



30^{ème} anniversaire de l'AFEB
COLLOQUE DU COTEAU
9 et 10 Juin 2007



« Le Tir en MiniBasket »

Samedi 09 et 10 Juin 2007 au Coteau.

Gilles MALECOT
Chargé de missions à la FFBB

Introduction :

Mon intervention va traiter du tir et de son approche dans un secteur bien particulier le MiniBasket.

Il est important de rappeler ce que mes prédécesseurs ont mainte et mainte fois écrit et répéter :

« la réussite au tir, chez les plus jeunes, est un axe fort pour la motivation l'envie de jouer ».

Les réponses sont toujours dans les commentaires des plus petits quand ils annoncent à la fin de la séance à leurs parents : **« j'ai réussi à marquer un panier »**

Essayons de traiter plusieurs exemples d'ateliers amenant une prise de conscience que le tir en basket est un geste de grande précision qui peut se construire tout en s'amusant.

Proposons :

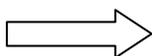
- des ateliers différents et de courtes durées.
- une personne pour diriger chacun des ateliers (référence au CD assistant MiniBasket de la FFBB)
- porter un intérêt à tous les enfants.
- une construction d'ateliers cherchant à gommer les difficultés observées chez l'enfant.
- un jeu d'équipe après chaque passage dans un atelier (observation et évaluation de l'adulte)

Puis lors de nouvelles séances:

- faire évoluer les ateliers avec des nouvelles difficultés qui amèneront l'enfant à la maîtrise et à la réussite d'un plus grand nombre de paniers.

Apprenons à l'enfant à construire son tir à travers :

- des exercices de vision : « greffer le panier dans son imagerie mentale ».
- les déséquilibres pour obtenir l'équilibre,
- les accès tortueux vers le panier et le tir de qualité,
- l'approche du panier par un dribble,
- la protection du ballon dans ces situations à haut risque de jeu près du cercle.
(courante dans la pratique du mini)
- la tenue du ballon dans sa main :
« l'enfant doit découvrir une position confortable du ballon dans sa main)



« le tir » dans une situation de vitesse plutôt lente.

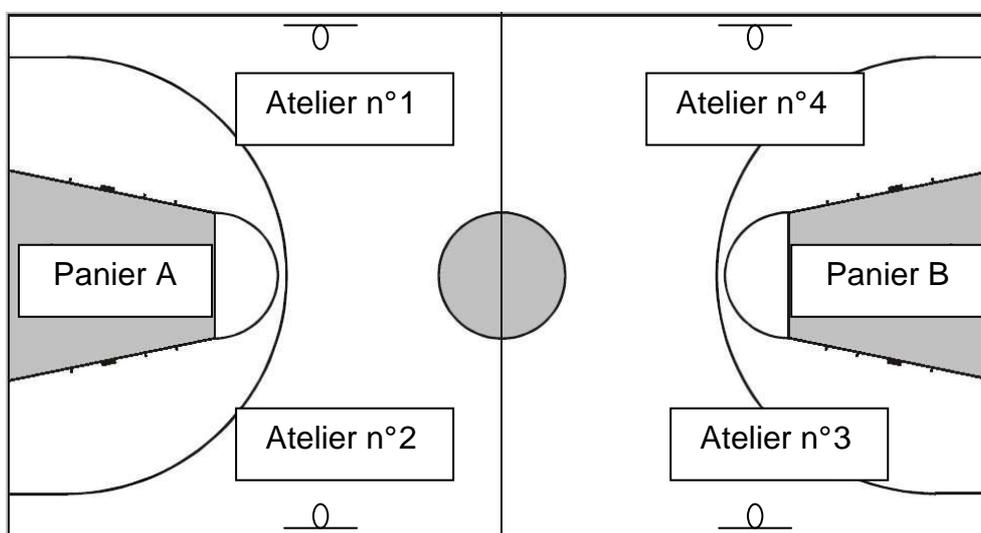
Cette approche proposée nous aidera par la suite dans les catégories benjamins, minimes et cadets à construire les tireurs à longue distance de demain dans des registres de coordination vitesse et tir.

Enseigner la mécanique du tir afin que ce geste devienne un geste réflexe.

- séance analytique sur le TIR en MiniBasket -

La séance proposée sera articulée autour de la gestuelle du tir et son approche à travers quelques ateliers.

2 paniers / 4 ateliers
Rotation par atelier entre 5 et 10mn
et
jeux d'évaluation sur 2 espaces .



Jeux d'évaluation

Enchaîner quelque chose et le tir. (situations rencontrées dans le jeu)

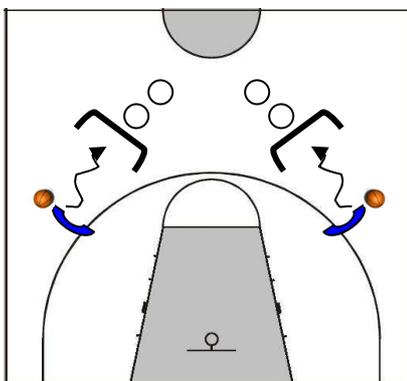
Offrir aux deux groupes d'enfants constitués (les bleus, les rouges) un challenge au nombre de paniers marqués sur l'espace dédié (grands paniers du grand terrain).

L'éducateur n'intervient plus sur le geste technique de l'enfant mais seulement dans l'organisation de l'atelier.

L'éducateur, dans son observation, repère les carences techniques du tir de l'enfant et amènera aux prochaines séances ou dans les prochains ateliers quelques ajustements techniques.

Panier A :

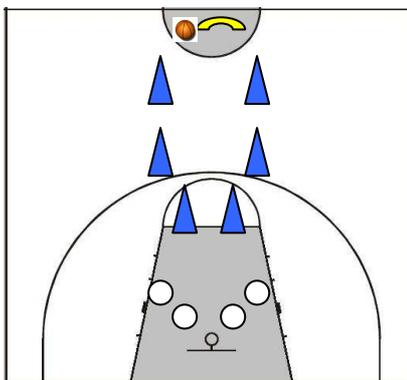
Dribble, saut de haies, double-pas et tir au panier
- Changer de côté



(Un parent, un assistant compte sur chaque panier 10 réussis)

Panier B :

Slalom entre les plots
- Changer de côté

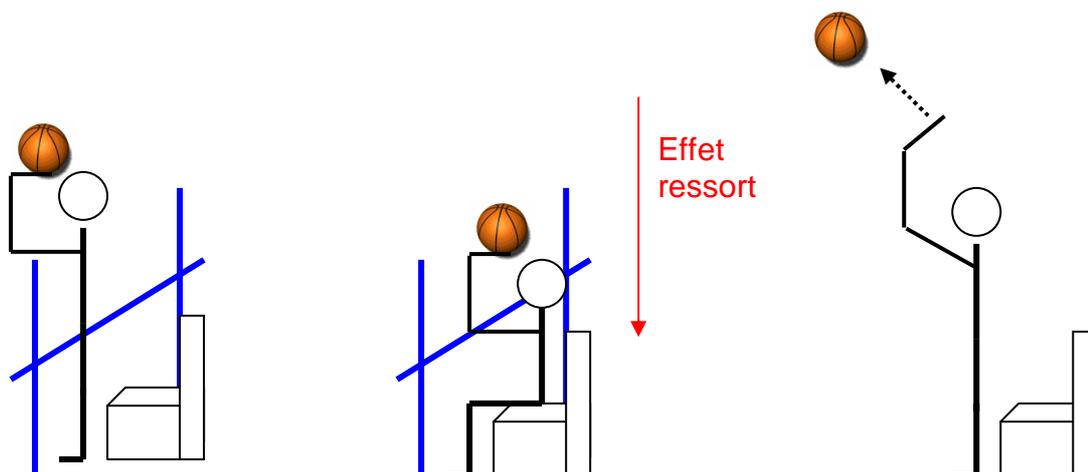


(Un parent, un assistant compte sur chaque panier 10 réussis)

Atelier n°1 :

- Bras parallèle au sol
- Avant-bras perpendiculaire au sol
- Ballon posé sur la main

- l'enfant pose le ballon sur sa main et positionne son membre supérieur comme indiqué
- l'enfant se met debout, son bras se tend vers le haut et l'enfant accompagne le ballon qui s'échappe vers le panier
- l'ajout d'une haie à hauteur du coude où le bras se pose



Position de départ
(bras plus haut que la haie)

descendre, s'asseoir et remonter
dès que les fesses et/ou le bras touchent la
chaise et la haie

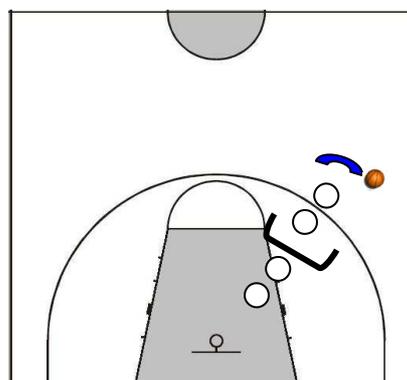
Atelier n°2 :

- L'enfant ne dribble pas.
- Le ballon est positionné au dessus de la tête pendant sa course et ses appuis en double-pas

➤ Evolution dans l'atelier :

- Enlever les cerceaux devant et /ou derrière la haie.

- Double-pas avant la haie
- Double-pas après la haie

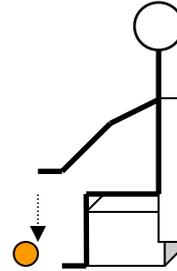


Atelier n° 3 :

« Comment éviter le marcher »

Par nature l'enfant se précipite quand il entreprend d'aller au panier alors voici un outil qui va lui permettre de ne plus "marcher".

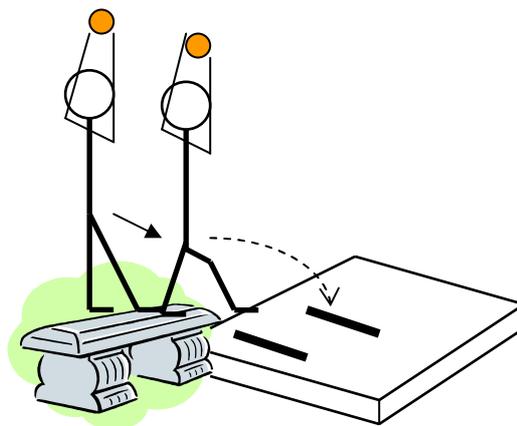
- Chaque enfant démarre assis sur une chaise.
- L'enfant doit lâcher son ballon (dribble) pour pouvoir démarrer (pieds au sol) et faire son évolution vers le panier.



Atelier n° 4 :

- Chaque enfant démarre en marchant sur un banc, ballon au dessus de la tête.
- A la sortie du banc chaque pied se positionne sur une des lattes.
Droite – Gauche ou ***Gauche - Droite***
(Le ballon reste au dessus de la tête)
- L'enfant organise son tir pendant la prise d'appuis sur les lattes.

Nous sensibilisons l'enfant à un travail d'équilibre et d'enchaînement pour le tir.



« le tir appartient à tout le corps »

Les ateliers	Objectifs :	Corrections à apporter :	Evolution :
Atelier N°1	<ul style="list-style-type: none"> - faire sentir l'effet ressort. (flexion – extension) - maintenir le ballon au dessus de la ligne des yeux. - positionnement du bras et de l'avant bras à conserver pendant l'extension. (dès le toucher du bras ou des fesses) - la main reste sous le ballon. (soutien - plateau) - doigts écartés. <p>L'enfant doit découvrir une position confortable du ballon dans sa main.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - être attentif à la position des appuis. (pointes des pieds face à l'objectif) - flexion dans l'axe des membres inférieurs. (pas de genoux en X) - la main de soutien ne doit pas parasiter, freiner le lancer du ballon. 	<ul style="list-style-type: none"> - amener la main de soutien. (les doigts plantés dans le plafond) - demander à l'enfant de réagir au toucher des fesses sur la chaise ou du bras sur la haie.
Atelier N°2	<ul style="list-style-type: none"> - être capable de maintenir le ballon au dessus de la tête pendant le travail des appuis et la course d'élan. 	<ul style="list-style-type: none"> - pas de rabaissement du ballon sur le ventre. - les coudes ne doivent pas s'ouvrir. 	<ul style="list-style-type: none"> - éliminer les cerceaux devant et/ou derrière la barrière.
Atelier N°3	<ul style="list-style-type: none"> - éliminer le marcher dans les départs précipités en dribble. - le ballon touche le sol : l'enfant peut se lever de la chaise en continuant son dribble vers son objectif de tir. 	<ul style="list-style-type: none"> - l'enfant doit rapidement se mettre dans un situation de course / vision. 	<ul style="list-style-type: none"> - faire des changements de main de dribble assis sur la chaise avant de se lever. - idem au top de l'animateur.
Atelier N°4	<ul style="list-style-type: none"> - avec d'autres difficultés l'enfant doit conserver le ballon au dessus de la ligne des yeux. - enchaînement d'actions. 	<ul style="list-style-type: none"> - à la retombée de l'enfant sur le tapis nous devons voir uniquement 2 appuis avant le tir. Ex :(D et G) 	<ul style="list-style-type: none"> - arrêt simultané sur la première latte et un seul appui sur la seconde latte (varier le seconde appui : pied droit ou gauche.)

Conclusion :

Les fondamentaux du Basketball

L'apprentissage structuré et conscient des fondamentaux n'est pas l'objectif principal des séances de MiniBasket. Avant 11 ans, si les processus d'apprentissage ne sont pas conscients, ils sont néanmoins réels et doivent être réalisés à travers les situations les plus riches possibles. L'apprentissage par essai / erreur est, à cet âge, favorisé.

Cependant, cette période de l'apprentissage est une période clé de la structuration motrice et voit naître de nombreuses habiletés.

L'éducateur devra donc avoir à l'esprit ces deux paramètres afin de construire des séances privilégiant le vécu et la pratique du Basketball dans sa globalité mais aussi en évitant que les jeunes pratiquants n'acquièrent des habiletés trop éloignées d'une gestuelle efficace.

Pour un certain nombre de points importants, le présent document présente des gestuelles satisfaisantes et d'autres à corriger rapidement afin que ne s'installent pas des « façons de faire » inefficaces qui seront souvent difficile à modifier dans le futur.

Attention, ces apprentissages ne devront pas être menés lors de situations « hors contexte », mais par des corrections qui devront être apportées, régulièrement, tout au long des situations, jeux et exercices proposés.

L'éducateur s'appuiera pour ce faire parfois sur des démonstrations mais surtout sur l'observation mutuelle (les bonnes pratiques, les plus efficaces) et sur des références à des images (pourquoi pas avoir dans la salle des photos de joueurs en action ?).