

PASSION BASKET

Plus d'émotions, plus de sensations, la section !

**LE METIER D'ARBITRE DE HAUT
NIVEAU DE BASKET-BALL**
Interview de Jules Gaduel

p.05

RESPECT IN BASKETBALL
*Top ten rules to show
sportsmanship*

p.08

**LA NUTRITION CHEZ LES SPORTIFS
ET LA PRODUCTION D'ENERGIE**
Les SVT pour vous expliquer...

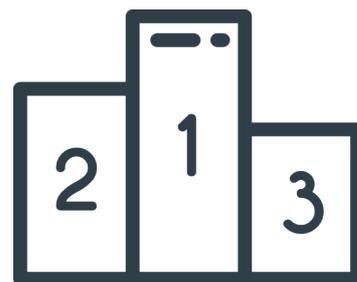
p.09

**LA FOLLE HISTOIRE DU
BASKET-BALL**

**... A travers l'histoire
du monde !**

p.03





SOMMAIRE

EDITO 02

HISTOIRE 03

ITW 05

SPORTSMANSHIP 08

LA NUTRITION 09

SPORTS AU CDI 12

ESCAPE-GAME 13

Toujours à fond !



Le contexte sanitaire pousse l'EPS à toujours chercher à (re)créer, à se renouveler, à construire des outils, aussi nouveaux qu'adaptatifs. La section sportive ne déroge pas à la "règle", tant il était impossible de s'entraîner sur les parquets. Malgré tout, les projets fleurissent et les élèves gagnent en compétences, autres que celles concernant le joueur de basket. Car oui, la section sportive c'est aussi la construction de l'arbitre, de l'OTM (officiel table de marque), du statisticien, du coach... et de l'inter-disciplinarité !

Depuis l'épisode COVID et cette rentrée 2020, le travail en section sportive a bien évolué... Les leçons en gymnase, centrées autour du travail technique et tactique, ont laissé place aux séances en salle, où les élèves ont appris à connaître le placement des deux arbitres (l'arbitre de tête et l'arbitre de queue), leurs déplacements, les différentes gestuelles importantes mais aussi à reconnaître les fautes et les violations et à les analyser. En s'appuyant sur des vidéos de matchs professionnels, ils ont réussi à développer de nouvelles compétences, bien que bloqués dans le cadre de la classe et à se projeter sur

Romain CHONAKI
Professeur d'EPS, responsable de la section sportive scolaire basket-ball



un hypothétique retour sur les parquets. En parallèle, ils ont tous appris à utiliser le logiciel "e-marque", indispensable à la gestion d'un match officiel et à prendre des statistiques.

Maintenant, à l'heure où j'écris cet édito, nous sommes repartis pour pouvoir enfin reprendre la pratique en gymnase, dans des conditions bien évidemment là-encore aménagées. Le "retour au jeu" prôné par la FFBB va désormais voir le jour dans le cadre du collège et va permettre de pouvoir à nouveau travailler sur les fondamentaux techniques, évoluer sur les aspects athlétique et physiologique mais aussi réinvestir en pratique les notions théoriques vues en salle.

Les élèves ont hâte de reprendre les entraînements de basket et goûter à nouveau au plaisir de "marquer des switches" ou d'apprendre un nouveau dribble pour ensuite "crosser" son défenseur.

L'INTER-DISCIPLINARITE

Centrale dans le projet de section sportive, l'inter-disciplinarité demeure une constante pour nos élèves dans l'ensemble des classes basket, grâce à de nombreux projets menés par des collègues investis dans le dispositif et qui eux-aussi n'ont cessé de réinventer de nouvelles approches pédagogiques, de manière à parler basket tout en travaillant sur les notions indispensables à l'application des programmes.

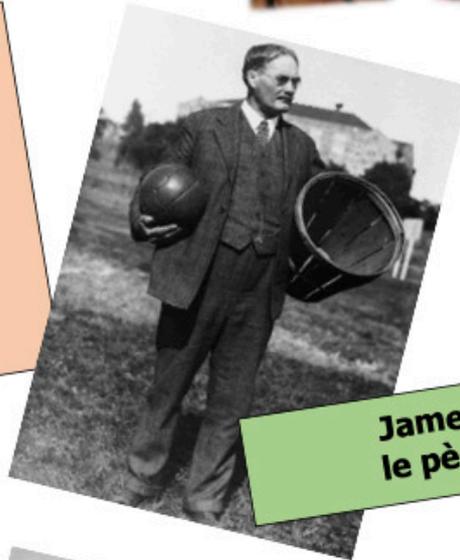
Je profite de cet édito pour chaleureusement remercier l'ensemble des collègues concernés. Grâce à eux, cette 4ème édition de "PASSION BASKET" permet d'associer le basket à l'anglais, les maths, l'histoire et le français.



1- La naissance du Basket...

James **NAISMITH** est un professeur canadien.

En **1891** il a l'idée du basket pour occuper ses jeunes élèves quand il pleut et qu'ils ne peuvent pas faire de sport dehors ! Il se sert de 2 paniers de fruits suspendus à un mur, et d'un ballon... de foot ! !



James **NAISMITH**, le père du basket !

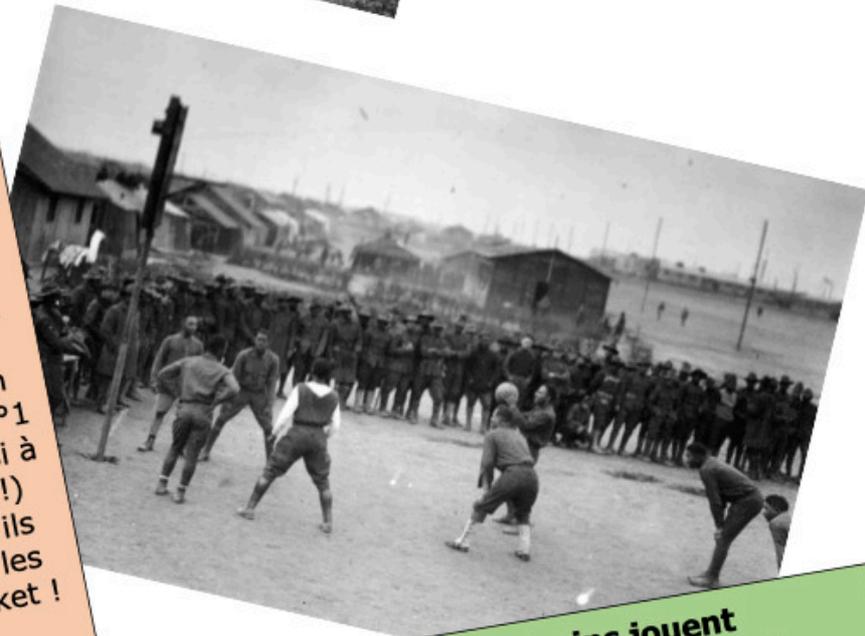
2- le basket arrive en Europe...

Le 1^{er} match de basket en France et en Europe en **1893**

Mais ce sont les **soldats américains** arrivés en France pendant la **Première Guerre mondiale** qui popularisent le basket en Europe !

Ce sport s'inspire d'un jeu de balle ancien des Mayas qui consistait à faire passer une balle dans un anneau placé en hauteur.

En **1917** les soldats américains en France pratiquent le base-ball (le sport n°1 à l'époque aux USA) mais ils jouent aussi à « **la balle au panier** » (le basket-ball !) sur des terrains improvisés partout où ils se trouvent en France : ils vont initier les militaires français... et les civils au basket !



Des soldats américains jouent au basket-ball en 1917 en France !!

3- Le basket se développe... et se féminise

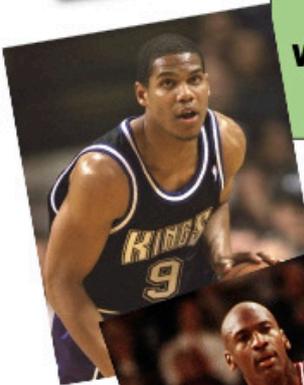
- 1949 : création de la **NBA**
- 1950 1^{er} championnat du monde
- 1957-58 : création de la coupe d'Europe des clubs champions masculine ET féminine !
- 1970 : 80 000 spectateurs pour un seul match à Athènes !!
- 1992 : la « dream team » au Jeux Olympiques...
- 1996 : création de la **WNBA** = Women's National Basketball Association
- 1997 : création de la ligue féminine de basket



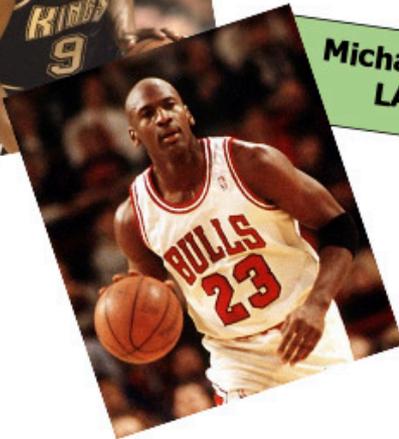
Le logo de la **WNBA**



**George Wikan,
1^{ère} star de la
NBA**

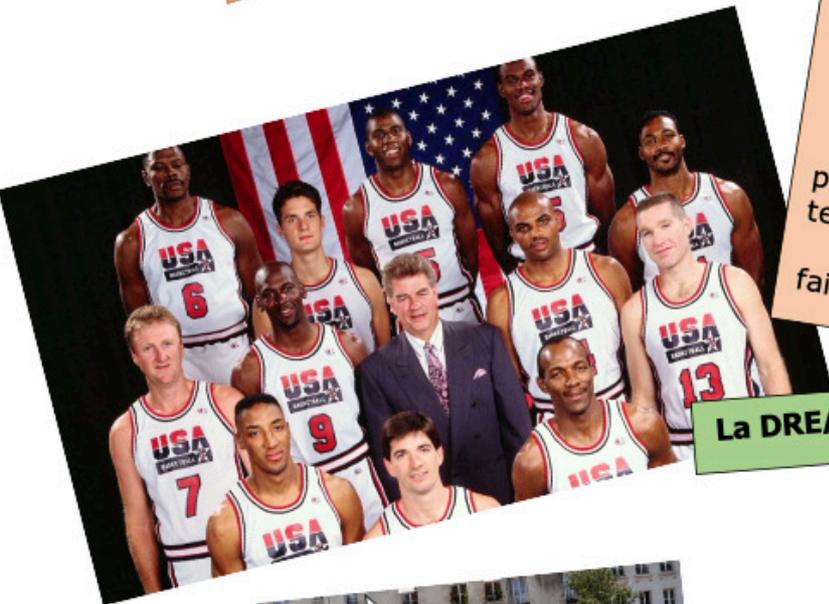


**Tariq Abdul
Wahad, 1^{er} joueur
français en NBA**



**Michael Jordan,
LA star !**

4- Les premières stars !
- 1949 : création de la NBA
- 1950 1^{er} championnat du monde
- 1957-58 : création de la coupe d'Europe des clubs champions masculine ET féminine !
- 1970 : 80 000 spectateurs pour un seul match à Athènes !!
- 1992 : la « dream team » au Jeux Olympiques...
- 1996 : création de la WNBA = Women's National Basketball Association
- 1997 : création de la ligue féminine de basket



La DREAM TEAM !

5 -La dream Team
La « dream team » (« équipe de rêve ») est le surnom donné à l'équipe de basket des États-Unis aux **Jeux Olympiques de 1992 à Barcelone** : pour la 1^{ère} fois elle rassemble les meilleurs joueurs du championnat professionnel américain (=la NBA)
L'équipe remporte la médaille d'or en **gagnant tous ces matchs avec 43 points d'écart en moyenne !!**
Cette équipe est considéré comme la plus grande équipe de basket de tous les temps, elle est entrée au basketball en 2010.
La dream team de 1992 a contribué à faire connaître la NBA dans le monde entier.



6- Les nouvelles formes de basket
- Le **street-ball**, se joue dans la rue, avec des règles un peu différentes...
- Le **handi-basket**, permet à des personnes handicapées de pratiquer le basket dans des fauteuils roulants
- le **3 contre 3**
- le **beach-basket** (même si le dribble est impossible sur le une plage de sable!)...
Aujourd'hui le basket est le 2^{ème} sport collectif (après le foot), en France et ... dans le monde !!



LE METIER D'ARBITRE DE HAUT-NIVEAU DE BASKET - Interview de Jules Gaduel -

Nous avons eu la chance et l'opportunité de questionner Jules Gaduel lors d'une interview pour qu'il nous renseigne sur son métier d'arbitre. Ce projet nous permet de nous mettre dans la peau d'un journaliste pour potentiellement envisager cette orientation plus tard.

YANNI OUADAH : A partir de quel âge avez-vous commencé à arbitrer des matchs amateurs ?

JULES GADUEL : J'ai commencé à être arbitre à l'âge de 13 ans, j'avais eu mon premier diplôme à cette période. J'étais en benjamin, en cinquième il me semble.

Y.O : Aviez-vous déjà été joueur de basket auparavant et si oui dans quel club et combien d'années ?

J.G : J'ai été joueur de basket et je le suis toujours, du moins j'essaie. Je suis à Champigny sur Marne dans le Val de Marne depuis tout petit. Je continue à jouer quand j'ai le temps même si en ce moment c'est compliqué. Mais je continue à jouer et si possible faire des matchs.

Y.O : Qu'est ce qui vous a donné envie de devenir arbitre ?

J.G : Alors ça c'est assez marrant comme question. Il n'y a pas grand-chose qui m'a donné envie de devenir arbitre, j'étais sur des entraînements de la sélection quand j'étais en benjamin. C'était sur une semaine de vacances. Les matins il y avait les entraînements de la sélection et l'après-midi il y avait le stage. On m'a donc proposé de faire la formation d'arbitrage l'après-midi. Je me suis dit "pourquoi pas ?" Et à la fin j'ai reçu mon diplôme de stagiaire départemental et depuis je ne me suis

plus arrêté. Avant cette semaine, je n'avais pas de motivation spéciale pour l'arbitrage et à la fin j'ai trouvé ça très sympa.

Y.O : Y a-t-il une personnalité qui vous a servi de modèle pour devenir arbitre ?

J.G : Oui, il y a plusieurs arbitres qui sont encore en activité que je prends comme modèle. Il y a Mehdi Difallah qui est un arbitre d'Euroligue, c'est l'un des meilleurs arbitres de France. Il y a Eddy Viator et plein d'autres. Ce sont les meilleurs arbitres du moment donc ils m'ont donné envie d'arbitrer. Il y a également Maxime Hubert qui est mon tuteur car les jeunes arbitres comme moi ont un tuteur et un coach qui peut leur permettre d'avoir des retours. Cet arbitre de 26 ans est un exemple pour moi.

SAMI OUADAH : Qu'est ce qui vous plaît dans le rôle d'un arbitre ?

J.G : Moi, ce qu'il me plaît, c'est d'être là au service du jeu. Quand on a la chance d'arbitrer des matchs avec le public, il faut se dire qu'ils ne viennent pas pour nous voir nous les arbitres. Ils viennent regarder les joueurs, les entraîneurs, ils viennent regarder du basket. Oui on fait partie du basket, mais on sert à assurer le bon déroulement d'un match et pour que les joueurs jouent dans un cadre réglementé. Nous sommes au service de la fédération ainsi que les joueurs et les entraîneurs

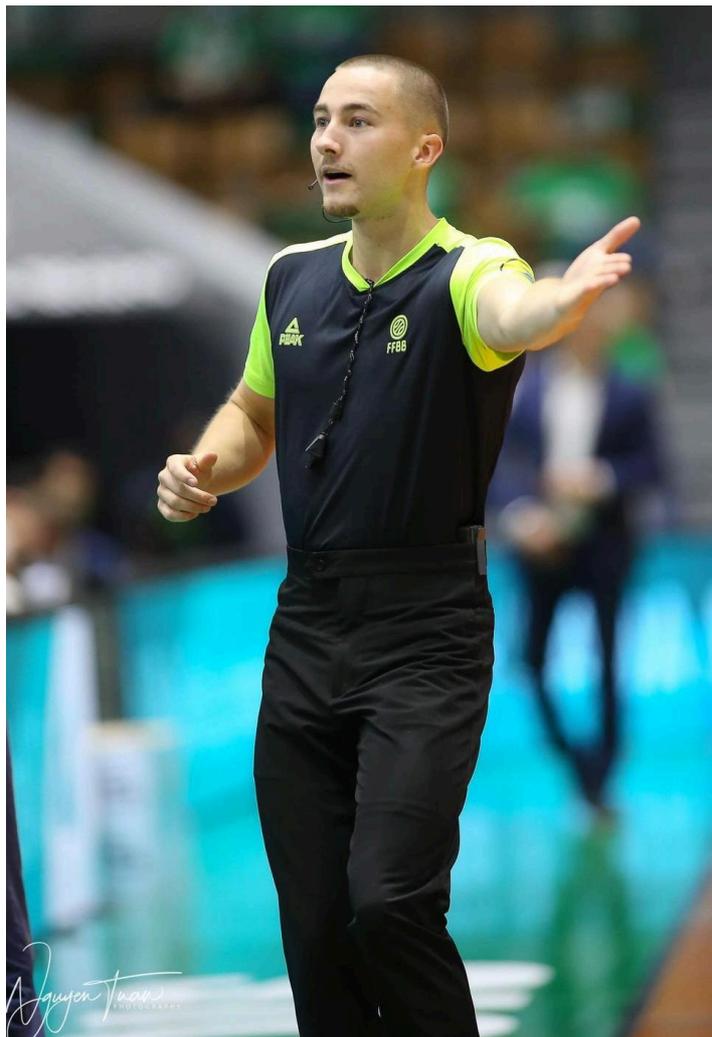
"Moi, ce qui me plaît, c'est d'être là au service du jeu".

Jules nous fait part de ce qu'il affectionne le plus dans son métier d'arbitre de haut niveau.

pour qu'un match de basket se déroule le mieux possible. Les gens ont tendance à dire que si on ne voit pas l'arbitre, le match se déroule mieux. Effectivement, on n'est pas là pour faire le show, pour se montrer. Si les conditions sont bonnes, j'ai fait ma part du travail.

S.O : Quelles sont les compétences nécessaires pour être un arbitre ?

J.D : Il faut avoir les compétences de jeu, les compétences techniques, se mettre à la place des joueurs. Il ne faut jamais s'arrêter de jouer. Il faut savoir ce qu'est une bonne passe, un bon dribble, ce qu'est qu'une bonne défense ; il faut sentir les choses. Ensuite, il y a forcément les règles du basket qui doivent être acquises. Je devais lire le petit bouquin (le code de jeu), cela m'énervait. Mais au final, tu es obligé car quand tu te retrouves face à une situation et que tu n'as pas lu le bouquin, tu te retrouves vite bloqué dans une impasse. Il y en a qui vont aimer le lire, d'autres non, mais c'est notre devoir d'arbitre de le lire. Il faut également être en bonne condition physique et reconnaître que l'on peut faire des erreurs.



Les arbitres sont pris en charge par une structure "à côté de la fédération", le HNO, présidé par Paul Merlot et Philipe Mailhabiau

S.O : A quel âge êtes-vous devenu arbitre professionnel ?

J.G : Il faut savoir que dans l'arbitrage français il n'y a pas d'arbitre professionnel, il doit forcément avoir un métier à côté. Il n'y en a que 6 qui sont salariés de la fédération qui doivent gérer plusieurs zones de la France. Tous les autres ont un métier à côté. Donc c'est une carrière de haut niveau mais le terme "professionnel" n'est pas encore d'actualité. Ils en parlent parfois mais ce n'est pas encore le cas.

S.O : Voudriez-vous faire partie de ces 6 arbitres nationaux professionnels ?

Forcément oui car c'est un honneur d'être un arbitre salarié de la fédération même s'il faut savoir que ces 6 arbitres ne sont pas forcément les 6 meilleurs de France. Ce sont des arbitres à

"Je suis tombé en plein match donc ça arrive, mais le but c'est d'être capable de continuer à juger l'action"

Pour en savoir plus sur l'interview, vous pouvez toujours aller consulter le podcast sur L'ENT du collègue.

disposition de la fédération. Je pense notamment à Mehdi Difallah, qui est selon moi le meilleur arbitre français : il exerce à côté le métier de professeur d'anglais, donc il ne fait pas partie des 6 arbitres salariés.

Y.O : Racontez-nous la routine d'un arbitre de haut niveau.

J.G : Et bien je vais te dire ce que je fais demain parce que j'arbitre demain soir : alors moi, je suis enseignant en EPS, donc le matin j'ai cours. Ensuite à 13h, je vais à la gare et je prends le TGV jusqu'à Lille, à Lille je vais à l'hôtel. Ensuite, je fais une petite sieste, ou pas d'ailleurs. Puis on s'habille donc on doit se mettre en costume cravate parce que, je ne sais pas si vous êtes au courant, mais nous les arbitres, on doit arriver dans la salle en costume cravate et on doit se retrouver dans le hall de l'hôtel pour faire notre briefing d'avant-match. Ensuite, à la fin du match, on a la chance d'être pris en charge par le club qui reçoit et à chaque fois, c'est quelqu'un qui vient nous récupérer dans le club. Donc si l'hôtel est loin de la gare, ils nous emmènent à l'hôtel.

Seuls quelques arbitres peuvent chaque année passer au statut haut niveau. Ils sont évalués sur de nombreux matchs pour évoluer et franchir les différentes étapes.



UNE ANECDOTE MARQUANTE

"Une anecdote marquante ? Enfin oui, si plusieurs petites... Mais la plus marquante : je suis tombé en plein match... Cela arrive, mais le but c'est d'être capable de continuer à juger l'action. Il y a deux ans, je suis tombé car il y avait un joueur qui est arrivé sur moi. Au moins, il m'a évité mais en reculant et en voulant partir sur la contre-attaque, je suis tombé. Après, j'ai eu de la chance parce que quand j'étais au sol, j'ai quand même réussi à siffler faute sur le double pas ! Mais bon, tout le monde s'est marré, tout le monde a rigolé, mais il y avait faute évidente et j'ai sifflé la faute. C'était panier accordé et, à genoux, je l'ai accordé. Mais le joueur concerné ne m'a pas vu. Ce sont des anecdotes marrantes. Et ça arrive parfois !"

Sportsmanship in basketball

#1 : Respect the other team

Players should treat their opponents with respect, wishing them good luck, they shouldn't offend them and they should follow the rules of the game.

#6 : Help injured teammates or opponents

If a teammate or an opponent falls, make sure he's OK.

#2 : Encourage and support team mates

When we are on the bench, we have to stay focused, show passion for the game, be loud and cheer every time a player scores.

#7 : Accept differences

White or black, religious or not, straight or gay : every player deserves to be respected.

#3 : Never blame a teammate for poor performance

Don't blame teammates for a missing shot, treat them as you want to be treated.

#8 : Shake hands with the other team before and after a game

Shake hands with the teammates, the coaches, the opponents and the referees to show respect.

#4 : Avoid arguing with the referee

Don't argue with the referee even if you disagree, stay calm in all circumstances.

#9 : Be punctual for training sessions

Be punctual to show respect for the others and to improve your skills.

#5 : Win or lose, do it fairly !

If you win, don't show off. if you lose, don't blame the others and congratulate them.

#10 : Accept playing with a teammate you don't like

On the basketball field, be polite and don't comment on the other players' fouls, everyone deserves to have a chance to play. Basketball is a team sport, show team spirit.

Mes menus adaptés :

Petit déjeuner :

- 3 clémentines
- 1 verre de lait
- 2 biscottes avec beurre et confiture

Déjeuner :

- 1 salade de tomate, de laitue, de maïs et de concombre
- 2 oeufs
- 1 morceau de coulommiers
- 2 bouts de pain
- 1 sorbet fraise

Dîner :

- des pâtes
- des épinards
- du poisson pané
- 2 kiris
- 1 pêche

Un menu type répondant aux besoins de Jana avant un match, à savoir l'apport de 2130 kcal dans la journée

La nutrition et la production d'énergie chez les sportifs

Partant d'un repas équilibré et adapté à notre corps, nous allons vous expliquer comment notre nourriture circule dans notre organisme et comment elle se transforme en énergie et donc en mouvements.

Jaden: Nous sommes allés interroger Jana, une jeune fille de 12 ans, mesurant 1m58 et pesant 36 kg sur son alimentation avant un match de basket.

Jana: Vu ma corpulence et l'activité intense que va me demander le match, je dois apporter à mon corps 2130 kcal dans la journée avec un apport important en glucides de 239 grammes mais n'oublions pas qu'il faut aussi des protéines et des lipides. Tous ces nutriments, je les trouve dans une alimentation

équilibrée. Vous pouvez trouver ci-dessus un menu type sur lequel je m'appuie avant un match.

Jaden : Et que nous conseilles-tu de manger après un match ?

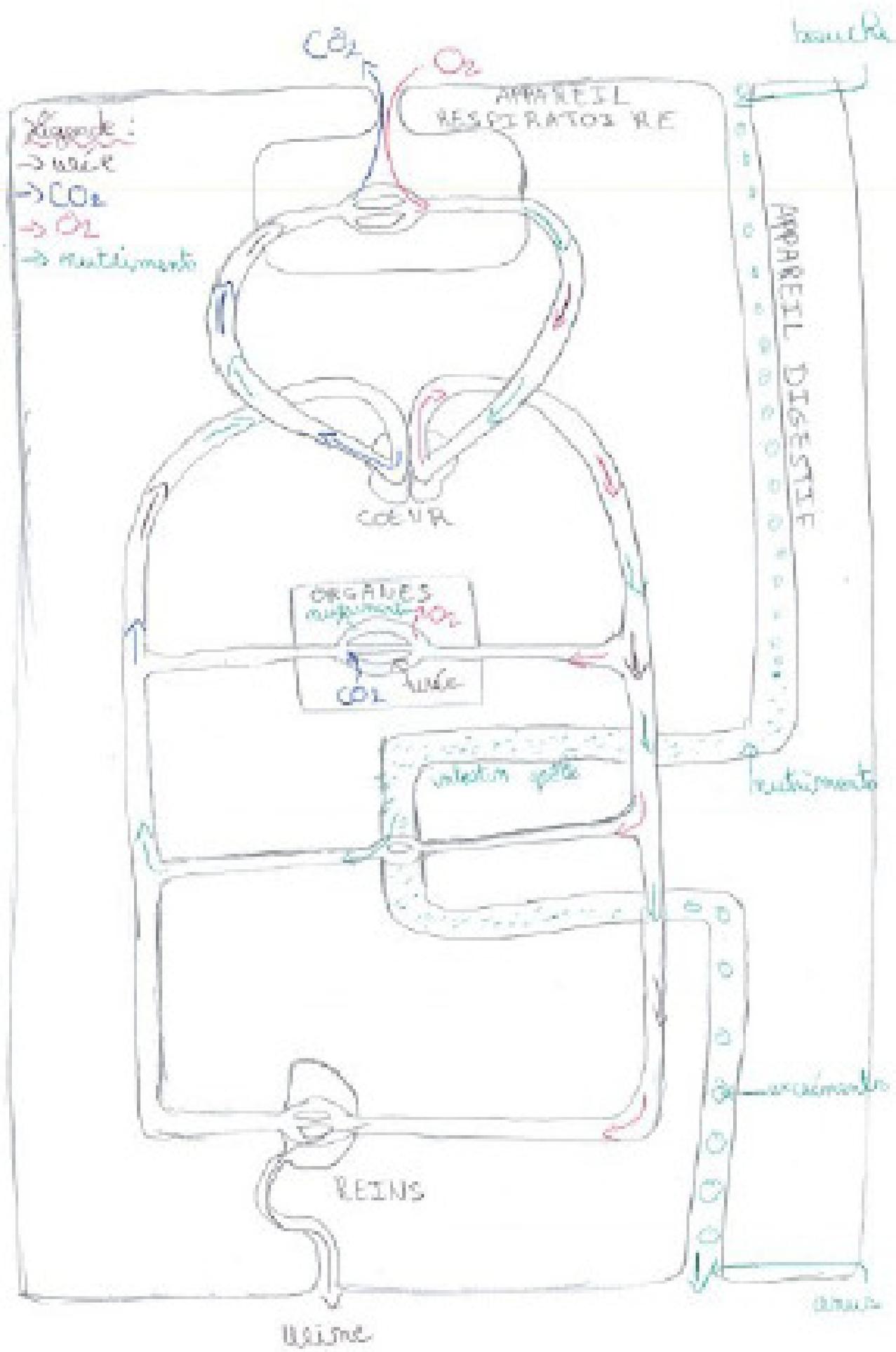
Jana : Pour ma part, je ne me complique pas vraiment la vie. Une banane et une barre protéinée avec une bouteille d'eau me suffisent largement.

Jaden : Quels sont les aliments qu'il faut éviter avant un match ?

Jana : Les aliments trop sucrés comme les gâteaux, les bonbons etc... Mais également les aliments trop gras comme les huiles, le fromage etc... Tous ces aliments apportent un excès de calories au corps qui peuvent être mauvaises pour la santé. Mais aussi car cela demandera trop d'énergie au corps de digérer et de faire du sport en même temps.

Le schéma suivant illustre la circulation et les échanges de gaz et de nutriments dans l'organisme.

Schéma montrant la circulation et les échanges de gaz et de nutriments dans l'organisme





Mieux manger

"Il faut avoir une alimentation équilibrée pour obtenir un grand apport en énergie utilisable par les organes."

Jaden : En effet, Jana a raison. Il faut avoir une alimentation équilibrée pour obtenir un grand apport en énergie utilisable par les organes. Une fois les aliments digérés, les nutriments passent dans le sang. Une réaction chimique se produit alors avec le dioxygène ce qui favorise la création de l'énergie nécessaire au fonctionnement des organes. Ci-dessous, vous avez un schéma qui explique parfaitement le trajet de la nourriture et des nutriments dans le corps.

Jana : Jaden, pourrais-tu expliquer ce qui se passe dans ce schéma à ceux qui ne l'ont pas compris ?

Jaden : Pour ceux qui n'ont pas compris ce qui se passe dans le schéma en dessous, je vais vous l'expliquer plus clairement : les nutriments issus de la nourriture ingérée et le dioxygène inspiré passent dans les capillaires sanguins. Une fois dans la cellule, deux réactions chimiques ont lieu.

Tout d'abord, le dioxygène et une partie des nutriments se transforment en dioxyde de carbone.

Jana : Deuxièmement, le reste des nutriments se transforme en matière organique et en urée.

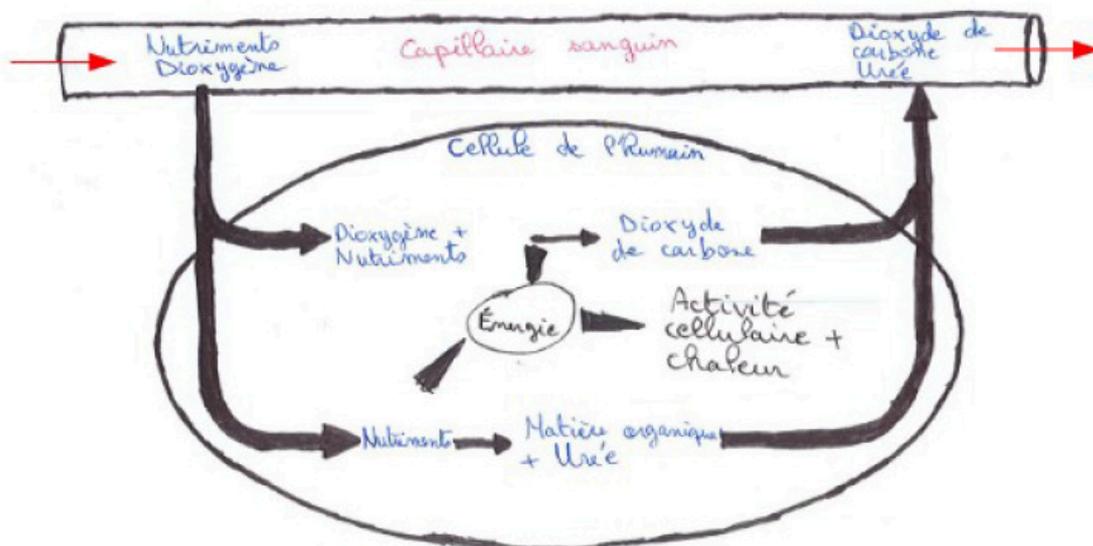
Ces déchets sont ensuite rejetés de la cellule et prennent des chemins différents grâce aux capillaires sanguins.

Le dioxyde de carbone va finalement sortir du corps à l'aide des poumons.

L'urée, elle, va être filtrée par les reins et ressortir du corps sous forme d'urine, plus communément appelée "pipi".

L'activité cellulaire associée à la chaleur vont produire l'énergie nécessaire au fonctionnement du corps.

Schéma de l'utilisation des nutriments par une cellule pour produire de l'énergie





Un franc succès auprès des élèves : Kuroko's basket

Deux rookies font une rentrée remarquée au club de basket du lycée Seirin. Tous les deux sont bien décidés à affronter les membres de la génération miracle et à l'emporter!



Un manga à découvrir : Sayonara football

Ce manga aborde la question de l'égalité fille-garçon dans l'univers du football à travers l'histoire de Nozomi, une jeune fille bien décidée à trouver sa place au sein d'une équipe masculine.



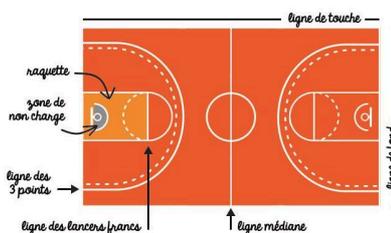
Nouveauté dans les documentaires

Voici un livre qui vous permettra de découvrir des techniques, des pratiques et des champions liés au monde de l'athlétisme.



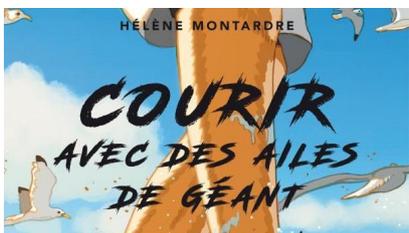
Mais aussi...

Evidemment, il existe aussi une version de ce documentaire consacrée au basket ! Des règles du jeu, au déploiement sur le terrain, il y en a pour tous les goûts.



Courir avec des ailes de géant

Découvrez un très beau roman racontant l'histoire d'un jeune garçon passionné par la course à pied qui, frappé par une perte tragique, voit ses certitudes s'envoler. Devenu adulte osera-t-il franchir le pas et participer au marathon de Sidney?



Même les nuls ont le droit d'y croire !!

Piètre sportif, mauvais élève, menteur, et maladroit avec les filles, Louca est une véritable catastrophe ambulante. Mais, c'est décidé : dès demain, il va changer ! Et pour cela, il pourra compter sur l'aide de Nathan, un fantôme...



**Votre cerveau a chauffé ?
 Vos connaissances en basket
 ont été mises à mal ?**

**Voici les solutions du premier
 escape game du journal de la
 section !**

**Il fallait détecter tous les
 indices des photos, répondre au
 quiz pour noircir les cases
 codées, bien observer l'ordre
 des couleurs...**

**Et hop le tour est joué !
 Le cadenas peut s'ouvrir...**



**A vos marques...
 les lettres à colorier
 étaient :**

- 1) Un terrain de basketball fait en longueur...
A- Entre 22 et 29 mètres
- 2) Un terrain de basketball fait en largeur...
E- Entre 14 et 16 mètres
- 3) Le panier est situé à...
J- 3,05 mètres du sol
- 4) Un match dure...
N- Quatre quart-temps de 10 min
- 5) Quelle équipe a gagné le championnat Jeep@Elite en 2018/19 ?
R- ASVEL Villeurbanne
- 6) Combien de temps un joueur peut-il rester dans la raquette ?
U- 3 secondes
- 7) Combien de clubs sont engagés en Jeep@Elite ?
Y- 18 clubs



De nombreux indices se cachent dans la photo principale. Il fallait trouver les bons chiffres et les bons ballons!

QUELS CHIFFRES ?

Sur la photo, on trouve :
le 3 gris, le 7 bleu, le 5 rouge et
le 1 vert mais aussi 8 ballons
NBA de basket.

Avec les énigmes, on trouve :
8 morceaux de cuir sur un
ballon et $2 \times 4 = 8$ pour la grille
codée.

C	L	O	K	T	B	T	C	P	K	S	T	L	C	L	O	P	T	B	P
T	B	A	O	B	E	T	J	R	N	S	U	C	Y	A	E	L	L	T	P
K	P	J	R	B	N	P	U	P	Y	O	A	B	E	C	J	O	K	O	P
O	K	R	N	U	V	T	A	C	E	K	J	L	R	N	U	L	C	T	C
L	C	Y	K	A	E	O	J	K	R	L	N	P	U	A	T	C	P	K	B
B	O	E	L	K	J	C	R	N	U	C	Y	C	A	K	E	P	B	O	P
L	O	K	P	C	O	P	C	L	O	K	C	P	C	L	O	C	P	T	T
K	O	J	R	N	U	K	P	C	O	L	P	K	P	O	V	K	L	O	T
C	L	O	K	C	A	L	T	O	T	L	B	C	O	L	A	L	T	K	B
O	K	C	L	O	E	P	C	K	K	S	O	K	C	T	E	O	T	P	L
B	O	T	S	P	J	B	C	J	P	K	S	A	O	S	J	C	O	J	S
L	T	N	V	A	R	O	T	P	U	L	N	L	O	K	U	A	E	A	T
B	O	J	P	K	S	C	O	T	L	R	L	C	L	P	B	S	K	R	B
C	L	A	S	B	K	P	P	C	J	K	N	O	S	O	K	P	C	E	O
L	T	U	O	K	L	P	O	E	O	K	L	U	C	T	P	O	P	N	L
K	L	Y	E	A	E	K	C	L	B	O	C	L	O	P	C	T	K	U	C
O	T	K	C	L	O	C	T	S	O	S	K	O	K	O	S	P	O	K	T
L	O	C	K	L	S	T	O	C	L	O	T	S	P	O	K	C	S	T	C
T	K	C	T	S	O	P	K	B	S	O	K	S	K	L	O	C	P	O	K
P	K	S	B	S	P	C	T	K	O	C	B	T	S	O	C	B	L	P	S

BRAVO !

La classe de 6B arrive
1ère au classement.

Mme Blottière est la
grande gagnante chez
les enseignants.

