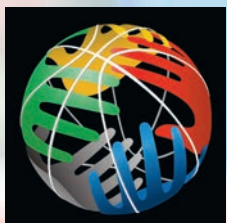




AFRO TECHNIQUE
MAGAZINE N° 45
AVRIL - MAI - JUIN 2016



FIBA
We Are Basketball

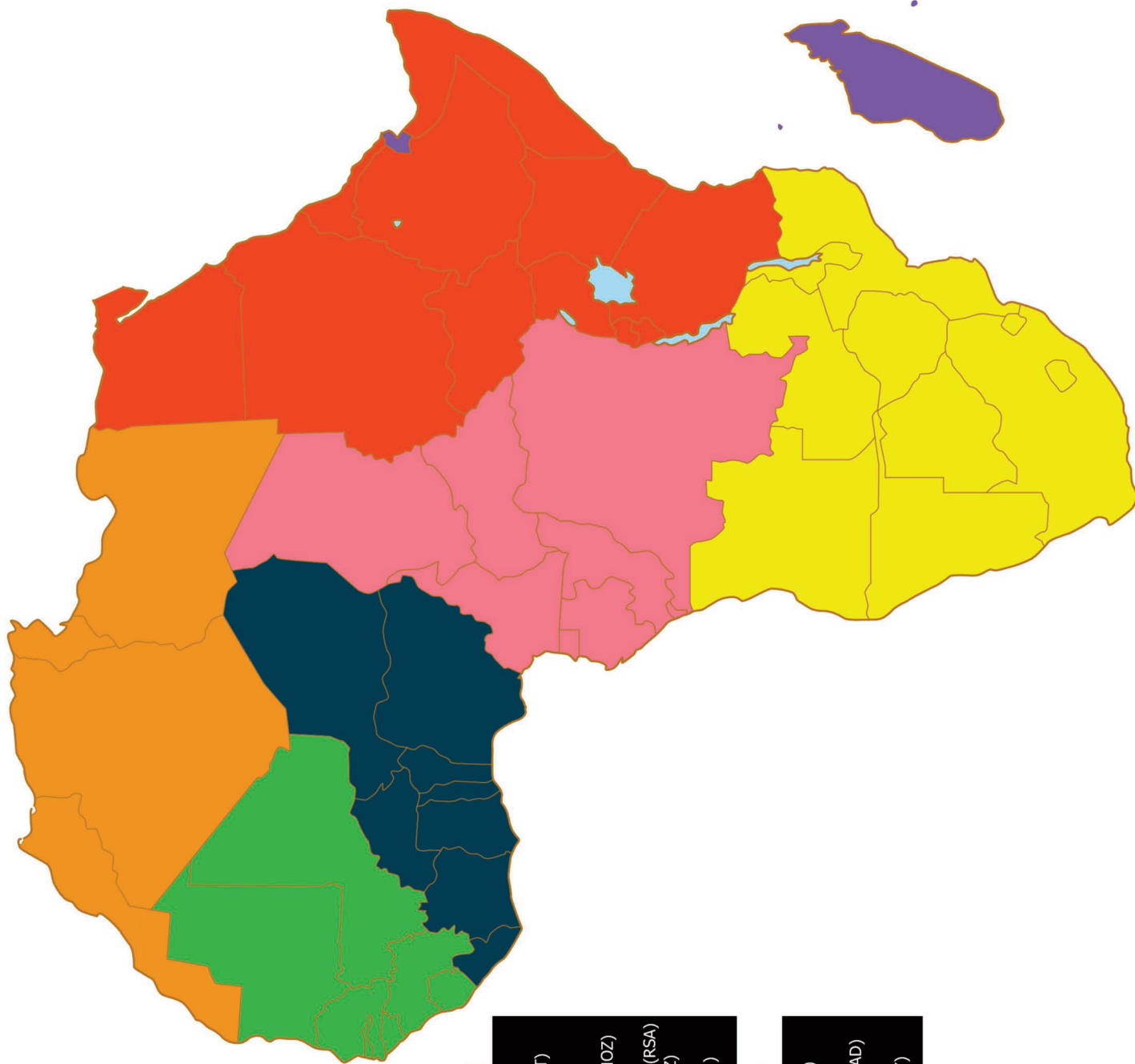
MATHURIN NGUESSAN
LA PREPARATION DE
L'ARBITRE AVANT LA
RENCONTRE
ABBAS DIOP
LES ATTAQUES DES
DEFENSES DE ZONE
DR. ROLAND KOUAME
LE SYNDROME D'OSGOOD
SCHLATTER : MALADIE DU
JEUNE SPORTIF

**LE PERFECTIONNEMENT
DU JOUEUR INTERIEUR**



FIBA

We Are Basketball



ZONE 1

- . Algérie (ALG)
- . Libye (LBA)
- . Maroc (MAR)
- . Tunisie (TUN)

ZONE 2

- . Cap Vert (CPV)
- . Gambie (GAM)
- . Guinée (GUI)
- . Guinée - Bissau (GBS)
- . Mali (MLI)
- . Mauritanie (MTN)
- . Sénégal (SEN)
- . Sierra Leone (SLE)

ZONE 3

- . Bénin (BEN)
- . Burkina Faso (BUR)
- . Cote d'Ivoire (CIV)
- . Ghana (GHA)
- . Liberia (LBR)
- . Niger (NIG)
- . Nigeria (NGR)
- . Togo (TOG)

ZONE 4

- . Cameroun (CMR)
- . Centrafrique (CAF)
- . Tchad (CHA)
- . Rép. Dem. du Congo (COD)
- . Guinée Equatoriale (EQ)
- . Gabon (GAB)
- . République du Congo (CGO)
- . Sao Tomé & Principe (STP)

ZONE 5

- . Burundi (BDI)
- . Egypte(EGY)
- . Erythrée(ERI)
- . Ethiopie (ETH)
- . Kenya (KEN)
- . Rwanda (RWA)
- . Somalie (SOM)
- . Soudan du Sud (SSD)
- . Soudan (SUD)
- . Tanzanie (TAN)
- . Ouganda (UGA)

ZONE 6

- . Angola (ANG)
- . Botswana (BOT)
- . Lesotho (LES)
- . Malawi (MAW)
- . Mozambique (MOZ)
- . Namibie (NAM)
- . Afrique du Sud (RSA)
- . Swaziland (SWZ)
- . Zambie (ZAM)
- . Zimbabwe (ZIM)

ZONE 7

- . Comores (COM)
- . Djibouti (DJI)
- . Madagascar (MAD)
- . Maurice (MRI)
- . Seychelles (SEY)



DIRECTEUR DE PUBLICATION
Dr Alphonse BILE
PRÉSIDENT DU CONSEIL MEDIA
Abdellatif HATIM
RESPONSABLE COMMUNICATION
Lamine BADIANE
REDACTEUR EN CHEF
Ali BOUKARI
E-mail : ali.boukari@fiba.com
REDACTEURS
Abbas DIOP, Dr Eric ALLANGBA,
Dr . Roland KOUAME, NOUREDDINE
TABOUBI
TRADUCTION
Elysée Dégni, Ali Boukari, Olivier Kambiré
INFOGRAPHIE
Olivier KAMBIRE
CREDITS PHOTOS
Richard SIKABI, Régis THALMAS, FIBA,
COMITE DE LECTEURS
Yacouba YIRA, Mathurin N'GUESSAN
TIRAGE
1000 copies
PERIODICITE: TRIMESTRIEL
FIBA et FIBA Afrique ne sont nullement responsables pour les opinions exprimées dans les articles. Les Fédérations Nationales et leurs affiliés peuvent reproduire une partie ou le magazine entier pour leur usage interne, mais ne doivent vendre aucune partie ou le magazine entier à un éditeur extérieur sans l'autorisation écrite de la FIBA Afrique. Toute information publiée dans ce magazine est produite à titre de nouvelles uniquement et ne saurait être utilisée pour violer toute disposition légale nationale ou internationale.

IMPRESSION
Le Caire (Egypte)
Copyright 2016 FIBA - Bureau Régional Afrique

“NOTRE COLLABORATION SE MATÉRIALISE PAR LA CONSTRUCTION DE CE SIÈGE”



La deuxième réunion ordinaire du FIBA Afrique s'est tenu les 24 et 25 Mars 2016 au Caire en Egypte. Cette réunion a permis de faire le bilan des activités de l'année 2015 et de se lancer vers de nouvelles perspectives. Nos travaux se sont déroulés dans une grande convivialité avec des débats constructifs de tous les participants que nous tenons à remercier pour leurs contributions. Nos remerciements vont également aux autorités égyptiennes qui ont contribué aux succès de cette réunion. La question de construction du siège de FIBA Afrique a occupé une grande partie de nos débats témoignant de la nécessité et de l'importance d'avoir cette infrastructure. Les démarches entamées auprès du gouverne-

ment ivoirien ont finalement reçue une réponse favorable. Ainsi, l'état de Côte d'Ivoire a octroyé un terrain à la FIBA pour la construction du siège de son bureau régional à Abidjan. Nous saisissons cette opportunité pour adresser notre reconnaissance au Ministre Ivoirien de la Jeunesse, des Sports et Loisirs et l'état de Côte d'Ivoire pour cette décision qui est l'aboutissement d'une collaboration initiée en 2004 avec la signature de l'accord d'établissement du siège de FIBA Afrique en Côte d'Ivoire. Nous vous exhortons alors à redoubler d'efforts pour le développement et la promotion du basket-ball sur le continent africain.

Alphonse Bilé
Secrétaire Général de FIBA Afrique

SOMMAIRE

BON A SAVOIR	4 - 5
QUALIFICATIONS POUR LA COUPE DU MONDE FIBA	
ARBITRAGE	
LA PREPARATION DE L'ARBITRE AVANT LA RENCONTRE	6 - 9
Par Nguessan Mathurin	
ARBITRES ET ENTRAINEURS, LA NECESSAIRE COLLABORATION	
Par Didier Maboko-Shema	
BULLETIN DES ENTRAINEURS	10 - 14
LES ATTAQUES DES DÉFENSES DE ZONE	
Par Abbas Diop	
LE PERFECTIONNEMENT DU JOUEUR INTERIEUR	
Par Abbas Diop	
BULLETIN MEDICAL	15 - 18
LES ENTORSES DU GENOU	
Par Dr Eric Allangba	
LE SYNDROME D'OSGOOD SCHLATTER : MALADIE DU JEUNE SPORTIF	
Par Dr. Roland Kouame	
GESTION ADMINISTRATIVE	19 - 22
L'ENVIRONNEMENT OPÉRATIONNEL DES ORGANISATIONS SPORTIVES	
Par Noureddine Taboubi	
TECHNIQUES DE COMMUNICATION D'UN MANAGER SPORTIF	
Par Noureddine Taboubi	
TRIBUNE LIBRE	23 - 24
FORMATION DES ENTRAINEURS AFRICAINS	
QUESTIONS- REPONSES	25 - 26
VRAI OU FAUX	

NOUVEAU SYSTÈME DES COMPÉTITIONS 2017 / LES OBLIGATIONS DE FIBA ET DES FNS

OBLIGATIONS DE LA FIBA

FIBA a l'obligation de :

Assister les Fédérations dans leur préparation à travers des:

- Ateliers de formation
- Plateforme de e-learning
- Transfert de savoir
- Un programme d'observateur durant les Coupes Continentales
- Visites

FIBA a l'obligation de :

Fournir une assurance pour les joueurs selon les conditions suivantes (texte de travail) :

- Chaque fédération nationale membre est responsable, pendant toute la durée des qualifications, de souscrire les assurances nécessaires afin de couvrir les membres de sa délégation ainsi que toute autre personne agissant pour son compte. La police d'assurance devra couvrir tous les risques, notamment ceux liés aux blessures (au-delà de celles évoquées ci-dessus), aux accidents, aux maladies et aux voyages.

- La FIBA couvrira l'assurance contre le risque de blessure des joueurs dans le cadre de leur participation aux Qualifications pour la Coupe du Monde de Basketball FIBA. Cette assurance couvrira les risques encourus lors des matches et des séances d'entraînement, pendant la durée des fenêtres FIBA a l'obligation de:

Développer :

- La communication générale,
- La promotion,

A travers différent canaux (média, médias sociaux, sites Internet, etc.).

OBLIGATIONS DES FEDERATIONS NATIONALES (1ère partie)

RESUME

La Fédération hôte devra couvrir les coûts suivants :

- Location et préparation de la salle
- Tous les services liés à l'organisation du match
- La production du match, incluant la collecte de données (statistiques),
- la distribution des services (score en live, entrée des données, etc.)
- La production TV (sauf accord de la FIBA)
- Coûts liés au contrôle anti-dopage
- Les vols internationaux et frais des arbitres et du Délégué Technique FIBA
- L'hébergement et les transports locaux d'au maximum 6 représentants de la
- FIBA (incluant les 3 arbitres et le Délégués Techniques FIBA)
- Le transport local pour la Fédération Nationale visiteuse

OBLIGATIONS CONCERNANT LA SALLE DE MATCH ET LES INFRASTRUCTURES TECHNIQUES

OBLIGATIONS : SALLE ET FACILITES TECHNIQUES	SPECIFICATIONS
CAPACITE DE LA SALLE (NOMBRE DE SIEGES)	Minimum 3'000 spectateurs
DISPONIBILITE	De 3 jours avant à 1 jour après le
CLIMATISATION	Obligatoire
ELECTRICITE POUR LA PRODUCTION TV	Source d'énergie complètement ininterrompue et indépendante + une source d'énergie en réserve (générateur
INTERNET	Dans toute la salle, incluant le terrain, les espaces médias et les coursives, connexion haute-vitesse câblée ou WiFi
LUMINOSITE	Le terrain: l'intensité lumineuse doit être de 2.000 lux minimum, répartie de façon uniforme

PARQUET

Fabriquant: FIBA Approved

Type: certifié niveau 2 minimum

Le sticker du rond central sera fourni par la FIBA



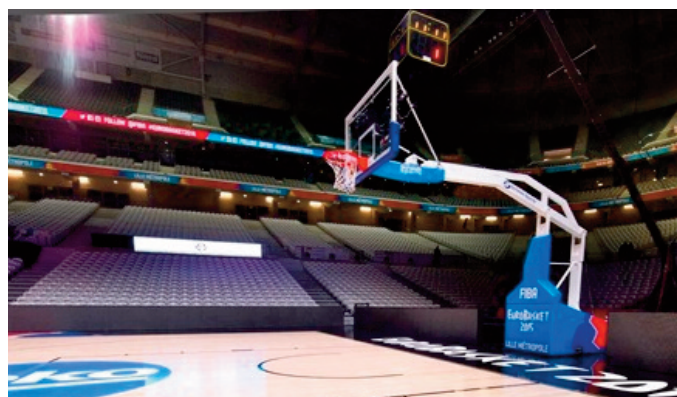
LES PANIERS DE BASKETBALL

Fabriquant: FIBA Approved

Type: certifié niveau I

Guirlande lumineuse sur le périmètre du panneau

Un panier complet (support + panneau) de réserve



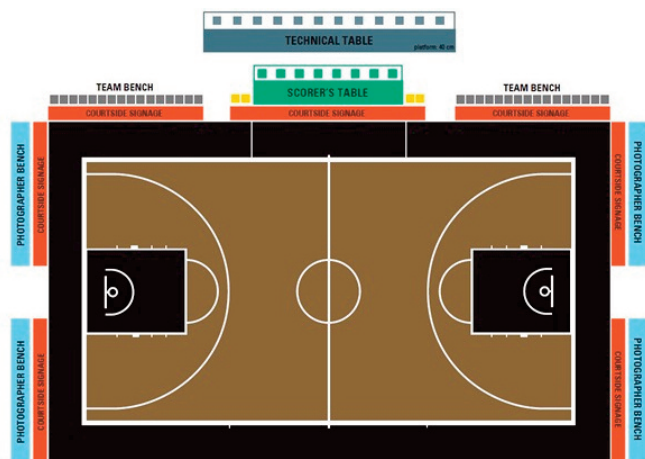
TABLEAUX D’AFFICHAGE DES SCORES ET HORLOGE DE 24S

Fabriquant et Modèle: FIBA Approved (certifié niveau I)
Minimum 2 tableaux d’affichage placés à l’extrémité de chaque du terrain (si cube central, un tableau d’affichage devant le banc des équipes))
Connectés aux horloges des 24s, et pouvant afficher les numéros de 00 à 99
Les horloges des 24s doivent être montées sur chaque panneau et supports du panier
Un set d’horloge de 24s libre doit être à dispositions en cas de problème
Sans interruption d’électricité

PANNEAUX PUBLICITAIRES EN BORD DE TERRAIN

Type: LED (préférée), rotatifs ou fixes
Protégés
La spécification des panneaux devra être transmise à la FIBA

DISPOSITION DU TERRAIN



VESTIAIRES ET BUREAUX

VESTIAIRES

Deux (2) vestiaires d’équipe
Deux (2) vestiaires pour les arbitres
Un (1) vestiaire pour le protocole de présentation
Médical / anti-dopage
Une (1) infirmerie
Une (1) station de contrôle anti-dopage



BUREAUX

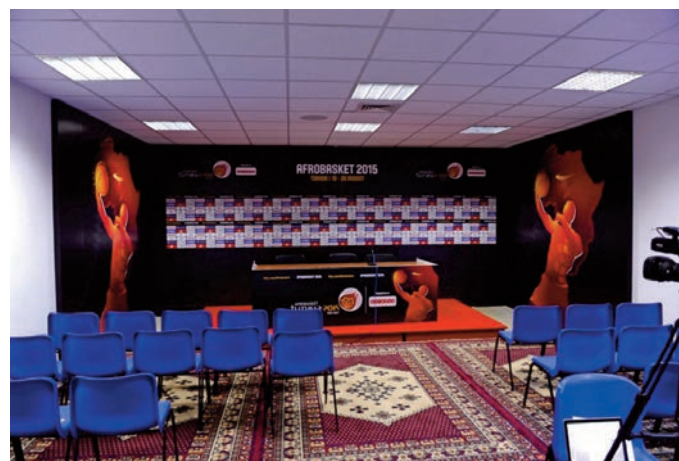
Un (1) Bureau pour le staff de la FIBA
Une (1) salle de réunion (peut aussi servir de salle pour le Délégué Technique FIBA)

SALLE POUR LE CONTRÔLE ANTI-DOPAGE

Proche du vestiaire des équipes
Capacité: min. 10 personnes
Salle d’attente d’une capacité: de min. 6 personnes
Nombre de toilettes avec des miroirs frontaux ou avec une réflexion de 3/4 : min. 2
La Fédération hôte sera responsable de la bonne mise en place de la salle de contrôle anti-dopage dans la salle.

ESPACES MEDIAS ET INFRASTRUCTURES

Zone mixe
Tribune Médias: minimum 50 positions de travail
Salle de Travail Média minimum. 20 positions de travail
Salle de Conférence de Presse: capacité minimum de 20 personnes



ESPACE TV

Emplacement des Commentateurs TV: min. 4 positions
Espaces et plateformes pour les Caméras
Parking et Campement TV: indépendant, énergie complètement redondante





NGUESSAN MATHURIN

LA PREPARATION DE L'ARBITRE AVANT LA RENCONTRE

(Adaptation à partir d'un extrait du manuel de l'arbitrage)

Les arbitres doivent arriver au moins une heure avant l'heure prévue pour le début de la rencontre et se présenter aux organisateurs ou aux commissaires s'il y en a un.

Ils doivent se préparer convenablement pour chaque rencontre et faire tout le nécessaire pour être dans la meilleure condition physique et mentale possible. Les repas doivent être terminés 4 heures au moins avant l'heure de la rencontre et la consommation de l'alcool est interdite.

L'apparence personnelle est très importante.

Les arbitres devront prendre soin de leur présentation et s'habiller correctement : complet(ou blazer de sport) et cravate pour les arbitres masculins. Les jeans ne sont pas admis.

La tenue d'arbitre devra être en bon état, propre et bien repassée. En résumé, les arbitres doivent se présenter dans une tenue irréprochable aussi bien sur le terrain qu'en dehors.

Prise de contact des arbitres.

Arrivés sur les lieux de la rencontre, les arbitres prennent contact et se préparent pour la tâche qui les attend.

Ils forment une équipe et devront tout faire pour renforcer cette



Vitalis Gode et Arnaud Kom

unité.

Il est important de se concerter avant le début de la rencontre pour discuter entre autres les points suivants :

- L'heure exacte du début de la rencontre y compris les préliminaires

Les changements récents des règles et leurs interprétations officielles par la FIBA.

- La coopération et la collaboration surtout en cas de coups de sifflets simultanés.

- Esprit et l'enjeu du match.

- Les placements et les responsabilités dans certaines actions.
- La couverture du terrain loin du ballon.
- La défense « piège » et la défense « pressing ».
- La fin des périodes.

Préparation physique

Après avoir revêtu sa tenue, chaque arbitre se prépare individuellement pour le match. Néanmoins, les arbitres devront se souvenir que le basket-ball moderne demande une performance athlétique de premier ordre non seulement des joueurs mais aussi de leur part.

Indépendant de l'âge et de l'expérience de l'arbitre, la préparation physique est nécessaire avant la rencontre. Afin d'éviter, ou tout au moins réduire les risques de blessure, il est vivement conseillé de faire divers exercices d'étirement.

Cela a de plus, pour l'arbitre, l'avantage psychologique de le rendre prêt mentalement et en bonne condition pour la tâche qui l'attend. Un degré élevé de motivation et d'enthousiasme est nécessaire et cela ne peut venir que de l'arbitre lui-même.

Devoirs avant la rencontre

Les arbitres doivent arriver ensemble sur le terrain de jeu au moins 20 minutes avant le début de la rencontre.

C'est le temps minimum nécessaire pour inspecter les installations et le matériel et pour surveiller l'échauffement des équipes.

Valider les installations et le matériel

Le premier arbitre, celui nommé en premier, est responsable de la conformité du terrain de jeu, du chronomètre et de tout l'équipement technique, y compris la feuille de marque officielle.

Il choisira également le ballon de la rencontre, ayant servi, sur lequel il fera une marque distincte. Une fois le ballon de match choisi, celui-ci ne pourra être utilisé par aucune des deux équipes pour l'échauffement avant le début de la rencontre.

Le ballon de jeu devra être en bon état et conforme au règlement officiel, ce qui veut dire, il doit rebondir à une hauteur de 1.20m à 1.40m du terrain de jeu ou du plancher en bois lorsqu'il est lâché d'une hauteur de 1.80m environ.

La position idéale pour surveiller l'échauffement des équipes est de se trouver à hauteur de la table de marque.

Une minute avant le début de la rencontre, le premier arbitre s'assure que tous les joueurs ont arrêté l'échauffement et ont évacué le terrain de jeu.

Les arbitres ne doivent porter ni bracelet-montre, bracelet ou bijou d'aucune sorte. Le premier arbitre vérifie que tout le monde est prêt pour commencer la rencontre et qu'aucun joueur ne porte un équipement défendu.

Le premier arbitre doit connaître le capitaine de chaque équipe sur le terrain. De cette manière, son partenaire pourra aussi les repérer sur le terrain.

Surveiller l'échauffement des équipes

Les arbitres doivent surveiller attentivement tous les joueurs, les entraîneurs et les accompagnateurs au cas où ils commettraient des actes susceptibles d'endommager l'équipement de jeu.

Il ne faut en aucun cas tolérer qu'un joueur s'accroche à l'anneau de telle manière qu'il risque d'endommager l'anneau ou le panneau.

Si les arbitres relèvent un tel acte antisportif, ils doivent immédiatement donner un avertissement à l'entraîneur de l'équipe fautive.

En cas de récidive, une faute technique sera infligée à toutes personnes impliquées.

Le premier arbitre devra également vérifier que le marqueur a correctement rempli la feuille de marque officielle et s'assurer que dix minutes avant l'heure fixée pour le début de la rencontre, les entraîneurs ont confirmé les noms et les numéros des joueurs, les noms des entraîneurs, signé la feuille de marque et désigné les cinq joueurs devant commencer la rencontre.

Il est maintenant d'usage courant de présenter aux spectateurs les joueurs et les entraîneurs de chaque équipe ainsi que les arbitres de la rencontre.

Dans le cas d'une telle présentation, il est recommandé qu'elle se déroule six minutes avant le début de la rencontre.

A ce moment-là, le premier arbitre indique que la période d'échauffement est terminée et que les joueurs doivent regagner leur banc respectif.

Dès la fin de la présentation, le premier arbitre signale qu'il reste trois minutes avant le début de la rencontre.

Les joueurs peuvent alors commencer la phase finale de leur échauffement avant la rencontre.

Une minute avant le début de la rencontre, le premier arbitre s'assure que tous les joueurs ont arrêté l'échauffement et ont évacué le terrain de jeu.

Les arbitres ne doivent porter ni bracelet-montre, bracelet ou bijou d'aucune sorte.

Le premier arbitre vérifie que tout le monde est prêt pour commencer la rencontre et qu'aucun joueur ne porte un équipement défendu.

Le premier arbitre doit connaître le capitaine de chaque équipe sur le terrain. De cette manière, son partenaire pourra aussi les repérer sur le terrain.

Dernières vérifications avant l'entre-deux

Avant de pénétrer dans le cercle central pour effectuer l'entre-deux, le premier arbitre attend le signal de son partenaire qui lui indique que les officiels de la table de marque sont prêts. Il fera le signal « pouce pointé vers le haut ».

Il devra retarder la mise en jeu jusqu'à ce qu'il soit certain que tout est en ordre.

Le second arbitre prend position près de la ligne médiane sur la ligne de touche du côté de la table de marque.

Le premier arbitre se tient plus loin, face à la table de marque, prêt à entrer dans le cercle central pour effectuer l'entre-deux.

Il est vivement conseillé à l'arbitre de ne pas avoir le sifflet dans la bouche lorsqu'il se place entre les sauteurs pour lancer le ballon.



Damir Javor - Leslie Cherubin - Mathurin Nguessan (Afrobasket 2015)



DIDIER MABOKO-SHEMA

ARBITRES ET ENTRAINEURS, LA NECESSAIRE COLLABORATION

Contrairement à ce qu'on pourrait penser, une rencontre de basket-ball ne se déroule pas seulement avec deux équipes en présence,

mais trois équipes.

Les arbitres constituent la troisième équipe indispensable pour le bon déroulement de la rencontre.

Pendant la rencontre, les joueurs sont dirigés par des entraîneurs ayant pour mission de conduire l'équipe à charge vers la victoire finale.

Les arbitres sont des juges chargés de veiller à ce que la bataille entre deux groupes de joueurs et donc entre deux entraîneurs se déroule conformément aux règles du jeu.

Les entraîneurs comme les arbitres sont des adultes ayant des personnalités et des tempéraments différents.

Ils sont amenés à entretenir d'intenses relations pendant près de 2 heures, le temps d'une rencontre de basket-ball.

Comment ces entités doivent-elles collaborer pour qu'un match se déroule dans un esprit de sportivité ?

Les arbitres et les entraîneurs occupent une place importante dans le déroulement d'une opposition.

C'est pourquoi ils doivent avoir un certain nombre de qualités.

Qualités de l'Arbitre

L'arbitre doit être un pédagogue et un psychologue doté de nombreuses qualités. :

le sens de la responsabilité, le professionnalisme, l'honnêteté, le

courage, la compétence, la modestie, la présentation, la communication, pour la gestion du match.

L'arbitre ne doit pas se comporter comme un policier.

Son rôle est aussi celui d'un éducateur qui aide les joueurs à progresser, qui leur apprend à respecter les lois et le jeu, à faire preuve de civisme et de savoir vivre.

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.

Sa présence sur le terrain est manifestée sans agressivité, sans haine ou animosité mais avec un sourire et une fermeté.

Qualité de l'Entraîneur

L'Entraîneur est un exemple pour ses joueurs, par sa tenue sportive, son assiduité aux entraînements, son éducation.

L'entraîneur est un acteur important pour le dynamisme, l'enthousiasme et l'efficacité de son équipe.

Ainsi l'entraîneur constitue la force de son équipe.

Il apporte de la sérénité à l'équipe. Il fixe des objectifs d'apprentissage.

Il établit des relations privilégiées avec ses joueurs, dirigeants de son équipe et garde tout son calme quelque soient les décisions des Arbitres au cours de la rencontre.

Il passe suffisamment de temps avec son équipe avant, pendant et après la rencontre dans la mesure où il est le chef d'orchestre des activités de l'équipe sur le terrain.



Perez Miguel (Arbitre) et Coach Sarr du Sénégal (Afrobasket 2015)



Un arbitre en discussion avec la table de marque (Afrobasket 2015)

Point commun pour l'Arbitre et l'Entraîneur

Les arbitres et l'entraîneur devraient avoir en commun la connaissance des règles qui régissent le jeu de Basket-ball. L'arbitre étant le directeur de la rencontre, il doit connaître parfaitement les règles, son interprétation et son application dans le jeu.

Il est chargé de faire jouer les deux équipes sur le terrain dans la légalité pour que la meilleure gagne.

L'Entraîneur doit connaître les règles du jeu car ses techniques et tactiques sont cadrées dans les limites du règlement de jeu.

Il apprend le jeu de Basketball à ses joueurs en faisant référence aux principes de base qui régissent le Basketball.

Collaboration entre Arbitre et Entraîneur

Certains disent qu'au cours d'une rencontre de Basketball, les conflits entre Arbitre et Entraîneurs sont inévitables, toutefois, il est possible qu'une rencontre se déroule et se termine sans incidents et conflits.

Pour y arriver, il est d'une grande importance que l'Arbitre et l'Entraîneur se sentent responsable du bon déroulement de la rencontre dans la mesure où ils sont les premiers dépositaires des règles du jeu et de leurs interprétations.

Aussi, ils doivent collaborer pour éviter les débordements pouvant conduire à l'altération des rencontres.

Comment réussir une bonne collaboration ?

L'Arbitre et l'Entraîneur doivent présenter l'image d'une frater-

nelle collaboration bien avant le début de la rencontre.

Cela se manifeste généralement par des salutations amicales et l'échange d'informations.

La communication est très importante pour éviter d'entrer en conflits surtout quand la tension monte à cause de l'évolution et de l'enjeu de la rencontre.

Chez l'Arbitre les mots MERCI et S'IL VOUS PLAÎT sont très importants et ne doivent pas manquer dans tout échange avec l'Entraîneur.

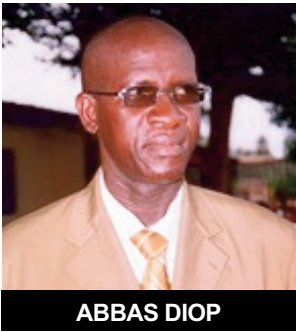
Par ailleurs, il faudrait faire preuve de courtoisie et de politesse à tout instant. Le comportement d'intégrité et de sérieux donnera aussi la valeur et la crédibilité dans la collaboration avec l'Entraîneur.

L'Entraîneur doit avoir une attitude cordiale et respectueuse. Il doit garder son calme et rester poli (sans faire des gestes qui provoquent ou utiliser des termes grossiers) pour éviter la dégradation de l'atmosphère de la rencontre en provoquant un conflit entre son équipe et les Arbitres.

Au cours de la rencontre, l'Arbitre et l'Entraîneur peuvent échanger pour donner des explications.

L'arbitre peut donner un avertissement d'une façon courtoise, dans un esprit de collaboration pour le bon déroulement du jeu. Après la rencontre, ils doivent se serrer la main malgré les résultats de la rencontre et aussi échanger sur certaines situations qui se sont produites au cours de la rencontre pour clarifier la/les décision(s) prise(s).

La collaboration entre l'Arbitre et l'Entraîneur est très importante pour un bon déroulement de la rencontre vue que les deux travaillent avec un seul objectif : « Le Développement du jeu de Basketball. »



ABBAS DIOP

LES ATTAQUES DES DÉFENSES DE ZONE

Les récentes compétitions internationales et mondiales ont montrées que la DEFENSE DE ZONE reste un grand problème pour les équipes et les joueurs les obligeant

à jouer à un rythme relativement lent perturbant ainsi les enchaînements offensifs.

Les DEFENSES DE ZONE se caractérisaient avant par des structures relativement fixes, stéréotypées et peu évolutives. Avec l'évolution tactique du BASKET BALL moderne, les entraîneurs utilisent actuellement des défenses extrêmement mobiles avec des structures très variables.

Ces évolutions ont amené, à la pratique de stratégie d'attaque de peu évolutive à une stratégie offensive en mouvement qui s'adaptent à toutes structures défensives mises en place et qui peut perturber ainsi le système de rotation de toutes défenses de zone.

Ainsi les principes actuels d'attaques en mouvement permanent des joueurs sans ballon permettent de créer le danger dans la défense adverse.

Pour aller dans ce sens l'attaque de zone doit se baser sur des principes simples susceptibles de favoriser ce jeu sans ballon, de renforcer les relations offensives et la lecture du jeu.

Ces principes seront valables contre n'importe quelle défense de zone ; seuls les espaces libres à attaquer seront différents.

Les consignes devront être mises progressivement en place ou simultanément suivant le niveau de jeu, les caractéristiques des joueurs et l'importance de la compétition.

Rappels :

- Il existe des zones dites paires (2-2-1;2-3;2-1-2) et impaires (1-3-1; 3-2;1-2-2)

- Il existe différentes manières d'attaque contre les zones à travers les exercices de situations en infériorité, supériorité et égalité numérique (1c0, 1c1, 2c1, 3c2, 4c3, 5c4)

I-PRINCIPES GENERAUX

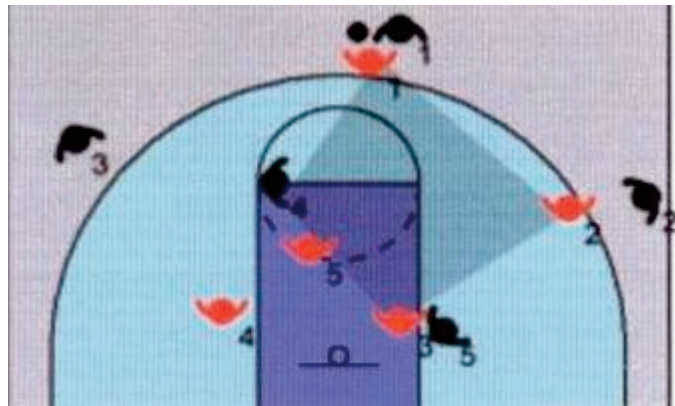
Jouer la C.A pour empêcher la zone de mettre en place
 Connaître les faiblesses de la zone réalisée par l'adversaire
 Rechercher le joueur le mieux placé et le plus adroit
 Les cinq joueurs doivent porter le danger partout
 Être dangereux & Patient & responsable
 Ne pas fixer vers le fond, mais vers le centre
 Utiliser les écrans & les surnombres

a) Les relations Extérieur & Intérieur

- Tantôt tasser la zone pour un tir extérieur
- Tantôt étirer la zone pour un tir intérieur
 - Faire au moins un transfert, pour décaler le jeu
- Faire bouger la défense
- Décaler le jeu
- Surnommer
- Amener les balles à l'intérieur
 - Joueur au poste est un joueur dangereux
- Joue le 1c1
- 2ème meneur (relations de passe avec tous les autres)
- Servir ce joueur est une priorité

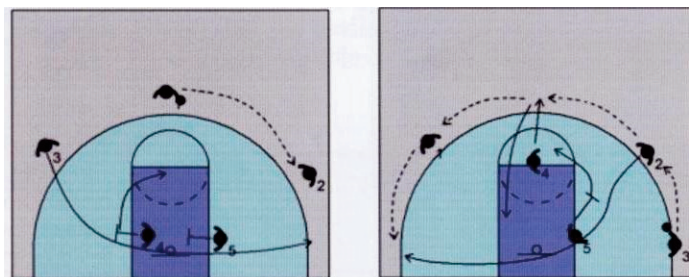
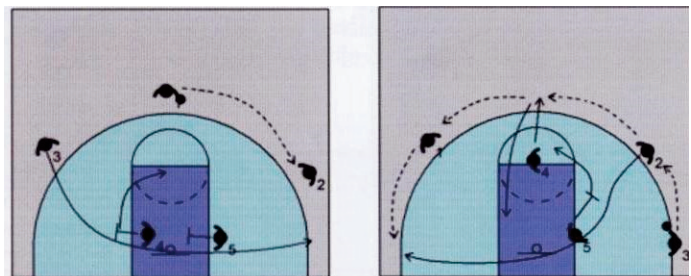
b) Les joueurs qui flashent

- Attitudes & la position
- Réception de balle fléchée pour enchaîner (triple menace)
 - Faire jouer les pivots très bas
- Créer un Spacing pour le Poste
 - Utiliser les feintes
- Feintes de passe pour décaler
- Feintes de tir pour prendre à contre pied
 - Toujours avoir envie de tirer
- Être dangereux en permanence
- Les joueurs doivent se rendre disponibles en permanence
- Les joueurs doivent se déplacer en même temps que le ballon
 - Pour pouvoir créer des relations de passe
 - Toujours créer le surnombre
- 4 joueurs d'un côté et 1 autre à l'opposé

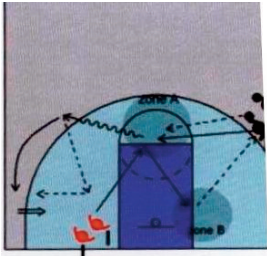


II- EXEMPLE DE VARIETES D'ATTAQUE DE ZONE

a) Exemple de surnombre & surnombre & du surnombre



RELATION INTER-POSTE



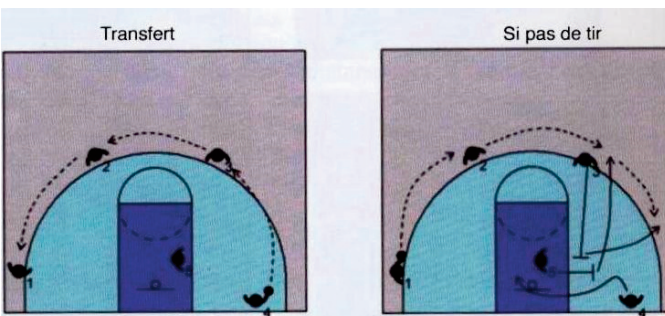
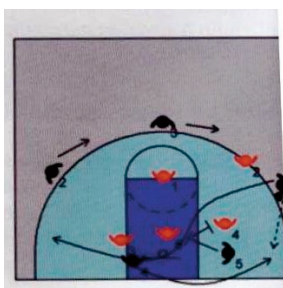
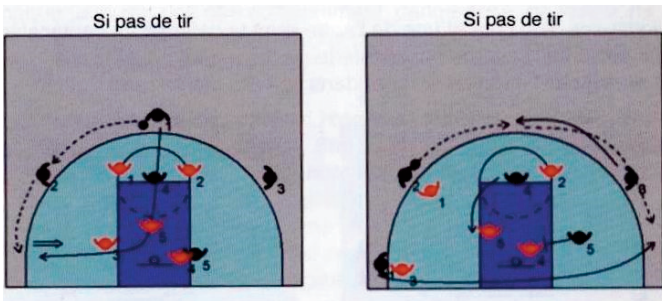
TRAVAIL : (feintes, fixation, des actions)
VARIANTE : mettre des défenseurs
VARIANTE : ne dribbler que pour attaquer le cercle

b) Travail de la fixation

- 4 CONTRE 4
- Le porteur de balle doit dribbler pour mettre 2 pieds dans la zone & passer la balle
- La 1ère équipe à 4 appuis gagne
- Les non porteurs de balle doivent offrir des solutions de passes

EXERCICE DE SELECTION DE TIRS

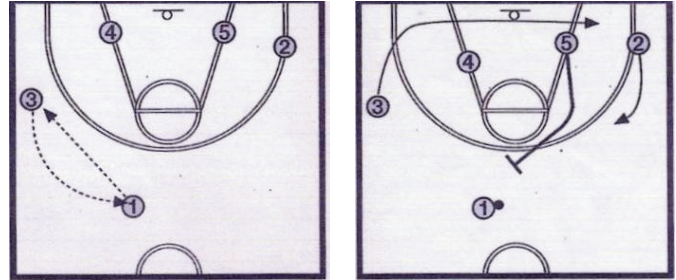
- 3 contre 2
- Les attaquants ne peuvent tirer qu'en position ouverte
- Si panier marqué, les défenseurs posent la balle à terre sous le cercle & Sortie de balle très vite
- La 1ère équipe à 3 paniers gagne
- Même chose avec dribble de fixation
- Même chose en 4c3 (varier les positions 2extérieurs, 2 intérieurs)



C) Systeme Poing

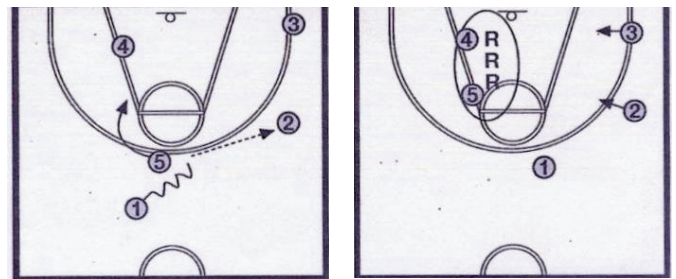
- Le point fort de ce système
- Anticipation du placement des intérieurs au Rebond Offensif
- A l'opposé du déclenchement du TIR

- Intention de ce système
- Trouver un TIR extérieur
 - Assurer le Rebond Offensif



Passé A1 à A3 & Retour de Passe A3 à A1
 Surcharge de A3 dans le coin opposé

Pick & Roll de A5 pour A1
 Remplacement de A2 pour conserver le Spacing A3

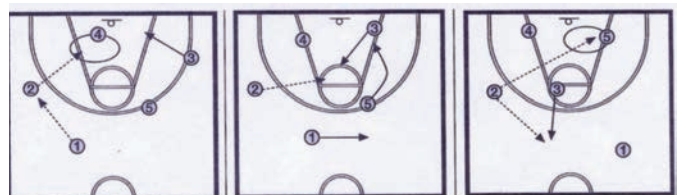


Drive de A1 avec une attention particulière

Prise de position de A4 & A5 pour le Rebond

d) Une autre forme de continuité

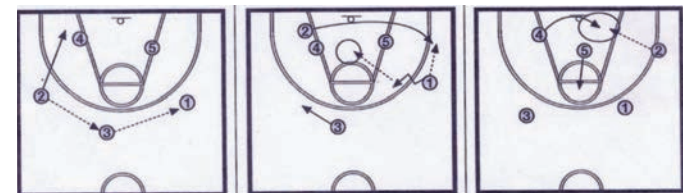
INTENTION = Mettre la balle à l'intérieur pour Tirer ou Res-sortir pour Tirer



A1 passe à A2 Sinon trouver A3 au poste Haut A5 se replace dans l'espace libéré A3

A2 recherche poste bas A4 A5 prend la place de A3 Si passe à A5 impossible

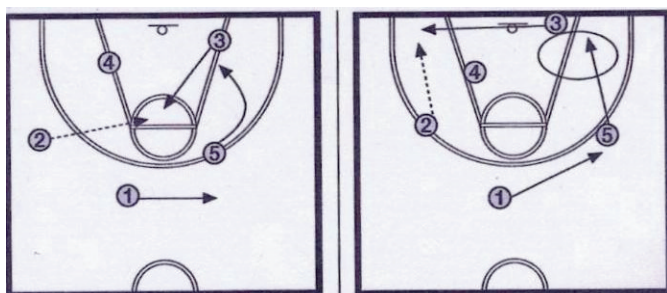
Sous l'anneau A1 se décale à droite Transfert en passant par A3



A2 passe à A3 qui Passe à A1 A2 coupe en recevant écran de A5 A5 monte au poste Haut

A2 va en bas derrière A4 A1 passe à A2 ou Drive vers l'anneau A4 occupe l'espace libéré

e) Variante a partir du même dispositif de départ



INTENTION = Mettre la balle à l'intérieur pour TIRER ou ressortir pour un TIR extérieur

CONCLUSION

RAPPELS :

A/ Les Qualités des joueurs

- Fondamentaux individuels offensifs: (Tirer, passer, dribble, feinter, couper, se démarquer et rebond offensif)
- Tactique individuelle : Quand utiliser ces différentes techniques
- actique de groupe : Comment poser les écrans et différentes relations entre les joueurs (Intérieur-Extérieur)

B/ Les Principes Généraux

- La Contre Attaque
- L'Occupation des intervalles
- La Fixation dans les intervalles
- Couper après une passe ou passer et couper
- Création du Surnombre
- Occupation du poste haut et bas
- Alternner le rythme de l'Attaque par la circulation rapide du ballon

- La patience
- Sans fondamentaux offensifs, les formes de jeu restent peu efficaces
- Utilisation optimale de l'espace offensif
- Placer les intérieurs très bas en ligne de fond
- Placer les extérieurs près des lignes latérales
- Etre agressif à l'intérieur et anticiper le rebond offensif
- Se replacer pour avoir un bon Spacing entre les attaquants
- Occuper les espaces libérés (jouer éventuellement les passes sautées)
- Utiliser les Pick & Roll entre les joueurs A1 & A5
- Sur le plan individuel
- Comme tous les défenseurs sont face au ballon
- Aux attaquants de faire bon usage des feintes de Tir & Passe
- Jouer le 1c1 au bon moment

Nb: Trois gestes indispensables à exécuter pour le travail pré-tactique individuel de l'attaque sur les zones:

- fixation, dribble +attaque intervalle, passer +couper coté opposé à la balle sur les exercices de 2c1, 3c1, 3c2, 4c2, 4c3. Imposer un nombre de passes obligatoires avant le tir.
- Equilibre du Jeu Intérieur-Extérieur avec pénétration ou passe
- Les Principales qualités que doit avoir un joueur (intérieur ou extérieur) pour répondre aux exigences du basket-ball moderne: Posséder de bons fondamentaux d'attaque et de défense (individuels et collectifs)
- Maîtriser les duels dans les espaces réduits
- Avoir une bonne vision et lecture de jeu
- Avoir une grande capacité d'adaptation aux situations sans cesse changeantes de jeu
- Avoir une condition physique de base (endurance) et spécifique (endurance-vitesse)



Coach Will Voigt (Nigeria) porté en triomphe après le sacre de son équipe (Afrobasket 2015)



ABBAS DIOP

L'évolution du basket-ball moderne a eu une incidence sur la performance des joueurs qui forcément rejaillit sur celle des équipes. Les scores des matchs

sont de nos jours liés aux qualités individuelles des joueurs et collectives des équipes qui obligent à une polyvalence au ni-

LE PERFECTIONNEMENT DU JOUEUR INTERIEUR

- Les relations intérieurs/extérieurs et entre intérieurs,
- Avoir une excellente vision de jeu (centrale et périphérique) doublé d'une culture tactique poussée
- Savoir alterner le tir intérieur (1 à 2 points) ainsi que celui extérieur (2 à 3 points)

b/-Quelques exemples de qualités de joueurs intérieurs

Jouer à l'intérieur demande de réaliser un travail technique spé-



Salah Mejri - Pivot de la Tunisie (Afrobasket 2015)

veau des postes des joueurs extérieurs (1,2 et 3) et intérieurs (4,5). Avec les changements sans cesse croissants du règlement officiel de jeu, les acteurs sont tenus aussi de se donner les moyens d'adaptation permanente pour rester dans le tempo des compétitions et des matchs.

C'est pourquoi nous allons nous intéresser cette fois –ci au secteur de jeu des joueurs intérieurs ou poste-pivot qui prennent chaque jour de l'importance dans le jeu des équipes car décisifs lors des périodes de matchs où le score devient serré avec des course-poursuites tenant les équipes et le public en haleine doublé de situations à haute incertitude jusqu'au coup de siflet final des arbitres mettant fin à la partie.

En effet, les équipes qui possèdent en leur sein des joueurs intérieurs décisifs contribuent en grande partie au succès de leur équipe lors des compétitions et des matchs.

C'est pourquoi avant d'aborder proprement le sujet, il nous semble important de faire certains rappels :

I-Rappels des Fondamentaux du joueur intérieur

a/Le joueur intérieur doit maîtriser au minimum les éléments ci-après :

- Savoir exploiter la prise de position avantageuse ou dite préférentielle,
- Savoir prendre position (importance du timing dans le jeu à 3) devant son adversaire direct,
- Avoir le sens très poussé de l'anticipation,
- Le jeu en triangle,
- Les différents mouvements et placements techniques et tactiques spécifiques,

cifique. Il doit être régulièrement réalisé dès que l'on a l'assurance qu'un joueur va évoluer durablement à ce poste de jeu très particulier :

- il joue sans voir la cible et il doit constamment s'ouvrir un peu pour voir ses partenaires et la balle,
- il doit recueillir des informations avec son dos et ses avant-bras,
- il doit être très fort du haut du corps pour se protéger et protéger sa balle,
- il doit être très fort de ses jambes pour ne pas se faire écarter du cercle (repousser) ou enfoncer sous le cercle au moment des rebonds,
- il doit faire preuve d'agressivité offensive en réduisant la distance le séparant du cercle chaque fois où c'est possible,

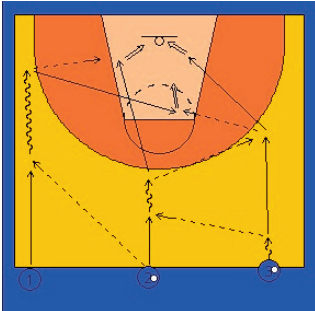
II- Les Objectifs Psycho-moteurs à atteindre pendant l'entraînement

Il est important dans la formation du joueur intérieur de viser des objectifs psycho-moteurs à l'exemple de ceux-ci-dessous :

- Le perfectionnement des réflexes des passes et réception
- Le perfectionnement du réflexe du tir sous le panier et du contrôle des appuis
- Le perfectionnement des réflexes de tir près du panier, à mi-distance et loin du panier
- Enchaînement réception, passe et tir en course sans dribble
- Enchaînement réception, passe, démarquage, dribble et tir
- Flasher après 1 position d'écran et tirer à mi-distance du panier
- Combinaison position écran, démarquage et tir

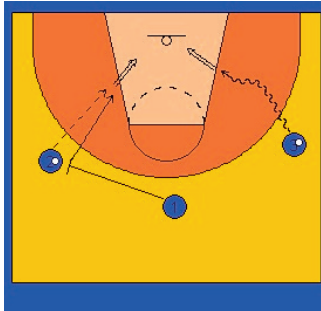
III-Pédagogie et Exercices

3 Joueurs -2 ballons



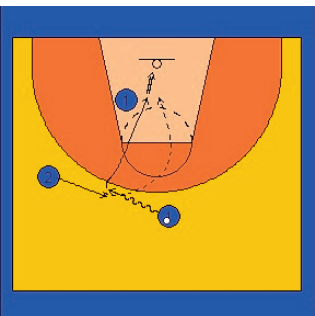
Passe -Dribble-Tir
A1 passe-pick & roll

3 joueurs - 2 ballons



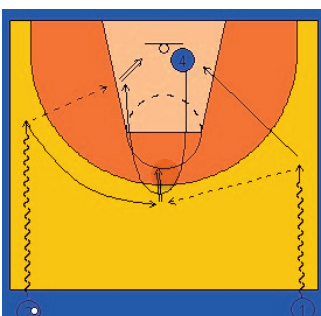
A3 cross-dribble-lay up
A1 dribble & A2 vient en Appuis

2 joueurs – 1 ballon



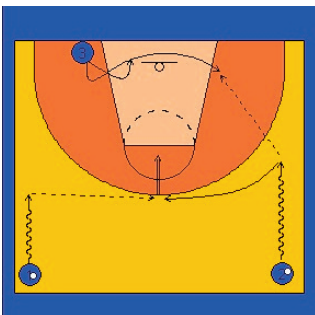
Main à Main
réception 3/4 # passes / signs

3 joueurs – 2 ballons



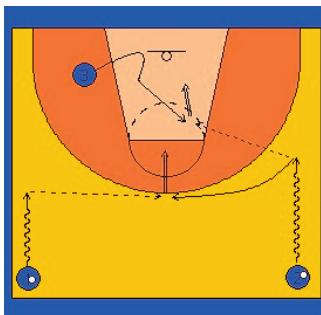
Tir poste bas & haut
A1 pivot vers panier

2 joueurs – 1 ballon



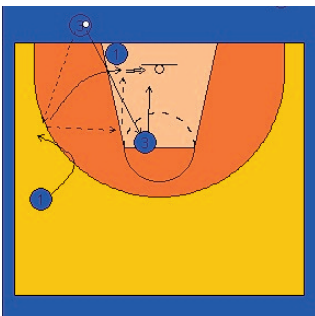
Présentation Poste Bas
Rester bas dans ses appuis Sans dribble

3 joueurs – 2 ballons



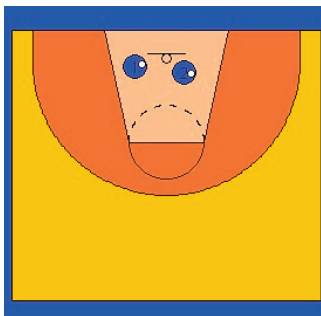
Appuis-Effacer-Tir

2 joueurs – 1 ballon



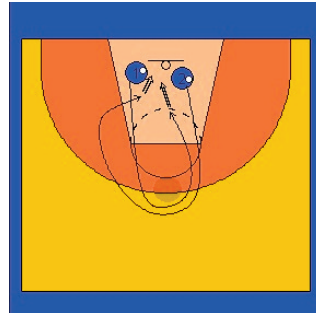
Poste haut, bas, back door
rythme, spacing Passes sèches

2 joueurs – 2 ballons



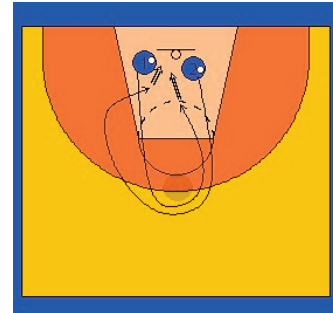
Tirs # sous paniers

2 joueurs – 2 ballons



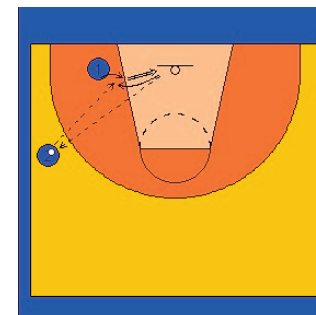
Tir lay up
Gêne des 2 joueurs Rebond, dribble

2 joueurs – 2 ballons



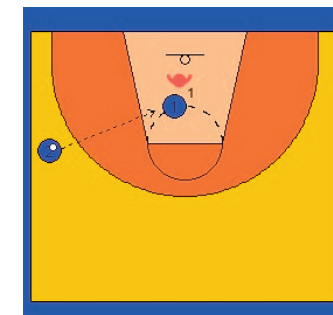
Lancer balle sur planche Rebond

2 joueurs – 1ballon



passé, réception Pivot & Tir Gêne des 2 joueurs
Lay up & tir à mi-distance Gêne du défenseur

Médecin ball

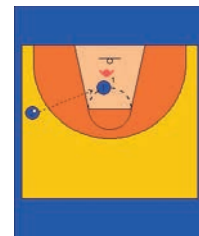


LE RENFORCEMENT DU JOUEUR INTERIEUR

Médecin ball

Travail des Intérieurs

Travail des Grands



Même exercice que ci-dessus Réception- Appuis simultanés de 3/4
Ecran- Ouverture- # passes

Si défenseur touche la balle (perdu) Effacer si défenseur près Tir en course Dribble intérieur, enrouler, Tir Engagement si défenseur loin

CONCLUSION SUR LE TRAVAIL DES INTERIEURS

Enchaînement d'actions ; Dribble, tir; Cross, dribble, tir

Tir en course (pronation, supination en vitesse)

Pick & roll; Réception de balle (# passes) ; Réception poste bas poste haut (appui 1 temps, 2 temps, de 3/4) Rebond (protection du ballon, orientation vers le jeu avant pour la CA)

Engagement vers panier, effacement loin du panier

Dribble intérieur / à ses jambes et au défenseur; Enrouler + tir

Les quelques remarques techniques présentées ci-dessus sont données à titre indicatif et ne sont ni limitatives et exhaustives. Ce joueur doit prendre du volume avec des appuis solides au sol et faire preuve d'une grande confiance dans les défis physiques, techniques et tactiques exigées pour le jeu. Dans le basket d'aujourd'hui il doit aussi faire preuve d'une grande mobilité et d'adresse dans les tirs à 2 et surtout 3 points extérieurs lorsqu'il n'est pas serré de près du fait de l'augmentation de l'agressivité défensive et l'avènement des 24 sec.. Compte tenu de sa présence la plus fréquente au sein de la défense, il sera souvent amené à tirer des lancers francs ; il doit donc être très performant et efficace dans ce secteur pour rassurer le groupe équipe.



Dr. ERIC ALLANGBA

permettent désormais d'envisager ces atteintes avec beaucoup plus de sérénité !

Le genou est l'articulation la plus volumineuse du corps humain. Il est très impliqué dans les déplacements du corps dont il supporte pratiquement tout le poids. Le genou a donc besoin d'être fort, solide, stable et souple. D'où la complexité de sa structure. Pour mieux la comprendre, faisons un peu d'anatomie.

Le genou réunit l'extrémité inférieure de l'os de la cuisse, le fémur, avec ses deux condyles, à l'extrémité supérieure du tibia, occupée par les plateaux tibiaux. Les surfaces articulaires sont recouvertes de cartilage. La rotule est située en avant de l'articulation. L'ensemble est maintenu en place par des ligaments.



Illustration d'une entorse du genou

De chaque côté du genou on a les ligaments latéraux internes et externes. Au centre de l'articulation se trouvent deux ligaments qui se croisent en X. L'un est en avant, c'est le ligament croisé antérieur, l'autre est situé en arrière, c'est le ligament croisé postérieur. Ces deux ligaments constituent le pivot central. Ils ont tendance à s'enrouler l'un sur l'autre lorsque le genou effectue un mouvement de rotation en dedans. Lorsque la rotation est exagérée, le ligament croisé antérieur peut se rompre, comme nous le verrons, dans les entorses graves du genou.

D'autres éléments interviennent dans le maintien de la stabilité du genou. Il s'agit notamment de la capsule. C'est un épais manchon fibreux qui unit solidement le fémur et le tibia. La capsule forme en arrière, avec les coques des condyles du fémur, les

LES ENTORSES DU GENOU

Points d'Angle Postéro Interne et Postéro Externe (PAPI et PAPE). La capsule adhère latéralement aux ménisques interne et externe. Ceux-ci peuvent être décollés, fissurés ou rompus, en cas de traumatisme. En avant, la capsule se fixe sur la rotule. Le synovial est une membrane qui tapisse la capsule. Lorsqu'elle se déchire, elle laisse s'échapper, un liquide, la synovie qui se répand dans l'articulation déterminant ainsi un gonflement du genou.

Différents plans fibreux, ainsi que les muscles de la jambe et de la cuisse sont également impliqués dans la stabilisation de l'articulation.

Mais qu'est ce que l'entorse du genou ? Il s'agit d'une mise en tension exagérée des structures articulaires. Malgré les lésions, les surfaces articulaires demeurent en contact. Si les lésions ne concernent que les structures périphériques, c'est une entorse bénigne ou moyenne. Lorsque le pivot central est touché, il s'agit des ligaments croisés, on parle alors d'entorse grave.

Les entorses du genou surviennent dans différentes circonstances. Il peut s'agir d'un mouvement forcé de rotation en dedans ou en dehors du genou, qui est en flexion. C'est l'accident du skieur ou du footballeur. Le pied est fixé par le ski ou les crampons dans de sol, alors que le genou est fléchi et effectue une rotation forcée. Le traumatisme peut être direct. Lors d'un placage de face au rugby, ou à l'occasion d'un coup porté accidentellement où volontairement, sur l'une des faces du genou. Il peut s'agir d'un mouvement brutal et brusque d'hyperextension du genou lors d'un shoot, d'un saut ou d'une frappe dans le vide. Parfois, une simple glissade suffit. De manière générale, les entorses du genou sont fréquentes dans les sports collectifs, les sports de combat et les sports de glisse.

Lorsque l'accident survient, l'athlète peut ressentir une vive douleur, un bruit de craquement, une impression de déboîtement et d'instabilité articulaire. L'impotence fonctionnelle qui s'en suit peut être partielle, la marche se fait alors avec une boiterie. Lorsque l'impotence est ou totale, la marche est impossible. On note également la constitution d'un gonflement précoce ou œdème du genou.

Un interrogatoire bien conduit, un examen minutieux et des examens complémentaires appropriés, conduisent à un diagnostic lésionnel précis, permettant de différencier les entorses bénignes, les entorses moyennes et les entorses graves.

Leur prise en charge médicale ainsi que leur pronostic font l'objet de notre prochaine étude.



Dr. ROLAND KOUAME

LE SYNDROME D'OSGOOD SCHLATTER : MALADIE DU JEUNE SPORTIF

INTRODUCTION

Le sport est la principale activité de loisir des enfants et des adolescents. Les enfants entament leur « carrière » sportive de plus en plus jeunes et les entraînements ne sont pas toujours adaptés à leur morphologie particulière. Lorsque le sport est pratiqué de manière intense et sans discernement, poussés par des personnes de leur entourage que sont les entraîneurs, dirigeants ou parents, le sport peut engendrer une pathologie spécifique chez ces jeunes.

Nombreux sont les adolescents qui se plaignent de douleurs dans les genoux. Si l'on a parfois tendance à penser qu'il s'agit d'une comédie, cela n'est pourtant, toujours pas le cas. Ces douleurs sont bien réelles et peuvent être causées par la croissance et surtout peuvent être accentuées par la pratique sportive.

La maladie d'OSGOOD-SCHLATTER, principale cause de douleur antérieure du genou chez l'adolescent, est une pathologie qui touche l'articulation du genou, et qui apparaît généralement chez des jeunes sportifs en période de croissance. C'est une épiphysite de croissance ou une « apophyse » appelée aussi « ostéochondrose tibiale antérieure ». Il s'agit d'une douleur de la face antérieure du genou, douleur située sous le tendon rotulien, avec visualisation d'une excroissance ou bourse.

Cette maladie a été décrite pour la première fois en 1903, conjointement par deux auteurs qui lui ont attribué leurs différents noms. Ceux sont en l'occurrence un anglo-saxon OSGOOD et un allemand SCHLATTER.

Cette maladie se caractérise par la souffrance de l'insertion basse du tendon rotulien, au niveau de la Tubérosité Tibiale Antérieure (TTA).

I- RAPPELS ANATOMIQUES ET SPECIFICITES DU SYNDROME D'OSGOOD-SCHLATTER

A- RAPPELS ANATOMIQUES

L'articulation du genou rassemble : l'os de la cuisse (le fémur) aux deux os de la jambe (le tibia, le péroné ou fibula). A ce trio, (fémur-tibia-fibula) s'associe un autre petit os : la rotule. Entre les surfaces articulaires, existe une sorte de coussinet : le ménisque, qui va combler le vide et permettre d'amortir les chocs. La stabilité de la relation entre les différents os de cette articulation est assurée par des attaches fibreuses : les ligaments. Les ligaments croisés antérieurs et postérieurs (LCA et LCP) sont à l'intérieur des surfaces articulaires tandis que les ligaments latéraux interne et externe (LLI et LLE) sont sur les côtés, à l'extérieur de l'articulation.

La rotule, quant à elle, est maintenue, en haut, par le tendon du muscle quadriceps qui se prolonge, en bas, par le tendon rotulien. C'est exactement au niveau où s'attache le tendon rotulien, sur une petite tubérosité (bosse) à l'avant du tibia (apophyse-tubérosité tibiale antérieure), que prend naissance la douleur décrite dans la maladie d'Osgood-Schlatter. Cette souffrance est en réalité due au cartilage de croissance.

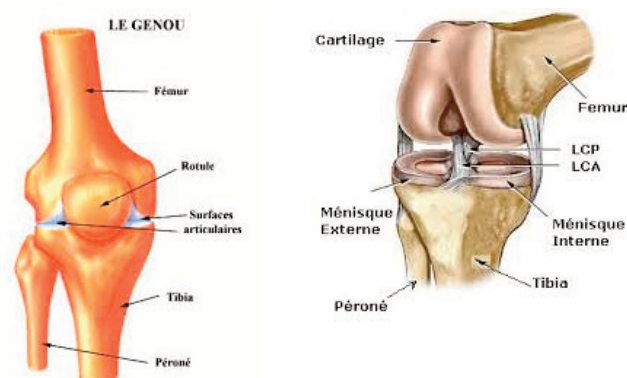


Figure 1 : Eléments anatomiques constitutifs de l'articulation du genou

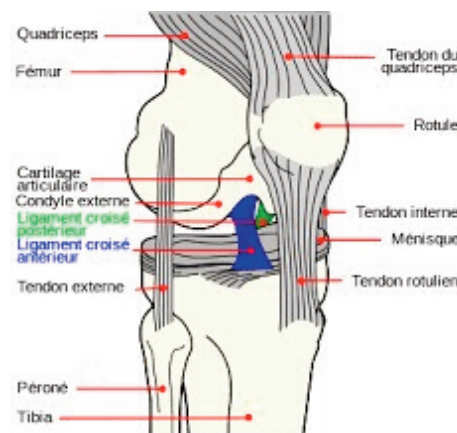


Figure 2 : Environnement justifiant les tensions musculaires et ligamentaires sur la TTA

B- SPECIFICITES DU SYNDROME D'OSGOOD-SCHLATTER

Cette maladie survient préférentiellement chez le garçon, au moment de la puberté. Elle affecte essentiellement le jeune garçon sportif entre 12 et 15ans voire un peu au-delà, tout comme son apparition peut aussi débuter dès l'âge de 8 ans. La tranche d'âge est très variable mais se situe toujours dans la tranche d'âge de la pleine croissance.

En effet, la tubérosité tibiale apparaît pendant la période fœtale, elle reste longtemps cartilagineuse pendant l'enfance. Elle va finir de s'ossifier assez tardivement, vers l'âge de 15 ans chez la fille et 17 ans chez le garçon.

Cette maladie touche plus les enfants sportifs qui pratiquent des sports au cours desquels, les impulsions et /ou la course sont importantes ; à savoir le football, le basketball, le tennis, la gymnastique...

La tubérosité tibiale antérieure, à la face antérieure du genou, est le siège de la douleur. La douleur est située au niveau de la partie basse du tendon, à l'endroit où celui-ci s'attache sur l'os (le tibia). Il existe parfois des douleurs qui diffusent, à partir de cette zone, vers la rotule, ou vers le bas, sur le tibia.

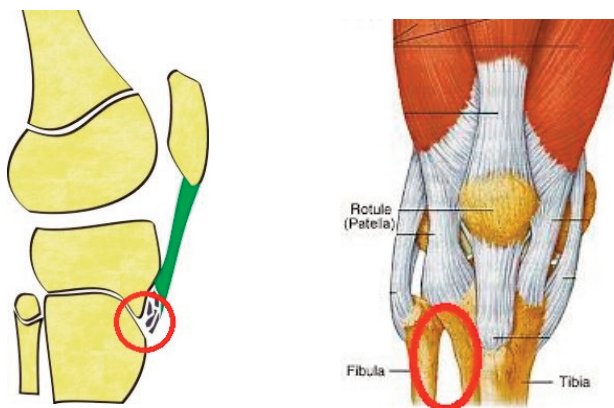


Figure 3 : Insertion du tendon rotulien sur la tubérosité tibiale antérieure (cerce rouge) : zone anatomique où siège la douleur

II- EPIDEMIOLOGIE ET DIAGNOSTIC

La maladie d'Osgood-Schlatter est une banale douleur du genou chez le grand enfant et l'adolescent sportif. Elle toucherait près de 20 % des enfants sportifs, et 5 à 10 % des enfants non sportifs. Elle serait bilatérale seulement dans un tiers des cas mais les deux genoux sont très souvent atteints.

Les causes sont souvent les mêmes : croissance rapide, pratique sportive intensive, surutilisation de l'appareil extenseur, déficit du geste technique ou raideur segmentaire et articulaire trop importante (manque de souplesse).

L'examen clinique peut suffire à assurer le diagnostic. La douleur est reproduite lors d'une manœuvre de mise en extension contrariée ou par la flexion passive forcée du genou. Cependant la radiographie est indispensable. Comparative, elle permet de voir précisément l'état de cette tubérosité tibiale, qui correspond à la zone précise de l'attache du tendon rotulien sur le tibia. L'aspect de cette tubérosité tibiale est souvent morcelé, irrégulier. Parfois, il existe un petit fragment osseux qui semble vouloir s'éloigner de son attache originelle.

La douleur siégeant au niveau de la Tubérosité Tibiale Antérieure (TTA), il est important de s'y fier car elle est le signe de la persistance du problème. Cette Tubérosité Tibiale est sensible voire douloureuse tandis que le genou lui-même, ainsi que la rotule, sont indolores.

Le médecin sportif doit rechercher des douleurs à la palpation de cette zone qui est souvent gonflée. Lorsque l'enfant est en appui sur le membre touché, la flexion du genou est douloureuse, voire impossible. Il est important pour le médecin sportif de contrôler la souplesse des muscles situés devant et derrière la cuisse (soit les quadriceps et les abducteurs). En effet, plus le sportif adolescent manque de souplesse, plus la traction sur le tendon rotulien est forte, augmentant ainsi les risques de déclenchement ou d'entretien de cette maladie.

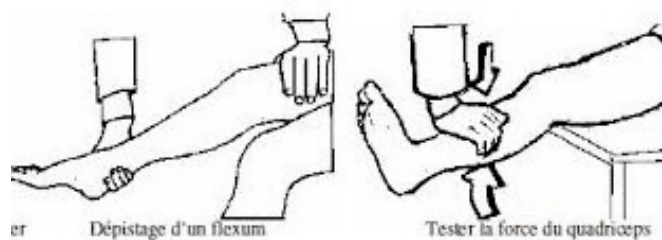


Figure 4: Manœuvre permettant d'établir le diagnostic d'un OSGOOD-SHLATTER

III- MANIFESTATION CLINIQUE

Lors d'une pratique sportive intensive, le cartilage de croissance est soumis, de façon répétée, à des microtraumatismes ; ce qui provoque une inflammation locale douloureuse et des problèmes d'ossification. La douleur résulte donc des micro-traumatismes répétés exercés sur le tissu cartilagineux de la tubérosité tibiale antérieure par l'intermédiaire du tendon rotulien. Initialement l'enfant présente une boiterie après le sport. Puis la douleur peut s'intensifier et devenir permanente voire présente même au repos. Il peut également exister un retentissement dans sa vie courante : douleurs lors de la montée des escaliers, ou lors des accroupissements. La position « à genoux » est très souvent pénible, en particulier s'il existe un appui direct sur la tubérosité tibiale antérieure.

La maladie d'Osgood-Schlatter est bénigne et évolue généralement sans séquelles après l'arrêt de l'activité sportive dans plus de 90 % des cas. Si le repos sportif est respecté, la guérison se fait habituellement en quelques mois, mais elle peut durer un ou deux ans, voire jusqu'à la fin de la puberté.

Parfois des complications sont possibles, avec persistance de l'impotence douloureuse ou des complications orthopédiques telles qu'une pseudarthrose, ou une migration d'un fragment de la tubérosité. Dans quelques cas exceptionnels, lors d'une impulsion violente, le jeune sportif peut être victime d'un arrachement brutal de la tubérosité tibiale antérieure.

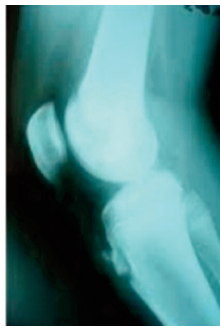
Par ailleurs, des séquelles peuvent persister jusqu'à l'âge adulte, telles que des douleurs dues aux calcifications intra tendineuses, ou une tuméfaction persistante de la TTA, pouvant gêner lors de l'agenouillement ou lors d'activités physiques.



Illustration d'un OSGOOD-SHLATTER



Tuméfaction visible



décollement osseux visible à la radio

Figure 5 : Anomalie au niveau de la Tubérosité Tibiale Antérieure (TTA)

IV- CONDUITE A TENIR

A-PRISE EN CHARGE

Aussitôt le diagnostic fait, l'arrêt complet de l'activité physique s'impose : prolonger le sport en dépit de la douleur peut nettement aggraver la situation et dans tous les cas, augmente la durée nécessaire à la disparition de l'affection et de la douleur. Le plus souvent, il s'agit d'un repos simple de quatre (4) à six (6) semaines. La douleur reste un excellent signe pour juger de l'évolution. L'importance des symptômes, l'importance des images

- établir un diagnostic de prise en charge complémentaire avec la pratique d'étirements,
- ménager des temps de récupération et favoriser une pratique sportive pluridisciplinaire.

Lorsqu'il existe à l'examen une rétraction du muscle droit de la cuisse, la kinésithérapie peut être prescrite afin d'étirer ce muscle. Tant que le genou est douloureux en appui et flexion sur une seule jambe, il faut rester prudent. On diffère alors le délai de la reprise sportive.

Pour les cas très douloureux et lorsque le repos sportif n'est pas suffisant, l'on peut être amené à poser "une attelle plâtrée cruro-malléolaire" afin de mettre le genou au repos strict, et de soulager rapidement les douleurs. Cette attelle autorisera l'appui, le genou étant maintenu en extension complète. Cette immobilisation est habituellement maintenue pour une durée de quatre (4) à six (6) semaines.

L'arrachement et le déplacement de la tubérosité tibiale peut parfois nécessiter une fixation chirurgicale. Par ailleurs, un traitement chirurgical peut être envisagé pour éliminer les séquelles de cette maladie à l'âge adulte. Soulignons que le traitement des cas récalcitrants par la technique des « ondes de chocs extracorporels » est à l'étude.

B-MOYENS DE PREVENTION



Un joueur victime d'un OSGOOD-SHLATTER

Si un jeune sportif en pleine croissance ou un enfant d'une façon générale se plaint de "douleurs dans le genou", il ne faudrait surtout pas les négliger mais l'emmener consulter un médecin ou dans le cadre d'une équipe sportive, le médecin sportif pourra en déterminer la cause. Il convient, même après disparition de toute douleur, d'être prudent dans la reprise de l'activité sportive et cela tant que la croissance

n'est pas achevée. Il faut aussi interrompre toute activité sportive dès sa réapparition éventuelle. Par ailleurs, en cas de reprise des activités sportives, il devient primordial d'insister lors des échauffements, sur les exercices d'assouplissements et d'étirements correctement faits.

radiologiques, et la présence ou non d'un décollement osseux, conditionneront le temps d'arrêt qui peut être d'un (1) à six (6) mois.

Le port d'une genouillère rotulienne est fortement conseillé, pour réduire la douleur au niveau du genou lors d'un effort physique ou même au repos. Si l'affection porte habituellement sur un seul genou, l'autre peut être touché même quand le premier est rétabli.

Il n'y a aucun traitement médicamenteux spécifique. Des anti-inflammatoires non stéroïdiens et des antalgiques (par voie générale et/ou pour applications locales) sont parfois prescrits, mais ne doivent pas être pris pour pouvoir continuer le sport, car ils masqueraient la douleur qui est un signe d'alerte nécessaire.

En dehors de ce repos, il faut en profiter pour :

- établir un diagnostic sportif en terme qualitatif et quantitatif des activités physiques,
- établir un diagnostic nutritionnel, en termes d'apports calciques ou de consommation de fruits et légumes,
- surveiller une éventuelle carence en Vitamine D,

La maladie d'Osgood Schlatter encore appelé « ostéochondrose de croissance », n'est pas une véritable maladie mais un trouble de l'évolution du cartilage de croissance. Elle est une épiphysite de croissance de la tubérosité tibiale antérieure du genou. Elle fait suite à des micro-traumatismes et des tractions musculo-tendineuses répétées dues à la pratique d'un geste en extension. La maladie d'Osgood Schlatter concerne principalement les enfants vers 10 -12 ans et les jeunes adolescents jusqu'à 15-16 ans, pratiquant soit un sport de façon intensive bien que cela ne soit pas toujours, forcément le cas. Le repos sportif est souvent suffisant pour venir à bout de cette maladie qui disparaîtra naturellement après la période du pic de croissance.

CONCLUSION

Si un jeune sportif en pleine croissance ou un enfant d'une façon générale se plaint de "douleurs dans le genou", il ne faudrait surtout pas les négliger mais l'emmener consulter un médecin ou dans le cadre d'une équipe sportive, le médecin sportif pourra en déterminer la cause. Il convient, même après disparition de toute douleur, d'être prudent dans la reprise de l'activité sportive et cela tant que la croissance n'est pas achevée. Il faut aussi interrompre toute activité sportive dès sa réapparition éventuelle. Par ailleurs, en cas de reprise des activités sportives, il devient primordial d'insister lors des échauffements, sur les exercices d'assouplissements et d'étirements correctement faits.



NOUREDDINE TABOUBI

L'ENVIRONNEMENT OPÉRATIONNEL DES ORGANISATIONS SPORTIVES

Afin de gérer votre organisation de manière efficace, vous devez comprendre les environnements à la fois interne et ex-terne dans lesquels vous évoluez.

Cela implique notamment de connaître la position de votre organisation au sein du Mouvement olympique. Il est aussi essentiel de savoir apprécier la place de votre organisation au sein du système sportif de votre pays.

Cela vous indiquera les personnes avec qui vous devez travailler pour réussir.

Le système sportif d'un pays est constitué de plusieurs organisations qui ont un impact sur le sport, depuis l'élaboration et la mise en place de politiques, l'attribution de financements ou la conception et l'exécution de programmes.

Le système sera constitué d'organisations directement liées au sport, tels que les clubs et les ligues, et des organismes qui lui sont indirectement liés mais dont l'impact n'est pas négligeable, comme les sponsors et les pouvoirs publics.

Parties prenantes : Une partie prenante ne représente toute personne ayant des enjeux ou un intérêt dans votre organisation.

Cet intérêt n'est pas forcément matériel ou financier, il peut aussi être émotionnel, par exemple, l'intérêt que le grand public porte à la performance des athlètes de son pays aux Jeux Olympiques.

Les parties prenantes d'un club sportif peuvent être :

- les membres, athlètes et officiels ;
- la famille ;
- les établissements scolaires ;
- la fédération nationale ;
- les sponsors ;
- les bénévoles ;
- les membres du Comité exécutif ;
- le personnel rémunéré (le cas échéant) ;
- le gouvernement.

Vous devez identifier vos parties prenantes puisqu'elles auront des attentes envers votre organisation.

Elles peuvent avoir un impact sur votre stratégie ou vous offrir des opportunités de partenariats.

Vous devez savoir quelle partie prenante est la plus importante afin de pouvoir vous concentrer sur ses attentes et besoins.

Impact du gouvernement :

Le gouvernement de votre pays est un acteur clé du système sportif. Il a un rôle dans la mise en place de politiques, d'organisation de programmes et d'attribution de financements.

Tous ces éléments auront une incidence sur votre organisation, quelle que soit sa taille.

L'attitude des politiques envers le sport, la prédominance du sport comme outil de gouvernance politique et la relation entre les organisations responsables du sport dans votre pays auront un impact majeur sur votre organisation.



Table de marque - Afrobasket 2015

Si, par exemple, une politique gouvernementale valorise le sport comme moyen d'améliorer la santé ou de réduire la délinquance juvénile, il sera alors plus facile d'obtenir des financements.

Si la relation entre les organisations sportives et les pouvoirs publics n'est pas bonne, vous pouvez éprouver plus de difficulté à promouvoir et à soutenir votre sport.

La stabilité des gouvernements et des politiciens clés influera également sur votre capacité à prévoir et à financer des activités.

De manière peut-être encore plus cruciale, la valeur que les politiques du gouvernement donnent à l'éducation physique chez les enfants, déterminera si votre pays valorise ou non le sport. Les gouvernements décidant des politiques importantes, qui à leur tour déterminent à qui vont être attribués les subventions, ont une influence significative sur de nombreuses organisations sportives.

Il vous incombe donc d'appréhender l'approche de votre gouvernement en matière de sport, son impact sur votre organisation et ce que vous pouvez faire pour contribuer à l'orientation de la politique, en admettant que vous ayez la possibilité d'agir.

COMPRÉHENSION DE VOTRE ENVIRONNEMENT SPORTIF

Évaluation de l'environnement externe :

Bien que votre activité évolue au sein du système sportif de votre pays, chaque organisation du système fonctionne dans un environnement unique.

Un certain nombre de facteurs de l'environnement externe vous offrira des opportunités, mais sera également source de défis pour votre organisation.

Vous devez donc être conscient que les domaines suivants de l'environnement opérationnel peuvent influencer votre gestion :

- Facteurs Politiques : comprennent les législations et les politiques, telles que celles émises par la FIBA, le CIO ou l'Agence Mondiale Antidopage ;
- Facteurs Socio-Culturels : la manière dont une société est structurée et se comporte, telle l'exemple d'une population vieillissante, aura une tendance à regarder le sport, plutôt qu'à le pratiquer ;

• Facteurs Economiques : telle que la puissance de l'économie et l'attribution de ressources à des projets spécifiques en accord avec les objectifs de la politique gouvernementale

• Facteurs Juridiques : les organisations sportives n'évoluent pas en marge de la société, votre organisation sera donc soumise aux règles de droit de votre pays.

Par conséquent, vous devez avoir une certaine connaissance des lois qui peuvent avoir un impact sur l'organisation.

Évaluation de l'environnement interne :

L'évaluation de l'environnement interne doit se concentrer sur quatre domaines fondamentaux :

1. Ressources physiques : les éléments réels à la disposition de votre organisation, tels que l'équipement ou les installations, leur ancienneté et leur état, et leur potentiel d'utilisation pour mettre en valeur les services ou les prestations ;

2. Ressources Humaines : les bénévoles et le personnel rémunéré en termes de fonctions requises, les compétences et l'expérience disponibles et l'aptitude des personnes à s'adapter à des changements potentiels ;

3. Ressources Financières : la manière dont l'organisation est financée, la gestion des revenus et des dépenses, et la relation avec les parties prenantes financières clés

4. Ressources Opérationnelles : telle que la manière dont vos services opèrent, l'endroit où ils opèrent, les ressources requises par différents services et la manière dont les services sont perçus. Vous devez, à l'intérieur de ces domaines, examiner et évaluer les performances passées afin d'expliquer les raisons des succès et des échecs de votre organisation. Vous devez être en mesure de les expliquer pour pouvoir en tirer des leçons.

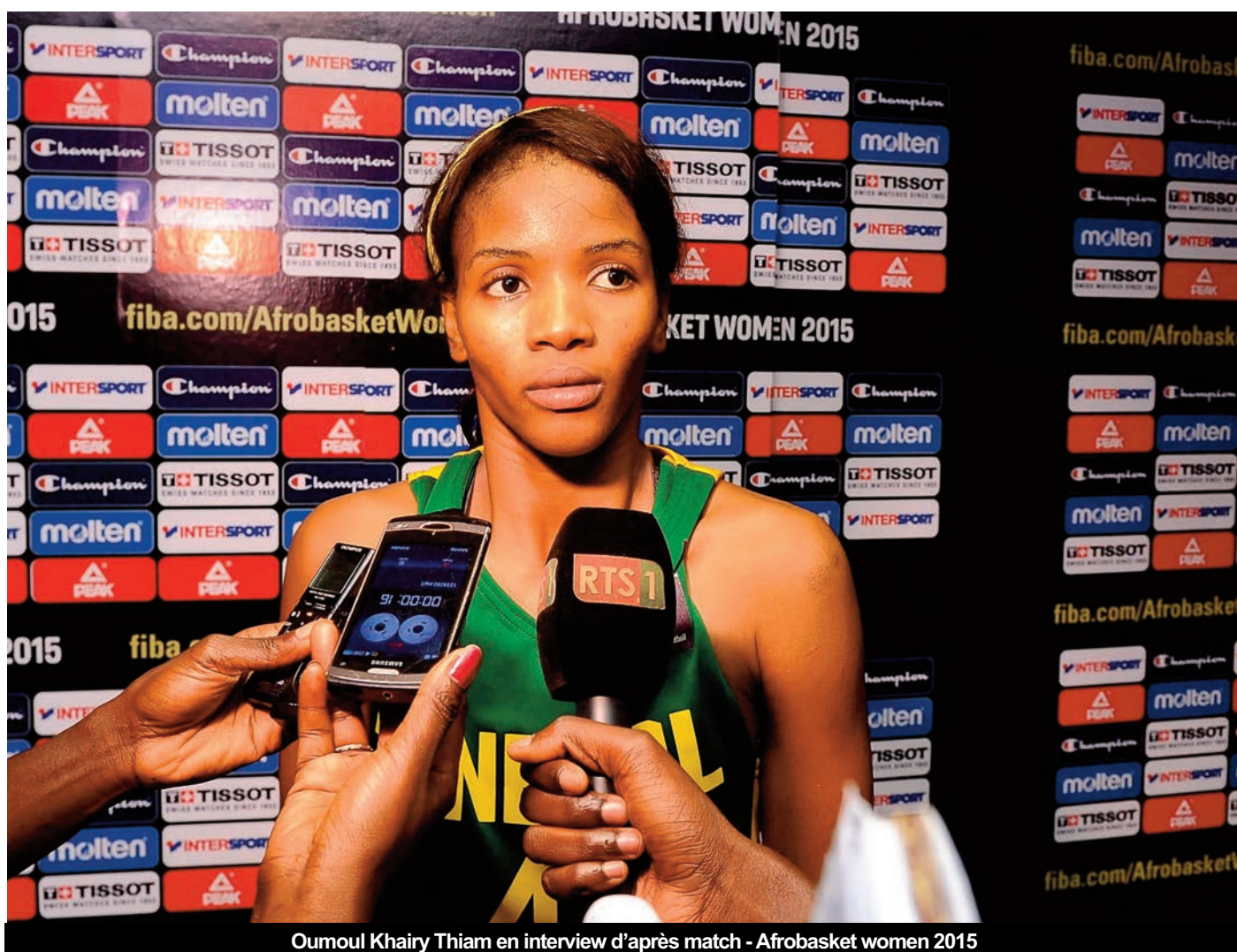
Vous devez ensuite évaluer les pratiques actuelles au sein de l'organisation.

Cette évaluation doit se concentrer sur ce qui se passe réellement et non pas sur ce que les politiques ou les documents stratégiques décrivent.

Cela permettra de vous assurer qu'elle reflète réellement l'environnement interne existant.



Table de marque - Afrobasket women 2015



Oumoul Khairy Thiam en interview d'après match - Afrobasket women 2015

OUTILS

Vous devez vous poser régulièrement les questions suivantes afin de vous assurer que votre organisation est gérée de la manière la plus efficace possible.

Ces questions vous donneront aussi des informations pour le développement d'une stratégie :

- Quelle importance le gouvernement accorde-t-il au sport ?
- Quelle est l'importance de mon organisation pour le sport dans mon pays ?
- Comment la manière dont le sport est structuré dans mon pays influence-t-elle ses prestations ?
- Qu'est-ce qui pourrait améliorer la situation ?
- Les parties prenantes accordent-elles de la valeur au travail réalisé par mon organisation ?
- La politique en matière d'éducation physique à l'école encourage-t-elle la participation ?
- Mes concitoyens accordent-ils de la valeur au sport ?
- Les parents, en particulier, encouragent-ils leurs enfants à pratiquer un sport ?
- Comment le sport est-il financé dans mon pays ?
- Que dois-je faire pour obtenir des financements ?
- Est-il possible de relever le niveau de mes financements ou de me les faire retirer ?
- Que dois-je faire pour prouver l'efficacité de mon

organisation ?

- Quelles activités éloignent les gens de mon organisation ?

Que puis-je faire pour y remédier ?

- Avec quels sports mon activité sportive est-elle en concurrence majeure ?

Comment puis-je faire face à cela ?

- Quelles sont les responsabilités légales de l'organisation ?
- Quelles sont les responsabilités légales du Comité exécutif ?
- Quels sont les risques associés à mon sport ?

Comment y faire face ?

- Que considère-t-on comme activité sportive négligeable dans le système juridique de mon pays ?

- Existe-t-il des problèmes de santé et de sécurité qui touchent mon organisation ?

- Est-il facile de trouver des bénévoles ?

Cette situation va-t-elle perdurer ?

QUESTIONS

1. Comment votre organisation s'inscrit-elle dans le système sportif du pays ?
2. Quelles sont vos principales parties prenantes ?
3. Quel est leur impact sur votre organisation ?
4. Le travail réalisé avec elles est-il de bonne qualité ?



NOURIDDINE TABOUBI

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.



Artemis Afonso et Coach Covilha en interview d'après match - Afrobasket women 2015

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.

TECHNIQUES DE COMMUNICATION D'UN MANAGER SPORTIF

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 Répétition :** 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 essaye de refléter les sentiments, les émotions de la personne;

- **Le Reflet Elucidant :** 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 elucidant, 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 reprend 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 DIFFERENTS 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.

FORMATION DES ENTRAINEURS AFRICAINS

Les programmes de formation des entraîneurs Africains sont établis selon les prescriptions du Conseil des Entraîneurs Africains (CEA) qui est l'organe consultatif qui évalue les aspects liés à l'administration, à la formation et au développement technique du Basketball en Afrique.

Conscient de la nécessité d'harmoniser ces programmes de formations dans un effort d'enrichissement mutuel, afin que tous les entraîneurs soient dotés de pratiquement la même formation et ce suite à l'unification de ces contenus, 4 niveaux de formation des entraîneurs sont adoptés par FIBA Afrique :

Young Coach Module 1 & 2

Niveau 1

Niveau 2

Instructeur Entraîneurs

Young Coach Module 1

Cette formation qui représente l'étape d'initiation au métier d'entraîneur de Basketball, est destinée aux jeunes entraîneurs, aux joueurs et à toute personne âgée de moins de 35 ans qui désire embrasser une carrière d'entraîneur ou qui est intéressé à l'encadrement du mini basket et des catégories de jeunes de 08 à 12 ans.

Durée du stage :

a)- forme intensive: 07 à 10 jours, 55 à 66 heures

b)- Moyenne durée: 03 mois (même volume horaire)

c)- Longue durée: 09 mois (même volume horaire)

Admission : Epreuves de connaissances générales :

a)- test écrit (coef 1) : connaissances techniques (Facultatif)

b)- test pratique (coef 3) : pédagogie pratique

c)- test oral (coef 1) : connaissances techniques et générales

Seront déclarés admis les candidats ayant réussi aux épreuves d'examen.

Le candidat admis doit diriger une équipe de jeunes ou exercer dans un centre de formation pendant une année.

Le Jury : sous la responsabilité directe de l'expert FIBA-Afrique (National), assisté par du Directeur technique local.

Young Coach Module 2

Ce second module est destiné aux entraîneurs détenteurs du module 1, qui ont effectué un an d'exercice dans un club ou dans un centre de formation ou de mini-basket. Il permet au stagiaire d'acquérir les outils pour l'encadrement des jeunes de 13 à 18 ans.

Durée du stage :

a)- forme intensive: 08 à 11 jours, 70 à 76 heures ; 6 à 7 heures par jour

b)- Moyenne durée: 03 mois (volume horaire : 70 heures)

c)- Longue durée: 09 mois (volume horaire : 70 heures)

Admission : Epreuves de connaissances générales :

a)- test écrit (coef 1) : connaissances techniques

b)- test pratique (coef 3) : pédagogie pratique

c)- test oral (coef 1) : connaissances techniques générales

Seront déclarés admis les candidats ayant obtenu une moyenne de 12 sur 20.

Le Jury : sous la responsabilité directe de l'expert FIBA-Afrique (National) assisté par le Directeur technique local.



Séance de formation

Entraîneur Niveau 1

Il s'agit d'un niveau de formation qui s'organise au niveau de chaque zone de FIBA Afrique avec aussi la participation des candidats issus d'autres zones.

Il est dirigé par un instructeur entraîneur FIBA Afrique en collaboration avec un instructeur entraîneur local.

Le Niveau 1 est destiné aux entraîneurs détenteurs du Young Coach (M1+M2), ayant entraîné une équipe durant au moins deux ans (entraîneur ou adjoint des cadets ou juniors, garçons ou filles)

Durée de la formation : 11 jours, 76 heures

Admission : Epreuve de connaissances générales :

a)-test écrit (coef 1) = connaissances techniques et tactiques
= connaissances du règlement
= pédagogie de l'entraînement

b)-test pratique (coef 3) = connaissances techniques
= pédagogie de l'entraînement

c)-test oral (coef 1): Connaissances techniques, tactiques, administratives, organisationnelles et structurelles

Seront déclarés admis les candidats ayant obtenu une moyenne de 12 sur 20.

Remarque: toute note égale ou inférieure à 10 sur 20 concernant les tests b et c sera éliminatoire.

Le Jury : sous la responsabilité directe de l'expert FIBA-Afrique, assisté par le Directeur Technique local.

Entraîneur Niveau 2

Ce niveau de formation s'organise au niveau continental.

Direction de stage par l'expert FIBA-Afrique

Il est destiné aux entraîneurs titulaires d'un certificat du niveau I ayant entraîné une équipe senior (ou entraîneur principal, ou adjoint de la sélection nationale) durant au moins deux ans.

Durée de la formation : 12 jours, 83 heures

Admission :

a)-Présentation d'un CV accompagné d'un rapport approuvé par sa Fédération Nationale, sur les activités réalisées (10 pages maximum) (coef.1)

b)-Test écrit (coef 1) = dissertation: connaissances techniques, tactiques, psychologiques et pédagogiques

c)-test pratique (coef 3) = connaissances techniques, tactiques, pédagogiques et pédagogie de l'entraînement

d)-test oral (coef 2) : exposé sur un sujet technique ou tactique. Seront déclarés admis les candidats ayant obtenu une moyenne générale de 12 sur 20.

Remarque: toute note égale ou inférieure à 10 sur 20 sur chaque épreuve est automatiquement éliminatoire

Le Jury : sous la responsabilité directe de l'expert FIBA-Afrique, assisté par le Directeur technique local.

Instructeur-Entraîneur

Ce niveau de formation organisé et encadré par FIBA Afrique dans un pays candidat ou proposé.

Participation : être présenté par sa Fédération Nationale

Il est destiné :

- Aux entraîneurs titulaires d'un certificat du niveau II de FIBA Afrique, pendant deux ans au moins.

- Aux Entraîneurs Nationaux Principaux d'une sélection nationale seniors durant 02-04 ans.

- Aux Directeurs Techniques Nationaux ayant rempli les fonctions durant 02-04 ans.

Durée de la formation : 07 jours, 54 heures

Admission :

a)-Présentation d'un CV accompagné d'un rapport approuvé par sa Fédération Nationale, sur les activités réalisées (10 pages maximum) (coef.1)

b)-Test écrit (coef 1) = dissertation : connaissances techniques, tactiques et psychopédagogiques.

c)-test pratique (coef 3) = pédagogie pratique

d)-test oral (coef 2) : Présentation d'un cours de formation.

Seront déclarés admis les candidats ayant obtenu une moyenne générale de 14 sur 20.

Remarque: toute note égale ou inférieure à 12 sur 20 est automatiquement éliminatoire.



Séance de formation de coaches

QUESTIONS - REPONSES

VRAI OU FAUX

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).

QUESTIONS

Question 1

Une équipe perd la rencontre par défaut si ses actions empêchent la rencontre de se jouer. La rencontre doit-elle être considérée **comme remportée par l'équipe adverse sur le score de 2 à 0** ?

Question 2

Sur un tir au panier d'A1, le ballon est en l'air lorsque le signal sonore du chronomètre des tirs retentit. Le ballon touche le panneau et roule ensuite au sol où il est touché par B1 puis par A2 avant d'être finalement contrôlé par B2. L'arbitre doit-il siffler une violation du chrono des 24s ?

Question 3

Un remplacement peut-il être accordé à l'équipe ayant marqué lorsque le chronomètre de jeu est arrêté à la suite d'un panier du terrain réussi alors que le chronomètre de jeu indique 2:00 minutes ou moins dans la quatrième période et dans chacune des prolongations ?

Question 4

Le joueur A1 effectue une remise en jeu à cheval sur la ligne médiane pour commencer la 2ème période. A1 passe à A2. A2 saute en l'air depuis sa zone avant, attrape le ballon et retombe au sol à cheval sur la ligne médiane. L'arbitre doit-il siffler une violation ?

Question 5

Lorsque le ballon touche un arbitre, devient-il systématiquement mort ?

Question 6

A1 est dans l'action de tir au panier lorsque B1 essaie de le déconcentrer en poussant des cris ou en tapant lourdement du pied sur le sol. Le tir au panier est manqué. L'arbitre peut-il infliger une faute technique à B1 ?

Question 7

Une occasion de remplacement prend-t-il fin lorsque le ballon est à la disposition d'un arbitre pour une remise en jeu ou pour un premier ou unique lancer franc ?

Question 8

Lors d'une remise en jeu dans le prolongement de la ligne médiane suite à une faute antisportive, A1 passe le ballon à A2. A2 attrape le ballon avec un pied en zone avant et l'autre pied en l'air. A-t-il le droit de poser ensuite son second pied **en zone arrière** ?

Question 9

Une demande de remplacement doit-elle être annulée seulement avant que l'arbitre ne siffle, ne fasse le signal de remplacement et ne fasse signe au remplaçant de pénétrer sur le terrain de jeu ?

Question 10

A1 est joueur-entraîneur de l'équipe A. Il est sanctionné d'une faute technique pour : s'être suspendu à l'anneau pendant l'échauffement avant la rencontre ou pendant la mi-temps. La faute doit-elle être enregistrée comme faute d'équipe de la période suivante ?



Carlos Morais (Angola) - Afrobasket 2015

REPONSES

Réponse 1

Faux, article 20.1 du règlement officiel

Une équipe perd la rencontre par forfait si ses actions empêchent la rencontre de se jouer. La rencontre est gagnée par l'équipe adverse par le score de 20 à 0. De plus, l'équipe déclarée forfait recevra 0 point au classement.

Réponse 2

Vrai, article 29/50-2 interprétations officielles 2015

C'est une violation du chronomètre des tirs parce que le ballon n'a pas touché l'anneau et qu'ensuite il n'y a pas eu un contrôle immédiat et clair du ballon par les adversaires.

Réponse 3

Faux, article 19.2.5 du règlement officiel

Aucun remplacement ne peut être accordé à l'équipe ayant marqué lorsque le chronomètre de jeu est arrêté à la suite d'un panier du terrain réussi alors que le chronomètre de jeu indique 2:00 minutes ou moins dans la quatrième période et dans chacune des prolongations.

Réponse 4

Vrai, article 30-5 interprétation

C'est une violation de l'équipe A. A1 a établi le contrôle du ballon pour l'équipe A. A2 en sautant de sa zone avant et attrapant le ballon en l'air a établi le contrôle du ballon dans sa zone avant.

Réponse 5

Faux, 11.2 du règlement officiel

La position d'un arbitre est déterminée de la même manière que celle d'un joueur.

Lorsque le ballon touche un arbitre, il est considéré comme touchant le sol à l'endroit où se trouve l'arbitre.

Réponse 6

Vrai, article 36-5 interprétation officielle

Alors qu'un joueur est dans l'action de tir, les adversaires ne sont pas autorisés à déconcentrer ce joueur par des actions telles que : agiter les mains pour obstruer le champ de vision du tireur, crier fortement, taper lourdement des pieds ou taper des mains près du tireur.

Réponse 7

Faux, article 19.2.3 du règlement officiel

Une occasion de remplacement prend fin lorsque le ballon est à la disposition d'un joueur pour une remise en jeu ou pour un premier ou unique lancer franc.

Réponse 8

Vrai, article 30-12 interprétation officielle

Jeu légal. Le joueur A2 n'établit le contrôle du ballon par son équipe en zone avant que lorsque ses deux pieds touchent la zone avant.

Réponse 9

Faux, article 19.3.2 du règlement officiel

Une demande de remplacement peut être annulée seulement avant que le signal du marqueur ait retenti pour cette demande.

Réponse 10

Vrai, article 36-4 interprétation officielle

Une faute technique de joueur doit être enregistrée à l'encontre d'A1. La faute doit compter comme 1 faute d'équipe pour la période suivante et aussi comme l'une des 5 fautes de joueur d'A1 susceptible de l'amener à quitter le jeu.



Nosipho Njokweni (Afrique du Sud) - Afrobasket Women 2015)

FIBA - BUREAU REGIONAL AFRIQUE

SIÈGE - EGYPTE
10 RUE 26 JUILLET - LE CAIRE (EGYPTE)
TEL.: + (202) 239 10 292 / 239 60 896
FAX.: + (202) 239 33 600
EMAIL: OFFICE-CAIRE@FIBA.COM



www.fibafrica.com

SECRETARIAT GENERAL - COTE D'IVOIRE
IMM. ALPHA 2000, 7ÈME ETAGE, 01 BP 4482 ABIDJAN 01
TEL.: + (225) 20 21 14 10
FAX.: + (225) 20 21 14 13
EMAIL: INFO-AFRICA@FIBA.COM



L'EQUIPE NATIONALE SENIOR FEMININE DU NIGERIA - TOURNOI PREOLYMPIQUE FEMININ 2016



L'ÉQUIPE NATIONALE FÉMININE U17 DU MALI - CHAMPIONNAT DU MONDE FIBA U17 2016