Zeitschrift: Jeunesse et sport : revue d'éducation physique de l'École fédérale de gymnastique et de sport Macolin

Herausgeber: École fédérale de gymnastique et de sport Macolin

Band: 24 (1967)

Heft: 10

Rubrik: Entraînement, compétition, recherche : complément consacré au sport de compétition

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

Download PDF: 13.07.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch

Les composants d'une équipe en basketball

René Hofmann

Considérations préalables

De tous les sports d'équipes, le basketball est probablement celui qui présente l'éventail le plus étendu de possibilités tactiques.

A notre avis, cela provient essentiellement des particularités uniques que présente notre sport. Parmi les principales d'entre-elles, nous citerons:

- la position élevée des buts placés à 3 m. 05 du sol;
- la relative petitesse du terrain (26 m. × 14 m.);
- l'absence de toute charge pouvant déséquilibrer le joueur, ainsi que de toute obstruction délibérée;
- la perfection du matériel (sol dur, ballon en matière synthétique, panneaux en plexiglas, etc.);
- l'absence de toute influence de phénomène atmosphérique (soleil, pluie, vent, etc.).

En résumé, on constate que le basketball exige de l'adresse (hauteur des buts), de la mobilité (démarquage dans une aire de jeu réduite), la perfection des conditions matérielles favorisant les possibilités de développement des schémas de jeu. L'absence de brutalité (laquelle, si elle était tolérée, condamnerait pratiquement toute possibilité de réalisation) impose dans le jeu défensif des tactiques d'adaptation aussi difficiles et complexes à inculquer que dans le secteur offensif.

Le problème de la taille

Il fut un temps (pas très éloigné du reste!) où les maîtres américains étaient les seuls à posséder des géants. A ce propos, il nous souvient, par exemple, de l'extraordinaire disproportion mise en lumière lors des Jeux olympiques de Londres en 1948. Pour mémoire, rappelons que la finale opposait les représentants des USA et ceux de la France. Ce match n'était rien d'autre que la répétition de l'histoire démystifiée de David face à Goliath!
Le plus grand Américain, Bob Kurland, mesurait en effet 2 m. 16; René Derency, le plus haut tricolore, ne dépassait pas, lui, 1 m. 95!
On imagine les répercussions que cette disproportion de taille a entraîné dans le déroulement de la rencontre, surtout si l'on rappelle encore la différence de taille moyenne entre les équipes, laquelle était d'environ 20 cm. par joueur! C'est ainsi qu'un journaliste français devait dire, dans l'un de ses articles, qu'il n'y avait rien à faire contre une équipe qui jouait au «premier étage»!
Depuis cette époque, les Européens ont compris qu'il était vain d'espérer quoi que ce soit dans leurs confrontations avec les «Yankees», sauf s'ils parvenaient à «grandir» eux aussi. Les progrès réalisés dans ce domaine sur notre continent sont absolument extraordinaires. Ainsi, si les Russes, actuels champions du monde amateurs, alignent cinq à six joueurs de plus de deux mètres, les Suisses – bien que modestement classés à l'indice des valeurs européennes – dépassent aujourd'hui les 190 cm. de moyenne, avec dans leurs rangs, deux joueurs dépassant les 2 m. Cela signifie que, partout dans le monde, on joue maintenant avec un ou plusieurs pivots sur le plan international.

Joueurs «de champ», joueurs «pivot» ou «poste»...

Avant d'entrer dans le détail de ce que peut faire dans le jeu tel ou tel élément, rappelons préalablement qu'une équipe de basketball se compose de cinq joueurs. Jusqu'à ces dernières années, (ou encore aujourd'hui dans la presse), une équipe se définissait ainsi:
– deux arrières;
– un centre;
– deux ailiers.
Mais, en termes de techniciens, on parle aujourd'hui plus volontiers de:
– quatre joueurs «de champ»;
– un joueur «pivot-poste».
Bien entendu, la fiche signalétique précise d'une équipe varie selon l'utilisation des individualités qui la composent. C'est ainsi que l'on voit des formations jouant avec un ou deux «pivots», un ou deux «postes», un «poste» et un «pivot», quand ce n'est avec deux joueurs «de champ» seulement et trois spécialistes («postes» ou «pivots»).
Mais avant de voir d'un peu plus près ce que font les uns et les autres, précisons quelles sont les zones où évoluent plus particulièrement les joueurs «pivot» ou les joueurs «poste» dans le jeu offensif:

Fig. 1: Zone du «pivot»

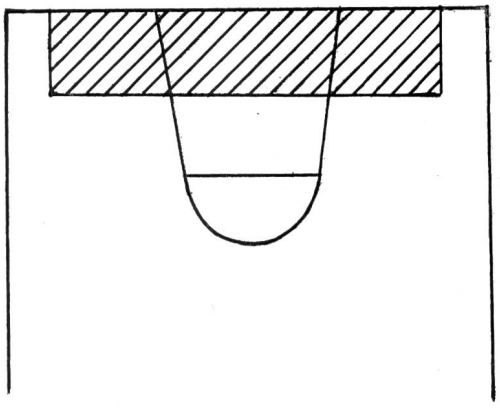
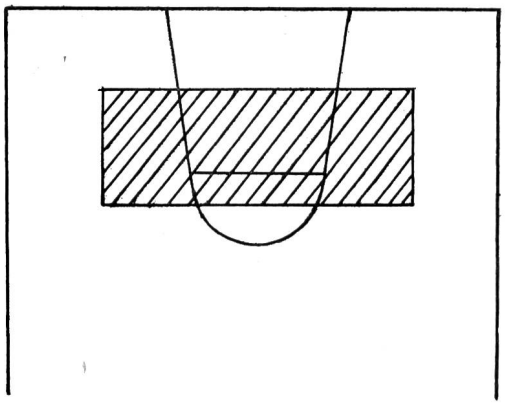


Fig. 2: Zone du «poste»



Lancer du marteau

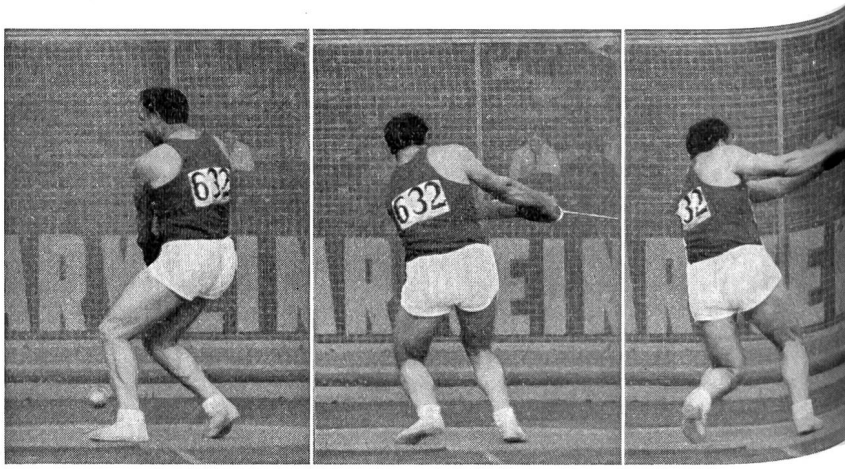
Lancer du marteau du champion d'Europe Romuald Klim URSS à l'occasion des Championnats d'Europe 1966 à Budapest (70,02 m.).

Nous avons pu admirer tout au long du concours le travail exceptionnel des pieds (en ligne) et des jambes ainsi que l'accélération du rythme dans la phase de rotation.

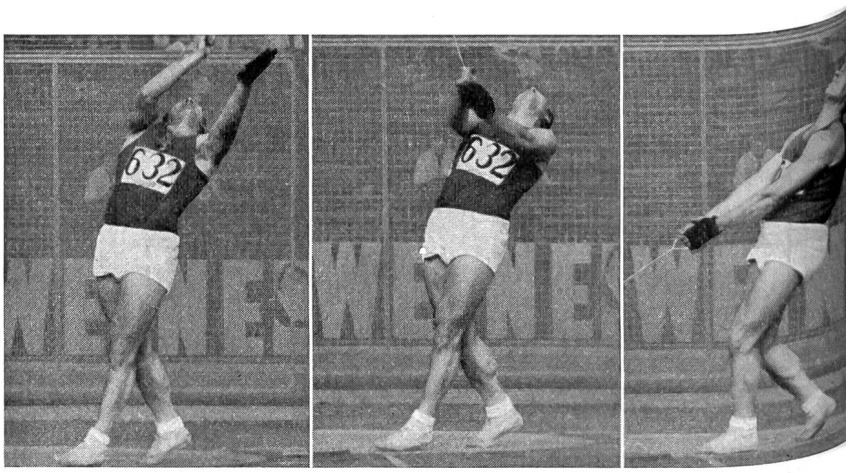
On remarquera aussi que le mouvement de la tête de Klim précède de très peu la rotation du corps, un détail qui, s'il était exagéré, conduirait à une mauvaise répartition du poids du corps avec diminution du rayon de lancer.

Notons particulièrement l'excellence de la phase de traction finale.

8 7 6



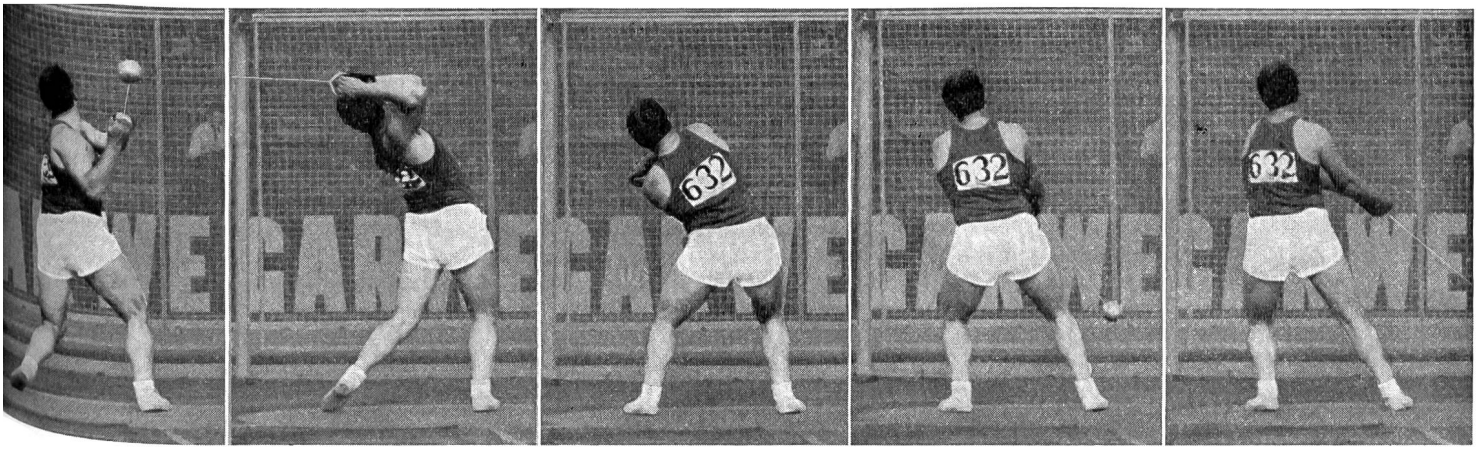
16 15 14



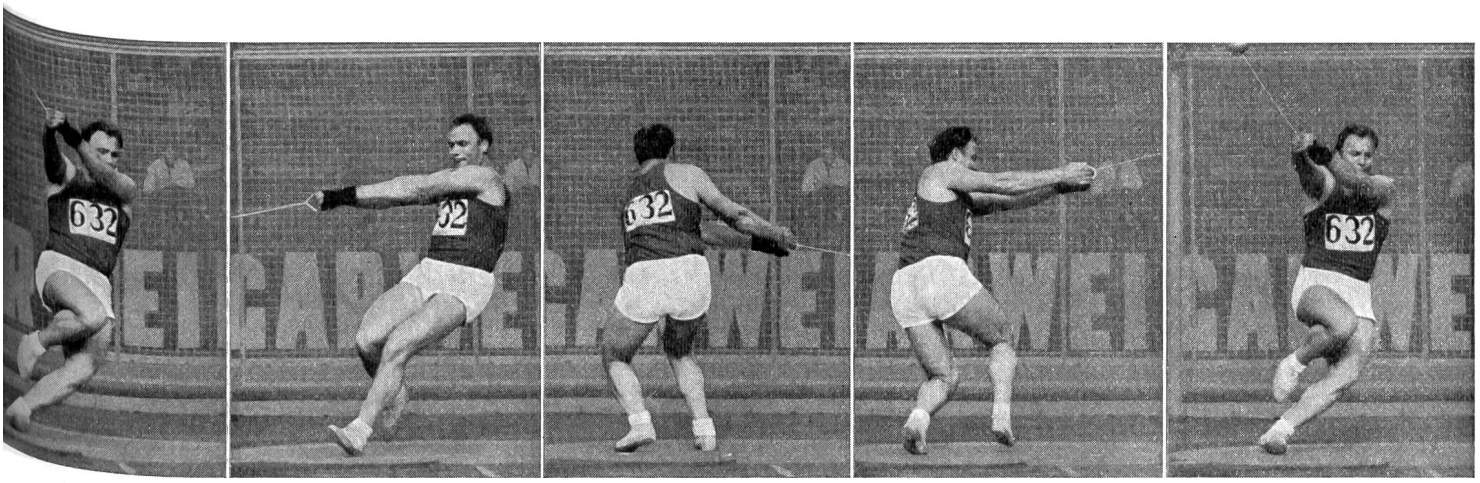
24 23 22

Photos: Elfriede Nett

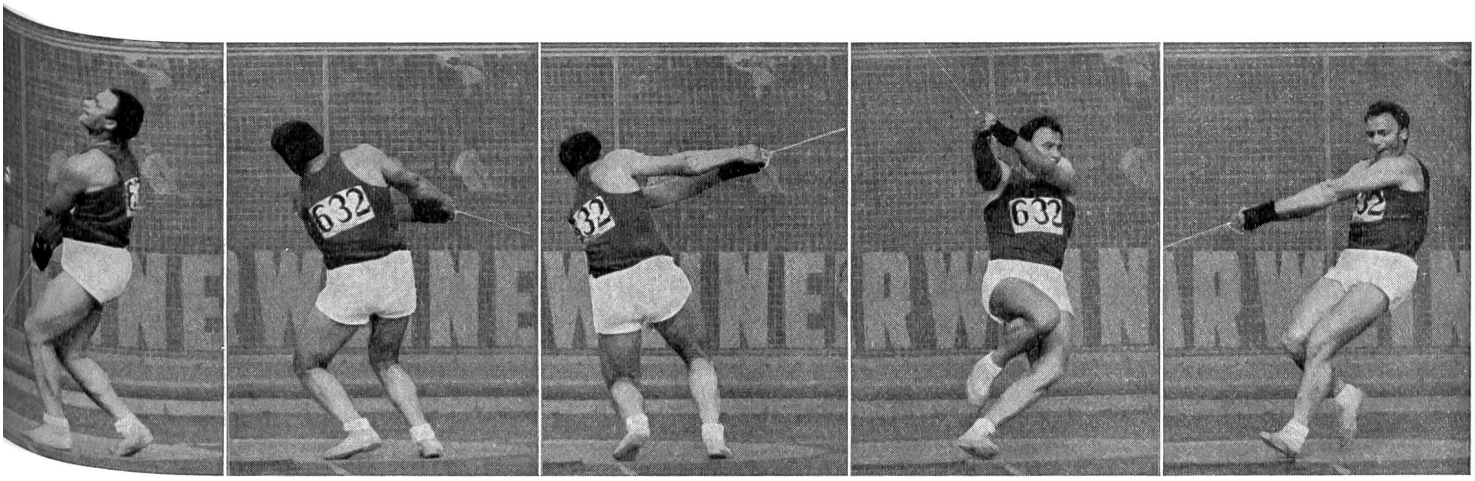
Commentaire: Arnold Gautschi



4 3 2 1



12 11 10 9



20 19 18 17

Ainsi que chacun peut s'en rendre compte, le rôle d'un «pivot» est de jouer en ligne de fond. Etant placé aux approches du panneau, son rôle principal constitue donc à réaliser des «paniers» (buts) de près, ainsi que de récupérer les ballons aux rebonds. Il s'agit, dans tous les cas, d'un joueur de très grande taille.
Placé au centre de l'attaque, le «poste» est également appelé à jouer un rôle de récupérateur, mais il doit être aussi – principalement même dirons-nous – un joueur complet, bon passeur et excellent manieur de ballon. Un sens aigu de la vision périphérique lui est absolument indispensable.

Points communs

Joueur «pivot» et joueur «poste» constituent, au cœur de la défense adverse, une menace directe et constante. En effet, le joueur «pivot», placé d'un côté ou de l'autre du panneau le long de la ligne de fond, comme le joueur «poste» opérant dans la zone du lancer-franc, n'a qu'un pas à faire pour shooter en situation favorable. Et, comme ces deux joueurs sont presque toujours les meilleurs récupérateurs, les défenses procèdent de manière à:

- enfermer le «pivot» ou le «poste» en possession de la balle, dans le but de l'empêcher de conclure;
- placer les défenseurs de façon à aiguiller «poste» et «pivot» dans des positions de shot défavorables;
- gêner toute passe lorsqu'ils sont dans leur position la plus favorable, les gêner ensuite dans leur rôle de récupérateurs en devançant leurs intentions.

Leurs caractéristiques

En règle générale, le «pivot» est le plus grand joueur (par la taille!) de l'équipe. Presque toujours, il s'agit d'un basketteur approchant ou dépassant les 2 mètres.
C'est pourquoi il lui est demandé de shooter d'abord, puis de récupérer les shots manqués, ensuite seulement à passer. En principe c'est le meilleur réalisateur de l'équipe. Son rôle de récupérateur en défense est capital, mais il doit aussi savoir relancer la contre-attaque.
Le rôle du «poste» consiste d'abord à passer, ensuite à shooter et à reprendre les shots manqués. Ce joueur constitue la véritable charnière offensive de l'équipe, tout en étant souvent l'organisateur de sa défense. Une vision périphérique de tous les instants, une technique châtiée et complète, font d'un excellent «poste» un joueur-clé de l'équipe.

Le point délicat: la cohésion!

Coordonner le jeu collectif demande patience et application. Seul un entraînement sévère et très poussé permettra à une équipe d'atteindre l'efficacité globale, en parvenant à lier et rendre complémentaire l'action des joueurs de champ avec celle des «spécialistes» (pivot ou poste). Y parviendront les équipes où tous les composants sont au bénéfice d'une condition physique irréprochable, d'une technique individuelle sans point faible, le tout s'appuyant sur une bonne adresse et étant orchestré par un bon entraîneur! C'est beaucoup demander, mais cela explique aussi pourquoi le basketball, plus peut-être que tout autre sport collectif, exige énormément si l'on veut atteindre un niveau supérieur.
Lors de prochains articles, nous tenterons de situer quelques aspects tactiques fréquemment utilisés dans le basket moderne.

Menaces psychosomatiques pour les athlètes

De même qu'une voiture de compétition nécessite un pilote averti pour donner son plein rendement, un sportif physiquement entraîné a besoin d'une préparation psychologique pour réaliser ses meilleures performances. De nombreux spécialistes, représentant une vingtaine de pays, se sont réunis à Paris à l'occasion du IIe Colloque international de préparation psychosomatique du sportif pour discuter des méthodes et techniques propres à cette préparation psychologique. Ces techniques consistent essentiellement pour un athlète à obtenir la maîtrise de son système nerveux afin d'arriver à une relaxation presque totale de sa musculature. Cette relaxation vise à «déconnecter» l'athlète de son entourage du point de vue émotionnel. Si le yoga et les techniques dérivées du bouddhisme en ont été longtemps à l'honneur, les spécialistes étudient actuellement des méthodes plus scientifiques telles que le training autogène.
Le Dr Andrejevic, médecin yougoslave, membre de la FIFA, a remarqué que les joueurs de football souffraient très souvent d'ulcères gastriques, dus selon lui à l'émotion. 11 % d'entre eux en sont atteints et notamment le célèbre gardien russe Lev Yachine. Ils souffrent également ed nombreuses autres maladies telles que l'hypertension, la tachycardie, l'insomnie. Une préparation psychologique du sportif, a ajouté le Dr Andrejevic, permettrait sans doute à l'athlète de résister à toutes ces agressions émotionnelles.

«Journal de Genève»