

## Le problème du temps de jeu dans le Basket...



### Le problème du temps de jeu au Basket

**Voici un sujet / problème qui torture bon nombre de joueurs ou de parents et bien sûr de coaches.**

Il n'y a rien de plus frustrant pour un joueur que de ne pas jouer du tout ou de ne pas jouer autant qu'il le désirerait lors des matchs. Et il n'y a rien de pire pour sa progression... Tous les joueurs veulent jouer plus de 20 minutes par matchs et pourtant, il y en a que 40 mn à partager entre tous les joueurs, soit une moyenne de 20 minutes pour une équipe de 10 et de 16,6 minutes pour une équipe de 12... Sans compter les équipes où il y a entre 10 et 15 joueurs pour constituer une seule équipe, soit trop peu pour faire deux équipes et trop pour une seule. Là, certains joueurs peuvent même alterner entre cirage de banc et samedi sur le canapé....

Bref, beaucoup de situations difficiles à gérer pour un joueur, pour le coach et aussi pour les parents qui peuvent amener vers l'abandon, la haine, la rage, le dégoût... Et au final, une catastrophe pour notre sport favori en terme d'image, de valeurs et d'éthique sportive.

Voici un bref discours d'un basketteur que j'ai entendu récemment et qui retrace bien les différents dilemmes existants autour du temps de jeu... La frustration que cela engendre, les causes du problème et les répercussions que cela a pu avoir.

« J'étais dans une équipe dont la super star était un joueur qui ne s'entraînait pas durement, il était toujours bon en match, car il avait des qualités certaines (acquises) et que les coaches l'adoraient et le « badaient » et préféraient toujours le mettre en avant comparé à d'autres joueurs...

Je m'entraînais très dur avec beaucoup d'intensité et de motivation, toujours beaucoup plus que lui, et je pensais avoir beaucoup plus de talents que lui mais il recevait toujours les honneurs et récompenses individuelles et reconnaissances qui existent dans notre sport. Petit à petit, mes continuelles remises en cause, mon désir d'aller vers l'avant et de travailler mes défauts, (contrairement à lui qui vivait sur ses qualités), le dépassement de soi, la transformation de cette frustration d'être au 2nd plan, m'ont permis de gagner sa place, dès lors que les coachs ont réalisé que les efforts que j'avais accomplis étaient bénéfiques pour l'équipe plus que le talent simple d'un joueur.... Le travail finit toujours par payer... »

Je lui demande alors ce qu'est devenu cette « star » de l'époque et quelle a été la différence dans leur évolution dans le Basket : « Aujourd'hui, je joue encore au basket, j'ai accompli une belle carrière à l'image de mes ambitions, et il (la star de l'époque) a arrêté peu de temps après car il ne trouvait pas de challenges dans sa pratique du sport, il avait fini par s'ennuyer et était tombé sur un coach qui l'avait poussé à arrêter (dixit lui-même) car il ne voulait pas le laisser jouer son jeu...»

Ce témoignage est rempli d'indices et de facteurs du problème du temps de jeu. L'un aurait pu arrêter par dégoût du manque de résultat de son travail et l'autre a fini par arrêter parce qu'il ne se fixait pas d'objectifs à attendre et n'était pas assez exigeant avec les résultats qu'il pouvait obtenir...

Laisser un joueur dans un confort est un gage de stabilité, de valeurs sûres sur lesquelles on pense s'appuyer, mais cela peut aussi avoir un impact négatif sur sa motivation et sa progression.

Je vais essayer d'énumérer quelques facteurs à prendre en compte aussi bien pour les parents que les coachs ou les joueurs et joueuses... Si vous désirez y ajouter des éléments, n'hésitez pas à le faire dans la section commentaire, ceci est un article ouvert à la discussion...

#### **La communication**

Il me semble fondamental que la communication soit bien établie et ce dès la prise en charge du groupe:

Le message du coach doit être clair et je pense qu'il doit s'y tenir face aux parents et joueurs/joueuses. Il me semble important pour des jeunes de faire une réunion avec les parents et/ou les joueurs eux mêmes en début de saison où il va expliquer sa vision du coaching, de la répartition du temps de jeu et son organisation...

Option de discours possible sur la répartition du temps de jeu : *«Tous les joueurs partent sur un pied d'égalité, mais très vite se dégage une équipe avec des leaders et des remplaçants et chacun aura un rôle prépondérant dans la victoire*

*mais avec des temps de jeu en fonction du rôle de chacun »... il faudra alors bien préparer ceux qui pensaient être des leaders et ceux qui se retrouvent remplaçants.*

*ou alors : « aucune place n'est acquise, il n'y a pas de joueurs incontestés, tout le monde est en concurrence... »*

Cette option peut permettre de tirer le groupe vers le haut et de créer une émulation au sein du groupe en essayant de garder une concurrence saine et positive. Attention aux tensions, de plus, cette solution implique forcément un jugement de la part du coach et c'est bien ce jugement qui peut être remis en cause par les joueurs.

Ou encore : « Je partage le temps de jeu équitablement, entre les joueurs car j'estime que c'est important pour votre progression de tous jouer »

Les meilleurs râleront car ils ne voudront pas sortir ou parce qu'ils auront l'impression qu'ils ne peuvent pas gagner s'ils ne jouent pas plus. Il peut même arriver que les moins bons vous le reprochent. Certains joueurs discréditeront le coach avec cette méthode car ce coaching influe forcément sur vos choix tactiques au lieu que ce soit l'inverse.

Toutes ces situations prêtent à la critique, et la fonction de coach demande de faire des choix, donc tout un chacun doit prendre sa solution en fonction de sa conception personnelle, de l'âge et du niveau de son équipe.

Mais toutes ces situations requièrent une bonne communication de la part de l'entraîneur afin que les attentes des joueurs ne soient pas différentes.

De même, les joueurs ou leurs parents/représentants doivent aussi faire preuve de beaucoup de communication et ne pas hésiter à aller chercher des explications et de demander au coach avant que la saison commence quelle est sa conception du temps de jeu, du basket et quelles sont ses attentes envers ses joueurs.

Après, il est souvent trop tard... Vous, joueurs, il faut bien vous rendre à l'évidence, c'est le coach qui décide des temps de jeu, les différentes conceptions du basket pré-citées sont toutes louables donc il ne faut pas critiquer l'une d'entre elles, il faut juste accepter la conception choisie par le coach.

*Un bon coach est un coach qui se remet tout le temps en question et avance avec ses convictions !*

*Un bon joueur est un joueur qui se remet tout le temps en question et avance vers la progression !*

*Un bon parent est un parent qui se remet tout le temps en question et avance dans l'intérêt de son enfant !*



### **1-Les facteurs à remettre en cause chez le coach:**

Quel est le niveau de compétition dans lequel est engagée votre équipe? Loisirs, départemental, régional ou élite ? Chaque niveau requiert une implication différente mais toujours les mêmes attentes de temps de jeu, votre conception de la répartition doit donc s'adapter au niveau...

Quel est le niveau de vos joueurs par rapport à la compétition dans laquelle ils évoluent ?

Débutants ? Confirmés ? Futur Potentiels? Chaque étape de la « carrière du joueur » mérite de rentrer en compte dans votre gestion de son temps de jeu...

C'est le temps de jeu qui permet au joueur de montrer ses qualités, ses progrès, les résultats de sa remise en question ou l'application de vos conseils...

Un joueur qui travaille dur et sérieusement a un potentiel 100 fois plus important et une marge de progression 1000 fois plus importante qu'un joueur qui se repose sur ses qualités acquises ou innées...et cela doit avoir une influence sur vos objectifs à long ou moyen terme...

De même, il est difficile de juger un joueur si on l'habitue à rester sur le banc et qu'on lui donne quelques minutes un jour. La pression que ce dernier se met est trop importante pour juger la fiabilité de sa prestation.



### **2-Les facteurs à remettre en cause chez les joueurs:**

Beaucoup de joueurs pensent que le coach ne fait jouer que ceux qui marquent des paniers, « les scoreurs », or, comme chacun sait, 10 joueurs capables de marquer 20 points par matchs ne vous permettent pas de coacher une équipe qui marque 200

points par match... Le problème de cette image est que bien souvent, lorsque vous donnez du temps de jeu à l'un de ces joueurs, ils veulent absolument marquer et sortent souvent des schémas de jeu ou de la stratégie mise en place, au final, cela les dessert plus qu'autre chose car : S'ils n'appliquent pas votre stratégie vous ne voudrez pas les utiliser plus souvent et s'ils marquent beaucoup de points un jour, ils ne comprendront pas pourquoi ils retournent sur le banc le match d'après.

Si vous avez un problème de temps de jeu qui vous semble insuffisant essayez de répondre aux questions suivantes avec le plus d'impartialité et de recul possible :

Quel est le niveau de votre équipe ? De quel niveau venez-vous ? Vers quel niveau aspirez-vous à aller ? Quel rôle aviez-vous la saison passée?

Quels efforts produisez-vous aux entraînements ? Aux matchs ? Écoutez-vous et mettez-vous en application les consignes de votre entraîneur ?

Un coach fait jouer une équipe selon sa propre vision, il donne des consignes à ses joueurs pour mettre en place cette vision et elle peut être différente de la vôtre... Alors suivez-vous ses consignes ? Il détient les clés de votre temps de jeu, donc si vous appliquez ses consignes, vous pourrez accéder à plus de minutes !

Peut-être qu'après avoir répondu à ces questions, vous déciderez de changer de niveau, de club ou d'équipe ou bien de façon de vous entraîner et de jouer.

Il faut que vos ambitions soient en phase avec votre niveau de jeu. Ne pas se voir trop « beau » !



On ne peut pas espérer jouer en NBA tout de suite, si on n'arrive déjà pas à « donner » en « Loin inter-quartier départemental » ! Par contre on peut arriver en NBA si on gravit une à une toutes les marches qui y mènent... Et cela passe par l'écoute, le travail, la remise en question et le dépassement de soi.

Il est important de jouer pour son équipe et non pour ses « stats » ou pour soi-même, il vaut mieux exploser au sein d'un collectif bien huilé qu'au sein d'un collectif enrayé.

Ne baisser jamais les bras et analyser vos problèmes, battez-vous, accrochez-vous et n'abandonnez jamais.

Si on aime ce sport, alors on l'aime quelque soit le niveau, que l'on soit un professionnel qui joue devant 40 000 personnes ou bien un « joueur du dimanche matin » le plus important est d'avoir le plaisir du jeu et c'est bien là l'essentiel ! StreetBall, Dunk, Freestyle, 1c1, 3c3, le basket est un des seuls sports collectifs qui se pratique seul, à 2, à 3... avec toujours autant de passion ! Alors ne baissez pas les bras devant un échec. Fixez vous des barrières à franchir pour avancer car plus vous vous donnerez du mal dans l'effort et plus grande sera votre satisfaction lorsque cela s'avérera payant ! Par contre ne trébucher pas sur ces mêmes barrières et ne remettez pas tout en cause à chaque fois que vous vivez un échec, descendez la hauteur de la barrière, revoquez votre objectif à la baisse et étapes par étapes, vous atteindrez votre but, c'est sûr !



### 3-Les facteurs à remettre en cause chez les Parents/représentants:

Ne voyez pas votre enfant plus beau qu'il ne l'est. Il faut arriver à avoir un pas de recul par rapport à la situation.

**« Ne lui montrez pas un échec, en le laissant croire que c'est une injustice. »**

Orientez-le, analysez avec lui pourquoi il ne joue pas ou peu, relativisez ses efforts, encouragez-le à les poursuivre ou les augmenter. Communiquez un maximum avec lui et avec son coach afin de comprendre. Profitez de votre position de tierce personne, mais sans juger avec vos sentiments de parents aimants. Essayez de comprendre en demandant des explications auprès de l'entraîneur et aidez votre enfant à faire les choix en conséquence et à surmonter un échec et non à abandonner. La théorie du « le coach n'aime pas mon fils » n'existe pas, elle est inventée de toute pièce et les excuses que vous pouvez y donner ne servent qu'à enfoncer un peu plus votre enfant. Privilégier le dialogue, encourager l'abnégation,

et tourner vous vers le futur. Ayez un discours positif et optimiste pour votre enfant.

Vous ne pourrez pas, vous parents, donner des conseils à un coach car pour lui, vous n'êtes pas dans ce rôle. Pour lui, votre relation se cantonne à : l'appréciation des progrès de votre enfant, la manière dont il est traité, l'emploi du temps des matchs et entraînements, et la vision du coach concernant les possibilités futures dans le Basket de votre enfant. Les entraîneurs n'ont pas à se justifier, discuter ou se défendre sur le temps de jeu, mais c'est mieux qu'il le fasse pour vivre en harmonie, mais certains coachs vont sentir comme une agression qu'on leur demande de justifier leurs choix, accepter leur point de vue, leur philosophie et adaptez-vous à lui...

#### **Conclusion :**

Se renfermer dans un coaching à 5 joueurs majeurs à qui on distribuerait 90% du temps de jeu, implique une grosse prise de risque concernant certains facteurs tel que les fautes, la fatigue...

Le coaching au chrono, qui consisterait à avoir ses rotations déjà établies à l'avance et la même répartition du temps de jeu à chaque match, entraîne une lassitude chez les joueurs et une perte de motivation due au fait qu'il n'est plus jugé sur ses performances sur le terrain.

Pour le loisir, le coaching doit rester basé sur le partage, les capacités de chacun et garder un esprit de convivialité.

Pour des seniors et certaines équipes jeunes élite, la méthode ou philosophie idéale serait celle de partager le temps de jeu basé sur des facteurs tels que la forme du moment d'un joueur ou ses capacités d'endurance, sa réussite/confiance/efficacité pendant le match à l'instant « T », la physiologie du match et son score, et les forces et faiblesses de l'adversaire du jour. Cela entraînerait un système à 7/8 joueurs titulaires et 2/3 en rotation ; c'est à dire que mis à part 1 ou 2 leaders, titulaires que l'on va responsabiliser comme tel et sur qui on va se baser dans les moments clés du matchs (dernière possession...), on se retrouverait avec un cinq de départ (titulaires) qui évoluerait en fonction des facteurs énumérés plus tôt, c'est à dire l'adversaire du jour, la forme du moment et la stratégie mise en place. Mettre en avant l'équipe et non un ou plusieurs joueurs, demander/inculquer aux joueurs le sens du sacrifice pour l'équipe afin de rechercher la victoire au détriment d'une réussite personnelle. Cela les aidera à comprendre le partage du temps de jeu. Un joueur peut être déterminant en quelques minutes dans un match. Il est plus difficile d'être performant sur quelques minutes, de se mettre dans le rythme du match et d'apporter à l'équipe tout de suite que d'évoluer tout le match. N'hésitez pas, coach, à mettre en avant et remercier

devant toute l'équipe le rôle des joueurs sortis du banc et de l'impact qu'ils ont sur le match. Ils se sentiront responsabilisés dans la victoire et fier de leur travail.

Je compare souvent le coaching à un jeu d'échec, répondre coup pour coup à son adversaire, en jouant avec des pièces de différentes valeurs/capacités, en utilisant chaque espace de la scène de jeu pour employer une stratégie répondant coup pour coup par anticipation à l'adversaire. La reine peut se déplacer partout sur l'échiquier mais elle ne permet pas de gagner à elle seule, seule la stratégie collective et les forces de chaque pièce le permettront...

Parents, la théorie du « Le coach n'aime pas mon enfant » n'existe pas, tous les coachs veulent gagner, former, partager et voir évoluer leurs joueurs. Beaucoup trop de parents ne parviennent pas à voir la situation avec objectivité car ils pensent que leur enfant est le meilleur (et il fait partie des meilleurs, j'en suis sûr!:-)). Leur réaction va à l'encontre du développement de leur enfant et de son succès. De plus, même si certains parents ont des connaissances basket, ils leur manquent beaucoup de facteurs pour juger, ils ne sont pas aux entraînements, aux réunions de vestiaire, aux temps morts... Regarder le basket depuis 10 ans ne fait pas de vous un expert... L'intérêt d'un enfant n'est pas d'abandonner face à un échec mais bien l'aider à franchir le pas et prendre les décisions avec lui et l'aider à réfléchir sur son niveau réel, ses aspirations et son implication.

La répartition du temps de jeu est donc une question d'opinion et de jugement, il n'existe pas de méthode miracle, car chaque situation est différente. Aux coachs de s'adapter! Cela ne consiste pas seulement à faire jouer les meilleurs joueurs mais bien à faire jouer ceux qui jouent le mieux à un instant « T », l'alchimie d'une équipe est vitale, voire indispensable!

**« Une équipe est comme un puzzle alors, coachs, ne perdez pas de pièces! »**

Guillaume Pirteau