

REPUBLIQUE DU SENEGAL

MINISTERE

DE LA JEUNESSE ET DES SPORTS

INSTITUT NATIONAL SUPERIEUR
DE L'EDUCATION POPULAIRE
ET DU SPORT

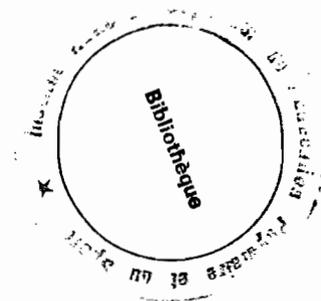
INSEPS

T H E M E .

**La Gestion du Temps D'entraînement de Basket - Ball
L'exemple de Quelques Equipes D'elite De DAKAR,**

Memoire de Maitrise ES Sciences et Techniques de L'activite Physique et du SPORT

**PRESENTÉ PAR .
MOUSSA DJIBA**



**Année Civile de Soutenance
1990 - 1991**

**Dirigé Par :
Moussa Gueye
Professeur à L'INSEPS**

DEDICACES

A ma défunte mère, ma grand-mère, mon père, à mes soeurs, à mes deux frères SIIY et YOUNOUSS. A mes oncles et tantes. A ma copine AWA, je dédie ce travail pour leur soutien contunuel.

Que tous les amis et parents qui ont cru en moi et m'ont épaulé, trouvent ici mes vifs remerciements: "le seul bien qui nous reste. c'est d'avoir quelquefois donné".

R E M E R C I E M E N T S

L'auteur désire exprimer son appréciation et sa gratitude à Mr MOUSSA GUEYE, mon directeur, pour son assistance lors de la réalisation de ce document.

L'auteur témoigne une profonde reconnaissance à Mr IBRAHIMA DIAGNE, D.G du CICES, à ses secrétaires du Service Informatique Mlles RAMATOULAYE SAME et NDEYE MAGUETTE KONARE pour la rédaction de ce document. Il y a un silence qui en dit parfois plus long que les mots exprimés.

De plus notons le support moral de l'ensemble de mes copains de classe et à mes copines de MERMOZ: NABOU, FAMA, et MARTHE.

A mes cousins avec qui j'ai traversé de mauvais moment, avec qui j'ai partagé mes douleurs et mes joies. A PAPE, NICOLAS et TAPHA, j'exprime ma profonde gratitude.

Ma reconnaissance va également à ma cousine BANNA, à ma tante KHADY DIEME et à son sympathique mari, à mes amis LOU, MODOU et YOUS.

Une vive reconnaissance à mes joueurs de GOREE, et aux administratifs de la section de basket-ball de l'U.S.G. Et en particulier à BUSNEL DIAGNE à qui je voue une profonde admiration.

- S O M M A I R E -

| | |
|-----------------------------------|----|
| INTRODUCTION | 2 |
| Problématique | 5 |
| Recension des écrits | 7 |
| Méthodologie | 16 |
| Résultats et Interprétation | 22 |
| CONCLUSION | 39 |

ANNEXES.

I N T R O D U C T I O N G E N E R A L E

Le basket-ball qui il y a cent ans n'était pratiqué que par des étudiants de SPRINGFIELD dans l'état du MASSACHUSETTS, est pratiqué aujourd'hui dans les quatre coins du monde.

La Fédération Internationale de Basket-ball (FIBA), qui est l'instance de gestion, regroupe cent soixante dix sept pays.

Cette expansion du Basket-ball s'est faite parallèlement à l'amélioration des qualités intrinsèques de l'homme et à l'évolution technologique qui a influencé le matériel didactique et le règlement de jeu. Les qualités requises pour la pratique du Basket-ball nécessitent plus d'exigences techniques. Ces exigences techniques sont devenues plus strictes. Pour l'acquisition de ces exigences, les entraîneurs ont besoin de beaucoup plus de temps d'entraînement. Le temps, revêt dès lors une importance capitale pour l'entraîneur d'une équipe. Ainsi chaque entraîneur met tout en oeuvre pour avoir le maximum de temps à consacrer à l'entraînement de son équipe. Cette gestion du temps fait partie des principes généraux des méthodes d'entraînement qui ont connu une grande évolution.

Notre étude s'intéresse à mesurer l'importance que les entraîneurs sénégalais accordent au temps d'entraînement et à la manière dont ils le gèrent. Dans la première partie de notre étude, nous présentons, les méthodes utilisées pour collecter les informations afférentes à la durée de temps accordée à l'entraînement et à l'utilisation de ce temps.

Dans la deuxième et troisième partie nous présentons les résultats que nous interpréterons pour donner des recommandations pour la plus grande efficacité dans la formation des joueurs.

PROBLEMATIQUE

Le temps est aujourd'hui un produit hautement consommé. Il faut réserver un minimum de temps à chacun des multiples biens que met à notre disposition le développement technologique. Ce temps est tellement important que certains assimilent à de l'argent, pour mieux marquer son importance. Ils s'emploient donc à gagner beaucoup de temps et à le gérer de la façon la plus rationnelle possible. Des procédés et techniques tendant à produire plus de temps et à mieux le gérer vont surtout se développer dans les sociétés économiques.

Le sport qui est aujourd'hui une entreprise soumise aux mêmes règles de fonctionnement que les sociétés économiques dispose de plus de temps que naguère. Ainsi l'accroissement du volume horaire réservé à l'entraînement des sports de compétition, s'explique en partie par l'évolution des exigences techniques et tactiques des différentes disciplines sportives, qui à leur tour sont la résultante des progrès observés au niveau des méthodes d'entraînement. Le temps ainsi mis à la disposition de la préparation à la compétition doit être géré avec la plus grande munitie. Et la façon de gérer ce temps pourrait expliquer les résultats obtenus par l'équipe.

Le but de notre étude est de systématiser la façon dont les entraîneurs de quelques Associations Sportives de Basket-Ball de la ville DAKAR gèrent leur temps d'entraînement.

CHAPITRE 1

RECENSION DES ECRITS

L'historique de la recherche sera bien difficile à établir. L'an zéro de la recherche dans le domaine du sport étant difficile à déterminer avec exactitude. Le développement de la pensée positiviste de A. COMTE dans la seconde moitié du 19^è siècle, peut être le point de départ de nombreuses voies de recherche dans le domaine du sport.

La période de la première à la deuxième guerre mondiale, entrecoupée par la crise économique de 1929 n'est pas favorable au développement des travaux de recherche en éducation physique et en sport.

On assiste en France à partir de 1928 à l'entrée de l'éducation physique à l'Université avec la création des IREP rattachés aux Facultés de Médecine. Il faudra attendre 1970 pour voir les UEREPS remplacer les UREP. Ces UEREPS seront alors rattachées aux Universités scientifiques. 1974 marque la création du premier conseil de la recherche en sport avec la participation de professeurs d'Université.

De la fusion en 1975 de l'INS et de l'ENSEP naîtra l'INSEP doté de laboratoires de recherche. En 1976 avec la création d'un "comité sport" au sein de la Direction Générale de la Recherche en Science et Technologie (DGRST), on assiste à la réalisation de programmes de recherche dans le domaine du sport.

Le milieu sportif conscient alors de la nécessité d'optimiser tous les paramètres liés à la performance, s'associe à des programmes de développement des laboratoires spécialisés de recherche dans le domaine du sport.

De nombreux pays sont déjà très avancés dans le domaine de la recherche en sport (USA - CANADA - les pays de l'EST et les pays de la Communauté EUROPEENNE). Et les résultats obtenus ne peuvent plus être niés.

Le milieu sportif initie des programmes de recherche dont les résultats conduisent à des applications rapides. Ces travaux s'appuient sur des connaissances fondamentales sans cesse renouvelées et complétées suivant les besoins. Les secteurs d'activités qui réussissent, s'appuient sur des résultats de recherche. En sport cette démarche doit s'accroître pour accéder à une meilleure connaissance des mécanismes de performance. Il importe d'avancer dans cette voie pour contribuer au développement du sport.

Les années 70 marquent le tournant décisif dans le domaine de la recherche en sport.

Les nombreux travaux entrepris portent plus sur la recherche de l'efficacité de l'enseignement. Ce type de recherche a pour objet d'étude l'interaction entre les enseignants et les étudiants dans le but d'identifier les conditions optimales d'apprentissage.

La difficulté d'étudier ce phénomène est vite apparue aux chercheurs. Elle aura pour raisons: l'utilisation d'une méthodologie inadéquate ou le choix de variables inappropriées. La conséquence est que: une partie importante des recherches n'a pas donné les résultats escomptés pour les raisons évoquées plus haut c'est à dire: l'utilisation d'une mauvaise procédure de recherche et d'un mauvais choix

de variables. Il y aura une remise en cause du postulat selon lequel, l'enseignant est un élément essentiel dans le processus Enseignement.

Apprentissage, après la parution d'un rapport, nommé Rapport COLEMAN en 1966.

Cette remise en cause aura pour effet d'amener les chercheurs à un choix méthodologique et une analyse des variables plus judicieux, pour l'étude de l'efficacité de l'enseignement. Depuis 1970 les études sur l'efficacité de l'enseignement furent l'objet de crédits importants et ont fourni une bonne quantité d'informations pertinentes.

Pendant la première moitié du 20^e siècle les chercheurs en enseignement ont été surtout préoccupés par l'identification et des caractéristiques des enseignants qui pourraient être les plus associés aux changements survenus chez les apprenants. Le postulat qui est à la base de cette investigation peut être résumé de la façon suivante: "ce qu'est l'enseignant ne peut manquer d'influencer ce que fait l'élève".

Dans l'identification des habiletés d'enseignement qui fondent les intervenants efficaces, DOYLE (1978 et 1979) signale l'importance d'analyser avec soin les variables médiatrices avec les gains en apprentissage. Ces variables médiatrices sont: l'attention, la nature de l'engagement des apprenants, l'utilisation du temps...

Il est intéressant de constater qu'à partir de 1979, la description de ces variables médiatrices est déjà amorcée par les travaux sur le temps d'apprentissage offert aux pratiquants: PIERON et HAAN (1979) BRUNELLE et AL (1980) MOLEISH (1981) et RATE (1980).

Cependant, les études sur le comportement de l'enseignant devraient porter davantage sur les aspects peu explorés en éducation physique et en sport, et qui ont été identifiés dans d'autres secteurs d'enseignement comme étant des variables importantes dans le processus d'apprentissage.

Ainsi, à titre d'exemple, il est surprenant de constater que, même si des études ont révélé que les enseignants passent presque 25 % de leur temps à observer, on sait peu de choses sur la façon dont ils occupent ce "temps d'observation".

Les multiples observations réalisées par les chercheurs:
- Nord-américains: CHEFFERS (1978), ANDERSON (1980),
BRUNELLE JEAN (1980).

- Belge: PIERON, MAURICE (1982).

- Français: MARSENACH, (J), 1982 (2)

en vue de décrire la séance d'éducation physique telle qu'elle se déroule en réalité permettent de brosser un portrait précis du cours. les résultats sont nombreux et variés. Concernant le temps on sait d'après ces résultats que les bons enseignants passent un peu plus de 20 % du temps en activité motrice (observation individuelle réalisée par M. PIERON en 1982).

Cette information capitale entraîne une implication directement évidente pour l'enseignant, qui doit s'efforcer d'augmenter le temps passé à la tâche. Condition impérative pour produire un temps valable d'apprentissage élevé. Ce temps se définit comme étant "la quantité de temps qu'un étudiant passe en étant engagé à réaliser des tâches en relation avec l'éducation physique et dans lesquelles il obtient un bon degré de succès" selon BRUNELLE JEAN.

Le temps est dès lors associé à l'efficacité de l'enseignant. Et des programmes importants de recherche sont élaborés en vue de valoriser ce temps.

DARYL SIEDENTOP fut le premier chercheur en éducation physique à proposer l'utilisation de la notion de temps d'apprentissage. En collaboration de BIRDWELL et METZLER il élabore un cadre de référence permettant d'estimer le pourcentage des composantes de ce temps d'apprentissage.

CARREIRO DA COSTA, F*, en collaboration avec PIERON, MAURICE a réalisé une étude portant sur l'efficacité de l'enseignement. Il a observé dix huit professeurs. Dans son étude il s'est intéressé à la notion de gestion du temps de la leçon. Celui-ci se distribue suivant une division décrite par Pieron en 1982, en temps-programme, temps utile, temps d'instruction, temps d'organisation et en temps disponible pour la pratique. Lors de l'observation deux modalités sont utilisées: l'observation directe centrée sur la gestion du temps de la classe et l'observation différée à partir d'enregistrement vidéo.

Concernant le temps d'apprentissage, il note une différence nette dans le temps utile que s'approprient les différents professeurs observés. Les professeurs les moins efficaces obtenaient un temps utile qui ne représente que 75 % de celui des professeurs les plus efficaces.

SWALUS, PIERRE* en collaboration en collaboration avec CARLIER, GHISLAIN et RENARD JEAN PIERRE a mené une étude portant sur l'analyse de l'enseignement, notamment du contenu de l'enseignement de l'éducation physique.

Farmi les méthodologies de recherche existantes, l'observation s'est révélée la plus appropriée pour rendre compte de ce qui se passe réellement en classe. L'observation et l'analyse du contenu, font partie d'une recherche plus vaste destinée à étudier les principaux paramètres méthodologiques parmi lesquels la Gestion du Temps.

Muni d'un chrono, il décrit le plus précisément possible les tâches pratiquées. Il note pour chacune d'elles le temps d'information ainsi que le temps disponible pour l'activité motrice. Il note que près de la moitié du temps utile d'exercice est consacré à l'apprentissage d'habiletés motrices. Viennent ensuite les qualités mécaniques (35 % du temps utile). Puis les séquences poursuivant un objectif psychomoteur (ajustement à un rythme, perception du corps) avec 12,8 % du temps utile. Enfin la création et l'invention ne prennent que 3,9 % du temps utile.

En fonction des tâches proposées par l'enseignant, les élèves adoptent pour la plupart du temps un comportement d'exercice ou d'entraînement (dans 92 % des cas, soit 88 % du temps utile).

Les gestes naturels représentent 49 % du temps utile. Sur les 51 % restants pour les exercices analytiques, 43,6 % sont réellement utilisés. Ces pourcentages sont élevés suivant qu'on est en Athlétisme (73 % du temps utile) ou en gymnastique (48,1 % du temps utile).

Le temps d'engagement moteur et le temps passé à la tâche sont des variables qui ont pris le plus de signification dans les études relatives à l'enseignement des activités physiques et sportives.

Dans ces différentes études relatives à l'efficacité de l'enseignement de l'éducation physique et sportive, PIERON* a développé des plans d'observation qui considèrent l'élève.

En pratique le plan d'observation est centré sur les comportements de l'élève. On choisit un élève et on l'observe pendant un laps de temps de l'ordre de 3 à 5 minutes. En respectant le choix au hasard de 4 à 6 élèves pendant une leçon, on obtient une image valide de l'ensemble des comportements de la classe.

Selon une idée de BERLINER qui soutient que les comportements de l'enseignant exercent leur influence en augmentant ou en réduisant le temps que l'élève consacre à l'apprentissage de la tâche proposée. Idée reprise par PIERON et ses collaborateurs (Hann - DOHOGNE - CLOES - BOZZI - GONCALVES - RENSON - SALESSE...). La plupart des études réalisées indiquent des valeurs relativement faibles de

l'ordre de 30 % du temps utile avec quelques rares pointes de l'ordre de 50 %. Le temps d'engagement moteur au Basket-Ball inférieur est de 51 %.

Une étude intéressante a été réalisée au niveau du Basket-Ball par PIERON. Des instruments d'observation ont été réalisés de manière spécifique afin de correspondre à la réalité de l'entraînement. Ces plans ont donc pris comme point de départ la situation sportive, à partir de deux systèmes d'observation développés par RUSHALL en 1975. L'un est centré sur l'entraîneur, l'autre sur le sportif.

Dans l'enseignement on a vu se multiplier les systèmes d'observation, permettant de suivre de manière systématique les élèves. Dans l'entraînement sportif, ces systèmes peuvent trouver facilement application ou moyennant des adaptations destinées à pouvoir les adapter à la réalité sportive.

L'observation de quelques équipes belges de Basket-Ball a permis de constater les valeurs du temps suivantes:

-> Les joueurs observés passent 17,6 % de leur temps dans des situations qualifiées de préparatoires à l'apprentissage. Et 6,8 % en attente générale, 5,4% en organisation.

-> Il restait ainsi 82,4 % pour les situations d'apprentissage dans lesquels 27% concernaient le travail des habiletés individuelles ou technico-tactiques, et 48,5 % en situation de jeu.

On retiendra que l'engagement moteur s'élevait à 28,6 % et l'engagement indirect à 19,4 %. Celui-ci implique une présence au jeu, mais sans participation réelle à l'action. L'engagement cognitif atteignait quant à lui 6,6 % pendant les situations d'apprentissage. L'attente représentait 12 % du temps.

Comme on le constate, ces observations ne paraissent pas se démarquer des résultats obtenus au milieu scolaire. Et on note une variation des résultats en fonction des séances. Les situations d'apprentissage ne varient que de 78,1 à 87,2 % .

L'engagement des joueurs est nettement plus variable s'étalant de 49,6 % à 77,7 % indiquant l'influence nette jouée par l'objectif de la séance.

Par leurs structures, comme par leurs objectifs, les situations spécifiques d'entraînement choisies par l'entraîneur peuvent modifier la relation pédagogique d'entraînement, tant dans l'engagement des joueurs que dans les interventions de l'entraîneur. Au Sénégal s'il est vrai qu'il existe un temps prévu pour la durée de chaque séance, il est moins évident que ce temps est géré comme un paramètre facilitant l'apprentissage. Les entraîneurs sénégalais dans leurs tentatives d'implanter des stratégies qui leur permettent d'atteindre les objectifs fixés pour leurs joueurs, tiennent-ils compte de la façon de gérer leur temps d'entraînement?

C'est là une question qui mérite d'être approfondie. La réponse à cette question constitue le but poursuivi par notre étude.

CHAPITRE II

M E T H O D O L O G I E

L'étude a été effectuée sur six équipes fanions masculines de basket-ball de la ville de DAKAR.

Chaque équipe exceptée une, dispose d'un terrain d'entraînement qu'elle partage avec les autres catégories qui la composent.

Ces équipes se composent de joueurs ayant appris à jouer au basket, et participé à des compétitions dans des associations de basket-ball depuis la petite catégorie.

Ces joueurs sont en majorité des élèves et donc sans emploi à l'exception de ceux opérant dans des associations militaires ou paramilitaires.

chacune des équipes est dirigée par un entraîneur qualifié soit par la fédération de tutelle (FSBB), soit par d'autres institutions de formation.

Ces équipes sont classées entre la première et la troisième place dans le classement de leur poule respective à mi-parcours dans le championnat national de première division.

Après avoir pris des renseignements concernant les jours et lieux d'entraînement, nous avons été au hasard et de manière inopinée leur rendre visite. Chaque association fut observée trois fois.

I INSTRUMENT DE COLLECTE DE DONNEES

Une grille d'observation qui enregistre treize temps a été établie. Les items choisis sont regroupés dans deux rubriques.

La grille se compose de deux grandes rubriques: Une première partie décrivant la division générale du temps par un rapport aux divisions des séances.

La deuxième partie recense le contenu technique de la séance. Nous avons essayé d'étudier la gestion du temps d'entraînement par rapport aux grandes divisions de la séance. Les items retenus sont:

La durée théorique: elle représente le temps-programme qui est la durée que se fixent les entraîneurs pour leurs séances.

La durée de préparation: c'est la période de temps qui s'écoule à partir de l'heure théorique fixée pour l'entraînement et le début réel de celui-ci.

La durée de l'engagement moteur: elle correspond au temps effectif pendant lequel les joueurs sont préoccupés à réaliser une tâche motrice.

La durée de présentation des objectifs: temps pendant lequel l'entraîneur introduit la séance, en mettant les joueurs au courant des objectifs visés et des moyens à mettre en oeuvre pour les atteindre.

La durée d'organisation: elle correspond au temps de mise en place et d'organisation du travail.

19

La durée des informations: elle exprime la durée totale des différentes explications des exercices, corrections de tâches en relation avec l'apprentissage.

La deuxième rubrique: le contenu technique de la séance qui est répertorié à travers les items suivants:

La durée de l'échauffement: temps pendant lequel les joueurs sont préparés physiquement et mentalement à l'effort pour éviter les accidents et introduire techniquement la séance.

Fondamentaux individuels d'attaque: ce sont des exercices avec ou sans ballon: dribble et progression, passes, tirs, démarquages, les arrêts et départs en dribble etc...

Les fondamentaux individuels de défense: ce sont des exercices qui visent les positions et qui permettent de gagner le ballon. Ce sont souvent les positions de base: les contres, les rebonds et les interceptions qui constituent le vocabulaire du joueur.

Fondamentaux collectifs d'attaque: ce sont des combinaisons impliquant deux ou plusieurs joueurs dans des situations particulières de jeu.

Fondamentaux collectifs de défense: c'est la coordination entre des joueurs pour gagner le ballon.

Choix de l'instrument: la grille choisie résume bien le contenu d'un match de basket-ball.

Analyse statistique: les données sont présentées sous forme de moyenne et d'erreurs types et ont été soumises à une analyse de variance à une voie. La répartition et l'utilisation du temps d'entraînement selon les grandes divisions des sciences des activités physiques, de même que

la répartition du temps en fonction du contenu technique chez chacune des équipes observées, sont présentées sous forme de moyennes et d'erreurs types.

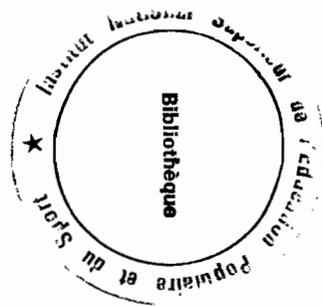
Les comparaisons des moyennes ont été faites en appliquant une analyse de variance à une voie.

Le niveau de signification a été fixé à 5% (0.05).

CHAP III

P R E S E N T A T I O N E T

I N T E R P R E T A T I O N D E S R E S U L T A T S



12

Le recensement des terrains mis à la disposition des sections de basket-ball, montre en moyenne deux terrains pour chaque section.

Conformément à la politique de développement du basket-ball initié par la direction technique nationale (DTN): chaque section entretient en moyenne six équipes garçons et filles.

Les deux terrains semblent insuffisants pour l'entraînement des six équipes qui comptent au moins quinze joueurs. Ceci est un facteur limitatif pour l'entraîneur qui doit disposer d'un maximum de temps possible pour sa séance, et pour pouvoir utiliser ce temps de la façon la plus efficiente. Cependant, considérant la durée moyenne théorique réservée à l'entraînement des équipes fanions soit 120 minutes, et moins trois fois par semaine, les équipes fanions ne souffrent pas apparemment du manque de terrains.

Les moyennes de la durée théorique (tableau 1) observée, réservée à l'entraînement des équipes fanions masculines, des associations sur lesquelles porte notre étude (90 à 120 minutes), ne présentent pas de différences significatives.

Cette durée est égale à la durée théorique qu'indique la littérature qui est de 120 minutes, et réservée à l'entraînement des équipes en sports collectifs d'un niveau national et international.

C'est parce qu'au niveau des équipes observées on a contourné le problème du manque de terrains en programmant des séances d'entraînement en début ou en milieu de matinée.

La durée de préparation (tableau 2), représente le temps perdu entre l'heure fixée pour le début de la séance et l'heure à laquelle elle a débuté réellement. Les moyennes sont comprises entre 15 et 25 minutes et ne présentent pas de différences significatives. La moyenne de la durée de préparation des équipes est de 25mn soit 20.83%. Cette perte de temps s'explique d'une part par la composition des équipes, qui sont constituées en majorité d'élèves d'étudiants et de travailleurs et d'autre elle s'explique par l'habitude qu'ont les joueurs et les entraîneurs de venir aux entraînements au delà de l'heure fixée pour le début de la séance.

Cette perte de temps ne favorise pas une utilisation efficiente du temps consacré à l'entraînement. Les entraîneurs et joueurs se plaignent de ne pas s'entraîner suffisamment. Mais on voit des équipes qui s'entraînent plus de trois fois par semaine à raison de deux heures par séance; ce qui signifie que ce n'est pas le temps qui leur manque. C'est plutôt la manière d'utiliser ce temps qui est en cause.

Les moyennes de la durée de présentation des objectifs (tableau 3) (1 à 2 minutes), ne présentent pas de différences significatives. La durée moyenne est d'une minute soit 1% de la durée théorique. La durée de présentation des objectifs est la période pendant laquelle l'entraîneur présente sa séance et cherche l'adhésion des

Les moyennes observées ne favorisent pas un travail efficace de la technique individuelle. La conséquence est que le joueur sénégalais est de moins en moins efficace en situation réelle de jeu ou la technique individuelle est sollicitée.

Les moyennes observées pour le travail consacré aux fondamentaux individuels de défense : 9 à 13 mn (tableau 9) ne présentent pas de différences significatives entre les équipes. Ces fondamentaux représentent l'ensemble des gestes et comportements, susceptibles de soutenir l'action du joueur en défense. Ils sont souvent travaillés dans des situations sous formes de 1 contre 1, de 2 contre 2, 3 contre 3 etc..Ce sont des situations qui permettent de saisir les comportements et attitudes du joueur en défense: elles permettent également une meilleure correction. Ces situations sont souvent travaillées dans les équipes observées, en complément de l'échauffement. Ce qui explique la faiblesse des durées. La durée moyenne est de huit minutes soit 13,33% de la durée de l'engagement moteur de groupe et 6,66% de la durée théorique de la séance. La faiblesse des moyennes s'explique également par le fait que l'entraîneur ne disposant que de très peu de temps réel de travail pour un grand nombre d'exercices; et obligé de réduire le temps de certains exercices. Ce sont souvent les exercices qui suivent l'échauffement. Alors que c'est à ce niveau qu'on devrait consacrer beaucoup plus de temps.

Le travail des fondamentaux collectifs (tableaux 10 et 11) sous forme de situations simplifiées de jeu n'enregistre pas de durée élevée. Les durées moyennes observées huit à

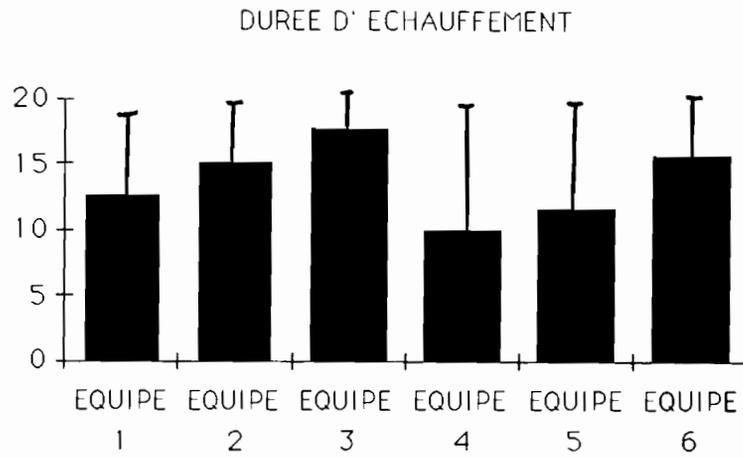


TABLEAU 7 : MOYENNES DES DUREES DE L'ECHAUFFEMENT

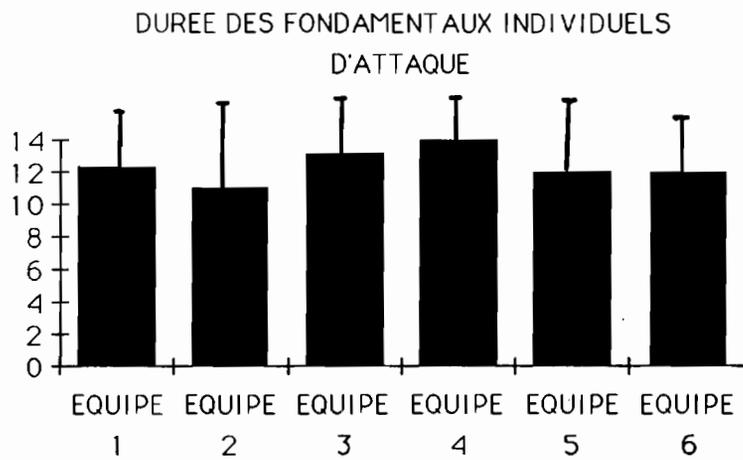


TABLEAU 8 : MOYENNES DES DUREES DES FONDAMENTAUX INDIVIDUELS D'ATTAQUE

onze minutes consacrées au travail des fondamentaux collectifs d'attaque ne présentent pas de différences significatives. La durée moyenne est de neuf minutes soit 7,5% de la durée théorique et 18,33% de la durée de l'engagement total de groupe. Ces fondamentaux sont travaillés à partir de situations de 2 contre 2, 3 contre 3. Une grande répétition des gestes techniques, favorisent l'apparition des comportements des joueurs dépassant ou proches de l'attente de l'entraîneur. On y parviendra difficilement compte tenu du temps relativement court qui leur est consacré. Conséquence les joueurs se trouvent dans des périodes d'attente souvent trop longues à cause du manque de matériel de travail (ballons).

Pour des équipes entretenant jusqu'à plus de quinze joueurs cette situation ne favorise pas les apprentissages. Les moyens de la durée consacrée aux fondamentaux collectifs de défense: neuf à treize minutes ne présentent pas de différences significatives. La moyenne observée est de onze minutes soit 9,16% de la durée théorique et 18,33% de l'engagement total de groupe. La faiblesse de ces moyennes est souvent due au très grand nombre d'exercices qui compose la séance. Cette fragmentation est un indicateur de la mauvaise gestion du temps de séance.

La prè-tactique forcera les situations offensives en augmentant progressivement et de manière rationnelle la barrière "défense". Tous ces principes doivent être travaillés, répétés conjointement aux fondamentaux

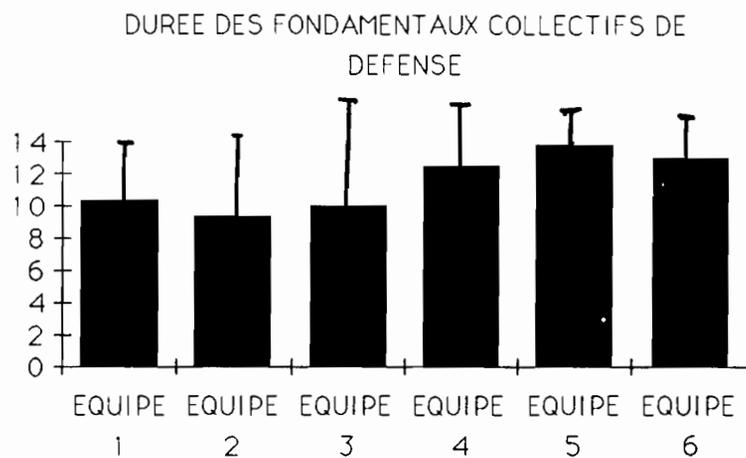


TABLEAU 9 : MOYENNES DES DUREES DES FONDAMENTAUX INDIVIDUELS DE DEFENSE

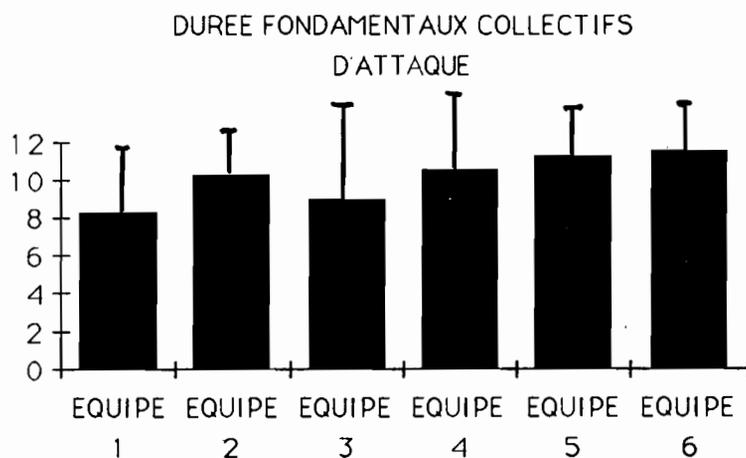


TABLEAU 10 : MOYENNES DES DUREES DES FONDAMENTAUX COLLECTIFS D'ATTAQUE

offensifs. Les entraîneurs observés travaillent ces fondamentaux en deux parties distinctes. Ce qui ne favorise pas une bonne utilisation du temps.

Les moyennes de la durée consacrée au travail des schémas tactiques (tableaux 11 et 13) neuf à dix huit minutes pour l'attaque, avec une moyenne de douze minutes soit 10% de la durée théorique et 20% de la durée de l'engagement total de groupe. Les moyennes de la durée consacrée au travail des schémas tactiques de défense six à vingt huit minutes ne présentent pas de différences significatives. La moyenne générale observée est également de douze minutes soit 10% de la durée théorique et 20% de la durée de l'engagement total de groupe. Dans un milieu, qui a la réputation de poursuivre des objectifs élitistes, visant efficacité et rendement à l'entraînement comme dans le jeu de compétition, les moyennes observées dans les clubs visités ne favorisent pas la poursuite de tels objectifs. Selon CLOES 1986 la manière de gérer le temps de séance est souvent fonction des objectifs de la séance. PIERON et BOZZI 1988 ont vérifié la même hypothèse. Ils sont arrivés à la conclusion que la manière de gérer le temps de la séance peut expliquer en partie la performance de l'équipe.

Parmi les six équipes visitées dans le cadre de notre étude quatre jouent les demi-finales des play-offs qui sont le dernier tour du championnat national de basket-ball de la première division sénégalaise. Cela voudrait-il dire que ces équipes ont une meilleure façon de gérer leur temps d'entraînement.

DUREE DES FONDAMENTAUX COLLECTIFS DE
DEFENSE

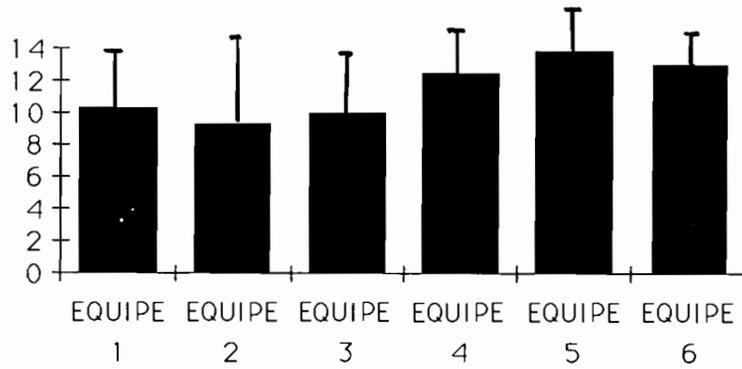


TABLEAU 11 : MOYENNES DES DUREES DES FONDAMENTAUX COLLECTIFS DE DEFENSE

DUREE SCHEMA TACTIQUE D'ATTAQUE

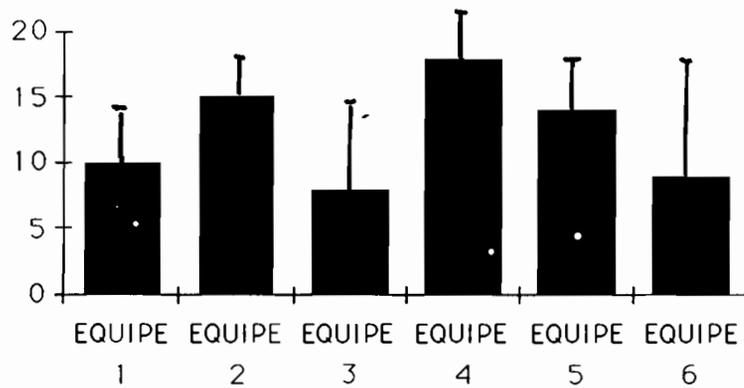


TABLEAU 12 : MOYENNES DES DUREES DES FONDAMENTAUX COLLECTIFS DE TACTIQUE

DUREE SCHEMA TACTIQUE DE DEFENSE

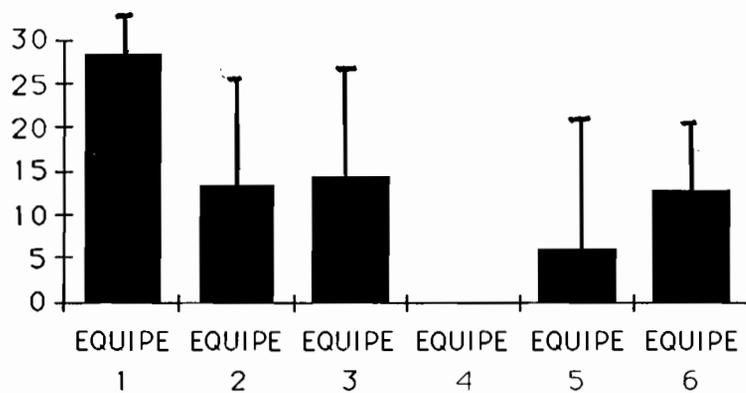


TABLEAU 13 : MOYENNES DES DUREES DES SCHEMAS TACTIQUES DE DEFENSE

Les durées moyennes observées consacrées au travail des schémas tactiques prouvent le contraire. Les performances de ces équipes ne peuvent pas être expliquées par la manière des entraîneurs de ces dernières. L'explication de leurs performances se trouve ailleurs que dans l'efficacité de la gestion du temps d'entraînement.

CHAP IV

C O N C L U S I O N

Malgré le peu de terrains dont ils disposent, et devant des effectifs importants qu'ils entretiennent, les entraîneurs disposent de la même durée d'entraînement.

Dans les clubs, les équipes fanions de basket-ball ont un temps important d'entraînement. (trois séances hebdomadaires au moins de deux heures chacune;).

Le statut social des joueurs, ne semble pas avoir une influence directe sur le temps d'entraînement disponible pour les équipes fanions. Ce statut ne semble pas affecter la participation des joueurs à l'entraînement. Cette participation est souvent due à la dynamique de groupe qui s'est installée dans le groupe.

Malgré cette faveur dont bénéficie les équipes fanions, d'énormes pertes de temps sont constatées lors des séances d'entraînement. Ces pertes s'observent au niveau de la préparation des joueurs en début d'entraînement, dans l'organisation du travail, et les informations en cours de séance.

Les entraîneurs pourraient gagner en efficacité lors des séances, si l'heure d'entraînement est respectée par les joueurs. La durée d'entraînement serait élevée, si les entraîneurs prenaient suffisamment de temps pour présenter les objectifs de la séance et gagner l'adhésion de ses joueurs. Il gagnerait en efficacité en augmentant donc le temps d'engagement de ses joueurs.

Les mécanismes de l'organisation du travail doivent être installés en début de saison, ce qui éviterait de mettre trop de temps dans le passage d'un exercice à l'autre. Un excellent échauffement en liaison avec les objectifs de la

séance, doit préparer la séance proprement dite.

L'entraînement sera plus efficace si les entraîneurs gèrent le temps d'engagement rationnellement, et obtiennent un temps d'engagement moteur élevé.

Le faible temps d'engagement moteur, s'explique par le fait que les entraîneurs dans leur formation théorique et pratique, n'ont pas reçu une formation spécifique quant à l'exploitation du temps d'entraînement. Il serait intéressant que dans cette formation on fasse intervenir un technicien en matière de gestion du temps.

Le niveau du basket-ball moderne est très élevé, il évolue et continue d'évoluer en qualité. cette évolution est surtout visible pendant les rencontres internationales. C'est un indicateur que les joueurs s'entraînent suffisamment et prennent beaucoup de temps pour travailler sur des situations faisant appel aux fondamentaux.

On a constaté lors de nos observations que très peu de temps est consacré au travail des fondamentaux individuels d'attaque et de défense, lors des séances d'entraînement. Alors que ces fondamentaux sont l'expression même du basket-ball moderne. Ces fondamentaux doivent être travaillés sur fond d'une préparation physique importante. Le basket-ball moderne se résume en condition physique, défense, adresse dans le jeu.

Les matchs auxquels nous assistons avec des remontées systématiques du ballons par le meneur pour trouver des défenses placées, reflètent les séances d'entraînement des équipes fanions. Alors que dans le basket moderne, ce sont les passes et les tirs qui prédominent en attaque. Avec le

30

type de jeu pratiqué actuellement dans le championnat national de première division. les défenses prennent souvent le pas sur les attaques.

Le manque de matériel d'entraînement (ballons), limite l'action des entraîneurs.

Il faut éviter de consacrer trop de temps à travailler des schémas tactiques, ce qui laisse supposer une faiblesse tactique de nos joueurs, il faut surtout insister plus sur le travail des fondamentaux individuels. en leur consacrant plus de temps.

Quant les joueurs auront suffisamment maîtriser, les fondamentaux individuels, il sera facile de les intégrer dans des systèmes de jeu, qui ne sont que la coordination des actions individuelles.

Il faut consacrer plus de temps au travail des fondamentaux individuels. Ceci donnera aux joueurs un même vocabulaire technique. Si ce vocabulaire est compris de tous, le travail des fondamentaux collectifs et des schémas tactiques sera grandement facilité.

Il y a là nécessité de revenir à un travail beaucoup plus simple et efficace, en prenant le temps nécessaire au travail des fondamentaux individuels. Le travail à l'entraînement doit être réparti selon un juste équilibre dans le temps d'entraînement.

CREVECOEUR, G., 1988 dit: "la seule chose que l'on a en commun avec ses adversaires s'appelle "LE TEMPS". Utilisons le donc plus intelligemment que lui. Car, si le talent et ses multiples composantes sont plus ou moins les mêmes pour tous, l'équipe qui sera le mieux préparée GAGNERA".

A N N E X E S

DUREE DES FONDAMENTAUX D'ATTAQUE

| | E1 | E2 | E3 | E4 | E5 | E6 |
|-----|-------|-------|--------|------|--------|-------|
| | 10 | 17 | 10 | 11 | 13,48 | 5 |
| | 15 | 6 | 12,20 | 7 | 21,48 | - |
| | 12 | 17 | 14,36 | 9 | 7,26 | 8 |
| EX2 | 469 | 614 | 455,04 | 251 | 695,80 | 89 |
| Ex | 37 | 40 | 36,36 | 27 | 42,22 | 13 |
| X | 12,33 | 13,33 | 12,13 | 9 | 14,07 | 4,33 |
| Ex2 | 2,67 | 80,66 | 14,36 | 8 | 101,63 | 32,67 |
| ERR | 0,66 | 3,66 | 1,54 | 1,15 | 4,11 | 2,33 |

SX = 13,45

| <u>ANOVA</u> | SC | DL | CM | Fo | Fc |
|---------------|--------|----|--------|-------|------|
| V.TOTALE | 596,31 | 17 | 35,07 | - | - |
| V.EQUIPES | 198,76 | 5 | 39,75 | 2,95 | 4,67 |
| E1 / E2 | 1,50 | 1 | 1,50 | 0,11 | 3,02 |
| E3 / E4 | 14,60 | 1 | 14,60 | 1,08 | 3,02 |
| E5 / E6 | 9,7 | 1 | 9,7 | 0,72 | 3,02 |
| E1E2 / E3E4 | 31,6 | 1 | 31,6 | 2,34 | 3,02 |
| E1E2E3EX/E5E6 | 198,76 | 1 | 198,76 | 14,77 | 3,02 |
| RESIDUELLE | 13,45 | 13 | 1,03 | | |

FONDAMENTAUX INDIVIDUELS DE DEFENSE

| | E1 | E2 | E3 | E4 | E5 | E6 |
|-----|-------|------|-------|--------|--------|-----|
| | 4,30 | 10 | 13 | 13,39 | - | - |
| | 5,30 | 10 | 10 | 5 | - | - |
| | - | 8 | 5 | - | 11,20 | 12 |
| EX2 | 45,58 | 264 | 244 | 204,24 | 125,44 | 144 |
| EX | 9,60 | 25 | 28 | 18,39 | 11,20 | 12 |
| X | 3,33 | 9,33 | 9,33 | 6,13 | 3,77 | 4 |
| Ex2 | 13,25 | 2,67 | 32,67 | 91,56 | 83,63 | 96 |
| ER | 1,48 | 0 | 2,33 | 3,90 | 3,73 | 4 |

SX = 16,1

| <u>ANOVA</u> | SC | DL | CM | Fo | Fc |
|---------------|--------|----|--------|-------|------|
| VT | 346,37 | 17 | 20,37 | - | - |
| V.EQUIPES | 115,45 | 5 | 23,09 | 1,42 | 4,67 |
| E1 / E2 | 54 | 1 | 54 | 3,35 | 3,02 |
| E3 / E4 | 11,39 | 1 | 11,39 | 0,95 | 3,02 |
| E5 / E6 | 0,11 | 1 | 0,11 | 0,006 | 3,02 |
| E1E2/E3E4 | 75,25 | 1 | 75,25 | 4,67 | 3,02 |
| E1E2E3E4/E5E6 | 115,45 | 1 | 115,46 | 7,17 | 3,02 |
| | 16,1 | 13 | 1,23 | | |

DUREE FONDAMENTAUX COLLECTIFS D'ATTAQUE

| | E1 | E2 | E3 | E4 | E5 | E6 |
|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|
| | 15 | 6 | - | 16 | 19 | 9 |
| | 5 | 18 | 12 | 11 | - | 26 |
| | 5 | 7 | 15 | 5 | 21 | - |
| EX2 | 275 | 409 | 369 | 402 | 610 | 757 |

| | | | | | | |
|-----|-------|-------|------|-------|--------|-------|
| EX | 25 | 31 | 27 | 32 | 34 | 35 |
| X | 8,33 | 10,33 | 9 | 10,66 | 11,33 | 11,66 |
| Ex2 | 66,67 | 88,67 | 126 | 60,67 | 385,34 | 348,6 |
| ER | 3,33 | 3,84 | 4,58 | 3,17 | 8,01 | 7,62 |
| SX | = | 30,55 | | | | |

| ANOVA | SC | DL | CM | F ₀ | F _c |
|---------------|-------|----|-------|----------------|----------------|
| VT | 77,34 | 17 | 4,54 | - | - |
| V.EQUIPES | 25,77 | 5 | 5,15 | 0,16 | 4.07 |
| E1 / E2 | 2 | 1 | 2 | 0,19 | 3.02 |
| E3 / E4 | 4,17 | 1 | 4,17 | 0,13 | 3.02 |
| E5 / E6 | 0,18 | 1 | 0,16 | 0,005 | 3.02 |
| E1E2/E3E4 | 10,91 | 1 | 10,91 | 0,35 | 3.02 |
| E1E2E3E4/E5E6 | 25,77 | 1 | 25,77 | 0,84 | 3.02 |
| RESIDUELLE | 30,55 | 13 | 2,35 | - | - |

DUREE FONDAMENTAUX COLLECTIFS DE DEFENSE

| | E1 | E2 | E3 | E4 | E5 | E6 |
|-----|-------|-------|--------|--------|--------|-----|
| | 8 | 13 | 15 | 11 | 16,30 | 15 |
| | 13 | 5 | 15,30 | 16,36 | 13,20 | 9 |
| | 10 | 10 | - | 10,50 | 12,45 | 15 |
| EX2 | 333 | 294 | 459,09 | 498,89 | 594,93 | 531 |
| EX | 31 | 28 | 30,30 | 37,86 | 41,25 | 39 |
| X | 10,33 | 9,33 | 10,10 | 12,62 | 13,98 | 13 |
| Ex2 | 12,67 | 32,67 | 152,67 | 21,1 | 8,33 | 24 |
| ER | 1,45 | 2,33 | 0,56 | 1,87 | 1,17 | 2 |

$$SX = 9,4$$

| ANOVA | SC | DL | CM | Fo | Fc |
|---------------|--------|----|-------|------|------|
| VT | 304,82 | 17 | 17,93 | - | - |
| V.EQUIPES | 52,89 | 5 | 10,59 | 1,17 | 4,07 |
| E1 / E2 | 1,50 | 1 | 1,50 | 0,15 | 3,02 |
| E3 / E4 | 9,53 | 1 | 9,53 | 1,04 | 3,02 |
| E5 / E6 | 1,45 | 1 | 1,45 | 0,15 | 3,02 |
| E1E2/E3E4 | 18,01 | 1 | 18,01 | 1,91 | 3,02 |
| E1E2E3E4/E5E6 | 52,99 | 1 | 52,99 | 5,63 | 3,02 |
| RESIDUELLE | 9,4 | 13 | 0,72 | - | - |

ANNEX4

DUREE SCHEMA TACTIQUE D'ATTAQUE

| | | | | | | |
|-----|------|-------|------|------|------|------|
| | E1 | E2 | E3 | E4 | E5 | E6 |
| | - | 5 | - | 26 | 11 | 12 |
| | 20 | 15 | 8 | 15 | 16 | 15 |
| | 10 | 25 | 16 | 13 | 15 | - |
| EX2 | 500 | 875 | 320 | 1070 | 602 | 369 |
| EX | 30 | 45 | 24 | 54 | 42 | 27 |
| X | 10 | 15 | 8 | 18 | 14 | 9 |
| Ex2 | 200 | 200 | 126 | 28 | 24 | 126 |
| ER | 5,77 | 5,77 | 4,81 | 4,04 | 1,52 | 4,58 |
| SX | = | 26,29 | | | | |

| ANOVA | SC | DL | CM | F ₀ | F _c |
|---------------|--------|----|--------|----------------|----------------|
| VT | 696 | 17 | 40,94 | - | - |
| V.EQUIPES | 232 | 5 | 46,40 | 1,76 | 4,67 |
| E1 / E2 | 37,5 | 1 | 37,5 | 1,42 | 3,02 |
| E3 / E4 | 150 | 1 | 150 | 5,70 | 3,02 |
| E5 / E6 | 37,5 | 1 | 37,5 | 1,42 | 3,02 |
| E1E2/E3E4 | 188,25 | 1 | 188,25 | 7,16 | 3,02 |
| E1E2E3E4/E5E6 | 232 | 1 | 232 | 8,82 | 3,02 |
| RESIDUELLE | 26,29 | 13 | 2,02 | - | - |

DUREE SCHEMA TACTIQUE DE DEFFENSE

| | | | | | | |
|-----|-------|--------|--------|----|------|--------|
| | E1 | E2 | E3 | E4 | E5 | E6 |
| | 28 | 20 | 10 | - | 5 | 13 |
| | 27 | 20 | 10,40 | - | 13 | - |
| | 30 | - | 22,40 | - | - | 25 |
| EX2 | 2413 | 800 | 704,92 | - | 124 | 794 |
| EX | 85 | 40 | 42,80 | - | 18 | 38 |
| X | 28,33 | 13,33 | 14,26 | - | 6 | 12,66 |
| Ex2 | 4,66 | 266,67 | 99,31 | - | 8 | 312,67 |
| ER | 0,88 | 6,67 | 4,06 | 0 | 1,15 | 7,21 |
| SX | = | 19,97 | | | | |

| ANOVA | SC | DL | CM | F ₀ | F _c |
|---------------|---------|----|---------|----------------|----------------|
| VT | 4031,16 | 17 | 237,12 | - | - |
| V.EQUIPES | 1359,02 | 5 | 271,80 | 13,61 | 4.67 |
| E1 / E2 | 44,42 | 1 | 44,42 | 2,22 | 3.02 |
| E3 / E4 | 33,89 | 1 | 33,89 | 1,59 | 3.02 |
| E5 / E6 | 7,39 | 1 | 7,39 | 0,37 | 3.02 |
| E1E2/E3E4 | 133,94 | 1 | 133,94 | 6,70 | 3.02 |
| E1E2E3E4/E5E6 | 1359,02 | 1 | 1359,02 | 68,05 | 3.02 |
| RESIDUELLE | 19,97 | 13 | 1,53 | - | - |

FICHE D'OBSERVATION

Enregistrement de la durée des diverses activités exécutées par une Equipe de Basket-Ball lors d'une séance d'Entraînement

DATE : OBSERVATION : PARTICIPANT :

EQUIPE : EFFECTIF : MATERIEL :

DEBUT : DEBUT EFFECTIF : FIN DE SEANCE :

| EXERCICES | DIRECTIVES | DEROULEMENT | DUREE | TEMPS D'INTERVENTION | | | | |
|-----------|------------|-------------|-------|----------------------|----|----|----|----|
| | | | | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| | | | | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| | | | | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 |
| | | | | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 |
| | | | | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 |
| | | | | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 |
| | | | | 31 | 32 | 33 | 34 | 35 |
| | | | | 36 | 37 | 38 | 39 | 40 |
| | | | | 41 | 42 | 43 | 44 | 45 |
| | | | | 46 | 47 | 48 | 49 | 50 |
| | | | | 51 | 52 | 53 | 54 | 55 |
| | | | | 56 | 57 | 58 | 59 | 60 |

OBJECTIF DE LA SEANCE :

B I B L I O G R A P H I E

CARREIRO DACOSTA, F., PIERON, M., comparaison de deux enseignants classés selon les progrès de leurs élèves. Revue de l'éducation physique, volume 30, 2, 57.63, 1990.

SWALUS, P., CARLIER, G., RENARD, J.P., analyse multidimensionnelle du contenu de l'enseignement de l'éducation physique à l'école primaire en Belgique Francophone. Revue science et motricité, n°11, 41.50, 1990

PIERON, M., BOZZI, G., la relation pédagogique d'entraînement: étude du basket-ball. Revue sport, 121, 18.24, 1988.

PIERON, M., CLOES, M., DEWART, F., Variabilité Intra-Individuelle des comportements d'enseignement des activités physiques: les variables temps. Revue de l'éducation physique, 25, 1, 25.29, 1985.

PIERON, M., et PIRON, J., recherche de critères d'efficacité de l'enseignement des habiletés motrices. Revue sport, 24, 144.161, 1981.

PIERON, M., contribution de l'observation des enseignements à la méthodologie des activités physiques et sportives. Revue de l'éducation physique, 22, 2, 13.18, 1982.

TOUSIGNANT, M., BRUNELLE, J., les courants de la recherche en enseignement de l'éducation physique. Revue des sciences de l'éducation. Volume VIII. n°2, 31.49. 1982.

CREVECOEUR, G., REDOUTE, P., LECHIEN, M., Mieux s'entraîner. TOME I, Edition AMPHORA, PARIS 1988, 183 P.

HERR, L., Le basket-ball: Evolution-technique-Pédagogie. Edition BORNEMANN, PARIS 1980, 177 p.

BOSC, G., THOMAS, R., Le basket-ball. Edition PUF, 1976.

