

# APSA : BASKET-BALL CQ

**AFL 2 du champ** : Se préparer et s'entraîner, individuellement ou collectivement, pour conduire et maîtriser un affrontement collectif ou interindividuel

**Apprend à se connaître** : Se situer dans le rapport de force (points forts et points faibles) afin de connaître mon NIVEAU de JEU et de COMPETENCES

**A/ En attaque** : de la remontée de balle jusqu'au rebond offensif.

→ Situer l'efficacité de son équipe au regard des critères tactiques, techniques, cognitifs, physiologiques et sociaux suivants :

- Conservation du ballon et possibilité de tirs en situations favorables (pertes de ballons...)
- Placement et déplacements des joueurs (courses et jeu sans ballon (ex : écrans))
- Rythme et circulation du ballon (joue-t-on assez vite ?)
- Rôles des joueurs et réactivité (qui remonte le ballon, y-a-t-il des rôles bien définis ?)
- Adaptation aux changements de défenses adverses (tout-terrain, « presse », individuelles, zones)
- Techniques avec le ballon : adresse et finition (ex : tirs en courses en fin de contre-attaque), qualité des passes et des dribbles
- Engagement physique, vitesse et endurance des joueurs (envie, motivation, ex : dépassement de soi au rebond)
- Choix, lucidité et prise de décisions des joueurs
- Solidarité, entraide, cohésion de groupe.

→ Lors des **phases de jeu** suivantes :

- Remontée de balle,
- Contre-attaques,
- Jeu de transition,
- Jeu placé,
- Rebonds offensifs,

- Moments spéciaux : lancers-francs, remise en jeu sur panier encaissé, violation ou faute de l'adversaire.

## **B/ En défense**

→ Situer **l'efficacité** de son équipe au regard des **critères tactiques, techniques, cognitifs, physiologiques et sociaux** suivants :

- Choix de la défense en fonction de mes adversaires et des qualités de mon équipe
- Evaluation des actions défensives de mon équipe (récupération des ballons, points encaissés)
- Récupération du ballon et gêne des tirs en situation favorable chez l'adversaire.
- Placement et déplacements des joueurs (ex : zone 3-2 : placement précis)
- Rôles des joueurs et réactivité (qui défend sur qui en défense individuelle ?)
- Adaptation aux changements d'attaque adverse (jeu rapide, jeu placé dominant, jeu direct/indirect priorisé, adresse des adversaires...)
- Techniques défensives : position des appuis, utilisation des bras, être prédyamique et alerte...)
- Engagement physique, vitesse et endurance des joueurs (envie, motivation, ex : dépassement de soi au rebond)
- Choix, lucidité et prise de décisions des joueurs (ex : dois-je changer de joueur sur un écran ?)
- Solidarité, entraide, cohésion de groupe.

→ Lors des **phases de jeu** suivantes chez mon adversaire :

- Remontée de balle,
- Contre-attaques,
- Jeu de transition,
- Jeu placé,
- Rebonds défensifs lors des tirs adverses,
- Moments spéciaux : lancers-francs, remise en jeu sur panier encaissé, violation ou faute de l'adversaire.

**ON PEUT DONC SE SITUER AVEC LES MEMES CRITERES (OBSERVABLES) EN DEFENSE ET EN ATTAQUE EN CIBLANT UNE OU PLUSIEURS PHASES DU JEU.**

Se situer dans le rapport de force, connaître les points forts et les points faibles de mon équipe va nous permettre de situer notre **NIVEAU de JEU et de COMPETENCES** (degrés de maîtrise)

**Faire des choix** : Avant, pendant et après l'opposition d'ordre TECHNIQUES, TACTIQUES et COGNITIFS, énergétiques, PSYCHOLOGIQUES et SOCIAUX.

Prioritaires, efficaces, pertinents, réalistes dans les actions individuelles ou collectives : JE CHOISIS avec MON EQUIPE les AXES de TRAVAIL PRIORITAIRES :

CHOIX (besoin d'augmenter l'efficacité)	Pour quelle PHASE de JEU ?	TECHNIQUES	TACTIQUES - COGNITIFS	ENERGETIQUES	PSYCHOLOGIQUES et SOCIAUX
En ATTAQUE	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Remontée de balle,</li> <li>- Contre-attaques,</li> <li>- Jeu de transition,</li> <li>- Jeu placé,</li> <li>- Rebond,</li> <li>- Moments spéciaux</li> </ul>	Adresse au tir – choix des passes / défense – réduire ou augmenter les dribbles – fixations sur défense indiv. Ou de zone – conduites de balle – protections du ballon	Augmenter l'efficacité des prises de décisions justes pour le PB et NPB – chercher à augmenter les tirs proche du panier - favoriser la circulation du ballon- utilisation des couloirs latéraux – écrans – choisir entre jeu direct et indirect – savoir fixer.	<b>Etre adroit et lucide jusqu'à la fin du match</b> – courses sans ballon rapides – varier les rythmes de courses avec et sans ballon - fa	Rester concentré tout le long d'un match -  S'entraider – se motiver –
En DEFENSE		Efficacité des déplacements (pas glissés) – efficacité et utilisation des segments inférieurs et supérieurs – placement / adversaire PB et NPB (triangle)	Savoir changer de défense rapidement – connaissance des rôles et postes de chacun – savoir changer de jouer sur phase de jeu arrêtée ou sur écran -	Revenir systématiquement en défense – changer rapidement de statut – développer son dynamisme – se placer au rebond – faire un écran de retard au rebond	Chercher à se dépasser – s'encourager

**Se préparer** : Planifier l'organisation des actions choisies en fonction des échéances.

Exemple de préparation pour les choix suivants effectués par une équipe qui souhaiterait améliorer sa « conservation du ballon en attaque » (choix prioritaire) :  
L'outil utilisé est une situation classique proposé d'habitude par l'enseignant (attaque en surnombre offensif) et déjà vécue par les élèves

Constat et choix d'un axe de travail	Phases de jeu choisies	Leçon 1	Leçon 2	Leçon 3	Leçon 4	Evaluation des acquis
<b>Constat : trop de pertes de balles</b>  <b>Axe W : La conservation du ballon en attaque</b>	<b>Remontée de balle</b>	<b>Situation d'évaluation INITIALE</b> / choix de travail = comptabilisation du nombre de ballons conservés sur 10 attaques de suite en 4c3	Exercices de manipulation de ballon sans/avec opposition  ex : 3c0 → 3c1	3c1 → 3c1+1  +  <b>Situation d'évaluation formative</b>	4c4 tout terrain	Situation pédagogique imposée par l'enseignant  +  <b>Situation d'évaluation des acquis / choix de travail</b>
	<b>Jeu de transition</b>	3c0 puis 3c2	3c0 puis 3c3	X		
	<b>Jeu placé</b>	X	X	4c3 sur ½ terrain	4c4 sur ½ terrain (panier sur rebond off. Compte double)	

**Conduire et réguler ses efforts** : Faire des choix, piloter, s'adapter en fonction des constats (observables, effets...) : Exemple avec la situation d'évaluation des acquisitions sur le thème de « la conservation du ballon ». Ce tableau pourrait avoir sa place dans un **carnet d'entraînement** d'équipe ou individuel.

SITUATION D'EVALUATION	Evaluation de la réussite	OBSERVABLES – CRITERES → causes des échecs								
		Placement et déplacements des joueurs	Rythme et circulation du ballon	Rôles des joueurs et réactivité	Adaptation aux changements de défenses adverses	Techniques avec le ballon	Engagement physique	Choix tactiques, prise de décision	envie, motivation	Solidarité, entraide
Initiale ou formative										
10 attaques en 4c3 de suite	3 attaques avec tirs 7 attaques sans tirs	PB	PB	PB	-	OK	OK	PB	OK	OK
REGULATION : Idées d'exercices ou de conseils adaptés →		3c1 avec couloirs d'attaques 4c4 avec ballon qui doit circuler dans les 3 couloirs	Favoriser la contre - attaque	Définir des rôles au préalable	-	-	-	Favoriser le surnombre offensif, limiter le pouvoir des défenseurs	-	-

**Situation révélatrice des acquis :** Savoir d'entraîner serait donc la capacité de faire un constat précis de l'efficacité de son équipe dans telle ou telle phase de jeu, au regard de tels ou tels critères (observables), pour ensuite déterminer un projet d'entraînement, réguler et conduire ce projet pour progresser. La situation révélatrice des acquis doit donc déterminer la cohérence des choix déterminés et les bénéfices apportés à l'équipe sur le ou les axes travaillés.

<b>Chez les élèves (équipe)</b>	<b>Sélection des PHASES de JEU</b>	<b>Choix des CRITERES d'EFFICACITE</b>	<b>PLANNIFICATION</b>	<b>REGULATION</b>	<b>PROGRES</b>
Pour l'enseignant	NA-ECA-A-AD	NA-ECA-A-AD	NA-ECA-A-AD	NA-ECA-A-AD	NA-ECA-A-AD

### Evaluation en 4 degrés

Degré 1	Degré 2	Degré 3	Degré 4
<p>Le constat initial n'est pas cohérent ni justifié par l'élève et doit être établi par l'enseignant.</p> <p>Le projet d'entraînement cohérent est défini par l'enseignant.</p> <p>Les exercices choisis dans la leçon d'EPS sont inadaptés au projet d'entraînement. Les conseils de l'enseignant ne sont pas suivis par l'élève.</p> <p>L'entraînement est discontinu, plusieurs projets sont abordés sans cohérence au cours de la séquence sans remise en cause de l'élève.</p>	<p>Le constat initial est justifié par l'enseignant (aide totale).</p> <p>Le projet d'entraînement cohérent est défini par l'enseignant et l'élève.</p> <p>Les exercices adaptés issus de la leçon d'EPS sont réinvestis. 1 paramètre (ou 2) de l'entraînement est modulé pour s'adapter au projet par l'enseignant.</p> <p>La continuité de l'entraînement est justifiée par l'élève mais n'est pas établie d'une leçon à une autre. L'enseignant relance l'élève à chaque leçon.</p>	<p>Le constat initial est cohérent et justifié par l'élève et par l'enseignant (aide-guidage).</p> <p>Le projet d'entraînement cohérent est clairement défini par l'élève et l'enseignant.</p> <p>Les exercices adaptés issus de la leçon d'EPS sont réinvestis. 1 paramètre (ou 2) de l'entraînement est modulé pour s'adapter au projet par l'élève.</p> <p>La continuité de l'entraînement est justifiée et établie d'une leçon à une autre.</p>	<p>Le constat initial est cohérent et justifié par l'élève seul.</p> <p>Le projet d'entraînement cohérent est clairement défini par l'élève.</p> <p>Les exercices adaptés issus de la leçon d'EPS sont réinvestis mais l'élève propose également des exercices créés par lui-même en modifiant des paramètres de l'entraînement.</p> <p>La continuité de l'entraînement est justifiée et établie d'une leçon à une autre.</p>

<p>Le bilan est absent ou incomplet et ne permet pas de faire des liens entre le projet d'entraînement et sa mise en œuvre. Aucune justification des progrès ou de l'absence de progrès n'apparaît.</p>	<p>Le bilan est lacunaire et imprécis. La continuité entre les séances n'apparaît pas. La démarche expérimentale et les repères précis n'apparaissent pas.</p>	<p>Le bilan met en œuvre la nécessaire continuité de l'entraînement (répétitions) et utilise des repères précis pour justifier les progrès ou non.</p>	<p>Le bilan met en œuvre la nécessaire continuité de l'entraînement (répétitions) et utilise des repères précis pour justifier les progrès ou non. Le bilan met en avant une prise de distance par rapport aux résultats obtenus et propose un ou plusieurs axes futurs d'entraînement justifiés.</p>
---	--	--	---

## Pédagogie

Favoriser les groupements différents (de tutorat, de besoin, affectifs, de niveau...)

Alterner entre une pédagogie légèrement « directive » pour montrer et faire vivre les situations authentiques dans un premier temps et une pédagogie de la « régulation et différenciée » en fonctions des groupes de besoin.

Laisser de la place pour l'apprentissage en mode essais-erreurs, orienter, répéter,

Instaurer un climat de maîtrise.