

Le métier d'entraîneur

LES MISSIONS DE L'ENTRAÎNEUR

Préambule

Ayant la chance d'entraîner dans toutes les divisions masculines et féminines des championnats de France fédéraux seniors depuis 1984, notamment grâce à Athis-Mons (Essonne), nous avons pu apprécier l'ensemble des missions que rencontre un entraîneur fédéral.

En effet, si l'entraînement est primordial (connaissances techniques et stratégiques, qualités d'apprentissage et de communication), la réussite passe par de nombreuses tâches d'organisation, de relations et d'actions à mener tout au long de l'année.

Les domaines sont variés, ils réclament de nombreuses compétences que l'entraîneur fédéral doit se constituer tout au long de sa carrière. Cette variété fait aussi l'intérêt du métier.

Nous proposons ici de faire un état des lieux de toutes ces actions et de ces compétences.

LES MISSIONS DE PRÉPARATION

Pour l'équipe

- Définir le projet du club et de l'équipe, avec les dirigeants et les joueurs.

- Recruter et composer son équipe en conséquence : à préparer depuis le début de la saison précédente au minimum. Voir l'annexe 4 et, si besoin, établir sa liste d'agents (consulter sur le site Internet de la fédération les agents diplômés et agréés).

- Définir ses contenus et choisir son style de jeu en fonction de ses convictions (philosophie de l'entraîneur) et du potentiel de son équipe.

Rédiger un carnet d'entraînement où figurent les choix, les systèmes de jeu et leurs évolutions. Voir l'annexe 1 - le livret de l'entraîneur.

- Planifier la saison :

- > Établir le calendrier annuel : alternance des matches, des entraînements et des périodes de repos (week-end libres, vacances...). Repérer les temps forts de la saison pour ajuster la charge de travail, envisager de déplacer des matches pour équilibrer le calendrier.

- > Établir la planification des entraînements dans la répartition des contenus, en charge et en intensité ; il convient de prendre en compte le calendrier des adversaires et la préparation physique possible selon les périodes.

- > Contacter les entraîneurs (notamment de la poule) pour recueillir des informations sur les adversaires.

- Établir le profil de ses joueurs : habitudes, points forts, besoins, exercices types individuels et, éventuellement, leur communiquer.

- Proposer une préparation physique individuelle d'avant la reprise collective de pré saison.

- Préparer les aménagements de calendrier (déplacements éventuels de matches pour équilibrer le calendrier ou respecter des vacances : faire les demandes à l'avance auprès de la fédération) et, avec le directeur sportif ou le dirigeant responsable d'équipe, organiser les déplacements des matches sur la saison (réserver les moyens de déplacements, restaurants, hôtels...).

Au sein du club

L'entraîneur peut être amené, en relations avec la mairie et les autres clubs, à négocier les créneaux d'entraînement.

- Coordonner les planigrammes d'entraînements des différentes équipes en fonction du projet du club (choix des équipes à privilégier, durée et répartition des entraînements dans la semaine et en fonction des âges).

- Coordonner les entraîneurs pour harmoniser les contenus au sein du club : envisager un cursus de formation du joueur sur plusieurs catégories et faciliter l'intégration vers l'équipe première. Il semble judicieux d'établir avec les entraîneurs les grandes lignes de leur action (styles de jeu, fondamentaux, charges d'entraînements, etc.).

- S'assurer du respect de la charte de l'arbitrage pour l'équipe et le club (nombre d'arbitres, d'officiels de tables de marque nécessaires et des points qu'ils apportent) et du respect du nombre d'équipes nécessaires dans le club (équipes de jeunes, équipe 2, joueurs de moins de 21 ans, etc.).

- S'assurer du fonctionnement de la mairie et des relations avec la presse en répartissant les responsabilités avec les dirigeants du club.

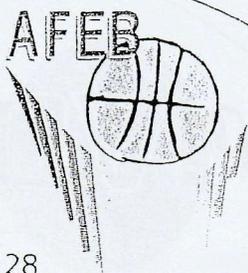
Au sein de la fédération

Consulter et utiliser le site de la fédération (www.basketfrance.fr), le site du comité départemental et celui de la ligue régionale.

- Respecter la charte de l'entraîneur. Participer en début de saison à la journée obligatoire de regroupement des entraîneurs de championnats de France, selon les ligues régionales et valider sa carte d'entraîneur en s'inscrivant dans une formation fédérale. Plus largement, se former au métier d'entraîneur en permanence : assister à d'autres entraînements, participer à la formation des entraîneurs du club en précisant ses attentes et en apportant son concours actif, suivre des clinics, des tournois, plus vidéos et lectures...

- Connaître les rouages et les structures de la fédération, les comités, les commissions, les qualifications, les licences, les appels, etc., pour une action administrative efficace et, si possible, identifier les interlocuteurs des différentes commissions.

- Avoir en sa possession les deux brochures officielles de la FFBB de la saison sur l'organisation et les règlements des championnats de France, pour notamment s'assurer des droits



et des devoirs de l'équipe et du club selon le niveau : qualifications, types de licence, nombre de mutés, coupe de France, montée et descente de division, point-avergé, règlement pour les étrangers, les procédures des réserves et de réclamations, etc.

Cela servira aussi pour avoir la liste des clubs, de leurs correspondants (et donc des collègues entraîneurs) pour établir les matches de préparation, avoir des renseignements sur des joueurs ou des équipes.

- Entrer en contact avec la commission technique du département ou de la ligue pour proposer ses services ou envisager des collaborations (formation de cadres, détection, encadrement de sélections, etc.).

- Établir une liste de contacts personnels d'entraîneurs et de responsables de clubs et fédéraux (voir annexe 3), à conserver pour disposer d'un réseau tout au long de sa carrière.

LES MISSIONS PENDANT LA SAISON

- Préparer ses entraînements par écrit et laisser son carnet d'entraîneur à la disposition des joueurs.

- Être ponctuel, voire en avance sur les horaires et exiger la même chose pour tous.

- Tenir les absences, les retards et

prévenir au besoin les intéressés (joueurs, parents, dirigeants).

- Prévenir (dirigeants, joueurs, parents, adversaires, arbitres, officiels et ou la fédération) en cas d'absence personnelle ou de match reporté.

- Établir un rituel d'entraînement : préparation individuelle, étirements, regroupement au centre du terrain, présentation de la séance, cri d'équipe puis idem en fin d'entraînement avec bilan et prospective plus rendez-vous suivants. Préparer l'échauffement rituel d'avant match à l'entraînement (et avant le premier match !).

- Arbitrer de manière efficace (courir au plus près de l'action) en y associant les joueurs et utiliser le chrono et la marque pour les habituer à regarder le tableau lumineux à l'entraînement et pour gérer les matches et les fins de matches.

- Favoriser les contacts avec les parents, les dirigeants et participer à la vie associative du club.

- Prévoir des "plages loisirs" dans des entraînements des jeunes et/ou pour certains entraînements (veille de vacances, goûters, jeux... avec ou sans les parents).

- Prospector pour attirer et détecter des nouveaux joueurs.

- Repérer les joueurs(ses) intéressant(e)s et établir une liste avec leurs coordonnées pour les contacter (et ou contacter les parents) en vue de la

saison suivante (le scouting) - voir l'annexe 4.

- Observer des matches d'autres championnats pour se former et faire du scouting.

LES MISSIONS DE L'APRÈS-SAISON

- Préparer des matches amicaux et des tournois pour récompenser vos joueurs et ou tester les mutés potentiels au sein de l'équipe.

- Finaliser le recrutement.

- Essayer des systèmes de jeu nouveaux, des formes d'entraînement différentes.

- Préparer la saison suivante : contacts et planification de rentrée, préparation des entraînements et des contenus de l'équipe...

- Encadrer des camps d'été de basket ball. Voyager et rencontrer d'autres types de basket ball.

LES MISSIONS DE MATCH

Avant le match

- Prévenir la presse pour l'annonce de la compétition et les commentaires de présentation.

- Envisager une "mise au vert" et une collation d'avant match (au moins trois heures avant le match).

- Arriver au moins une heure avant le match et, au besoin, veiller aux préparatifs d'installation (sono, bancs, tables...), à l'accueil des adversaires, des arbitres et des officiels (vestiaire, boisson).

- Instituer un rituel d'échauffement et de préparation de l'équipe : échauffement général, spécifique (passes, tirs, défense...), regroupements pour la préparation mentale de l'équipe, faire ses entrées en jeu et signer la feuille de marque, saluer le coach adverse et les officiels. S'encourager lors de la présentation des joueurs (taper dans les mains) et pousser un cri d'équipe personnalisé.

Pendant le match

- Avoir une attitude dynamique mais pas excitée à communiquer aux joueurs.

- Donner plus de retours positifs que négatifs aux joueurs.

ANNEXE 1 LIVRET DE L'ENTRAÎNEUR FÉDÉRAL

À DÉVELOPPER DANS LA FORMATION DES ENTRAÎNEURS DU CLUB

(Mise en place selon les demandes et les besoins)

Préambule

c'est dans la volonté d'assurer une continuité de la formation de nos joueurs (-ses) que se situent les propositions qui suivent. Chaque entraîneur reste responsable et maître de ses initiatives (entraînement, systèmes de jeu...). Néanmoins, une relative unité de l'entraînement (au match) doit apparaître et ce livret constitue une base commune pour faciliter les intégrations de nos joueurs dans les équipes successives.

- 1) PLANIFICATION DE L'ENTRAÎNEMENT
- 2) LES CYCLES DE 3 SEMAINES
- 3) LA PRÉPARATION ESTIVALE
- 4) LA PRÉ-SAISON
- 5) LA SÉANCE-TYPE
- 6) LA PRÉPARATION PHYSIQUE INTÉGRÉE
- 7) LE MANAGÉRAT
- 8) LES STATISTIQUES
- 8) L'ÉCHAUFFEMENT DE MATCH
- 9) LES CONTENUS COLLECTIFS :

- LE JEU RAPIDE (La contre-attaque).
- L'ATTAQUE-DÉFENSE HOMME À HOMME (Fondamentaux collectifs : le jeu par secteurs)
- LE JEU À 2 (Passe & va, pick & roll).
- LE JEU À 3 (Fondamentaux collectifs, avec 1 poste,

1 contre 1 + 2 contre 2 à l'opposé)

- L'ATTAQUE - DÉFENSE DE ZONE : (Fondamentaux collectifs : la zone calquée)
- L'ATTAQUE DÉFENSE TOUT-TERRAIN : le pressing homme à homme.
- L'ATTAQUE DÉFENSE TOUT-TERRAIN : la zone - press 1-2-2.

10) LES CONTENUS INDIVIDUELS :

- LA GAMME DES TIRS.
- LA GAMME DES DRIBBLES.
- LA GAMME DES PASSES.
- LA GAMME DÉFENSE (Pression, orientations, contestations & entraides)
- LE 1 CONTRE 1.
- LE REBOND.
- LES SPÉCIFIQUES PAR POSTES (Meneurs, ailiers, centres).

Bibliographie

- Des clés pour le basket
G. BOSCH & T. POULAIN. Éditions VIGOT 1990
Basket : de l'école à l'association
G. BOSCH & T. POULAIN. Éditions Revue EPS 1995.
CD Rom basket : du jeu au match
G. BOSCH & T. POULAIN. Éditions Revue EPS 1998.
L'entraîneur de basket
G. BOSCH & B. GROSSEGEORGE. Éditions VIGOT 1980.
Le guide pratique du basket
G. BOSCH & B. GROSSEGEORGE. Éditions VIGOT 1982.



