

Liste des contenus disponible sur ASJP (Algerian Scientific Journal Platform)

Revue Académique des Etudes Sociales et Humaines

page d'accueil de la revue: www.asjp.cerist.dz/en/PresentationRevue/552



Détermination d'un profil physique de la compétition en basket-ball

(Cas de quelques équipes de l'algérois 15-16ans)

Determination of a physical profile of the basket-ball competition (Case of a few teams from Algiers 15-16 years old)

DIA Yacine ^{1,*}

¹ Institut des Sciences et Techniques des Activités Physiques et Sportives, Université Mohamed-Chérif Messaadia, Souk Ahras, Algérie.

Key words:

*physical profile
puberty
competition
basket-ball.*

Abstract

The objective of this study is to determine the physical characteristics of the game in 15-16-year-old. A total of 20 competitions were analyzed from records of matches of the championship of the Algiers basketball league group B. We have confirmed the first part of our first partial hypothesis regarding the fact that the competitive efforts of the cadet teams observed are for the most part short and intense, mainly of the anaerobic type, on the other hand we reject the part of the hypothesis which suggests that the efforts of anaerobic lactic type are rare in the game of cadet basketball players or that they are dominant in terms of volume and before anaerobic alactic type efforts. Finally, with regard to the aerobic sector, which never appears during the cadet game, the reverse of the hypothesis made at the start of our study. We also confirmed almost the whole of our second partial hypothesis which advanced a chronology almost similar to that obtained by the results of the point classification method suggested at the beginning of our work.

Informations sur l'article

Résumé

Historique de l'article:

Reçu le: 10-11-2020

Accepté le: 10-12-2020

Mots clés:

*Profil physique
puberté
compétition
basket-ball.*

L'objectif de cette étude consiste à déterminer les caractéristiques physiques du jeu chez les basketteurs cadets de 15-16 ans. Un total de 20 compétitions, ont été analysées à partir d'enregistrements des rencontres du championnat de la ligue algéroise de basket-ball groupe B. Nous avons confirmé la première partie de notre première hypothèse partielle en ce qui concerne le fait que les efforts compétitifs des équipes cadettes observées sont en majorité brefs et intenses principalement de type anaérobie par contre on rejette la partie de l'hypothèse qui avance que les efforts de type anaérobie lactique sont rares dans le jeu des basketteurs cadets or qu'ils sont dominant en matière de volume et avant les efforts de type anaérobie alactique. Enfin en ce qui concerne la filière aérobie qui ne figure jamais lors du jeu des cadets à l'inverse de l'hypothèse émise au début de notre étude. Nous avons aussi confirmé presque la totalité de notre deuxième hypothèse partielle qui a avancé une chronologie presque similaire a celle obtenue par les résultats de la méthode de classement par point suggérée au début de notre travail.

1-Introduction

D'après V.N. Platonov (1984) dans tous les sports la recherche de l'efficacité conduit à appliquer de plus en plus les techniques de gestion à la conduite du processus de l'entraînement. Ces techniques sont destinées à assurer l'application optimale de ces données scientifiques ce qui a conduit à l'élaboration de modèles. Le modèle de l'activité de compétition est la connaissance la plus précise possible des conditions générales de déroulement des actions de compétition, et de leur évolution avec le niveau de performances, qui permet de mieux établir le profil des exigences auquel doit répondre l'athlète.

Il est donc logique de développer un procédé efficace d'observation qui puisse assurer le meilleur « feedback » possible. C'est un objectif qui se justifie tant sur le plan de la recherche scientifique que de l'approche phénoménologique nécessaire à l'entraînement le plus pragmatique. A côté de l'entraîneur, il faudra de plus en plus faire une place à l'observateur. (E.Mombaerts, 1991). Avec les années, cette nouvelle conception se développe et la réalisation de modèles ou de profils de compétition continue toujours de fournir des données avec l'utilisation de plusieurs démarches ou approches scientifiques, ces données seront utilisées d'une manière rationnelle pour l'élaboration des plans de préparation des athlètes dans différentes disciplines sportives.

Lors de ces dernières années notre Basket-ball a connu une certaine évolution sur le plan des résultats de notre élite nationale mais reste encore au-dessous des normes internationales, car nos clubs sont encore limités quant à la production d'athlètes capables de surmonter les hautes pressions du jeu international contemporain, ceci nous amène à une réflexion profonde qui touche essentiellement l'aspect de la formation des jeunes basketteurs.

Pour répondre objectivement à cette question, et comme il est extrêmement difficile d'étudier le cas sur tous les aspects de la formation et pour toutes les catégories jeunes pratiquantes du Basket-ball en Algérie surtout avec le manque total d'informations ou de données sur ces jeunes catégories, nous nous sommes fixé comme objectif l'étude de la catégorie

cadette chez quelques équipes et qui représente la classe d'âge entre 15 et 16 ans qui représente Selon J.Weineck (1997) la phase de pré puberté qui doit être consacrée avant tout à l'amélioration de la capacité de coordination et à l'extension du répertoire moteur, alors que pendant la puberté c'est la condition physique qui doit être privilégiée.

Compte tenu de toutes ces réflexions pouvons en déduire que l'âge de 15-16ans est extrêmement sensible vu qu'il représente une vraie transition de l'organisme caractérisée par plusieurs bouleversements physiques et psychologiques, cette transition de l'enfance à l'adolescence, ou bien encore de l'apprentissage au perfectionnement est à notre avis la tranche d'âge la plus difficile de la vie sportive, voir même la passerelle qui relie l'apprenti au monde professionnel et à l'augmentation accrue de la charge de travail surtout du côté de la condition physique ou l'entraînabilité devient maximale.

L'entraîneur se doit la vigilance quant aux programmes de travail car c'est à ce moment délicat que l'erreur n'est vraiment pas permise. Donc il ce doit a nos cadres et responsables du développement du basket national avant de procéder a l'entrainement de ces jeunes d'acquérir le maximum d'informations sur l'activité compétitive de ces jeunes et spécialement sur le régime de l'activité physique spécifique qui englobera tous les autres facteurs de préparation au cours des entrainements des futurs internationaux du basket Algérien.

A partir de tout ça nous pouvons émettre un questionnement général et qui est le suivant :

-Est-il possible de déterminer un profil physique pour les compétitions observées ?

Quant aux questionnements partiels nous citons :

1-Es que Les efforts compétitifs des basketteurs cadets sont en majorité brefs et intenses ce qui nous laisse envisager la dominance de la filière énergétique anaérobie alactique et par conséquent les efforts de type lactique ou aérobie n'apparaissent que rarement lors du jeu ?

2-Est-il possible Grace la méthode de classement par points d'élaborer une chronologie rationnelle des

types d'efforts pour la compétition des basketteurs cadets et que l'on envisage comme suit : généralement au début de la rencontre les séquences sont brefs et explosifs de type anaérobie alactique puis vers la fin de la compétition surgissent les filières de type lactique et enfin le type aérobie ?

2. Hypothèses

2.1 Hypothèse générale

- nous pouvons déterminer un profil physique pour les compétitions observées.

2.2 Hypothèses partielles

1- Les efforts compétitifs des basketteurs cadets sont brefs et intenses ce qui nous laisse envisager la dominance de la filière énergétique anaérobie alactique en capacité et par conséquent les efforts de type lactique ou aérobie n'apparaissent que rarement lors du jeu.

2 - Grace la méthode de classement par points suggérée la chronologie des types d'efforts pour la compétition des basketteurs cadets est la suivante : généralement au début de la rencontre les séquences sont brefs et explosifs de type anaérobie puis vers la fin de la compétition surgissent les filières de type lactique et enfin le type aérobie.

3. Objectifs

- Notre étude s'inscrit dans le cadre de la recherche d'un profil physique de la compétition susceptible de nous fournir quelques réponses liées à l'entraînement des jeunes basketteurs de la tranche d'âge de 15-16 ans.

- proposer une démarche méthodologique concernant le classement de l'intervention des filières énergétique au cour des compétitions des basketteurs cadets.

4- Concepts de la recherche

Profil physique de la compétition : Ensemble de caractéristiques qui définissent la nature de l'effort au cour de la compétition (volumes et types des filières énergétique sollicitées). (TRILLES.F.1997).

Basket-ball : Sport où deux équipes de cinq joueurs chacune s'efforcent de marquer le plus de points possibles en faisant entrer le ballon dans un panier.

(FIBA2017).

La puberté : Période de transition entre l'enfance et l'adolescence, caractérisée par le développement des caractères sexuels et par une accélération de la croissance staturale, et conduisant à l'acquisition des fonctions de reproduction. (J. WEINECK .1998).

5-Etudes similaires

1-Etude d'Allard et coll. (1999) sur Structure du jeu du championnat d'Europe masculin 1999 : les chercheurs Présentent une étude sur la structure du jeu et son évolution entre les championnats d'Europe masculins des éditions : 1983, 1995 et 1999, nous vous présentons un résumé sur les résultats les plus importants :

Il y a une évolution remarquable dans les temps des phases actives car autrefois au championnat d'Europe de 1983 la plupart des séquences été inférieures de 30 secondes puis ya eu une évolution en 1995ou il ya eu une baisse des séquences de moins de 30 secondes et l'augmentation des séquences de plus de 30 secondes jusqu' au championnat de 1999 ou en remarque l'augmentation des séquences d'effort de plus de 1 minute et la diminution des séquences de moins de 30 secondes et des temps de pauses âpres les séquences en général. Ce qui révèle de l'évolution de la continuité du jeu et du rythme de travail physique chez les équipes européennes observées.

2- Etude de F.Kuhn et coll. (2002) Analyse du jeu du championnat d'Europe masculin des clubs après modification du règlement saison (2000-2001): Elle consiste à une comparaison des résultats, tout en utilisant le même protocole d'observation. Un certain nombre de changements ont été apportés au basket-ball de la saison 2000-2001 (découpage du temps de jeu en 04 périodes de 10 minutes et les règles des 24 secondes et des 08 secondes). L'étude s'inscrit dans une tentative d'analyse précise de la structure de jeu en basket-ball tout en appréciant les effets des modifications réglementaires sur celles-ci. Le but principal cherché par les auteurs, est de mesurer les temps d'effort, de pause, leur alternance et leur évolution au cours d'une rencontre et de les comparer aux travaux précédents. L'échantillon de cette étude est composé de treize rencontres du championnat

d'Europe masculin des clubs (2001) de la supraligue. La méthode utilisée est celle de l'audio-visuel (analyse des bandes vidéo). Voici en somme les résultats les plus importants de cette étude : Les résultats de cette étude montrent une réelle incidence du changement du règlement sur la structure du jeu. Le nouveau découpage du temps de jeu a entraîné une augmentation du temps total de la récupération, la règle des 24 secondes et des huit secondes a modifié la distribution des temps d'effort (le nombre de séquences d'effort s'accroît, la proportion des efforts courts augmente par contre celle des efforts longs diminue). Plus spécifiquement c'est l'alternance des efforts et des pauses qui est modifiée et donc l'intermittence de l'effort.

3- Etude de S. Mimouni (2004) Analyse de l'évolution du jeu des équipes algériennes de 1992 jusqu'à 2001 :

le chercheur a étudié l'évolution de la durée de jeu et de la récupération chez les équipes de performance de basket-ball en Algérie lors des saisons: 1992-1993/1999-2000 et enfin la saison 2000-2001. D'après ces résultats il y a une progression remarquable de la durée du jeu et de celle de la rencontre lors de la saison 2000 – 2001. En ce qui concerne les filières énergétique l'auteur révèle les indices qui représentent les données moyennes du processus de compétition pour une durée de jeu effective de quarante (40) minutes, sur la base de ces données l'auteur a conçu pour chaque filière, son propre modèle de préparation. En plus la recherche a démontré l'importance révélée de la capacité anaérobie lactique que doit revêtir la préparation des basketteurs incite à y accorder une attention particulière.

Selon S.Mimouni (2004) la connaissance des caractéristiques de la compétition est déterminante pour parvenir à l'élaboration d'un modèle du volume d'entraînement d'une séance à intensité maximale, ce dernier nous permettra de procéder à la concordance entre l'intensité maximale et le volume d'entraînement et sera la base pour concevoir une programmation de la charge adéquate et méthodologique.

6. Méthodologie de recherche

Vu la nature de l'étude qui nécessite l'observation pédagogique après visualisation des enregistrements

vidéo des rencontres sollicitées, vu la récolte des données et leur traitement statistique puis l'analyse et interprétation des résultats obtenus, nous pouvons dire que notre étude et une recherche descriptive analytique sur le plan méthodologie de recherche.

7. Caractéristiques de l'échantillon

L'échantillon de notre étude est composé de cinq équipes et qui sont: (le MCA, le CRBDB, le NAHD, le WAB et l'USMA) évoluant au sein du même groupe B de la ligue algéroise de basket-ball et ce pour la saison sportive 2018-2019. Le nombre de compétitions observées est de 20 rencontres à raison de quatre (04) compétitions par équipe.

Les sujets de notre échantillon appartiennent à la catégorie cadette garçons qui représente la tranche d'âge 15-16 ans, correspondant à deuxième phase de puberté selon la classification de J.Weineck (1997). Nous avons volontairement choisi le groupe B (constitué de huit équipes) car il rassemble les meilleures équipes de la ligue algéroise de basket-ball, appartenant aux écoles des meilleurs clubs du centre de la nationale une seniors messieurs et comptabilisant 14 joueurs sélectionnés en équipe nationale U16.

8. Outils de la recherche

8.1 Enregistrement vidéo

Les rencontres ont été enregistrées à l'aide d'une caméra équipée d'un trépied, l'enregistrement fut réalisé à partir d'une distance d'environ 10 m par rapport au terrain et à une hauteur de 6 m par rapport au sol. Nous avons essayé de garder les mêmes conditions d'enregistrement pour chaque rencontre pour pouvoir filmer toute la surface du jeu.

8.2 Observation pédagogique des compétitions

Nous avons conçu notre grille d'observation de telle façon qu'elle puisse répondre à deux indices les plus importants dans le déroulement de notre étude et qui sont:

a- Evaluation des paramètres physiques (les phases actives, les phases passives de jeu):

Cette évaluation consiste à déterminer la durée des phases actives et passives, en chronométrant les différentes séquences pour chaque période de jeu,

à partir de la durée des efforts de la compétition les séquences ont été classées selon les filières énergétiques correspondantes en se basant sur la répartition de S.Mimouni (2004), déjà appliquée sur des équipes algériennes seniors messieurs de basket-ball.

b- Ordre d'intervention des filières énergétiques (pour avoir une chronologie de l'intervention des filières énergétiques) :

Les filières énergétiques ont été classées selon leur ordre d'intervention pour une compétition, puis pour l'ensemble des rencontres observées en utilisant la méthode de classement par point

Présentation et interprétation des résultats

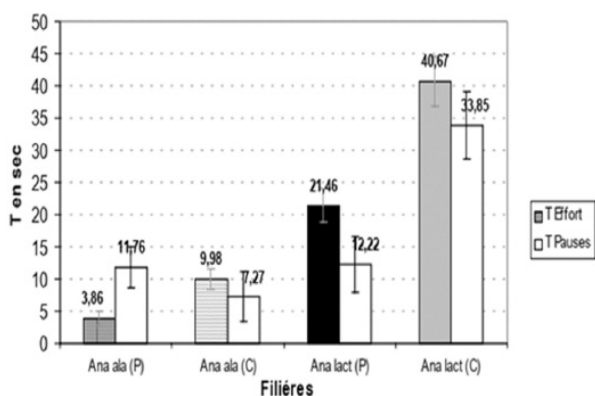
9. Résultat et discussion

Caractéristiques des efforts compétitives chez les équipes observées :

L'histogramme n° 1 nous présente les durées moyennes globales (sur toute la rencontre) des efforts et des pauses par filière énergétique.

Figure 1

Durées moyennes globales des efforts et des pauses par filière énergétique



Source : réalisation du chercheur.

Nous pouvons remarquer que la séquence en basket-ball se caractérise par une durée moyenne de 3.86 ±1,03 secondes d'effort dans la filière anaérobie alactique capacité avec une pause moyenne qui la succède d'une valeur moyenne de 11,76 ± 3,22 secondes.

La séquence d'effort dans la filière anaérobie alactique

capacité est d'une durée moyenne de 9,98±1,56 secondes accompagnée d'une pause moyenne de 7,27± 3,92 secondes. La séquence d'effort dans la filière anaérobie lactique puissance est d'une durée moyenne de 21,46 ± 2,66 secondes avec une pause moyenne de 12,22 ± 4,26 secondes et enfin la séquence d'effort dans la filière anaérobie lactique capacité avec une durée moyenne de 40,67 ± 3,86 secondes et une pause moyenne de 33,85 ± 5,32 secondes.

A partir de toutes ces données nous dégagons un tableau récapitulatif qui nous renseigne sur les caractéristiques générales de l'activité de compétition en basket-ball Chez les équipes cadettes observées.

Tableau 1

Caractéristiques des volumes selon les filières énergétiques chez les basketteurs cadets garçons. Ordre d'intervention des filières énergétiques

Indices		Nombre moyen de séquences	Importance dans le jeu (%)	Durée totale (sec)	Durée moyenne (sec)	Durée moyenne des pauses après intervention
Filières						
Anaérobie alactique	Puissance 0" – 5"	36.5	7.34	140.9" ± 32,8	3.86" ± 1,03	11.76" ± 3,22
	Capacité 6" – 15"	57.4	29.82	572.60" ± 40,7	9.98" ± 1,56	7.27" ± 3,92
Anaérobie lactique	Puissance 16" – 30"	34.8	38.90	746.90" ± 45,28	21.46" ± 2,66	12.22" ± 4,26"
	Capacité 31" -90"	11.3	23.94	459.60" ± 53,6	40.67" ± 3,89	33.85" ± 5,32

Source : réalisation du chercheur.

Une fois que nous avons pu déterminer les valeurs des efforts et des pauses par phase de jeu durant la rencontre, il est devenu nécessaire de connaître : quelle est la chronologie des filières énergétiques dans le jeu en basket-ball ? Ou encore quelle est la filière qui intervient en premier par rapport à d'autres ? Nous nous sommes assigné la tâche de déterminer leurs ordres d'interventions à travers la méthode de classement par points (voir organisation de la recherche).

Les résultats essentiels du classement de chaque filière selon le nombre de points sont

Présentés au tableau n°2.

Tableau 2**Classement par points des filières énergétiques lors de chaque phase de jeu**

		1 ^{ère} phase		2 ^{ème} phase		3 ^{ème} phase		4 ^{ème} phase		Total (match)	
		pts	class	pts	class	pts	class	pts	class	pts	class
Anaérobie alactique	Puissance	332	1	330	2	339	3	346	3	1347	2
	Capacité	333	3	322	1	316	1	322	1	1293	1
Anaérobie lactique	Puissance	332	2	334	3	334	2	344	2	1344	3
	Capacité	363	4	374	4	371	4	348	4	1456	4

Source : réalisation du chercheur.

Nous pouvons voir que le profil de la compétition se dégage encore mieux avec la chronologie des volumes de travail selon les filières énergétiques, nous pouvons dire qu'il y a une variation de l'effort au cours de la compétition car chaque phase de jeu est caractérisée par un volume de travail et une chronologie spécifique. Ainsi nous avons noté les observations suivantes :

-La filière anaérobie lactique puissance se présente en premier au début de la compétition puis au fur et à mesure l'ordre de son intervention ainsi que son volume décale d'une position à l'autre pour arriver à être avant dernière à la fin de la rencontre.

-La filière anaérobie alactique capacité apparaît lors de la première phase en deuxième position puis se présente au début des trois dernières phases des la rencontre mais avec un volume descendant progressivement jusqu'à la fin de la compétition.

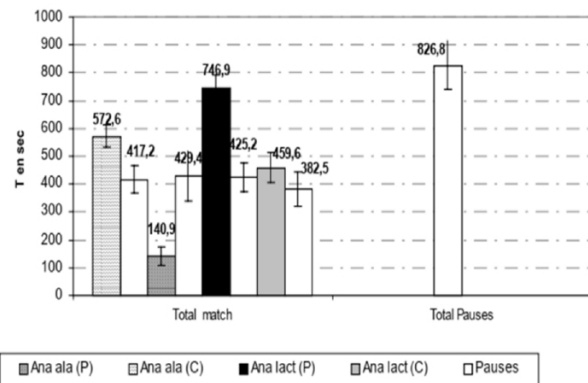
-La filière anaérobie lactique puissance se déclenche moyennement en deuxième position lors de la première phase puis elle se démarque en troisième position lors de la deuxième phase de la mi-temps en enregistrant une augmentation du volume de travail. Lors de la troisième et quatrième phase elle rejoint la deuxième position et enregistre un volume décroissant vers la fin de la rencontre.

4-La filière anaérobie lactique capacité se démarque toujours a la fin des phases de jeu en enregistrant un volume qui diminue au

Cours de la deuxième phase pour augmenter progressivement jusqu'à la fin de la compétition.

En ce qui concerne les volumes des pauses qui succèdent aux efforts nous remarquons d'une manière générale une régression des durées moyennes des pauses tout au long de la rencontre chez les cadets garçons. Les plus grandes valeurs moyennes des pauses sont enregistrées lors de la deuxième phase de jeu, les plus petites se retrouvent au cours de la dernière phase c'est-à-dire avec l'augmentation du volume de travail en anaérobie lactique capacité.

L'histogramme n°2 nous présente d'une manière globale la chronologie du volume du travail sur l'ensemble de la rencontre.

Figure 2**Chronologie du volume de travail global selon les filières énergétiques**

Source : réalisation du chercheur.

En somme nous pouvons dire que la filière anaérobie alactique capacité est la première filière à intervenir lors de la compétition avec un volume de travail de $572,6 \pm 40,7$ secondes et un volume de récupération égal $417,2 \pm 39,8$ secondes, en seconde position intervient la filière anaérobie alactique puissance soit un volume de travail de

$140,9 \pm 32,8$ secondes accompagné de la valeur moyenne de récupération la plus élevée de la rencontre soit $429,4 \pm 48,7$ secondes.

En troisième position intervient la filière anaérobie lactique puissance avec le plus grand volume de la rencontre soit $746,9 \pm 45,28$ secondes et une récupération de $429,2$

$\pm 52,3$ secondes, enfin et en dernier intervient l'anaérobie lactique capacité avec un volume de

travail de $459,6 \pm 53,6$ secondes et une récupération de $382,5 \pm 62$ secondes.

10- Interprétation des résultats

Parmi les 140 actions en moyenne par rencontre nous remarquons que le plus grand nombre est réparti entre la filière anaérobie alactique capacité en premier lieu et secondairement l'anaérobie lactique puissance nous constatons généralement que le basket-ball chez les équipes cadets garçons observées est à dominance anaérobie ceci est de même pour les seniors, selon les résultats d'Allard (1999), F. Kuhn et coll. (2002).

Néanmoins nous tenons à rappeler qu'au cours de nos observations et à l'inverse des seniors les séquences d'effort de type aérobie ne se présentent pas, nous pensons que le basketteur cadet de notre échantillon ne peut maintenir un effort long dépassant les 90 secondes ceci peut être dû aux engagements naturels intenses du jeune adolescent au cours de la rencontre, selon J. Weick (1997) la forte augmentation de la taille et du poids chez le jeune adolescent engendre parfois une détérioration du rapport force poids ce qui est responsable le plus souvent de la diminution des coordinations spécialisées et les mouvements deviennent aberrants, ce qui nous laisse penser que les séquences de jeu sont interrompues d'un moment à l'autre à défaut d'une technique perturbé, ce qui fait que la filière aérobie ne survient pas lors des compétitions observées. Ces observations viennent confirmer l'approche avancée par G. Cometti (1996) qui cite que « si on décide de proposer une préparation physique aux jeunes ce n'est pas pour en rajouter sur les fibres lentes, c'est donc du côté de la qualité qu'il faut s'orienter vers le travail des fibres rapides c'est-à-dire les efforts brefs et intenses

En outre Bosc (2001) le confirme également en déclarant que l'entraînement du jeune basketteur doit être principalement centré sur les aspects techniques et tactiques, l'entraînement doit supposer de nombreuses répétitions de séquences de travail d'intensité variable ceci entraîne une grande quantité de séquences et une sollicitation minimale de l'endurance, donc nous pouvons déduire que le basket-ball des cadets est à caractère anaérobie Mais avec la grande remarque suite aux résultats de notre recherche que le temps

d'effort dominant revient à la filière anaérobie lactique puissance et l'anaérobie alactique capacité. En somme nous avons constaté que les efforts des jeunes basketteurs sont caractérisés par des séquences plus au moins courtes et avec une dominance de l'anaérobie lactique et alactique.

A partir de ces constatations nous pouvons confirmer la première partie de notre première hypothèse partielle en ce qui concerne le fait que les efforts compétitifs des équipes cadettes observées sont en majorité brefs et intenses principalement de type anaérobie par contre on rejette la partie de l'hypothèse qui avance que les efforts de type anaérobie lactique sont rares dans le jeu des basketteurs cadets or qu'ils sont dominant en matière de volume (temps) et avant les efforts de type anaérobie alactique. Enfin en ce qui concerne la filière aérobie qui ne figure jamais lors du jeu des cadets à l'encontre de l'hypothèse émise au début de notre étude.

Les résultats que nous avons obtenus par le biais de la méthode de classement par points nous ont permis d'arriver à réaliser sous forme graphique la chronologie des volumes de travail et de pauses selon les filières énergétiques. Nous pouvons dire que les résultats obtenus sont relativement en conformité avec les normes théoriques.

C'est toujours les efforts de type anaérobie alactique capacité qui interviennent en premier puis ceux de l'anaérobie alactique puissance en troisième position vient l'anaérobie lactique pour finir avec l'anaérobie lactique capacité qui intervient toujours à la fin de chaque phase de jeu. Ceci dit que la rencontre débute avec des efforts brefs et intenses puis les séquences se prolongent vers les fins des phases c'est-à-dire avec l'accumulation de la fatigue d'où l'intervention des filières à caractère lactique.

Le basketteur cadet se comporte spontanément lors d'une compétition de basket-ball quant à la gestion de son effort c'est-à-dire qu'il manifeste toutes ses capacités de puissance lors des débuts de la rencontre et des phases, et enfin avec l'accumulation de la fatigue il achève la rencontre avec des efforts plus longs et moins intenses. Sur le plan physiologique ceci s'explique par l'épuisement rapide des réserves

énergétiques alactiques (ATP+CP) et le déclenchement de la glycolyse anaérobie avec production de l'acide lactique d'après G. Cazorla (Thomas, et al., 2000).

A partir de tous ces résultats nous pouvons confirmer presque la totalité de notre deuxième hypothèse partielle qui a avancé une chronologie presque similaire à celle obtenue par les résultats de la méthode de classement par point suggérée au début de notre travail, la seule différence est que la filière énergétique aérobie n'existe jamais lors des compétitions observées.

Donc et à partir de tout ça nous pouvons facilement confirmer l'exactitude de notre hypothèse générale qui consiste à fournir au terme de cette étude un profil physique susceptible de nous donner une vue d'ensemble sur la physionomie d'une rencontre de basket chez les cadets de notre échantillon et ce en vue d'une meilleure planification de leurs entraînements.

11- Recommandations

Actuellement certains auteurs avancent que la puberté n'est pas une « crise », les stimuli de la charge adaptée sont très bien tolérés et assimilés positivement sur le plan biologique (R.Mano 1992) en outre S.Israel et B.Bhul 1980 déclarent que toutes les capacités motrices sont entraînables à tout âge et que la puberté est caractérisée comme une phase intensive de développement et comme une étape importante pour la formation des fonctions motrices surtout les capacités physiques telles que la force et l'endurance, alors qu'avant la puberté les stimuli doivent de préférence porter sur les aptitudes coordinatrices.

Aujourd'hui l'entraînement du jeune basketteur à subi de profondes mutations, selon B. Grosgeorge (2001) il doit être centré sur les aspects techniques et tactiques, qui suppose de nombreuses répétitions, avec des séquences de travail d'intensités variables. G. Cometti (1996) confirme cette conception de l'entraînement en avançant que c'est du côté de la qualité du travail qu'il faut s'orienter, vers un entraînement des fibres rapides ce qui inclut des efforts brefs et intenses avec sollicitation minimale de l'endurance.

Au terme de cette étude et suite aux connaissances théoriques recueillies, nous suggérons aux cadres et

entraîneurs de la catégorie cadette garçon de moduler leur entraînement au caractère soulevé à travers les résultats de cette étude et qui se résument en quelques indications méthodologiques qui sont les suivantes :

Le volume des séances d'intensité maximale doit répondre aux normes des compétitions observées c'est-à-dire à l'entour de 80 minutes pour qu'il puisse y avoir une adaptation aux charges compétitives.

Donner une grande part du volume de l'entraînement à l'activité du type anaérobie lactique en puissance avec 38.90% puis l'anaérobie alactique en capacité avec 29.82% puis l'anaérobie lactique en capacité avec 23.94% et enfin l'anaérobie alactique en puissance avec 7.34% du volume de la séance d'intensité maximale.

Toujours commencer la séance avec des activités à caractère anaérobie alactique en capacité puis en anaérobie alactique en puissance c'est-à-dire commencer avec les phases d'efforts intenses et terminer son entraînement avec des séquences de type anaérobie lactique en puissance puis en capacité vers la fin de la séance.

Pour ce qui est des pauses au cours des périodes de récupération entre les exercices elles sont généralement incomplètes comme l'indiquent les résultats de notre étude, généralement on utilise ces pauses comme des récupérations actives surtout pour travailler un paramètre déterminant en basket-ball et qui est celui des lancers francs.

11- Conclusion

Le basket-ball chez les cadets observés est globalement à dominance anaérobie ce qui est en accord avec les résultats de G.Cometti (1996) et G.Bosc (2001), cette prédominance est en particulier anaérobie lactique puissance avec un pourcentage de 38,90% du volume global de jeu, ceci ne confirme pas en totalité notre hypothèse qui suppose que la filière dominante est celle de l'anaérobie alactique capacité, malgré que cette dernière intervient au début de la rencontre avec un pourcentage relativement important (29,82%).

Le travail dans la filière anaérobie lactique puissance

n'est pas vraiment un danger pour le jeune adolescent. Selon J. Duchateau (1998) la puberté semble constituer la phase critique dans la maturation du processus anaérobie lactique, le taux d'acide lactique sanguin est significativement corrélé au taux de testostérone chez le jeune. Le même auteur estime qu'il convient d'être prudent quant à son utilisation pratique abusive pour éviter des répercussions négatives sur l'organisme du jeune pubert, qui normalement doit manifester cette qualité d'une manière optimale au cours de la compétition, l'analyse de cette dernière chez les équipes de notre échantillon à montrer que cette filière intervient toujours lors des fins des phases de jeu. Contrairement à ce que nous avons supposé il y a absence des efforts de type aérobie dans notre étude ceci peut être expliqué par la nature du comportement de ces jeunes qui se lancent souvent dans la compétition avec des efforts brefs et intenses, limités par leurs techniques de jeu, dues aux perturbations sur le plan des coordinations spécialisées et sous l'effet de la fatigue cumulée ils ne peuvent maintenir des efforts de longue durée dépassant les 90 secondes. L'initiative que nous avons pris pour le classement des filières énergétiques dans la rencontre nous a permis de dégager un profil de compétition susceptible de nous apporter une lecture plus rationnelle quand à la chronologie de l'intervention des types d'efforts, de ce fait la dynamique de l'évolution des efforts et des pauses se caractérise par une intervention de la filière anaérobie alactique capacité au début du jeu puis celle de l'anaérobie alactique puissance, l'anaérobie lactique puissance et enfin pour toutes les phases de jeu intervient en dernier l'anaérobie lactique capacité.

Nous pouvons avancer que la démarche que nous avons suggérée pour pouvoir définir la chronologie des efforts compétitifs des basketteurs cadets garçons nous a permis d'avoir une autre vision sur la physiologie de l'effort compétitif mais reste toujours une démarche subjective à expérimenter plus profondément ultérieurement avec plus d'efficacité et d'objectivité.

Les caractéristiques de la compétition étant les potentialités réelles et optimales des jeunes basketteurs sur lesquelles se basera un entraînement

rationnel et adapté, qui ne peut se passer d'études expérimentales approfondies. Relativement à la population étudiée, nous avons pu identifier à un certain degré les caractéristiques essentielles de la compétition des basketteurs cadets garçons sur le plan physique malgré les limites qui ont freiné l'évaluation de certains paramètres tels que la fréquence cardiaque du joueur et la distance parcourue par le joueur et par conséquent notre étude ouvre le champ vers d'autres investigations et sur un plus grand échantillon en utilisant des moyens matériels plus sophistiqués (matériel audio-visuel, et informatique de pointe) ce qui permettra dans l'avenir de perfectionner et d'actualiser sans cesse le profil de la compétition des cadets garçons algériens au fur et à mesure que leurs niveau s'élève, en fonction de l'évolution du jeu et du règlement.

Conflit d'intérêt

L'auteur déclare ne pas avoir de conflit d'intérêts.

- bibliographies

1. Bosc, G et Grosgeorge, B. 1996. L'entraîneur de basket-ball. Ed. Vigot, coll, allard et. 2001. Etude de la structure du jeu du championnat d'Europe masculin 1999. [éd.] fédération des médecins de France. s.l. : CTR ligue île de France, 2001.
2. Cometti, G. 1996. Aspects nouveaux de la préparation physique en basket. Revue Pivot, 75.
3. Duchateau, J. 1998. L'entraînement des qualités physiques chez l'enfant. Deboeck, 1998.
4. FIBA. 2017. Commission technique. s.l. : fédération internationale de basket-ball (FIBA), 2017.
5. Grosgeorge, B. 2000. La préparation physique chez les jeunes joueurs 13-16 ans. Revue EPS. 2000, 6.
6. Khun, F, B. Grosgeorge, L. Rasseneur. 2002. Analyse comparative de la structure du jeu au basket-ball après modification du règlement (saison 2000-. fédération des médecins de France.
7. Mano, R. 1992. les Bases de l'entraînement sportif. Revue EPS.
8. Mimouni, S. 2003. La modélisation des charges (volume-intensité) dans le processus d'entraînement et de planification des équipes algériennes de basket-ball de première division. [éd.] Université d'Alger. doctorat en T.M.E.P.S.
9. Momberts, E. 1991. De l'analyse du jeu à la formation du joueur. Actio. Actio.
10. observation du rapport travail-pause de la pratique du Basket-ball. Colli, R. 1983. Rome : s.n., 1983. Congrès international de l'enseignement sportif.
11. Platonove, V.N. 1984. L'entraînement sportif théorie et méthodologie. [trad.] Jonco et coll. Revue E.P.S.
12. Thomas, Raymond et Thill, Edgar. 2000. Manuel de l'éducateur sportif. Vigot,.
13. Trilles, F. 1997. Les techniques et méthodes de l'entraînement sportif. CNFPT.

15. Weineck, J. 1998. Biologie du sport. [trad.] R.Handshuh.. Vigot.
16. Weineck ,J 1997. Manuel d'entraînement. [trad.] M.Portman et R.Handshuh. Vigot,.
-

Comment citer cet article selon la méthode APA:

Auteur DIA Yacine (2021), Détermination d'un profil physique de la compétition en basket-ball (Cas de quelques équipes de l'algérois 15-16ans), Revue Académique des études sociales et humaines, vol 13, numéro 01, Université Hassiba Ben Bouali, Chlef, Algérie, pp : 27 - 36 .