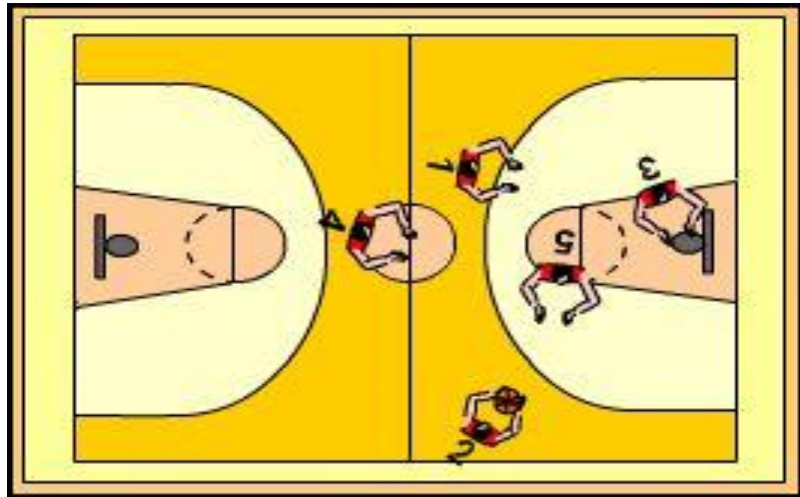




LA PLAQUETTE



LES SIGNES CONVENTIONNELS DU BASKET-BALL

(X) ou (1) **Joueur porteur de balle (PB)**

X ou 1, 2, 3 **Joueur non porteur de balle (attaquant NPB)**

[ou D1, D2 **Défenseur**

→ **Déplacement d'un non porteur de balle (NPB)**

- - - - - → **Passe**

~~~~~ → **Déplacement d'un joueur en dribble**

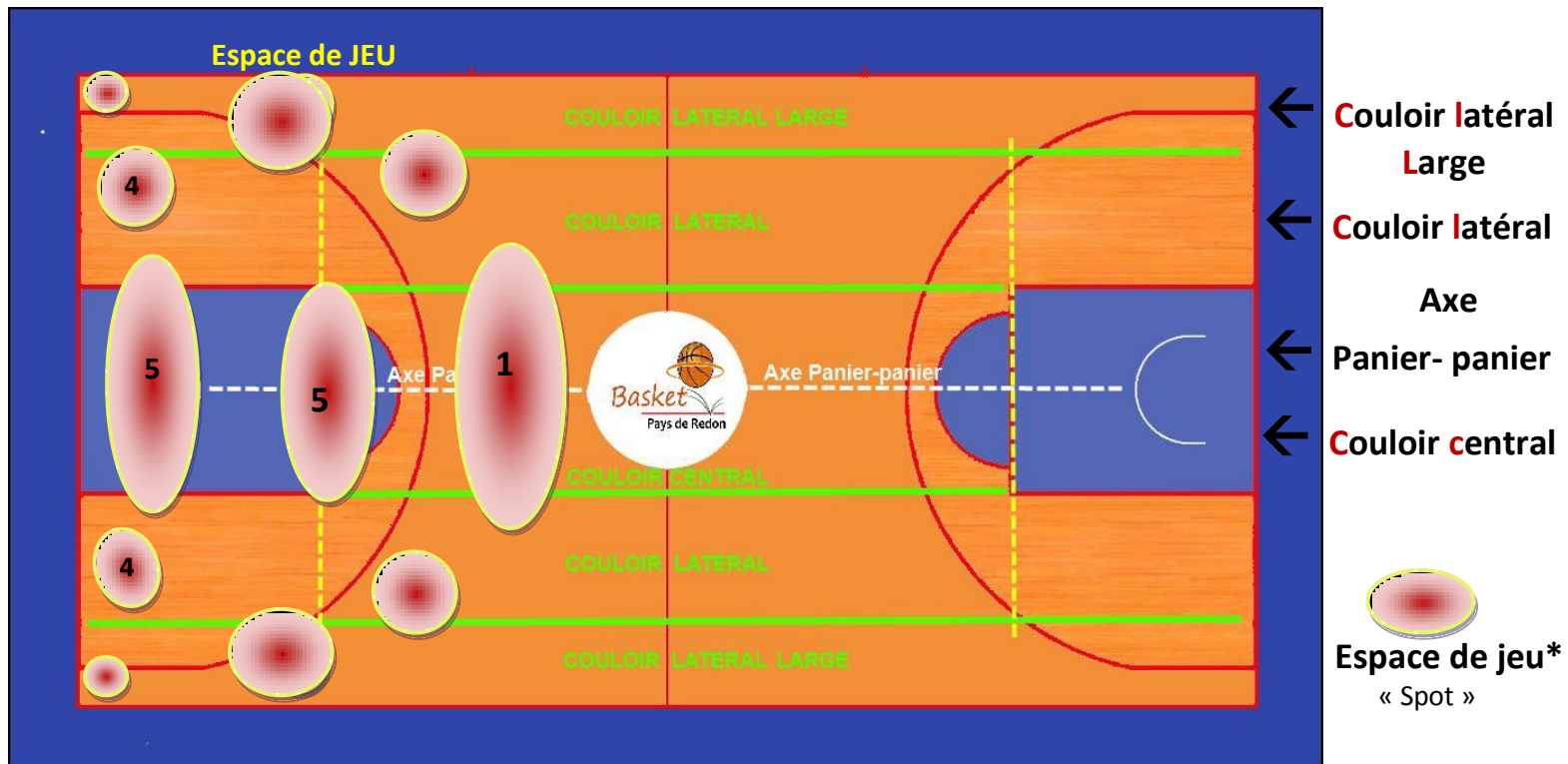
↗ **Changement de direction d'un joueur**

→→→ **Tir**

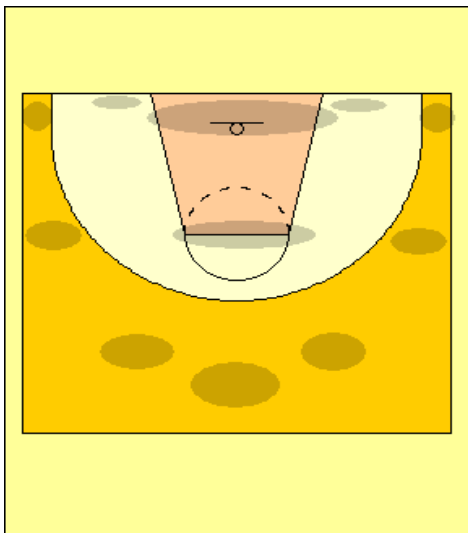
—| **Ecran**

- (E) Entraîneur
- (P) Passeur
- (R) Rebondeur

## LES ZONES CONVENTIONNELLES DU BASKET-BALL



## LES ESPACES DE JEU « LE SPACING»\*



### **\* Le respect des espaces de jeu**

- Les joueurs avec ou sans ballon doivent se placer, se déplacer et se replacer sur les espaces identifiés (Spot).
- Si l'on reçoit un ballon dans un espace non spécifié, soit l'action de tir est déclenchée soit on se replace sur un espace pour transmettre ou entreprendre une nouvelle action de jeu.
- La volonté est d'exploiter la largeur et la profondeur du terrain.

## COMMENT UTILISER LA PLAQUETTE

- A quoi sert-elle ?
- Comment l'utiliser ?

C'est le « pense bête » du coach

### La plaquette coach – AVANT LE MATCH

- Écrire les consignes que je vais donner aux joueurs (simples et claires)
- Rappeler l'organisation par des dessins
- Centrer la concentration des joueurs à soi. (Attention ! 3 à 4 consignes maximum)

### Les différentes consignes

1. la consigne générale (1)
  - L'esprit, l'ambiance du match, la logique club...  
exemple: Vite – agressivité – Concentration...
2. les consignes offensives (2/3)
  - Sur jeu rapide (aller vite vers l'avant – rappel sur l'organisation des joueurs avec un dessin)
  - Sur jeu placé (fer à cheval – rappel sur l'organisation des joueurs avec un dessin)
3. les consignes défensives (1/2)
  - Type de défense (indivi – zone – tout terrain...)
  - Organisation particulière (les rotations – l'organisation sur écran...)
4. les consignes particulières (...)
  - Attitudes par rapport à un joueur, un état d'esprit... (À partir de U17/seniors)

### La plaquette coach – PENDANT LE MATCH

- Noter sur la plaquette nos points forts et nos points faibles pendant le match pour faire un retour aux temps-morts ou ¼ temps.
- Rappel de l'organisation sur le terrain aux temps-morts ou ¼ temps  
– Utile pour centrer la concentration des joueurs à soi, accroche visuelle