CAHIERS DE L'ENTRAÎNEUR

FORMATION AUX EXIGENCES DE L'INTENSITÉ INTERNATIONALE

Par Stanislas Hacquard, Équipe de France U15 masculine

INTENSITÉ ET ENGAGEMENT, CES ÉLÉMENTS PRÉFIGURANT CE QU'EST LA COMPÉTITION INTERNATIONALE, IL EST CRUCIAL QUE NOS POTENTIELS Y SOIENT SENSIBILISÉS ET PRÉPARÉS

Rusy / FFBB

LE NOUVEAU PARCOURS DE FORMATION

Les diplômes et l'organisation des formations en basketball ont connu de très profondes mutations ces dernières années qui ont pu légitimement créer une certaine confusion ou incompréhension.

Aujourd'hui, la rénovation des parcours de formation des techniciens est achevée depuis la validation en janvier des textes régissant le brevet professionnel d'Animateur de Basket.

Ces mutations trouvent leur origines dans les volontés de :

- **L'union Européenne** de faciliter la libre circulation des travailleurs modifiant ainsi les processus d'équivalence des diplômes étrangers ou instaurant des dispositifs de libre établissement ou prestations de service pour les ressortissants européens,
- **L'Etat français** pour faire entrer dans le droit commun de la formation professionnelle les diplômes du ministère chargé des Sports (exit les brevets d'Etat),
- La Fédération également pour adapter ses diplômes, mais surtout ses formations aux évolutions des métiers - et parfois à leur spécialisation - qui se sont faites jour ces dernières années.

La logique constante aura été la recherche :

- de parcours de formation permettant la professionnalisation des acteurs,
- de diplômes reconnus pour faciliter l'employabilités des diplômés,
- des transversalités entre les familles des techniciens et des officiels,
- d'une progressivité dans la formation en faisant reconnaître dans les diplômes d'Etat des brevets fédéraux permettant ainsi des allègements de formation et de certification,
- de faciliter le suivi formation par l'utilisation de la nouvelle pédagogie et technologies de la formation à distance.

Aujourd'hui, les parcours de formation sont organisés sur le territoire pour permettre :

- **une offre de proximité** afin de répondre à une demande importante d'encadrement bénévole (animateur de club, mini, initiateur, moniteur, entraîneur jeune) organisée par délégation de la FFBB par les ligues et les comités,
- une réponse adaptée aux besoins d'emploi sur un territoire régional par la mise en place par les ligues du CQP "Technicien Sportif de BasketBall" et demain du Brevet Professionnel "Animateur de BasketBall",
- une offre professionnelle ciblée pour des emplois identifiés à forte technicité proposée par l'Institut national de Formation du basketBall pour le Diplôme d'Entraîneur Fédéral de BasketBall et le Diplôme d'Entraîneur Professionnel de BasketBall.

Matthieu Souchois
Directeur Pôle Formation

LA FORMATION INITIALE DES ENTRAÎNEURS ET LES ALLÉGEMENTS DU BP JEPS SPÉCIALITÉ BASKETBALL

Notre ministère de tutelle a reconnu les diplômes fédéraux dans le cadre du BPJEPS spécialité BasketBall.
C'est une reconnaissance de la qualité de notre formation initiale.
Il est donc important d'informer les jeunes cadres, qui souhaitent faire de l'animation leur métier, des possibilités d'allégement de formation. En possédant les diplômes fédéraux (tableau ci-dessous), le jeune pourra bénéficier d'un temps de formation allégé, ce qui permettra une plus grande disponibilité et un coup moindre de la formation.

Diplôme fédéral	Dispense
Animateur mini Animateur club	mise en situation pédagogique
Initiateur et arbitre départemental	UC6
Entraîneur Jeunes	UC8 et UC9

Cette dispense comprend aussi la certification de l'UC.
C'est dans ce cadre que lors du séminaire des Conseillers Techniques Sportifs, responsables de la formation des cadres, qui s'est déroulé lors de la Leader's Cup, un travail important a été effectué, en autre, en modifiant les évaluations des quatre niveaux de formation afin de pouvoir répondre aux exigences des différentes UC du BPJEPS Spécialité BasketBall.

INTRODUCTION

Le Tournoi de l'Amitié constitue un moment important dans la formation des jeunes internationaux. Leur expérience se limitant au Championnat de France et aux Tournois de détection ,année après année, les différentes générations sont immanquablement surprises par l'intensité et l'engagement qui sont de mise dans cette compétition U15 qui regroupe, rappelons-le, l'Espagne, la Grèce et l'Italie. Ces éléments préfigurant ce qu'est la compétition internationale il est crucial que, le plus tôt possible, nos potentiels y soient sensibilisés et préparés.

Si lors des saisons précédentes nous avons exposé des domaines extrêmement techniques et tactiques (la prise de position préférentielle et la décision sur le pick and roll) laissant penser à un coaching "uniquement à la plaquette" nous aborderons ici essentiellement des domaines qui relèvent de la détermination et du mental. En prenant garde que cet exposé ne prenne l'allure d'une discussion du "Café des Sports" nous verrons dans un premier temps comment se manifestent cette intensité et cet engagement et dans un deuxième temps comment nous tentons de former ceux qui sont susceptibles de porter le maillot bleu durant de longues saisons dans cette optique.

INTENSITÉ ET ENGAGEMENT, CES ÉLÉMENTS PRÉFIGURANT CE QU'EST LA COMPÉTITION INTERNATIONALE, IL EST CRUCIAL QUE NOS POTENTIELS Y SOIENT SENSIBILISÉS ET PRÉPARÉS

L'état d'esprit des équipes nationales doit toujours être le même : "ne jamais lâcher ! ja-mais !!! JAMAIS !!!!!". Toutes les compétitions internationales se déroulent avec des poules de 4 ou de 6 et les égalités sont donc fréquentes. Le panier-average est le premier élément à prendre en compte. On ne laisse jamais filer un match quels que soient le score et la durée restant à jouer. De la même façon lorsqu'une victoire se dessine facilement il est hors de question de se relâcher de ne pas creuser l'écart pour en être bénéficiaire dans le cadre d'une triangulaire par exemple. Toutes les nations disputent chacune des possessions et chaque point est défendu. Les jeunes français ne peuvent avoir une autre mentalité. Illustrons notre propos par un cas concret. La génération 98 qui a remporté le Tournoi cette année en Crête l'a fait dans le cadre d'une égalité à trois. Après deux journées les positions sont les suivantes : la Grèce n'a aucune victoire, l'Italie est invaincue et a battu l'Espagne de 9 laquelle a battu la France de 17. Les Bleuets ont encore leur destin en mains mais ils doivent battre l'Italie (qui n'a pas encore perdu...) de 26 points ! Un gouffre au niveau international ! Cependant on pourra remarquer, qu'en ne disputant pas la rencontre contre l'Espagne avec intensité jusqu'au bout, et en laissant par exemple un écart de 30 points au lieu de 17, il aurait fallu alors s'imposer non pas de 26 points mais de 40 contre l'Italie. La pugnacité de nos potentiels a été récompensée puisqu'ils sont montés sur la plus haute marche du podium après une victoire de 30 points contre l'Italie. Si remporter le Tournoi de l'amitié n'est pas une fin en soi en revanche former sur tous les plans en est une. Nul doute que cette expérience restera gravée dans la mémoire de nos jeunes joueurs et qu'ils se souviendront pour le reste de leur carrière internationale que chaque point est "importantissime". Les entraîneurs nationaux qui connaissent bien les championnats d'Europe et du Monde peuvent tous relater des égalités à plusieurs, des destins qui basculent pour un ou deux points, des scénarios improbables. La meilleure façon d'aborder les choses est de ne lâcher aucune possession.

Le repli est un élément incontournable de la réussite sur le long terme. Ne laisser aucun panier facile est un leitmotiv. Et surtout pas de tir en course. Aussi le repli c'est "immédiatement et à fond quelles que soient les circonstances". Tolérer qu'un joueur replie mollement et/ou avec un temps de retard au prétexte qu'il est frustré par un tir manqué, une faute pas sifflée... c'est hypothéquer sa carrière. La fatigue ne peut pas être un prétexte non plus. On se donne à fond durant le temps de jeu qui est accordé et on demande son changement dès qu'on ne peut plus répondre à la demande d'intensité. Avant même de parler d'éléments techniques dans ce domaine (stopper la balle ou encore protéger la peinture) l'état d'esprit doit être là.

Dans le même registre l'accent est mis sur les "loose balls". Ces ballons qui traînent et qui sont à ramasser ou à voler au prix d'un engagement extrême. Une université américaine a montré par une étude poussée de ceux-ci, que le gain du match était souvent corrélé à leur maîtrise. En bleu, on plonge, on se jette au sol pour ramasser les ballons. La "gnac" doit répondre à la grinta espagnole par exemple ! Chaque coach de haut-niveau sait qu'on a beau avoir les meilleurs schémas, la plus belle technique individuelle, sans volonté d'arracher les ballons aucune réussite n'est possible. Il n'est pas question de ramener le basket à un combat de rues mais de faire remarquer que sans un engagement extrême la tactique et la technique ne peuvent être déterminants.

LE REBOND EST ÉGALEMENT UN SECTEUR CLÉ

Maîtriser le rebond défensif c'est non seulement ne pas donner de seconde chance à l'adversaire et le priver de paniers faciles (et surtout de "plus un" qui sont la hantise des entraîneurs) ne pas mettre les tireurs adverses en confiance mais aussi se donner la possibilité de passer des contre-attaques. Là encore on peut aborder les choses par l'angle technique et enseigner encore et encore la technique de l'écran retard. Il est bien moins compliqué techniquement de mettre l'adversaire dans le dos que de tirer à 3 points en sortie d'écran. Par contre, cela demande davantage de volonté et d'engagement. Nous ne pouvons tolérer au niveau international qu'un joueur laisse cette tâche obscure qu'est le rebond à ses partenaires. Le rebond c'est l'affaire de tous et il ne s'agit pas forcément d'une question de taille !

Le rebond défensif c'est aussi l'occasion de montrer à un adversaire sa détermination lors du contact. De le marquer physiquement, sans pour autant sortir du cadre légal, en contestant le déplacement avec fermeté et détermination. Nous insistons particulièrement sur le fait que le premier rebond défensif du match doit être pris avec autorité afin de ne pas donner confiance à l'adversaire dans ce secteur. Nous donnons pour objectif à notre équipe de prendre au moins 70% des rebonds défensifs. Force est de constater que rares sont les matchs gagnés quand ce contrat n'est pas respecté.

Le rebond offensif permet également de mettre beaucoup de pression sur l'adversaire. En y étant agressif on récolte des points, des fautes provoquées et plus personne n'hésite à prendre les tirs. Là aussi avant même de parler technique ou tactique de l'engagement est demandé. Personne ne doit rester à "prendre des photos" quand la balle part. Tous les joueurs doivent être acteurs. En dehors du fait qu'il est demandé d'aller au rebond à l'opposé du tir où la probabilité que la balle retombe aucune obligation n'existe si ce n'est celle d'aller ou rebond offensif ou de replier immédiatement. Un extérieur qui sent qu'il peut récupérer un ballon peut aller se mêler à la lutte. Il est simplement demandé à chacun d'agir immédiatement et avec détermination en luttant pour avoir la balle ou en assurant le repli. Rebond ou repli... mais pas regard ! L'objectif à atteindre chez les U15 au niveau international est d'essayer de prendre... un rebond offensif sur deux ! Si cette barre semble une utopie et un véritable mur chez les seniors elle est parfois dépassée chez les U15. (ce qui ne sera plus possible chez les U16 d'ailleurs.) La volonté d'être agressif au rebond sera un élément auquel nos néo-internationaux auront déjà été sensibilisés et leurs futurs coachs auront juste à l'organiser et à le réguler en fonction de leur philosophie et du profil de leur équipe.

Les rebonds offensifs génèrent un nombre important de fautes provoquées. La gestion du contact lors des tirs sous l'anneau ou en course sera déterminante. Il est important d'éduquer les jeunes joueurs à scorer quand bien même ils ont été impactés. La faute sur le tir ne doit pas être vécue comme un problème mais comme... une occasion de marquer un point supplémentaire ! Une aubaine en fait ! Le "plus un" doit être recherché. Cela requiert détermination et volonté que de marquer alors qu'une faute est commise sur soi. Il ne faut pas laisser les joueurs se plaindre quand ils sont touchés lors du tir mais leur demander d'essayer de scorer malgré la faute. Avec les fautes qui sont sifflées et les paniers accordés dans la continuité des tirs en course cette remarque est même valable quand la faute est réalisée lors des appuis préparatoires balle en mains. Il faut donc inciter les joueurs à poursuivre leur action et surtout à finir par un tir marqué.

La parfaite gestion des fautes est un moyen de densifier sa défense. La notion de faute utile est à inculquer. Faire grimper le compteur des fautes sans réel danger est dommageable dans la mesure où c'est donner des points faciles à l'adversaire. Par contre il est stupide de se priver d'utiliser, avec intelligence tactique, les quatre fautes gratuites dont chaque équipe dispose par quart-temps. Cela peut être le cas pour stopper une contre-attaque qui semble bien partie pour aboutir dans le cadre d'un surnombre ou encore en fin de quart-temps pour fractionner le temps de possession de l'adversaire. Les cinq fautes de chaque joueur peuvent aussi permettre de durcir le jeu. Un joueur ciblé peut être envoyé sur la ligne en cas de danger quand on sait que son pourcentage est faible. Durcir le jeu ce n'est pas commettre faute sur faute mais faire faute à bon escient. Sur le plan défensif on interdira aux joueurs le "plus un". Si on doit avoir recours à la faute l'adversaire ne doit pas scorer ! Par contre, pour "faire faute" au bon moment les fautes sans utilité devront être bannies. On sait par exemple qu'au niveau international le hand checking est sévèrement réprimé. Lors de la montée de la balle on mettra de la pression sans pousser ni mettre les mains. Prendre une faute à 15m du panier avec du monde derrière soi n'est pas bien intéressant.

Afin d'en finir sur le domaine des contacts nous montrons une véritable exigence sur la pose des écrans. Si nous faisons preuve de beaucoup de mansuétude pour un joueur qui commet une faute offensive en posant un écran illégal en revanche nous traquons avec régularité ceux qui ne posent pas véritablement les picks qu'ils soient pour le porteur ou les non porteurs, qu'il s'agisse d'un extérieur ou d'un intérieur. La technique de la pose des écrans s'apprend mais avant même de parler de technique il est fondamental que la volonté de démarquer son partenaire soit là. Nous ne souhaitons bien évidemment pas voir d'écran mobile ni les coudes en avant mais nous surveillons que le poseur affiche réellement la volonté de "scotcher" le défenseur en encadrant soigneusement ses appuis dans sa trajectoire et en tenant le choc à l'impact. Que les extérieurs offrent de bons écrans sur la ligne de fond pour que les intérieurs scorent poste bas ou que les intérieurs soient toniques et costauds lors du pick and roll pour mettre en valeur les extérieurs soude formidablement l'équipe. Nous y veillons pour cela et pour un aboutir à un rendement offensif intéressant.

Qui dit écrans dit "bumps" en défense. Là aussi nous exerçons une grande pression sur les bleuets pour que ces bumps soient véritablement efficaces. Il s'agit d'un travail de l'ombre au service de l'équipe. Un travail ingrat qui la rend plus forte. L'intensité s'exprime aussi par la contestation des déplacements. La volonté de retarder et dérouter l'attaquant sans ballon doit être manifeste. On ne donne rien de facile aux attaquants dans le jeu avec ou sans ballon.

Nous ne poursuivrons pas plus loin dans les consignes défensives car notre propos est de développer ce qui relève davantage de l'état d'esprit que de la tactique. Il va néanmoins de soi que l'intensité et la dureté ne peuvent exister qu'avec une défense de plomb qui interdit les tirs en course, qui ne laisse pas impunément scorer au poste bas, qui coupe les passes, qui conteste les déplacements et les démarquages...

Le mental est bien entendu déterminant pour que l'intensité soit maximale. Les comportements de nature à donner confiance à l'adversaire devront être contrôlés. Les joueurs devront s'interdire tout signe de renoncement, de résignation, de faiblesse, de dépit. Le langage corporel est international... Garder un banc soudé, qui vit et pousse toute la rencontre, a son importance également. Les joueurs sur le terrain doivent se sentir soutenus. Ils doivent être en confiance et "à fond". Applaudir les ballons gagnés, les rebonds offensifs... et monter qu'on apprécie la conduite de ses partenaires est galvanisant. Demander son changement, épuisé, le souffle court, car on a donné le meilleur de soi même est plus qu'honorable. L'attitude lors du changement est aussi à cadrer. Le sortant doit donner confiance à son partenaire qui rentre en lui transmettant le relais avec enthousiasme. Les équipes qui réussissent sont celles qui montrent de la cohésion et, quand les joueurs qui se succèdent jouent tous avec engagement, une équipe peut prendre des allures de "rouleau-compresseur."

Pour que tel soit le cas l'attaque, elle aussi, doit suivre quelques lignes directrices. Aussi, nous sensibilisons les U15 à la nécessité de perdre un minimum de ballons et de terminer le maximum d'attaques par un tir. Tirer c'est se donner la chance de marquer ou de prendre un rebond offensif. Nous incitons les joueurs à ne jamais refuser les tirs et nous leur montrons que bien souvent un refus est suivi d'une balle perdue...

Nous faisons de la contre-attaque une priorité absolue. Toutes les occasions sont bonnes pour pousser la balle y compris sur panier encaissé. Courir c'est se donner l'opportunité de créer un surnombre et de marquer des paniers faciles, de provoquer des fautes. Si le repli adverse a été efficace il est alors toujours possible de construire une attaque dans laquelle l'agressivité sera le mot clé. Pour mettre de la pression sur l'adversaire il faut courir afin de l'éprouver physiquement et d'asseoir une supériorité physique et mentale. Bien entendu pour que la contre-attaque soit efficace des éléments techniques sont indispensables mais avant toute chose l'état d'esprit, une fois de plus, doit être là à la base.

Afin de préparer nos U15 les plus potentiels à cette compétition qui a un avant-goût de Championnat d'Europe diverses méthodes ont été trouvées ou reprises.

Pour donner un cadre et des règles dès le premier jour les néo-internationaux sont rassemblés pour suivre un diaporama qui reprend l'ensemble de ces points. L'aspect technique n'est quasiment pas abordé. Il s'agit avant tout d'inculquer l'état d'esprit décrit plus haut. Ces règles étant connues de tous et largement commentées elles

INTENSITÉ ET ENGAGEMENT, CES ÉLÉMENTS PRÉFIGURANT CE QU'EST LA COMPÉTITION INTERNATIONALE, IL EST CRUCIAL QUE NOS POTENTIELS Y SOIENT SENSIBILISÉS ET PRÉPARÉS

sont ensuite immuablement rappelées durant les entraînements, avant les matches, pendant et après.

La vidéo est un précieux outil pédagogique. Elle permet de vérifier la stricte application des consignes sur tous les éléments ciblés. Nous avons pris pour habitude de réaliser des montages par thème (le repli, la présence au rebond offensif, le contrôle du rebond défensif...) en présentant en premier lieu les images négatives avant de terminer par les meilleures séquences. Dans cet exercice si les fautifs sont réprimandés en revanche les joueurs généreux sont félicités. Nous constatons, génération après génération, qu'à cet âge, les compliments sont extrêmement incitatifs et que lorsque l'un est félicité pour sa combativité, sa générosité... cela a un réel effet sur ses partenaires qui ont envie à leur tour d'être congratulés. Montrer la réussite des générations précédentes et leur engagement fait également boule de neige en donnant confiance et en insufflant un état d'esprit.

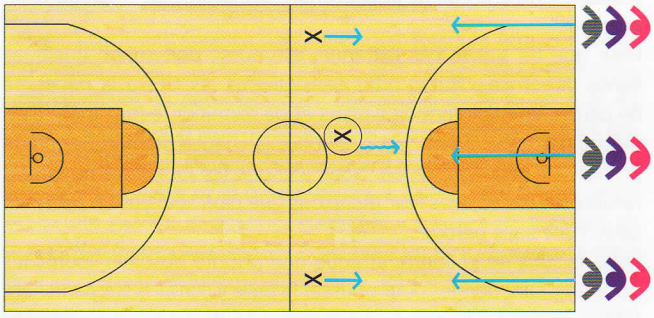
La dureté nous l'avons vu s'exprime par la capacité de passer quasiment instantanément de la défense à l'attaque et de l'attaque à la défense.

Nous avons mis en place une forme de travail qui permet aux jeunes joueurs de prendre conscience de la nécessité de passer immédiatement d'un statut à un autre. Mieux encore, cette organisation donne pour habitude de contre-attaquer agressivement avec la nécessité de scorer après avoir défendu durement. "Ne pas gâcher..."

Ladite forme de travail se prête à de nombreux thèmes défensifs. Il suffit de fixer à l'attaque des obligations. Pick and roll latéral, jeu poste bas...

L'organisation est la suivante :

4 équipes de 3 que nous appellerons équipe A (**X**), équipe B ( ), équipe C ( ) et équipe D ( )



TEMPS 1

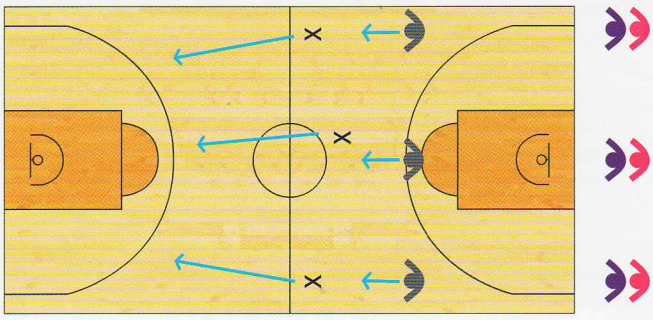
L'équipe A (**X**) attaque sur le panneau de droite contre l'équipe B ( ).

- Si l'équipe A marque alors le panier n'est pas comptabilisé mais cela permet à cette équipe de passer en tête de colonne à la place de l'équipe B qui elle va au milieu de terrain en attaque (dans ce cas de figure les deux autres équipes ne bougent pas).

- Si l'équipe B récupère la balle alors elle contre-attaque sur l'autre panier (voir TEMPS 2).

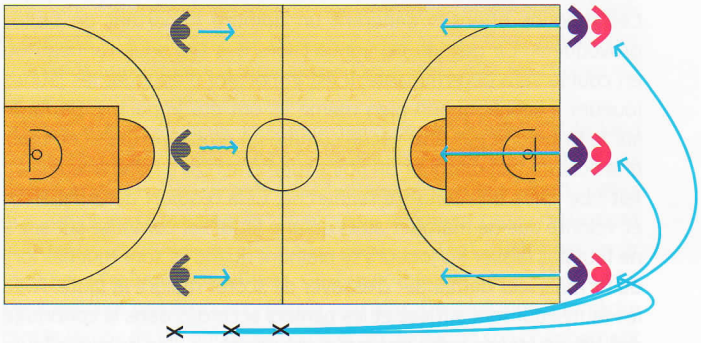
TEMPS 2

L'équipe B (Si elle a récupéré la balle dans le temps 1) contre-attaque contre l'équipe A sur le panier de gauche. Si elle score elle marque un point. Que le panier soit marqué ou que l'équipe A récupère la balle on passe immédiatement au TEMPS 3.



TEMPS 3

L'équipe B ( ) repart en courant vers le panier de droite pour jouer sur ce panier contre l'équipe C qui vient à sa rencontre en sprint alors que l'équipe A (**X**), par l'extérieur du terrain va se placer derrière les colonnes.



Les règles de fonctionnement de ce type de travail : on marque les points sur le panier de gauche uniquement (cela correspond à un "stop converti" = une bonne défense suivie d'une contre-attaque marquée.) Le fait de scorer sur le panier de droite ne donne pas de point, par contre, cela donne l'immense avantage de passer en tête de colonne et donc d'être dans la position la plus favorable pour être en mesure de réaliser "un stop converti".

Pour que cet exercice soit réellement intense nous n'arrêtons que rarement le jeu. Par contre la répartition des corrections s'organise comme suit : un entraîneur-adjoint a la responsabilité de la partie défensive alors que l'autre gère la partie contre-attaque. Ce fonctionnement permet que les joueurs soient constamment suivis et concentrés. On ne se satisfait plus de réaliser un stop défensif, on cherche aussi à ce que celui-ci soit converti immédiatement.

CONCLUSION :

Les béotiens imaginent souvent le haut-niveau comme quelque chose de compliqué. Cette représentation est erronée. Le haut-niveau c'est réaliser des choses simples à la perfection avec beaucoup d'intensité et d'engagement. Lorsque cet engagement fait défaut ce ne sont ni les changements de défense ni les schémas savants tracés sur la plaquette du coach qui peuvent "sauver les meubles." L'intensité est un socle commun sur lequel s'appuyer, un indispensable préalable à toute performance.

Avant le match France-Russie qui a propulsé l'équipe de France masculine aux J.O les joueurs avaient rajouté sur le programme journalier "win or die trying " Gagner ou mourir en essayant. Un état d'esprit qui souffle sur toujours sur les équipes de France de jeunes qui bénéficient d'un formidable exemple en la matière.