

Commission Technique Départementale

CHARTRE de L'ENTRAÎNEUR RHODANIEN

Objectif :

« VOUS ACCOMPAGNEZ DANS LE DÉVELOPPEMENT DE LA JEUNE JOUEUSE ET DU JEUNE JOUEUR »

L'ENTRAÎNEUR RHÔDANIEN

ACTEUR DE LA FORMATION DE LA CATÉGORIE U13 A U15

Le Comité du Rhône et métropole de Lyon a éprouvé le besoin d'**aider les techniciens au regard des consignes techniques** énoncées dans les **règlements particuliers** à destination des joueurs et joueuses des catégories U13 et U15.

Ce document s'adresse à tous les entraîneurs rhodanien évoluant au sein des championnats départementaux. Il sert de base à toutes les sélections départementales ainsi qu'aux formations brevets fédéraux jeunes des techniciens.

À partir d'une vision formative, nous avons souhaité un document simple reprenant **les priorités d'enseignement à la fois sur la posture de l'entraîneur mais également sur les aspects technico-tactiques** à favoriser dans ces catégories d'âges.

Pour chaque priorité d'enseignement, trois axes fondamentaux ont été définis, ce qui ne dispense pas d'enseigner d'autres savoir-faire. Cependant, il nous paraît nécessaire que l'entraîneur organise prioritairement son enseignement autour de ces axes.



NOTRE VISION

« DÉVELOPPER DES JOEUSES ET JOUEURS AUTONOMES, DÉTERMINÉS AFIN DE PERMETTRE LA PRISE D'INITIATIVES ET LA CRÉATIVITÉ AU REGARD DE LEURS QUALITÉS ET DE CELLES DES AUTRES. »

ENTRAINER DANS LE RHONE ET LA METROPOLE DE LYON

UN COMPORTEMENT UNE POSTURE A ADOPTER



AVANT, PENDANT ET APRÈS LES RENCONTRES

Envers les joueurs : Accompagner et développer les acteurs ;

Envers les officiels : Accueillir et communiquer ;

Envers les parents/dirigeants : Cadrer et expliquer le rôle de chacun(e) ;

ATTITUDE + RESPECT =
EXEMPLARITÉ



LA COMMUNICATION À ADOPTER

- Qualité du langage ;
- Maîtrise de soi ;
- Toujours positiver ;
- Ecoute de l'autre ;
- Recadrer lorsque cela est nécessaire



LA TENUE VESTIMENTAIRE

- Tenue correcte ;
- Un «uniforme» permettant l'identification ;
- Pas de casquette ;
- Pas de casque ;
- Pas de téléphone.

DÉVELOPPEMENT DU JEU

Permettre la prise de responsabilité :

- Oser malgré l'erreur à l'entraînement ou en match ;
- Construire autour de l'erreur ;
- Développer la confiance.

Développer la polyvalence :

- aisance motrice du sportif et spécifique,
- pas de postes de jeu prédéfinis (éventuellement poste 1),
- principes de jeu les plus ouverts possibles.

JEU DE RELANCE

Volonté de récupérer vite le ballon

- Transiter rapidement « défense/attaque »
- Se projeter vite vers l'avant par la passe ou le dribble

AGRESSIVITÉ OFFENSIVE

Avec ballon :

- Volonté d'attaquer le cercle et lire les situations (dribble, tir, passe), porter une attention particulière à l'adresse.

Sans ballon :

se démarquer pour pouvoir recevoir la balle ou tirer, utiliser des espaces de jeu cohérents (tout terrain et demi terrain) Tous types d'écrans interdits

Perspective de travail :

Vous pouvez utiliser les fondamentaux individuels et pré collectifs suivant :

- Attraper / jouer
- Attraper / passer
- Fixation passe
- Passe et va



LA DEFENSE DANS LES CATEGORIES U12/U13

ACTIVITÉ DEFENSIVE

Sur le porteur de balle :

- Toujours entre la balle et le panier (volonté de cadrer)
- Activité des mains et des pieds
- Volonté de ne pas se laisser passer (gagner son duel)

Sur non-porteur de balle :

- Se positionner entre la balle et son joueur (voir toujours les 2),
- Activité des mains et des appuis,
- Défendre à hauteur ou sur la ligne de passe (ouvert/fermé)
- Aider si nécessaire

DÉFENSE TOUT TERRAIN

- Les défenses de zone 1/2 terrain ou tout terrain et zone press sont proscrites
- Défendre obligatoirement en homme à homme
- Les prises à 2 sont elles aussi interdites.



TRANSITION OFFENSIVE

- Exploitation des espaces de courses (où courir)
- Continuité entre le jeu rapide et le jeu placé
- Se présenter proche du cercle

JEU SUR ÉCRAN

- Qualité de la pose,
 - Qualité de la prise,
 - Travail préparatoire,
- créer un retard défensif et lecture du choix défensif pour pouvoir tirer.

RELATION INTÉRIEUR/EXTÉRIEUR

Le rôle du joueur extérieur :

- Volonté de donner la balle dans le secteur intérieur (se regarder);
- Ouvrir le couloir de passe (feinter désaxer) ;
- Timing et techniques de passes (une main/ deux mains).

Le rôle du joueur intérieur :

- Se présenter proche du cercle ;
- Se stopper et garder le contact ;
- Faire cible (appel de balle).



LA DEFENSE DANS LES CATEGORIES U14/U15

TRANSITION

- Organiser le rebond offensif
- Ralentir la montée de balle/Organiser le repli défensif
- Communiquer
- Défendre de plusieurs manières différentes sur les écrans

ACTIVITÉ SUR PORTEUR

- Toujours entre la balle et le panier (volonté de cadrer)
- Activité des mains et des pieds
- Volonté de ne pas se laisser passer (gagnerson duel)

ACTIVITÉ SUR NON PORTEUR

- Toujours entre la balle et le panier (volonté de Se-positionner entre la balle et son joueur (voir toujours les 2)
- Activité des mains et des pieds
- Défendre à hauteur
- Aider si nécessaire

DÉFENSE DE ZONE

À PROSCRIRE SI VOUS ÊTES DANS UNE DÉMARCHÉ DE FORMATION

Celle-ci doit être abordée dans un souci de formation et non de la recherche d'un résultat immédiat et lorsque les fondamentaux de la défense individuelle sont maîtrisés.



NOTE IMPORTANTE

Au niveau U14, il est primordial, en parallèle des propositions ci-dessus, de continuer à renforcer les priorités vues dans la catégorie U12-U13

- Dans le cas de joueurs (ses) n'ayant pas commencé le basket dans les catégories inférieures, il faudra enseigner prioritairement l'essentiel de la catégorie U12-U13



Comité du Rhône et de la Métropole de Lyon
1-3 Rue du Colonel Chambonnet, 69500 Bron

Conseiller Territorial (Formation des cadres) : Franck SAILLANT : 06 27 08 36 24
Conseiller Territorial (Formation de la joueuse et du joueur) : David ROSIER : 06 33 78 20 98
Président Commission Technique : David GUTKNECHT : 06 87 32 29 59

<https://www.basketrhone.com/>

Document réalisé à partir de la Ligue Ile de France
Amender et adapter par la commission technique du Comité du Rhône et de la Métropole de Lyon.