

TECHNIQUES DE COMMUNICATION D'UN MANAGER SPORTIF

Le manager sportif doit être capable de maîtriser les techniques de communication. Ceci lui permettra de mieux réussir dans sa mission et facilitera le contact avec son entourage (joueurs, entraîneurs, dirigeants, journalistes...). Voici quelques conseils pour mieux réussir sa tâche au sein d'une structure sportive (club, ligue, fédération).

LES TECHNIQUES NON VERBALES

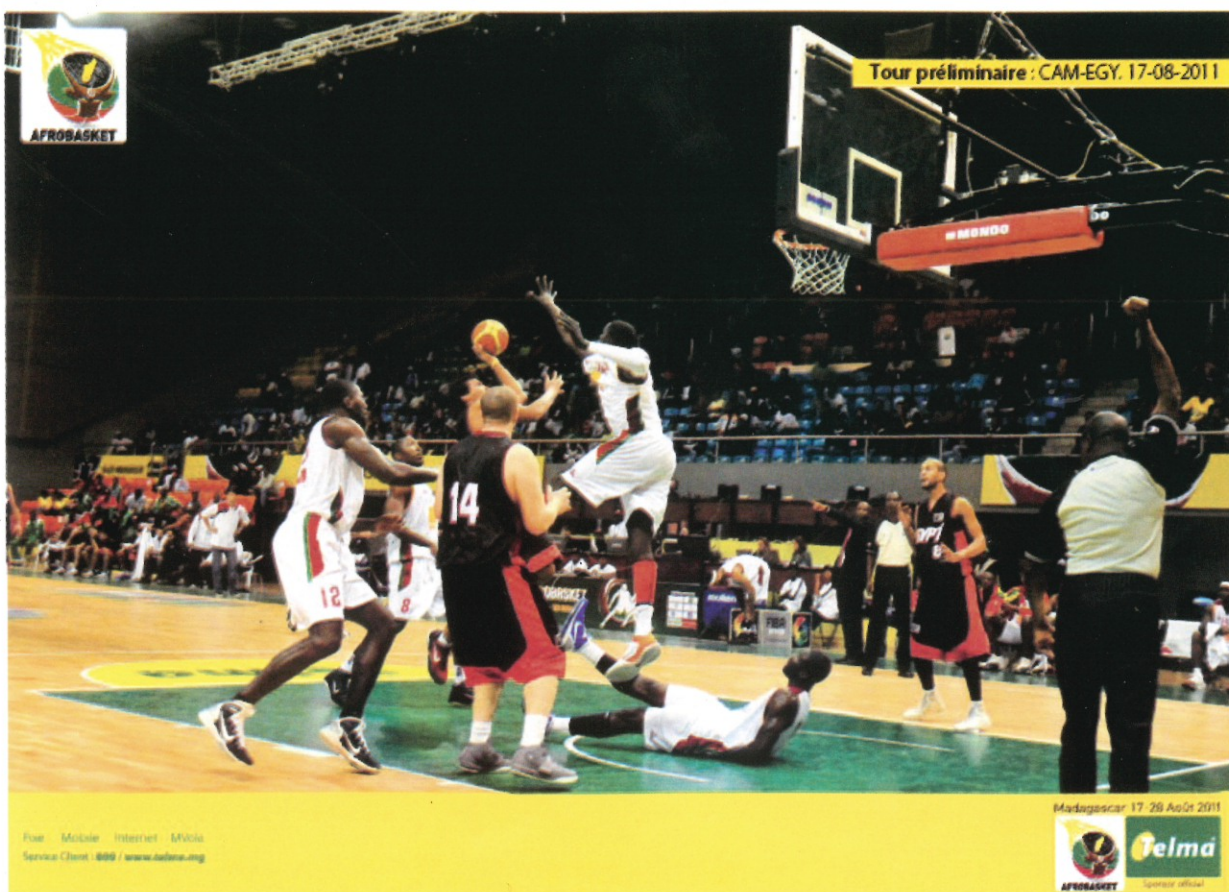
- La position : l'intervenant et la personne doivent être assis à la même hauteur, avec de préférence, des sièges équivalents. Il faut éviter les positions qui pourraient marquer une dominance. Il faut également éviter d'utiliser un meuble différent entre l'intervenant et la personne car cela marque une distance, un privilège.
- Le confort sonore : la sonorité doit être bonne. Si on ne s'entend pas, on ne se comprend pas.
- L'intimité : il faut une intimité suffisante. Si tout le monde passe dans le bureau de l'intervenant, la conversation

sera sans cesse interrompue et le respect de la vie privée bafoué.

•Le contact visuel : il faut maintenir le contact visuel et pouvoir se regarder facilement.

•La distance qui sépare l'intervenant et la personne doit être juste : une bonne distance, une distance sociale, doit être égale au minimum à un mètre et au maximum à deux mètres.

•L'intervenant peut essayer de se synchroniser avec la personne : adopter le même ton, la même position, les mêmes gestes, les mêmes tournures de phrase, le même rythme respiratoire.



- L'intervenant doit pouvoir accepter les silences, les temps morts dans un entretien : il n'est jamais obligé de combler un vide et peut maintenir le lien par le regard. En outre, le silence présente plusieurs avantages : c'est un temps de réflexion, il permet à la personne de se restructurer. Il est nécessaire quand la tension est trop forte.
- L'intervenant peut encourager la personne à parler, par quelques mots ou quelques gestes d'approbation : c'est une écoute passive.

LES TECHNIQUES VERBALES

- Le reflet : c'est faire le miroir de ce que la personne dit, mais aussi de ce qu'elle fait, de ce qu'elle vit. C'est concilier le verbal et le non verbal. Cette technique peut se faire à trois niveaux :
 - la réitération : l'intervenant reprend le contenu formel de la discussion en la résumant, en répétant un mot significatif, en soulignant un point important;
 - la reformulation : l'intervenant essaie de refléter les sentiments, les émotions de la personne;
 - le reflet éclairant : l'intervenant fait apparaître un élément dont la personne n'a pas parlé. Il faut faire attention à ne pas interpréter sans partir de ce que la personne exprime. Pour la reformulation et pour le reflet éclairant, il est utile que l'intervenant commence par quelques mots d'introduction qui montrent que c'est son interprétation (exemple : "Si je comprends bien ...").
- La synthèse : c'est plus qu'un résumé. L'intervenant re-

prend les points principaux, l'essentiel, et souligne les liens qui existent entre les différents points. L'intervenant structure ainsi l'entretien et fait le point avant d'aller plus loin.

•La question : l'intervenant doit l'utiliser avec circonspection. Trop de questions peuvent être vécu comme une intrusion.

•La question peut être utilisée soit pour la propre information de l'intervenant, soit pour inviter la personne à réfléchir à son vécu.

- Les différents types de questions :
 - les questions ouvertes (pour relancer la conversation);
 - les questions fermées (quand l'intervenant veut obtenir une réponse spécifique);
 - les questions semi-fermées (quand il y a un choix réduire les réponses);
 - les questions directes ou indirectes : les questions directes sont perçues comme des menaces.
- il faut être prudent avec les questions trop dirigées (« ne pensez vous pas que... »), et le "pourquoi" qui est culpabilisant et qui exprime souvent un jugement de valeur.
- Le feed-back : l'intervenant rappelle à la personne des informations utiles. La personne a ainsi de meilleures informations sur elle-même et peut adapter son comportement en conséquence.

La mise en pratique de ces différents conseils susmentionnés garantira au manager sportif des résultats concrets et une collaboration apaisée.



EAU ET SPORT

Dr Eric ALLANGBA est médecin en service au Centre National de la Médecine du Sport à Abidjan (Côte d'Ivoire). Il est membre du Comité Olympique de Côte d'Ivoire. Il nous propose son expertise médicale sur des questions touchant à la vie des sportifs.

C'est un fait admis par tous, l'eau est la plus saine des boissons. Cependant, des idées issues de traditions sportives obsolètes, mais tenaces, l'accusent de divers maux. Ainsi, pour certains, boire de l'eau "couperait" les jambes et le souffle, et ferait même grossir ! Pour d'autres, il serait inconvenant de boire en pleine compétition. Rappelons qu'en 1982, lors du Mondial de football en Espagne, des joueurs ont écopé d'un carton jaune pour avoir osé boire... de l'eau, au cours d'un match. Aux arts martiaux, résister à la soif ferait partie des épreuves qui forgent le corps ! Ces assertions sont bien loin de la vérité.

A l'effort, le corps humain produit de l'énergie et beaucoup de chaleur. Celle-ci est éliminée principalement avec l'évaporation de la sueur qui ruisselle

sur le corps. Sinon, la température corporelle atteindrait rapidement des seuils incompatibles avec la vie. Transpirer est donc bon pour l'organisme.

Il faut noter que dans les faits, l'élimination de la chaleur se fait selon 4 modalités :

- . La radiation : Tout corps qui chauffe émet des radiations.
- . La conduction : C'est l'évacuation de la chaleur par le contact.
- . La convection : L'élimination se fait par les courants d'air.
- . L'évaporation de la sueur qui ruisselle sur le corps.

Lorsque la température du milieu ambiant est



basse, la chaleur est dissipée par radiation, conduction et convection. Au contraire lorsqu'il fait chaud, c'est la radiation puis l'évaporation qui sont utilisées. La chaleur est considérée comme "une voie ultime, non transformable, mais échangeable." L'eau représente 65% du poids du corps. Un athlète en compétition peut perdre 3 litres d'eau par heure. On a trouvé des pertes de 12 litres chez des militaires en manœuvre. Le record de 15 litres a été atteint lors d'un "marathon des sables". Ces pertes sont liées à l'environnement (notamment le climat : chaleur, humidité, absence de courant d'air, etc.) et à l'athlète lui-même.

Chez les athlètes, plusieurs paramètres sont à prendre en compte notamment tous les états favorisant les pertes hydriques : L'hyperthermie, la diarrhée, les vomissements, les blessures, la mauvaise condition physique, certains médicaments comme les diurétiques, le tabac, l'alcool, le café, le thé, le froid, le stress, etc. L'augmentation brutale de l'intensité ou de la durée de l'effort physique et la consommation insuffisante en eau, sont également une des causes.

Les pertes en eau s'accompagnent d'une fuite en sels minéraux. Et l'on sait que les sels minéraux sont des éléments indispensables au bon fonctionnement de l'organisme. Lorsque les pertes en eau ne sont pas compensées et que l'organisme n'arrive plus à éliminer la chaleur qu'il produit, des troubles dus à la chaleur s'installent et l'on assiste à des accidents de déshydratation aigue. Cette déshydratation est marquée par une grande fatigue (asthénie),

un enfoncement des globes oculaires dans leurs orbites, une peau garde le pli lorsqu'elle est pincée, un pouls rapide, une pression artérielle basse. De graves troubles de la conscience peuvent survenir. Il s'agit d'un état de détresse physiologique pouvant entraîner la mort si rien n'est fait. Dans un cas pareil, des mesures urgentes de réhydratation s'imposent, par voie veineuse et par voie orale. Les troubles dus à la chaleur sont par ordre croissant de trois types : les crampes, l'épuisement et le coup de chaleur ou "hyperthermie maligne".

LES TROUBLES DUS A LA CHALEUR

Les crampes dues à la chaleur sont tenaces, elles nécessitent des étirements et des applications de glace.

L'épuisement dû à la chaleur est caractérisé par une importante fatigue, des crampes, des sensations de fourmillements musculaires et des céphalées accompagnés de sueurs profuses. La température corporelle reste en dessous de 40 degrés Celsius.

Le coup de chaleur est un accident grave car parfois mortel. Il se manifeste par des céphalées, des troubles du comportement, des convulsions et des troubles de la conscience pouvant aller jusqu'au coma profond. La température rectale dépasse les 40 degrés Celsius.

Devant un tableau de déshydratation aigue, il faut immédiatement mettre l'individu au repos, le dévêtir, l'isoler à l'ombre, dans un endroit frais et aéré.

On peut également créer un courant d'air à l'aide d'un ventilateur si possible. L'urgence est de faire baisser la température et de réhydrater le patient. On peut asperger le patient avec de l'eau fraîche et placer des vessies de glace ou encore des serviettes rafraîchies aux racines des membres : aisselles, cou, aines. Il faut entreprendre une réhydratation active par voie veineuse puis orale dès que possible. Les paramètres vitaux sont rigoureusement surveillés : pression artérielle, pouls, température, débit urinaire, état de conscience. Dès que les circonstances le permettent, il faut évacuer le patient vers un centre spécialisé.

Mieux que le traitement, il est préférable de prévenir ces accidents de déshydratation aigue et de chaleur, en adoptant des mesures qui sont d'ordres généraux et individuels.

PREVENTION DES DESHYDRATATIONS AIGUES

Les mesures générales s'adressent aux organisateurs de compétitions. Dans les sports collectifs tels que le Basketball, les organisateurs ont à charge de fournir de l'eau conditionnée aux équipes. Celles-ci doivent néanmoins prévoir une réserve en eau. C'est pourquoi il est préférable de faire jouer les matches dans des salles climatisées ou bien aé-

rées. Le service de secours doit être bien organisé et composé d'un personnel compétent et formé aux accidents de chaleur.

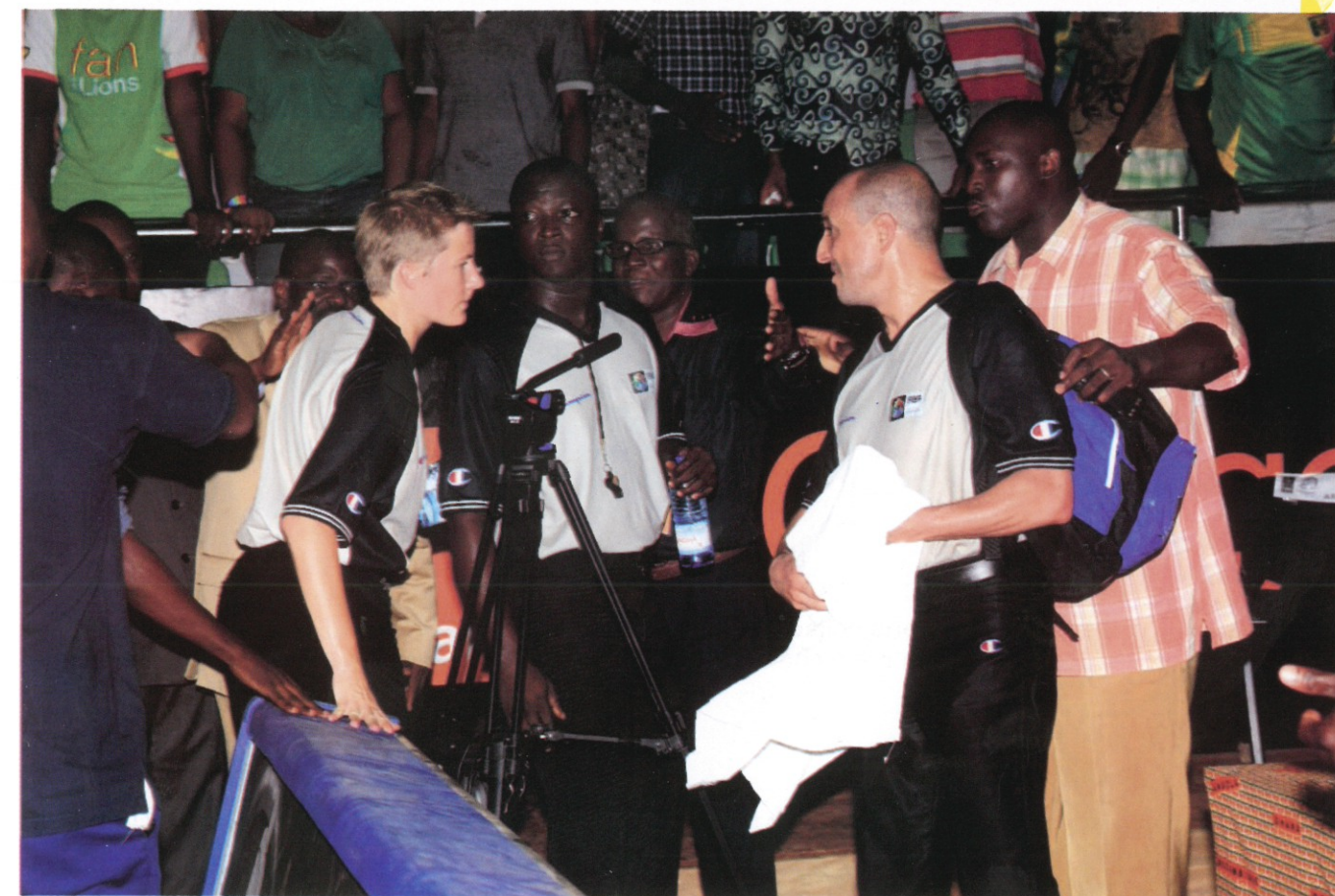
Cette équipe doit être répartie en unités mobiles et en unités fixes, sur les lieux des matches et elle doit être prête à intervenir à tout moment, avec du matériel conséquent (kit de réanimation).

Il faut prévoir des ambulances médicalisées et du matériel de communication. Les centres médicaux et leur personnel susceptibles de recevoir les urgences doivent être prévenues.

Les mesures individuelles concernent les athlètes eux-mêmes. Il s'agit de conseils que l'on donne aux candidats aux sports individuels d'endurances (marathon, courses de fond, cyclisme, randonnée, course d'orientation, etc.) ainsi qu'aux sports collectifs (basketball, football, handball...).

Une visite médicale préalable est vivement conseillée. Les équipes doivent prévoir une période d'acclimatation suffisante dans les pays où se déroule la compétition, soit environ une semaine avant la compétition. Il est souhaitable, lorsque cela est possible, d'effectuer une reconnaissance des salles dédiées à la compétition une fois au moins avant l'épreuve.

Les tenues de sport doivent faciliter l'élimination de



la chaleur. Il faut privilégier les tenues de couleur claire. On conseille aux athlètes d'être bien hydratés avant le match. Il faut donc boire environ 500 millilitres d'eau 30 minutes avant le début des matches et 250 millilitres toutes les 15 à 20 minutes. Il est impératif de respecter toutes les périodes de rafraîchissement. Les athlètes doivent être informés sur la déshydratation et les accidents de chaleur, afin de les reconnaître lorsqu'ils surviennent.

Il faut boire avant, pendant et après l'activité sportive. L'ingestion spontanée de liquide ne couvre pas les besoins réels de l'organisme. Il faut donc "boire sans soif", régulièrement, par petites gorgées en évitant de surcharger l'estomac.

Les capacités de vidange du tube digestif se situent entre 600 et 800 millilitres par heure. Outre les sensations de lourdeur et les points de côté au cours de l'effort, un estomac plein gêne considérablement la respiration.

Toutefois il convient d'utiliser une eau de consommation digeste, inodore, incolore, pure et fraîche. Il faut préférer l'eau conditionnée à celle du robinet, surtout lors des voyages pour éviter de contracter une diarrhée.

Il existe des boissons dites énergétiques et réhydratantes pour sportifs. Celles-ci sont en générale

à base d'eau, de sucre et de sels minéraux. Il faut être habitué, car leur tolérance varie selon les sujets. Il existe également des tablettes de sel, qui sont parfois mal tolérées car elles ralentissent le transit abdominal. Les apports supplémentaires en sels minéraux ne sont réellement nécessaires que pour des pertes en eau très importantes, soit 5 à 6 litres par heure. Chez le sportif de haut niveau donc bien entraîné, l'action des reins assurent de bonnes réserves en sels minéraux. Une alimentation équilibrée avec une légère supplémentation en sel corrige aisément les déficits.

De tout ce qui précède, il est donc clair que « Eau et sport » sont indissociables. L'eau est l'élément fondamental de la vie et donc de toute activité physique et sportive. Les accidents musculo-tendineux que l'on observe au sport, sont très souvent l'apanage d'une hydratation insuffisante. L'eau est un excellent détoxiquant, car elle favorise l'élimination des déchets produits par le corps, au cours de l'effort. L'eau à juste titre, peut être considérée comme un facteur déterminant de la performance sportive. Il faut donc boire, boire... et boire sans retenue !!!



FORMATION DES OFFICIELS ET CADRES TECHNIQUES DE BASKET BALL, ENJEUX ET PERSPECTIVES

Alexis SIEWE, Pr d'EPS hors échelle- instructeur-statisticien et commissaire technique FIBA Afrique

Au cours des prochaines années sportives, la commission technique de basketball des différentes zones de FIBA Afrique auront de nombreux défis à relever et des perspectives à assumer. En termes d'objectifs, les instructeurs FIBA Afrique doivent former, recycler et perfectionner les officiels de table de marque, les cadres techniques et les journalistes sportifs. Cependant, les actions à entreprendre pour y parvenir seront orientées vers un certain nombre d'axes.

A/ DÉMARRER LE PROGRAMME DE FORMATION ET DE RECYCLAGE, EN DÉBUT DE SAISON.

Veillez à une application correcte, judicieuse et immédiate de nouvelles dispositions de la commission technique de basket-ball des zones de FIBA Afrique.

Les instructeurs nationaux et les instructeurs assistants doivent jouer un rôle central dans la mobilisation des ressources humaines, ainsi que l'apport des ligues régionales et des fédérations nationales. La mise en œuvre d'un plan d'action subséquent applicable par les formateurs des ligues régionales et fédérations nationales voire de la sous zone.

B/ L'ÉVALUATION EFFECTIVE DES ACTIVITÉS MENÉES.

Assurer le suivi particulier des jeunes arbitres, officiels de table de marque, commissaires techniques, évaluateurs, statisticiens, instructeurs locaux, arbitres de zone, arbitres internationaux FIBA.

Assurer dans la mesure du possible le démarrage réel et rapide de la mise en place des commissions spécialisées.

Définir les mesures d'accompagnement pour la détection et la formation des candidats aux stages d'arbitres de zone, d'arbitres internationaux, de commissaire technique FIBA Afrique, d'instructeur arbitre FIBA Afrique, de statisticiens et de journalistes sportifs, voire du corps médical.

Améliorer et promouvoir le renforcement des mesures disciplinaires dans l'organisation, de gestion et d'évaluation au niveau des réunions, compétitions et stages.

Restaurer la confiance entre les parties prenantes à l'arbitrage, à la gestion des ressources humaines, à l'organisation des compétitions de basket-ball et aux stages de formation.



Les objectifs assignés à la formation devraient désormais être clairement définis par la structure hiérarchique des zones de FIBA Afrique.

Accélérer à la mise en place des divers programmes de réformes et feuilles de route établis par les structures compétentes.

Pour améliorer les performances, la commission technique des zones doivent élargir leurs champs de coopération.

Restaurer la confiance entre les parties prenantes à l'arbitrage, à la gestion des ressources humaines, à l'organisation des compétitions de basket-ball et aux stages de formation.

Bref, les actions de la commission technique s'articuleront autour des axes essentiels.

- La formation, la mise en niveau à la base, le recyclage et le perfectionnement technique.

- La gestion des ressources humaines, matériels, financières et infrastructurelles.

- La communication et la médiatisation à grande échelle.

- L'information sur le code de jeu réactualisé, le règlement unifié des compétitions et les autres calendriers officiels de FIBA Afrique.

- Établir un calendrier régulier des stages, des réunions et des compétitions.

- Produire et communiquer le classement officiel de

toutes les compétitions nationales, régionales, zonales et continentales.

- Ressortir le fichier réactualisé des officiels et cadres technique par filières et domaines respectifs, selon leurs classements de la saison en cours.

- Rédiger et envoyer à la hiérarchie le programme des activités avant le début de l'année sportive et essayer de le réaliser dans sa totalité.

- Promouvoir un code éthique garantissant une moralisation des comportements ce qui permettra à la commission technique d'atteindre ses objectifs escomptés.

- Respecter scrupuleusement les instructions émanant de la hiérarchie zonale.

Cette approche méritera certainement une étude plus approfondie à laquelle toutes les parties prenantes à cette organisation devront s'atteler dès à présent.

Bref, le diagnostic que nous avons élaboré est clair. Pour inverser la tendance, il est souhaitable que des objectifs précis soient assignés aux différents responsables afin d'éviter la navigation à vue dont certains font parfois preuve par ignorance et parvenir à une exécution rationnelle du calendrier officiel des activités à mener.



FIBA
AFRICA
We Are Basketball

Les questions suivantes se basent sur le document, «Les Règles Officielles du Basket-ball FIBA: Interprétations officielles». Un téléchargement gratuit est fourni sur le site Web de FIBA (www.fiba.com). Pour des clarifications, explications ou exemples supplémentaires, veuillez consulter ce document.



VRAI OU FAUX

QUESTIONS

- 1- Dans les deux dernières minutes de jeu dans le 4ème quart-temps, A2 commet une violation des 3-secondes. L'Equipe A demande et obtient un temps mort. A reprise du jeu, la remise en jeu qui en résulte doit-elle s'effectuer dans le prolongement de la ligne médiane, à l'opposée de la table de marque?
- 2- Vingt minutes avant que le match ne débute, les deux entraîneurs se mettent d'accord pour échanger les paniers qu'ils attacheront au début du premier quart-temps, mais continuent d'occuper les bancs qui leur sont assignés conformément au règlement. Les officiels devront-ils permettre cet échange?
- 3- Dans les deux dernières minutes de jeu du 4ème quart-temps, l'équipe A joue en zone pendant 5 secondes, quand B4 détourne la balle de sa trajectoire. Un temps mort est alors accordé à l'équipe A. A la remise en jeu dans le prolongement de la ligne médiane qui s'en suit, la balle est passée à A2, qui est dans la zone ar-

RÉPONSES

- 1- Non, mais si toutefois un temps mort devrait être accordé à l'équipe B, la remise en jeu qui s'en suit devrait s'effectuer dans le prolongement de la ligne centrale à l'opposée de la table de marque.
- 2- Oui.
- 3- Non. La balle est déjà d'avance dans la zone avant à cause de la remise en jeu effectuée à partir du prolongement de la ligne médiane. L'équipe A devra avoir un nouveau temps de 8 secondes.
- 4- Oui, c'est une situation spéciale. Dans la détermination de comment le jeu devra reprendre, la pénalité normale de la double faute pour la violation du lancer franc doit être déterminée.
- 5- Non, A5 devra devenir le nouvel entraîneur de l'équipe A parce que A5 est le joueur qui a été désigné comme capitaine sur la feuille officielle de marque.
- 6- Non, le quart a pris fin et par conséquent un intervalle de jeu a commencé. Un temps mort ne peut être accordé pendant un intervalle de temps de jeu.
- 7- Non, la remise en jeu devra s'effectuer à partir de la ligne de côté ou de fonds près de l'endroit où la violation de marcher s'est produite.
- 8- Non, si la faute est commise pendant la remise en jeu de possession alternée, l'équipe ayant droit à cette remise en jeu continue de bénéficier de la prochaine remise en jeu de possession alternée.
- 9- Oui
- 10- Non

- rière de l'équipe A. L'équipe A devra-t-elle avoir dès lors avoir droit seulement à 3 secondes pour porter la balle dans la zone avant?
- 4- Sur un seul lancer franc accordé à A3, la balle est en air sur le shoot lorsqu'une double faute se produit entre A4 et B4. La balle ensuite n'entre pas dans le panier sur la tentative de lancer franc. Le jeu devra-t-il reprendre avec une remise en jeu dans le prolongement de la ligne du lancer franc pour l'équipe B?
- 5- A5 est désigné sur la feuille de marque comme capitaine de l'équipe A. A10 entre dans le jeu comme remplaçant d'A5 et prendre la place d'A5 comme capitaine. Tandis que A5 ne joue pas c'est à dire n'est pas sur l'aire de jeu, l'entraîneur A reçoit une sanction pour faute disqualifiant. L'équipe A n'a pas désigné d'entraîneur assistant. A10 devra-t-il assumer la responsabilité d'entraîneur de l'équipe A?
- 6- Vers la fin du 1er quart-temps, A3 libère un shoot au panier. Après avoir libéré le shoot mais avant que les deux pieds de A3 ne retouchent le sol ou le plancher, une faute est commise sur A3 par B3, après quoi le signal retentit pour mettre fin au quart-temps. Le shoot au panier est réussi et il est accordé à A3 un lancer franc. L'entraîneur B demande un temps mort avant que la balle ne soit rendue à A3 pour le lancer franc. Le temps mort devra-t-il être accordé?
- 7- Dans deux dernières minutes de jeu du 4ème quart temps, une violation de marcher est commise par A5, qui se situe dans la zone avant de l'équipe A. Une substitution est accordée soit à l'équipe A ou à l'équipe B. Le jeu devra-t-il reprendre avec une remise en jeu à partir du prolongement de ligne centrale à l'opposée de la table de marque?
- 8- Il est accordé à l'équipe A une balle de remise en jeu d'entre-deux. Après que la balle soit rendue à A2 pour la remise en jeu, l'entraîneur A est accusé de faute technique. L'équipe B peut-elle avoir droit à la prochaine possession alternée de remise en jeu?
- 9- Il est accordé à A4 deux lancers francs. Le dernier lancer franc est réussi. Après le dernier lancer franc mais avant que la balle ne soit rendue à l'équipe B pour la relèves en jeu, l'équipe A demande un temps mort. Le temps mort devra-t-il être accordé?
- 10- Tandis qu'A3 est en action de shoot à distance mais avant que la balle ne quitte les mains de A3, une double faute est commise par A4 et B4. La balle devient immédiatement morte. Des lancers francs devront-ils être accordés à A3?

N'hésitez pas à contacter FIBA Afrique pour toutes préoccupations à l'adresse suivante : SECRETARIAT GENERAL Côte d'Ivoire Imm.Alpha 2000,7è Etage

**01 BP 4482 Abidjan 01
Tel. 00(225) 20 21 14 10
Fax : 00(225)20 21 14 13
Website : www.fiba-afrique.org
E-mail : office@fiba-afrique.org**

REMISE DE LA MEDAILLE DE BRONZE AU TOGO - 6è CHAMPIONNAT D'AFRIQUE 1977 (DAKAR - SENEGAL)





FIBA
AFRICA
We Are Basketball