



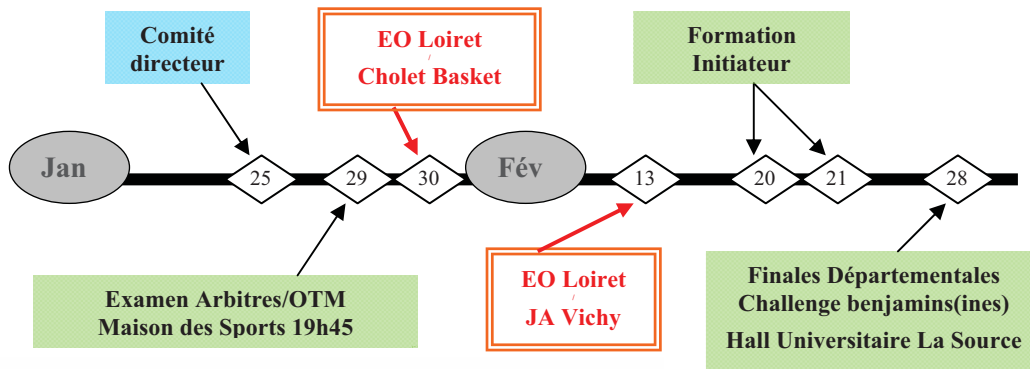
La Bask'lettre du Loiret

N°91
Janvier
2010

CD45 Basket-Ball
1240 rue de la Bergeresse
45160 OLIVET
Tel. : 02 38 53 14 11
basketloiret@wanadoo.fr

Lettre d'informations du Comité du Loiret de Basket-Ball – Édité le 22 janvier 2010

AGENDA



FEUILLES MANQUANTES

JEUNES

CM 1 : Gien – Saran

BM 2 : Saran – Sully sur Loire

BM 3b : Ent. Malesh/Puis – Vitry aux L.

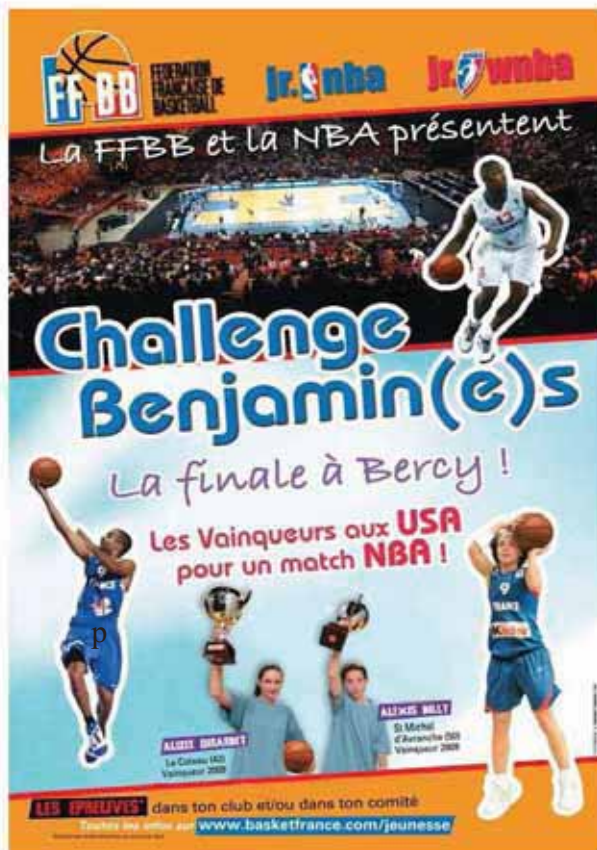
MF 1 : Neuville aux Bois - Saran

SENIORS

PM : Saran – Aschères le Marché

PF : Saran – Orléans ASPTT

NEWS



Soirées d'informations CNDS

Dans le cadre du CDNS 2010, le CDOS organise des soirées d'informations (clubs). A partir de 18h30 les :

- 26/01/10 à BEAUGENCY S. des fêtes, rue des Hauts de Lutz
- 27/01/10 à AMILLY E. Jean Vilar, 264 rue la Mère-Dieu
- 27/01/10 à OLIVET M. des Sports, 1240 rue de la Bergeresse
- 28/01/10 à PITHIVIERS Salle M Rolland, rue M. Rolland
- 28/01/10 à GIEN Maison des Associations rue Paulin Enfert

EDITO : Le Loiret qui gagne

A travers la presse locale, ou le site fédéral, nous suivons les évolutions des équipes du département engagées dans les différents championnats de France seniors : 3 garçons et 2 filles.

Dans l'élite nationale, l'ENTENTE ORLEANAISE réalise un parcours de qualité, et occupe une belle quatrième place. Malgré la dureté, la fatigue de l'Euroleague, l'ENTENTE progresse. Elle se qualifie pour la semaine des AS. Nous l'attendons surtout lors de la principale échéance de juin. Et là...pourquoi pas ?

En nationale 2, après une phase aller aussi décevante qu'incompréhensible, ORMES reprend son destin en mains. L'équipe travaille plus sereinement. Elle poursuit son redressement pour éviter de flirter avec la zone des reléguables. NEUVILLE AUX BOIS, en nationale 3, souffle le chaud et le froid. Les neuvillois possèdent les talents pour gagner les rencontres essentielles, et assurer définitivement leur place en milieu de tableau. Evoluant dans le même groupe géographique, les leaders du basket départemental féminin enchainent les succès. SARAN, affichant ses ambitions de remontée immédiate, se comporte en patron de la poule. Sérieuses et appliquées, elles peaufinent leurs systèmes. Un titre pour les filles de la banlieue nord couronnerait une belle saison. Leurs homologues d'OLIVET effectuent un retour très positif. Motivées, soudées, elles progressent à chaque sortie. Délivrées de la pression du maintien, elles vont dorénavant jouer décontractées, tout en prenant du plaisir. Nous suivons avec attention les parcours de tous nos représentant(tes), espérant pour chaque équipe le meilleur résultat possible

A.B.

REPORTS MATCHS

Les caprices de la météo ayant obligé de nombreux reports de matchs, toutes les commissions sportives demandent aux clubs concernés de se mettre très rapidement d'accord pour fixer les nouvelles dates de rencontres.

Merci aux secrétaires d'en informer la commission concernée, ainsi que la CDAMC.

Pour se désinscrire, envoyer un courriel à newsletter-unsubscribe@basketloiret.com. Dans les deux cas, veuillez répondre à la demande de confirmation pour la prise en compte de la demande.



Vendredi 29 janvier 2010

à 20 h 00

Accueil à partir de 19 h 45

Examen arbitres et OTM

*Ouverts aux candidats
ayant suivi une formation
et aux candidats libres
régulièrement licenciés*
pour la saison 2009-2010*

*Examen composé d'un
QCM écrit suivi d'une
épreuve orale*

**licence joueur OBLIGATOIRE pour les candidats
arbitres*

**Maison des Sports
1240 rue de la Bergeresse
45160 Olivet**

*Frais d'inscription :
15 € par candidat*

*Inscription obligatoire auprès
du Comité du Loiret*

Tél : 02 38 53 14 11

Fax : 02 38 54 55 05

Courriel : basketloiret@wanadoo.fr

*Renseignements auprès de :
Jean-Marc Marino au 02 38 51 27 73
ou par mail :
secretariat.cdamc@basketloiret.com*

À L'ÉCOLE DE BASKET : J'APPRENDS À TOUT FAIRE !



J'APPARTIENS À UNE ÉQUIPE :

- JE RECONNAIS MES PARTENAIRES ET MES ADVERSAIRES
- JE CONNAIS LES RÔLES D'ATTAQUANT ET DE DÉFENSEUR
- J'ÉCOUTE LES CONSEILS DE MON ENTRAÎNEUR
- JE COMPRENS LES INTERVENTIONS DE L'ARBITRE, JE NE LES CONTESTE PAS

JE JOUE LES QUATRE COMPÉTENCES À ACQUÉRIR

> DRIBBLER SANS REGARDER LE BALLON

- 1 - MAIN DROITE ET GAUCHE : main forte et faible
- 2 - CHANGEMENT DE MAIN POUR PASSER UN DÉFENSEUR : cross over...
- 3 - PROTÉGER LE BALLON AVEC DÉFENSEUR :
garder le contrôle du ballon sous une pression défensive
- 4 - ALLER TIRER EN DRIBBLANT : enchaîner dribble et tir

> REGARDER

ATTAQUANT

- 1 - PORTEUR : JOUER LE 1C1 POUR TIRER OU PASSER : jouer le 1c1, fixation
- 2 - NON PORTEUR : SE DÉMARQUER, SE DÉPLACER POUR FACILITER L'ACTION DU PORTEUR : occuper les espaces libres, ne pas rester dans l'espace de jeu direct du porteur
- 3 - SAIT RÉAGIR RAPIDEMENT AU CHANGEMENT DE STATUT ATTAQUANT/DÉFENSEUR : participer à une contre-attaque, au repli défensif

DÉFENSEUR

- 4 - SAIT SE PLACER POUR EMPÊCHER SON JOUEUR D'AVOIR LE BALLON : sait se placer sur le non porteur pour contester les passes

> PASSER

- 1 - PASSE À UN JOUEUR SEUL : passe à un partenaire qui se déplace
- 2 - PASSE FACE À UN DÉFENSEUR : passe à un partenaire malgré une pression défensive
- 3 - PASSE LONGUE À JOUEUR QUI SE DÉPLACE : passe de contre attaque
- 4 - DRIBBLER ET PASSER : enchaîner dribble et passe

> TIRER

- 1 - EN COURSE MAIN FORTE AU MOINS DE DEUX FAÇONS : lay in, lay up,....
- 2 - EN COURSE MAIN FAIBLE : lay in, lay up,....
- 3 - EN COURSE MAIN FORTE AVEC DÉFENSEUR : avec pression défensive
- 4 - À MI-DISTANCE (GESTE CORRECT) : tir de plein pied (appui, geste : poignet cassé, visée)

JOUER, C'EST :

- P**RENDRE DU PLAISIR
- R**IRE AVEC SES COPAINS, COPINES
- I**NTÉGRER LES CONSIGNES DE L'ENTRAÎNEUR
- N**E PAS S'ÉNERVER CONTRE LES AUTRES
- C**ORRIGER SES ERREURS
- I**MPLIQUER SES CAMARADES DANS LE JEU
- P**ARTICIPER À LA VIE DE GROUPE
- A**CQUÉRIR L'ESPRIT D'ÉQUIPE
- L'**ESSENTIEL !

JE PENSE À :

- ÊTRE PRÈS DE L'ACTION SANS GÊNER LES JOUEURS
- SIFFLER FORT
- DIRE CE QUE J'AI SIFFLÉ
- DIRE À QUI JE REDONNE LA BALLE ET LE FAIRE AU BON ENDROIT

J'ARBITRE



LES QUATRE COMPÉTENCES À ACQUÉRIR

- > SIFFLER LES SORTIES
- > SIFFLER LES REPRISES DE DRIBBLE
- > SIFFLER LES MARCHER
- > SIFFLER LES CONTACTS

ARBITRER, C'EST :

- S**IFFLER FORT
- I**NDIQUER À QUI EST LE BALLON
- M**ONTRER LE SENS DE L'ATTAQUE
- P**ARLER POUR DIRE CE QU'ON A VU
- L**IMITER LES SIGNES
- E**TRE PROCHE DE L'ACTION (APPRÉCIATION)

JE PARTICIPE

PARTICIPER, C'EST :

- E**COUTER / ENCOURAGER
- V**IVRE AU SEIN DE SON ÉQUIPE ET DE SON CLUB
- I**NTÉGRER LE GROUPE
- D**ONNER DES COUPS DE MAINS
- E**METTRE DES IDÉES
- N**OUER DES CONTACTS
- T**ESTER SES COMPÉTENCES



JE PENSE À :

- ÊTRE DISPONIBLE AU DÉBUT ET À LA FIN DES SÉANCES
- RANGER LE MATÉRIEL LÀ OÙ JE L'AI PRIS
- RESPECTER LES RÈGLES DE VIE DE L'ÉCOLE AVEC LES AUTRES (JOUEURS, ENTRAÎNEURS, ARBITRES...)
- COMMUNIQUER
- PARTICIPER À L'APRÈS-MATCH

LES QUATRE COMPÉTENCES À ACQUÉRIR

- > TENIR UNE FEUILLE DE MARQUE (MATCH OU ATELIER) À L'ENTRAÎNEMENT ET LORS DE RENCONTRES
- > CHRONOMÉTRER (MATCH ET ATELIER) À L'ENTRAÎNEMENT ET LORS DE RENCONTRES
- > INSTALLER UN ATELIER D'APRÈS UN SCHÉMA OU LES CONSIGNES DONNÉES PAR MON ENTRAÎNEUR
- > PARTICIPER AUX ANIMATIONS DE L'ÉCOLE DE BASKET ET DU CLUB