

# Mastère Spécialisé

## Basket-ball Professionnel

Approuvé par la NBA



**tech** université  
technologique



**tech** université  
technologique

## Mastère Spécialisé Basket-ball Professionnel

- » Modalité: en ligne
- » Durée: 12 mois
- » Qualification: TECH Université Technologique
- » Horaire:   votre rythme
- » Examens: en ligne

Accès au site web: [www.techtitute.com/fr/science-du-sport/master/master-basket-ball-professionnel](http://www.techtitute.com/fr/science-du-sport/master/master-basket-ball-professionnel)

# Sommaire

01

Présentation

---

*Page 4*

02

Objectifs

---

*page 8*

03

Compétences

---

*Page 14*

04

Direction de la formation

---

*Page 18*

05

Structure et contenu

---

*Page 22*

06

Méthodologie

---

*Page 32*

07

Diplôme

---

*Page 40*

# 01

# Présentation

Le Basket-ball en tant que discipline sportive est toujours le Roi des sports dans de nombreux pays. Son évolution avec d'autres modalités telles que le 3x3 maintient son attrait et sa capacité à attirer un public qui admire le jeu technique, rapide et spectaculaire, sans perdre l'essence d'une grande tactique. La réussite professionnelle au plus haut niveau en tant qu'entraîneur exige une connaissance approfondie de ces domaines, ainsi que des compétences en matière de communication et de gestion. Afin de favoriser l'acquisition de ces compétences, TECH a mis au point ce diplôme 100 % en ligne, qui aborde en profondeur la gestion d'équipe, les modalités du Basket-ball et la préparation des matchs. Les diplômés disposeront du meilleur matériel didactique, créé par des professionnels ayant une expérience de ce sport au plus haut niveau.





“

*Grâce à ce Mastère Spécialisé, vous deviendrez un entraîneur spécialisé dans le Basket-ball au plus haut niveau. Inscrivez-vous maintenant"*

Les grands exploits du Basket-ball propulsent les joueurs, mais derrière leur succès se trouvent, à leur tour, des entraîneurs qui entrent dans l'histoire. Phil Jackson, Gregg Popovich, Mike Krzyzewski et Larry Brown l'ont fait en NBA. Tous ont contribué à l'évolution de ce sport, à l'amélioration des tactiques, au développement technique et à l'intégration dans le *staff* d'un personnel multidisciplinaire qualifié qui améliore les performances physiques et psychologiques de l'équipe.

En outre, cette discipline sportive a connu de grands progrès en promouvant d'autres modalités telles que le 3x3 qui attire un grand nombre de fans dans le monde entier. C'est dans ce contexte que TECH a mis au point ce Mastère Spécialisé de 12 mois en Basket-ball Professionnel, développé par une excellente équipe d'enseignants possédant une vaste expérience dans ce sport.

Il s'agit d'un programme qui permet d'approfondir la technique et les tactiques offensives et défensives individuelles, la préparation physique des joueurs, le *Scouting* et la préparation des matchs, ainsi que les tactiques offensives et défensives collectives. De cette manière, le diplômé aura l'opportunité d'acquérir les connaissances essentielles pour appliquer les stratégies les plus efficaces pendant le match et atteindre ses objectifs sportifs.

Dans cette proposition académique, un accent particulier sera mis sur les règlements de ce sport, ainsi que sur la gestion de l'équipe et du match, ce qui fournira aux étudiants les outils nécessaires pour réussir chaque rencontre. Tout cela, en outre, avec une méthodologie en ligne qui offre de la flexibilité. Le futur entraîneur n'a besoin que d'un appareil numérique avec une connexion Internet pour consulter, à tout moment de la journée, le contenu hébergé sur la plateforme virtuelle.

Ce **Mastère Spécialisé en Basket-ball Professionnel** contient le programme scientifique le plus complet et le plus actualisé du marché. Ses caractéristiques sont les suivantes:

- ◆ Le développement d'études de cas présentées par des experts en Basket-ball de haut niveau
- ◆ Le contenu graphique, schématique et éminemment pratique de l'ouvrage fournit des informations techniques et pratiques sur les disciplines essentielles à la pratique professionnelle
- ◆ Les exercices pratiques où effectuer le processus d'auto-évaluation pour améliorer l'apprentissage
- ◆ Il met l'accent sur les méthodologies innovantes
- ◆ Cours théoriques, questions à l'expert, forums de discussion sur des sujets controversés et travail de réflexion individuel
- ◆ La possibilité d'accéder aux contenus depuis n'importe quel appareil fixe ou portable doté d'une connexion internet



*Concrétisez vos aspirations professionnelles grâce à un diplôme 100 % en ligne, adapté au monde universitaire d'aujourd'hui"*

“

*Approfondissez votre compréhension des stratégies de gestion des équipes et des matchs, depuis le confort de votre ordinateur, n'importe où dans le monde”*

Le corps enseignant du programme englobe des spécialistes réputés dans le domaine et qui apportent à ce programme l'expérience de leur travail, ainsi que des spécialistes reconnus dans de grandes sociétés et des universités prestigieuses.

Grâce à son contenu multimédia développé avec les dernières technologies éducatives, les spécialistes bénéficieront d'un apprentissage situé et contextuel, ainsi, ils se formeront dans un environnement simulé qui leur permettra d'apprendre en immersion et de s'entraîner dans des situations réelles.

La conception de ce programme est basée sur l'Apprentissage par les Problèmes, grâce auquel le professionnel devra essayer de résoudre les différentes situations de pratique professionnelle qui se présentent tout au long de la formation. Pour ce faire, l'étudiant sera assisté d'un innovant système de vidéos interactives, créé par des experts reconnus.

*Grâce à la méthodologie Relearning, vous pourrez réduire les longues heures de travail et acquérir un apprentissage efficace en moins de temps.*

*Pendant 12 mois, vous approfondirez vos connaissances dans des domaines tels que le coaching, la gestion du sport et l'analyse des performances avec le meilleur matériel pédagogique.*



# 02 Objectifs

Ce diplôme universitaire a été conçu dans le but principal d'offrir étudiants un apprentissage intensif et très utile des aspects techniques, tactiques, physiques et de leadership dans le domaine du Basket-ball Professionnel. Ces objectifs seront beaucoup plus faciles à atteindre grâce aux outils pédagogiques et à l'approche globale de ce programme, qui vise également à renforcer les compétences en matière de prévention et de soins des blessures.





“

*Ce programme vous permettra d'améliorer la préparation physique, les tactiques offensives et défensives de votre équipe”*



## Objectifs généraux

---

- ◆ Encourager la créativité en attaque et la capacité d'improviser dans des situations changeantes
- ◆ Apprendre à travailler en équipe et à exploiter les forces individuelles pour un jeu offensif efficace
- ◆ Travailler sur la lecture de la défense adverse et reconnaître les opportunités d'exploiter ses faiblesses
- ◆ Préparer les joueurs à faire face à des situations difficiles et à réagir de manière appropriée aux changements de stratégie de l'adversaire
- ◆ Se tenir au courant des dernières recherches et évolutions dans le domaine de la kinésithérapie sportive afin de garantir une pratique fondée sur des données probantes
- ◆ Promouvoir l'importance de la prévention des blessures et de la kinésithérapie en tant qu'outil permettant d'améliorer les performances et de prolonger la carrière des joueurs de basket-ball
- ◆ Se tenir au courant des dernières tendances et évolutions dans le domaine du 3x3 afin de garantir un enseignement actualisé conforme aux exigences du jeu
- ◆ Promouvoir la condition physique pour ce type de jeu, en mettant l'accent sur l'endurance, la vitesse et l'agilité nécessaires pour concourir sur un demi-terrain
- ◆ Développer les compétences nécessaires pour résoudre les litiges ou les controverses liés aux règles d'une manière impartiale et objective
- ◆ Promouvoir l'importance de la nutrition et d'un repos adéquat pour optimiser les performances physiques



## Objectifs spécifiques

---

### Module 1. Techniques et tactiques offensives individuelles

- ◆ Développer et perfectionner les compétences techniques individuelles des joueurs, telles que le tir, la passe, le passe, le tir et les mouvements hors-ballon
- ◆ Enseigner des techniques avancées pour contourner les défenseurs dans des situations de un contre un et créer des occasions de marquer
- ◆ Améliorer la compréhension tactique du jeu, y compris l'utilisation du blocage et de la coupe pour se libérer et recevoir le ballon dans des positions avantageuses
- ◆ Enseigner des stratégies pour jouer à différentes positions offensives, y compris au poste de défenseur et dans le périmètre
- ◆ Préparer les joueurs à affronter des défenses intenses et apprendre à répondre aux différentes tactiques défensives
- ◆ Promouvoir l'amélioration continue et l'autodiscipline dans le développement des compétences offensives des joueurs

### Module 2. Techniques et tactiques défensives individuelles

- ◆ Développer et perfectionner les compétences défensives individuelles des joueurs, y compris le marquage, le blocage, le vol de balle et la défense en un contre un
- ◆ Enseigner des techniques avancées pour anticiper et lire les mouvements de l'attaquant afin de fermer l'espace et d'empêcher le marquage
- ◆ Améliorer l'agilité, la vitesse et les capacités de réaction défensives des joueurs
- ◆ Améliorer la capacité à défendre différentes positions et différents joueurs, en s'adaptant aux caractéristiques et aux compétences de l'adversaire

- ◆ Travailler la communication et la collaboration défensive entre les joueurs pour fermer les couloirs de passage et aider la défense
- ◆ Enseigner les techniques de défense contre les blocs, les *pick and rolls* et autres tactiques offensives de l'équipe adverse
- ◆ Encourager la mentalité défensive et l'engagement à l'effort et à l'intensité sur chaque possession
- ◆ Enseigner comment analyser l'équipe adverse et adapter les tactiques défensives en fonction de ses forces et de ses faiblesses

### Module 3. Préparation physique

- ◆ Développer une compréhension approfondie des principes de la préparation physique appliqués au basket-ball
- ◆ Apprendre à concevoir des programmes de conditionnement physique spécifiques pour les joueurs de basket-ball, en tenant compte de leurs besoins individuels et des exigences du jeu
- ◆ Améliorer l'endurance cardiovasculaire et la capacité aérobie des joueurs afin de maintenir un haut niveau de performance pendant un match
- ◆ Développer la vitesse, l'agilité et la coordination des joueurs pour améliorer leur mobilité sur le terrain
- ◆ Enseigner des techniques de musculation pour développer la puissance et l'explosivité nécessaires au basket-ball
- ◆ Travailler sur la prévention des blessures par le biais d'étirements, d'un échauffement approprié et d'exercices de renforcement musculaire
- ◆ Enseigner des techniques de récupération et de rééducation pour accélérer le rétablissement après l'entraînement et les matchs
- ◆ Promouvoir une approche globale de la préparation physique, en tenant compte des aspects techniques, tactiques et psychologiques, afin d'améliorer les performances globales de l'équipe de basket-ball

### Module 4. Kinésithérapie

- ◆ Former des professionnels hautement qualifiés dans le domaine de la kinésithérapie sportive, avec un accent particulier sur le basket-ball
- ◆ Acquérir une solide connaissance des blessures les plus courantes du basket-ball et des techniques d'évaluation et de diagnostic appropriées
- ◆ Développer des compétences en matière de prévention des blessures et de mise en œuvre de programmes de rééducation spécifiques pour les joueurs de basket-ball
- ◆ Apprendre à utiliser des techniques et des outils thérapeutiques avancés pour accélérer la récupération et améliorer les performances des joueurs
- ◆ Travailler en étroite collaboration avec le personnel technique et médical de l'équipe de basket-ball afin de fournir des soins complets aux joueurs
- ◆ Acquérir des compétences en matière de communication et d'empathie afin d'établir une relation efficace avec les joueurs et de renforcer leur confiance dans le processus de rétablissement
- ◆ Contribuer au bien-être et à la réussite de l'équipe de basket-ball grâce à des soins de kinésithérapie de qualité qui aident les joueurs à rester au sommet de leur forme et de leurs performances

### **Module 5. Scouting et préparation des matchs**

- ◆ Former des professionnels compétents dans l'analyse détaillée des équipes adverses et la préparation stratégique des matchs
- ◆ Acquérir une connaissance des outils et des techniques de *scouting* pour recueillir des informations pertinentes sur les adversaires
- ◆ Développer des compétences pour analyser les forces et les faiblesses de l'équipe adverse et concevoir des plans de jeu adaptés
- ◆ Apprendre à transmettre efficacement les informations de *scouting* à l'équipe et à l'encadrement
- ◆ Travailler sur la préparation tactique de chaque match, en établissant des stratégies offensives et défensives spécifiques
- ◆ Encourager la capacité à s'adapter et à prendre des décisions sur la base des analyses et des observations effectuées
- ◆ Promouvoir l'importance de la préparation et de l'étude préalable des adversaires pour augmenter les chances de succès dans chaque confrontation
- ◆ Établir une approche éthique et professionnelle du *scouting*, en respectant la confidentialité des informations obtenues
- ◆ Contribuer aux performances et aux résultats de l'équipe par une préparation méticuleuse et stratégique de chaque match

### **Module 6. Direction de l'équipe et direction des matchs**

- ◆ Acquérir des techniques d'analyse et d'étude des adversaires, en identifiant les forces et les faiblesses afin d'élaborer des stratégies de jeu
- ◆ Développer des compétences pour prendre des décisions tactiques et procéder à des ajustements pendant les matchs, en s'adaptant aux situations changeantes
- ◆ Encourager la collaboration et le travail d'équipe entre l'équipe d'entraîneurs, les joueurs et le personnel afin de créer un environnement positif et cohésif

- ◆ Promouvoir une vision holistique du basket-ball, en abordant les aspects techniques, tactiques, physiques et psychologiques du jeu
- ◆ Enseigner des techniques de gestion du temps et des ressources au cours de la saison, afin de maximiser les performances de l'équipe
- ◆ Établir une approche éthique et professionnelle de la gestion de l'équipe, en promouvant des valeurs telles que le respect, la discipline et l'éthique sportive
- ◆ Contribuer au développement d'entraîneurs et de dirigeants dotés de solides compétences pour gérer des équipes de basket-ball à différents niveaux de compétition

### **Module 7. Modalités du basket-ball 3x3**

- ◆ Former des experts au format 3x3, en apportant une connaissance avancée des règles et des stratégies spécifiques à ce format de jeu
- ◆ Apprendre à concevoir des systèmes de jeu et des tactiques adaptés au format 3x3, en exploitant au mieux les forces des joueurs et en travaillant efficacement en équipe
- ◆ Encourager la créativité et l'improvisation dans le jeu, car le format 3x3 exige des décisions rapides et des adaptations constantes
- ◆ Travailler sur la communication et la collaboration entre les joueurs, car le 3x3 implique une plus grande confiance dans le travail d'équipe
- ◆ Encourager la participation aux compétitions et aux tournois 3x3, afin que les joueurs acquièrent de l'expérience et améliorent leurs compétences en 3x3

### **Module 8. Tactiques offensives collectives**

- ◆ Développer chez les entraîneurs et les joueurs une compréhension approfondie des systèmes et des stratégies d'équipe pour le jeu offensif
- ◆ Développer des compétences pour mettre en œuvre des systèmes de jeu collectif qui optimisent les performances offensives de l'équipe
- ◆ Apprendre à utiliser efficacement l'espace et à créer des occasions de marquer grâce à la circulation du ballon et aux mouvements hors ballon

- ◆ Améliorer la prise de décision tactique en attaque, y compris l'utilisation des blocs et des coupes pour générer des avantages offensifs
- ◆ Travailler sur la communication et la synchronisation entre les joueurs afin d'obtenir une exécution fluide des jeux offensifs
- ◆ Mettre en place une approche basée sur l'amélioration continue, où l'analyse constante et le retour d'information permettent d'optimiser les tactiques offensives
- ◆ Développer des compétences pour faire face à différents systèmes défensifs et adapter les tactiques offensives collectives en fonction de l'adversaire
- ◆ Contribuer au développement d'équipes offensives efficaces et performantes, capables de relever les défis des compétitions et de remporter des succès sportifs

### Module 9. Tactiques défensives collectives

- ◆ Développer chez les entraîneurs et les joueurs une connaissance approfondie des systèmes et des stratégies de défense collective afin d'améliorer les performances défensives de l'équipe
- ◆ Développer des compétences pour mettre en œuvre différents systèmes défensifs, tels que la défense de zone, la défense individuelle et d'autres tactiques défensives spécialisées
- ◆ Apprendre à communiquer et à collaborer efficacement en défense pour fermer l'espace et empêcher l'équipe adverse de marquer
- ◆ Développer la capacité à lire et à anticiper les mouvements de l'équipe adverse afin d'appliquer une défense efficace
- ◆ Travailler les techniques défensives et les principes fondamentaux, y compris le marquage, le blocage, le vol de balle et la défense en un contre un
- ◆ Encourager l'importance de la concentration, de la discipline et de l'effort en défense pour maintenir une pression constante sur l'attaque adverse
- ◆ Promouvoir la défense d'équipe et l'aide défensive, chaque joueur jouant son rôle dans la protection du rebord et la fermeture des couloirs de passe
- ◆ Mettre en place une approche basée sur l'amélioration continue, où l'analyse et le retour d'information constant permettent d'optimiser les tactiques défensives

### Module 10. Règles

- ◆ Former des professionnels ayant une connaissance approfondie et actualisée des règles et règlements du basket-ball
- ◆ Développer des compétences pour interpréter et appliquer correctement les règles et règlements dans différentes situations de jeu
- ◆ Apprendre à prendre des décisions justes et cohérentes basées sur les règles pendant les matchs
- ◆ Encourager le respect éthique et professionnel des règles, en respectant l'intégrité du jeu
- ◆ Améliorer la capacité des entraîneurs et des joueurs à s'adapter aux règles et à ajuster leur tactique et leur stratégie en conséquence
- ◆ Mettre en place une approche d'amélioration continue de la compréhension et de l'application des règles, en se tenant au courant des éventuels changements ou mises à jour
- ◆ Promouvoir l'importance des règles en tant qu'élément fondamental pour assurer l'intégrité et le développement correct du jeu de basket-ball



*Augmentez votre capacité à prendre des décisions tactiques en attaque grâce à l'approche théorique et pratique fournie par cette proposition académique”*

# 03

## Compétences

L'un des objectifs de ce diplôme est de développer les compétences et les aptitudes des étudiants à diriger des équipes de Basket-ball Professionnel, à améliorer la communication avec les joueurs et entre eux, ainsi que la capacité de progression continue des performances. À cette fin, le diplômé recevra des simulations d'études de cas, qui lui permettront de vérifier les actions les plus réussies ainsi que celles qui devraient être évitées dans différentes situations.





“

*Augmentez votre capacité à prendre des décisions tactiques en attaque grâce à l'approche théorique et pratique fournie par cette proposition académique”*



## Compétences générales

---

- ◆ Promouvoir la prise de décisions offensives, par exemple quand attaquer le panier, faire une passe ou chercher un tir
- ◆ Promouvoir l'importance de la défense dans le jeu de basket-ball et son impact sur les performances globales de l'équipe
- ◆ Développer des compétences en matière de leadership et de communication afin de motiver et de guider l'équipe vers le succès
- ◆ Encourager la créativité et l'adaptabilité en attaque, en permettant aux joueurs de lire la défense et de prendre des décisions en temps réel
- ◆ Diriger des équipes de basket-ball de manière efficace et stratégique
- ◆ Planifier et organiser des séances d'entraînement en tenant compte de l'amélioration individuelle et collective des joueurs
- ◆ Acquérir les compétences nécessaires pour travailler dans des environnements de haute performance et dans des équipes de basket-ball professionnelles
- ◆ Évaluer le niveau physique des joueurs et ajuster les programmes de préparation en fonction de leurs progrès





## Compétences spécifiques

---

- ◆ Développer les compétences des joueurs en matière de leadership et de prise de décision, car dans le 3x3, chaque membre de l'équipe joue un rôle clé
- ◆ Contribuer à la croissance et au développement du basket-ball 3x3 en tant que sport populaire et passionnant, tant au niveau local qu'international
- ◆ Développer les compétences techniques et tactiques des joueurs afin qu'ils puissent relever le défi de jouer dans des espaces réduits et à un rythme plus rapide
- ◆ Promouvoir un environnement de jeu équitable et respectueux, où l'abus ou l'avantage des règles est évité
- ◆ Augmenter les compétences pour faire face aux différents systèmes offensifs et adapter les tactiques défensives collectives en fonction de l'adversaire
- ◆ Contribuer au développement d'une culture de la connaissance et du respect des règles à tous les niveaux du basket-ball
- ◆ Créer des équipes défensives solides et efficaces, capables de maintenir un haut niveau de performance et de relever les défis dans les compétitions de basket-ball
- ◆ Promouvoir le travail d'équipe et la collaboration afin que les joueurs puissent tirer parti de leurs forces individuelles et améliorer la performance collective

# 04

## Direction de la formation

L'un des éléments qui distinguent ce diplôme universitaire est l'équipe de direction et d'enseignement composée de professionnels ayant une grande expérience en tant qu'entraîneurs et joueurs professionnels de basket-ball. Ainsi, le diplômé aura accès à un programme d'études préparé par d'authentiques experts ayant une connaissance approfondie des techniques, tactiques et stratégies du jeu. En outre, grâce à leur connaissance approfondie du secteur, ils acquerront des compétences de leadership qui les conduiront à la gestion efficace et à la direction technique d'équipes de cette discipline au plus haut niveau.



“

*Il s'agit d'un Mastère Spécialisé créé par de vrais professionnels du monde du Basket-ball Professionnel qui connaissent ce sport à la perfection”*

## Direction



### D. Castro Martínez, Lago

- ♦ Entraîneur du Cáceres Basket LEB Oro
- ♦ Entraîneur Adjoint Club Basketball Breogán
- ♦ Entraîneur Adjoint ADBA Ligue Féminine Avilés
- ♦ Champion de la Copa Princesa
- ♦ Champion de la Ligue LEB Oro
- ♦ Promotion en ligue Endesa avec Breogán Lugo
- ♦ Professeur d'Enseignement Primaire à l'Université de Santiago de Compostela (USC)
- ♦ Master en Psychologie du Sport au SIPD (SIPD)
- ♦ Technicien Sportif Supérieur spécialisé en Basket-ball
- ♦ Entraîneur Supérieur de Basket-ball
- ♦ Entraîneur FIBA



### **M. Fernández López, Diego**

- ♦ Directeur sportif de la BVM de Mieres
- ♦ Entraîneur principal de la Ligue Féminine et des U19 au BK Amager
- ♦ Entraîneur principal de la Ligue EBA à Saint-Domingue
- ♦ Entraîneur principal de la 1ère Division et des U19, Hørsholm 79ers Basketball
- ♦ Directeur Sportif et entraîneur du Club de BasketCambre
- ♦ Entraîneur Supérieur de Basket-ball par la Fédération Espagnole de Basket-ball
- ♦ Master en Psychologie Sportive de Haute Performance par Unisport
- ♦ Master en Coaching Exécutif par Unisport
- ♦ Licence en Sociologie de l'Université de La Corogne

## Professeurs

### M. Boal Hernández, Guillermo

- ◆ Kinésithérapeute pour la Fédération Espagnole de Basket-ball
- ◆ Kinésithérapeute à l'Estudiantes de Baloncesto
- ◆ Diplôme de Kinésithérapie de l'Université CEU San Pablo
- ◆ Master en Biomécanique et Kinésithérapie Sportive de l'Université Pontificale de Comillas

### Mme García Paunero, Celia

- ◆ Joueuse professionnelle de 3x3 Azuqueca
- ◆ Sportive professionnelle du Celta de Vigo
- ◆ Sportive professionnelle du CD Zamarat
- ◆ Appelée à deux reprises dans l'équipe nationale d'Espagne de 3x3
- ◆ Qualification d'Entraîneur de Niveau 2

### Mme Alejo Sánchez, Andrea

- ◆ Arbitre de la Fédération Espagnole de Basketball dans la Ligue Féminine Endesa et la LEB Gold
- ◆ Responsable du groupe 1 des arbitres de la Fédération de Basket-ball d'Estrémadure
- ◆ Gestionnaire de Biens Immobiliers dans l'entreprise MAC Asesores
- ◆ Licenciée en Droit de l'Université de Séville

### Dr Reina, María

- ◆ Chercheuse scientifique au sein du Groupe Optimisation de l'Entraînement et de la Performance Sportive
- ◆ Préparateur physique à la Clinique Salubriá
- ◆ Préparateur physique au Club Baloncesto Cáceres Basket (LEB Oro)
- ◆ 1<sup>er</sup> Prix Autonome pour le Sport, l'Égalité et l'Entreprise
- ◆ Doctorat en Sciences du Sport de l'Université d'Estrémadure
- ◆ Master en initiation et performance sportive de l'Université d'Estrémadure

### Dr Pérez, Diego

- ◆ Kinésithérapeute à Sergas
- ◆ Kinésithérapeute à l'Hôpital Quirón, à la Corogne
- ◆ Kinésithérapeute à l'Hôpital San Rafael, à la Corogne
- ◆ Kinésithérapeute à Ibermutua Gallega
- ◆ Kinésithérapeute dans l'équipe de jeunes du Basquet de Cáceres
- ◆ Kinésithérapeute à l'Université de La Corogne



# 05

## Structure et contenu

Le programme de ce diplôme universitaire a été conçu pour offrir aux étudiants un programme complet axé sur les techniques et tactiques offensives et défensives individuelles, les stratégies de gestion d'équipe, le *scouting* et la préparation des matchs. Pour ce faire, le diplômé a accès à du matériel didactique multimédia et à de nombreux documents complémentaires, hébergés dans la bibliothèque virtuelle accessible 24 heures sur 24 depuis n'importe quel appareil numérique doté d'une connexion Internet.





“

*Vous avez à votre disposition les meilleures ressources multimédias de haute qualité afin de vous mettre à jour sur les stratégies les plus efficaces en matière de Basket-ball”*

## Module 1. Techniques et tactiques offensives individuelles

- 1.1. Maîtriser l'invisible
  - 1.1.1. Le basket-ball, un sport moderne?
  - 1.1.2. Les lunettes de vision individuelle
  - 1.1.3. L'anticipation comme facilitateur du geste technique
- 1.2. Le *spacing* au basket-ball
  - 1.2.1. Travaux précédents
  - 1.2.2. Générer des bénéfices grâce à la création d'espaces
  - 1.2.3. Les espaces les plus difficiles à défendre
- 1.3. Jouer hors ballon
  - 1.3.1. Ajustement du *timing*
  - 1.3.2. En mouvement constant?
  - 1.3.3. Règles du jeu hors ballon
- 1.4. Le tir
  - 1.4.1. Le début et la fin
  - 1.4.2. Détails du tir
  - 1.4.3. La mentalité et l'auto-formation d'un tireur
- 1.5. La passe L'élément unificateur
  - 1.5.1. Types de passes
  - 1.5.2. Tendances des passes dans le jeu d'aujourd'hui
  - 1.5.3. Où regarder pour passer?
- 1.6. Le rebond L'exercice de la liberté
  - 1.6.1. Le rebond dans la technique individuelle
  - 1.6.2. Les rebonds avant les actions techniques génératrices
  - 1.6.3. Les rebonds avant les actions tactiques
- 1.7. *Jeu de jambes*
  - 1.7.1. Les arrêts et leurs types
  - 1.7.2. Dissociation entre le corps, les pieds et le ballon
  - 1.7.3. Les pieds comme source d'avantages préexistants
- 1.8. Situations du 1x1 sans rebond initié
  - 1.8.1. "Jouez d'abord". La triple menace lors du rebond?
  - 1.8.2. Feintes de tirs, passes et lignes de tir
  - 1.8.3. Réceptions dynamiques des passes

- 1.9. Situations du 1x1 avec rebond initié
  - 1.9.1. Plans directionnels et dissociation des pieds et des mains
  - 1.9.2. Lire et maîtriser les zones de contrôle du ballon
  - 1.9.3. Gestes techniques du 1x1
- 1.10. Situations de rebond offensif. La vie extra
  - 1.10.1. Domaines de lecture ayant le plus de chances de rebondir
  - 1.10.2. Technique de lecture des joueurs de box-out et de rebond offensif
  - 1.10.3. Joueurs impliqués dans la deuxième action

## Module 2. Techniques et tactiques défensives individuelles

- 2.1. Maîtriser l'invisible. Le basket-ball, un sport moderne?
  - 2.1.1. Anticipation et travail préparatoire défensif
  - 2.1.2. Jouer avec le contact. Destruction des trajectoires offensives
  - 2.1.3. Se défendre avec les jambes?
- 2.2. Tendances défensives
  - 2.2.1. Existe-t-il des modes et des tendances défensives?
  - 2.2.2. Quelles sont les tendances que je peux appliquer à mon équipe?
  - 2.2.3. Méthodologie de l'entraînement
- 2.3. L'activité défensive
  - 2.3.1. Question de philosophie défensive
  - 2.3.2. Défenses en 25 secondes
  - 2.3.3. La défense de la ligne de passe comme élément destructeur
- 2.4. *Spacing* défensif
  - 2.4.1. Jouer avec les éléments
  - 2.4.2. Espace et initiative défensive
  - 2.4.3. Défense des infériorités proches
- 2.5. Le ballon et sa pression : l'axe central de la défense
  - 2.5.1. Technique individuelle de pression du ballon
  - 2.5.2. Pression et défense des passes
  - 2.5.3. Philosophie défensive
- 2.6. Déplacements défensifs. "Getting stops"
  - 2.6.1. Lecture des espaces pour les déplacements
  - 2.6.2. Espace et temps de récupération, directement proportionnels?
  - 2.6.3. Travail préliminaire et lecture d'angle pour raccourcir les déplacements

- 2.7. Démystifier les défenses
  - 2.7.1. La vision de la réalité
  - 2.7.2. S'agit-il simplement d'une attitude?
  - 2.7.3. S'agit-il d'un triangle défensif?
- 2.8. Langage non verbal et utilisation du corps dans la défense
  - 2.8.1. Savoir mentir pour obtenir des avantages défensifs
  - 2.8.2. Punir les situations défensives lorsque l'attaque se repose
  - 2.8.3. Anticipations lointaines secondaires aux premiers mouvements
- 2.9. Traitement de l'information et prise de décision défensive
  - 2.9.1. Liberté dans le cadre de la discipline et de la philosophie défensives
  - 2.9.2. Formation à l'incertitude et prise de décision défensive
  - 2.9.3. Cohésion des décisions avec la communication défensive
- 2.10. Situations de rebond défensif
  - 2.10.1. Le début de la contre-attaque
  - 2.10.2. Protection des zones où les chances de rebond sont les plus grandes
  - 2.10.3. Technique, processus, *timing* et types de *box-out*

### Module 3. Préparation physique

- 3.1. La préparation physique au basket-ball Le préparateur physique dans un *staff*
  - 3.1.1. Évolution de la préparation physique en basket-ball
  - 3.1.2. Le préparateur physique dans un *staff*
  - 3.1.3. Fonctions du préparateur physique dans une équipe professionnelle
- 3.2. Exigences physiques et physiologiques du basket-ball
  - 3.2.1. Preuves scientifiques
  - 3.2.2. Types de charge analysés en basket-ball (interne et externe)
  - 3.2.3. Systèmes de contrôle
- 3.3. Planification d'une pré-saison
  - 3.3.1. Contacts préliminaires et travail en ligne
  - 3.3.2. Structure d'une pré-saison
  - 3.3.3. Contenu de base pour la construction d'une équipe sur le plan physique
- 3.4. Tests et évaluations physiques
  - 3.4.1. Évaluation fonctionnelle
  - 3.4.2. Test de force en gymnase
  - 3.4.3. Tests physiques sur piste

- 3.5. Planification d'une saison
  - 3.5.1. Le calendrier
  - 3.5.2. Systèmes de planification et objectifs
  - 3.5.3. Structure du général au spécifique
- 3.6. Contenu du travail : Force, mobilité, stabilité
  - 3.6.1. Force
  - 3.6.2. Mobilité
  - 3.6.3. Stabilité
- 3.7. Travail physique sur la piste
  - 3.7.1. Travail aérobie et anaérobie
  - 3.7.2. Vitesse et agilité
  - 3.7.3. Activation de l'entraînement et du match
- 3.8. Suivi et analyse de la charge d'entraînement et de match
  - 3.8.1. Variables de charge interne
  - 3.8.2. Variables de charge externes
  - 3.8.3. Applications pratiques dans l'entraînement
- 3.9. *Récupération*
  - 3.9.1. Repos
  - 3.9.2. Hydratation, nutrition et suppléments
  - 3.9.3. Échelles RPE, bien-être, variabilité de la fréquence cardiaque
- 3.10. Planification de l'après-saison
  - 3.10.1. Objectifs d'après-saison
  - 3.10.2. Travail structuré *off season*
  - 3.10.3. Travail complémentaire

## Module 4. Kinésithérapie

- 4.1. La blessure sportive
  - 4.1.1. Concept de Blessure vs. Blessures sportives
  - 4.1.2. Quand un joueur de basket-ball est-il blessé?
  - 4.1.3. Qui décide qu'un sportif est blessé?
- 4.2. Types de blessures et leurs traitements
  - 4.2.1. Blessures musculaires
  - 4.2.2. Blessures des ligaments
  - 4.2.3. Blessures des tendons
  - 4.2.4. Blessures articulaires et osseuses
- 4.3. Le personnel médical et ses objectifs avec un joueur de basket-ball blessé
  - 4.3.1. Le médecin
  - 4.3.2. Le kinésithérapeute
  - 4.3.3. Le rééducateur sportif
  - 4.3.4. Le préparateur physique et l'entraîneur
- 4.4. Blessures les plus fréquentes dans le basket-ball
  - 4.4.1. Les lésions des ischio-jambiers
  - 4.4.2. Les entorses et les zones les plus touchées
  - 4.4.3. Les lésions du genou et leurs types
  - 4.4.4. Blessures du quadriceps
- 4.5. Pourquoi un joueur de basket se blesse-t-il? Les causes les plus fréquentes
  - 4.5.1. Facteurs intrinsèques du joueur de basket-ball
  - 4.5.2. Facteurs extrinsèques du joueur de basket-ball
  - 4.5.3. Autres facteurs
  - 4.5.4. Incidence des blessures
- 4.6. Les récurrences des blessures et leurs causes possibles
  - 4.6.1. Qu'est-ce qu'une récurrence?
  - 4.6.2. La récurrence peut-elle être évitée?
  - 4.6.3. Quelles sont les causes les plus fréquentes de récurrence?
  - 4.6.4. Comment savoir si tout va bien maintenant?





- 4.7. La rééducation physique et sportive et ses phases pour un joueur de basket-ball blessé
  - 4.7.1. Phases
  - 4.7.2. Récupération sportive fonctionnelle
  - 4.7.3. Rééducation Physique et Sportive
  - 4.7.4. Réentraînement sportif
- 4.8. Réentraînement à l'effort
  - 4.8.1. Qu'est-ce que le réentraînement à l'effort?
  - 4.8.2. Comment contrôler le réentraînement à l'effort?
  - 4.8.3. Quels sont les paramètres ou les tests pris en compte pour évaluer la condition physique d'un joueur de basket-ball?
  - 4.8.4. Les émotions du joueur de basket-ball sont importantes
- 4.9. Retour à la performance d'un joueur de basket-ball blessé
  - 4.9.1. Aspects à prendre en compte lors de la réintégration du joueur dans le groupe
  - 4.9.2. Premiers pas
  - 4.9.3. Réintégration dans le groupe
  - 4.9.4. Exemple de planification du retour à la compétition
- 4.10. Prévention des blessures chez le joueur de basket-ball
  - 4.10.1. Prévention des blessures les plus fréquentes
  - 4.10.2. L'importance de la force dans la prévention des blessures
  - 4.10.3. Quand et comment réaliser un protocole de prévention des blessures?
  - 4.10.4. Le travail du basketteur en dehors de l'équipe dans la prévention des blessures

## Module 5. *Scouting* et préparation des matchs

- 5.1. Connaissance de soi et vision personnelle. Philosophie + croyances
  - 5.1.1. La vision personnelle de l'entraîneur Construire un basket-ball
  - 5.1.2. L'importance du *scouting*. Contrôle de l'information
  - 5.1.3. Comment aborder le *scouting*
- 5.2. *Scouting* propre et de l'adversaire Espionnage, observation et prise de décision
  - 5.2.1. Qu'observons-nous chez l'adversaire?
  - 5.2.2. Qu'observons-nous dans notre propre équipe?
  - 5.2.3. Points d'observation dans le visionnage de matchs

- 5.3. L'analyse SWOT et les cinq éléments
  - 5.3.1. L'analyse SWOT et son utilisation pour le *scouting* et la planification des matchs
  - 5.3.2. Stratégie, tactique, statistiques, règles et concepts
  - 5.3.3. L'utilisation du contre-*scouting* dans son équipe
- 5.4. Contre-*scouting*. Anticiper l'avenir
  - 5.4.1. En quoi consiste le contre-*scouting*?
  - 5.4.2. Comment en tirer le meilleur profit?
  - 5.4.3. Pouvons-nous anticiper ce qui va se passer?
- 5.5. Le plan de match. Simplifier et communiquer
  - 5.5.1. Différents plans de jeu? Un seul plan?
  - 5.5.2. Importance des concepts et capacité à simplifier
  - 5.5.3. Communiquer et faire passer le message. Parler du plan
- 5.6. Entraîner le plan. L'art de la guerre
  - 5.6.1. Importance de la préparation d'un match. L'art de la guerre
  - 5.6.2. Éléments à protéger, à améliorer, à punir et à éviter
  - 5.6.3. Travailler sur le plan de match par rapport à ses propres concepts. Utilisation du contre-*scouting* de l'adversaire
- 5.7. Utilisation d'outils vidéo et visuels
  - 5.7.1. Séances de *scouting* vidéo de l'équipe adverse. Différences entre le jeu à domicile et le jeu à l'extérieur
  - 5.7.2. Séances vidéo de *scouting* de la propre équipe Individuelles et collectives
  - 5.7.3. Sessions de motivation et utilisation de la vidéo à l'ère de l'immédiateté
- 5.8. Début du match. Outils de contrôle et d'évaluation
  - 5.8.1. Systèmes de lecture et de reconnaissance
  - 5.8.2. Outils de contrôle et d'évaluation du plan de match
  - 5.8.3. Décisions à prendre. Risques du plan
- 5.9. Décisions et ajustements de cours
  - 5.9.1. Traitement de l'information. Écouter et décider
  - 5.9.2. Ajuster le cap ou continuer à croire au plan. Intuition et instinct
  - 5.9.3. Communiquer avec les joueurs
- 5.10. L'évaluation d'après-match. Un sujet en suspens
  - 5.10.1. Utilisation des données et des statistiques finales
  - 5.10.2. Après le match. Utilisation de la vidéo et création d'un rapport d'après-match
  - 5.10.3. Communication du rapport de match à l'équipe

## Module 6. Direction de l'équipe et direction des matchs

- 6.1. Mise en place de l'équipe, du *staff* et attribution des rôles
  - 6.1.1. Constituer une équipe. Recherche de profils
  - 6.1.2. Constituer un *staff* technique. Tout s'ajoute, rien ne se soustrait
  - 6.1.3. Attribution des rôles. Cherchons-nous toujours les meilleurs?
- 6.2. Management et gestion de groupe. Où se trouve le leadership?
  - 6.2.1. L'étendue des connaissances d'un entraîneur
  - 6.2.2. Types de leadership des entraîneurs. Est-ce la même chose pour tout le monde?
  - 6.2.3. Attention aux détails et aux lignes rouges du groupe. L'équité
- 6.3. Communication avec le joueur
  - 6.3.1. La personne avant tout
  - 6.3.2. Écoute et respect
  - 6.3.3. Honnêteté et sincérité. Le seul script valable
- 6.4. Facteurs conditionnant le leadership de l'équipe
  - 6.4.1. Résultats. Rentabilité vs relativiser
  - 6.4.2. Cohésion et santé du groupe
  - 6.4.3. Agents externes échappant au contrôle de l'entreprise
- 6.5. Compétences d'un chef de groupe. La lumière qui guide
  - 6.5.1. Aspects à maîtriser par le responsable d'une équipe professionnelle
  - 6.5.2. Le souci du détail
  - 6.5.3. Recherche de leaders au sein du groupe
- 6.6. Les exigences de la vie quotidienne. S'adapter à la direction prise par chacun
  - 6.6.1. Créer des habitudes et des automatismes dans l'équipe
  - 6.6.2. Comprendre, écouter, presser et nourrir
  - 6.6.3. Créer une culture de club
- 6.7. Gestion des matchs. Gestion technique et émotionnelle. Les décisions
  - 6.7.1. Lecture d'avant-match. Anticipation théorique
  - 6.7.2. Évaluation des dommages et des risques
  - 6.7.3. L'évaluation des opportunités. Gestion des décisions

- 6.8. Utilisation et rentabilité de la communication. Entretiens et temps morts
  - 6.8.1. Savoir communiquer. L'entretien d'avant-match. Les étapes de la motivation
  - 6.8.2. Interprétation de l'environnement pour ajuster le message. L'adaptation verbale
  - 6.8.3. Communication non verbale et adaptation au temps
- 6.9. Succès ou échec. La frontière ténue entre relativiser et profiter
  - 6.9.1. Capacité à évaluer les processus
  - 6.9.2. Auto-analyse et analyse interne
  - 6.9.3. Communiquer et convaincre?
- 6.10. Qui aide ceux qui aident les autres? Santé mentale
  - 6.10.1. La figure du psychologue dans une équipe professionnelle
  - 6.10.2. La solitude de l'entraîneur
  - 6.10.3. Vivre dans l'incertitude

## Module 7. Modalités du Basket-ball (3X3)

- 7.1. Histoire du 3x3. Un nouveau sport au sein d'un sport centenaire
  - 7.1.1. Quand et comment la FIBA s'est intéressée au 3x3
  - 7.1.2. Le circuit professionnel. Les débuts et le présent
  - 7.1.3. De la rue aux Jeux Olympiques
- 7.2. Les règles. Optimiser la connaissance des règles
  - 7.2.1. Règlementation
  - 7.2.2. Particularités du 3x3 par rapport au 5x5
  - 7.2.3. Connaître et exploiter les règles
- 7.3. Système de qualification. Comment et où gagner des points
  - 7.3.1. La FIBA, son fonctionnement et ses différentes réalités
  - 7.3.2. Le *Ranking*. International
  - 7.3.3. Application pratique Participation aux tournois
- 7.4. Organisation d'événements Tout ce dont vous avez besoin pour réussir le 3x3
  - 7.4.1. Exigences de base pour l'organisation d'un tournoi
  - 7.4.2. Emplacement et mise en place. Qui nous sponsorise?
  - 7.4.3. Diffusion et visibilité. À qui s'adresse-t-il?
- 7.5. Passage du 5x5 au 3x3. Différences et similitudes
  - 7.5.1. Principales différences et comment les intérioriser
  - 7.5.2. Les similitudes. Les transférer et les exploiter
  - 7.5.3. Comment combiner les deux modalités

- 7.6. Technique individuelle. Différents ballons et différents espaces, mêmes gestes?
  - 7.6.1. Exploiter les espaces. Quels gestes techniques privilégier?
  - 7.6.2. Adapter les gestes aux petites dimensions
  - 7.6.3. Vitesse d'exécution. Efficience et efficacité
- 7.7. Tactiques offensives. Comment utiliser le plus d'espace possible
  - 7.7.1. Différences entre la transition et le *check-ball*
  - 7.7.2. Angles de sortie de la balle
  - 7.7.3. Non-stop. Enchaînement d'actions continues
- 7.8. Tactiques défensives. Efficacité défensive
  - 7.8.1. Différences entre transition et *check-ball*
  - 7.8.2. Responsabilité individuelle et communication, clés défensives
  - 7.8.3. *Scouting*. L'importance de connaître l'adversaire
- 7.9. Théorie de l'entraînement. Si nous jouons 3x3, nous nous entraînons 3x3
  - 7.9.1. Adaptation au 3x3. Exploiter toutes les qualités d'un joueur
  - 7.9.2. Automatisation du jeu. Créer des liens dans le groupe
  - 7.9.3. Faciliter la prise de décision. Le joueur décide
- 7.10. Tendances du jeu. Comment le jeu est joué et pourquoi
  - 7.10.1. Structures d'équipe. Évolution et raisons
  - 7.10.2. Tendances offensives
  - 7.10.3. Tendances défensives

## Module 8. Tactiques offensives collectives

- 8.1. "Le tout est plus que la somme des parties." Habitude + méthode
  - 8.1.1. Habitude + méthode
  - 8.1.2. Clarté des concepts et pouvoir de la répétition
  - 8.1.3. Préparer l'équipe à gagner chaque 1x1 existant
- 8.2. Maîtriser l'invisible collectivement
  - 8.2.1. Le souci du détail. La clé pour faire fonctionner le système
  - 8.2.2. *Spacing, timing* et travaux défensifs
  - 8.2.3. Méthodologie et accent mis sur la manière de réaliser ces concepts
- 8.3. Le blocage direct. Roi de la génération d'avantages
  - 8.3.1. Utilisation du blocage direct dans le basket-ball d'aujourd'hui
  - 8.3.2. Types, *timing*, rôles y *spacing* de blocage direct
  - 8.3.3. Création et utilisation d'avantages différés pour le jeu de blocage direct

- 8.4. Le blocage indirect. Le summum de la cohésion collective
  - 8.4.1. L'utilisation du blocage indirect dans le basket-ball moderne
  - 8.4.2. Le blocage direct, élément de liaison ou de finition?
  - 8.4.3. Types, *timing*, rôles y *spacing* de blocage direct
- 8.5. Jouer dos au panier. Une chose rare?
  - 8.5.1. Détails et *spacing* dans le jeu avec le dos au panier. Tendances actuelles
  - 8.5.2. Jouer avec le dos après un blocage direct
  - 8.5.3. Jouer avec le dos après un blocage indirect
- 8.6. Main à main et "screen the screener". Eléments de fluidité
  - 8.6.1. Types de corps à corps
  - 8.6.2. Types de situations de "screen the screener"
  - 8.6.3. Eléments de fluidité dans le jeu. Choix de l'emplacement du foyer de distraction
- 8.7. Le jeu de contre-attaque. Les premières secondes
  - 8.7.1. Commencer la contre-attaque. *Box-out + outlet pass*
  - 8.7.2. *Spacing* + notions de jeu collectif en contre-attaque
  - 8.7.3. Temps de contre-attaque
- 8.8. Arriver en jouant ou arriver en jouant?
  - 8.8.1. Lire l'équilibre défensif et l'*early offense*
  - 8.8.2. *Spacing* de jeu *arriving*
  - 8.8.3. Connecter *arriving* avec le bloc direct, le bloc indirect et le poste bas
- 8.9. Jeu de 5x5 Concepts et systèmes, extension des joueurs
  - 8.9.1. Systèmes offensifs. L'extension des joueurs
  - 8.9.2. Choix et création de systèmes. Pourquoi? Quand? Comment? Où?
  - 8.9.3. Regrouper et relier des concepts. Le souci du détail. Maîtriser l'invisible
- 8.10. Situations spéciales de dernière seconde et ATO
  - 8.10.1. Lecture et connaissance de ses propres joueurs
  - 8.10.2. Connaissance préalable de l'adversaire pour attaquer ses faiblesses
  - 8.10.3. Types de situations d'ATO

## Module 9. Tactiques défensives collectives

- 9.1. L'art de la défense. Le début de la meilleure attaque. Habitude + méthode
  - 9.1.1. Philosophie et méthodologie défensives. Adaptation à l'équipe
  - 9.1.2. Construire de l'incomplet au complexe
  - 9.1.3. Attention aux détails. Pression sur le ballon
- 9.2. Règles, discipline, travail préalable et activité. Les quatre piliers
  - 9.2.1. Premières règles d'avant-saison. Habitudes + automatismes
  - 9.2.2. Discipline défensive + travail d'avant-saison
  - 9.2.3. Activité défensive. Défenses en 25 secondes
- 9.3. L'équilibre défensif. La force dans la vulnérabilité
  - 9.3.1. Rôles d'équilibre défensif. Importance de l'équilibre dans les systèmes
  - 9.3.2. Première défense par blocage direct et utilisation des fautes dans l'équilibre défensif
  - 9.3.3. Lire pour attraper en champ libre. Zone dans l'équilibre défensif?
- 9.4. La défense par blocage direct. Le combat pour l'initiative
  - 9.4.1. Philosophie, caractéristiques de l'équipe et influence du *scouting* adverse
  - 9.4.2. Types et *timing* de la défense par blocage direct
  - 9.4.3. Tendances défensives du blocage direct. Le détail dans le collectif
- 9.5. La défense du blocage indirect. La source de nombreux avantages
  - 9.5.1. Des règles fixes? Défendre ou non le ballon change tout
  - 9.5.2. Règles défensives indirectes pour les joueurs extérieurs
  - 9.5.3. Règles défensives indirectes pour les joueurs intérieurs
- 9.6. La défense du poste bas. Protéger le sacré
  - 9.6.1. Les défenses en un contre un et les feintes
  - 9.6.2. Défenses agressives au poste bas + rotations
  - 9.6.3. Défendre le poste bas, est-ce seulement défendre les joueurs intérieurs?
- 9.7. La défense au corps à corps et *screen the screener*. Arrêter la fluidité
  - 9.7.1. Variations en fonction des angles, des joueurs adverses et du *scouting*
  - 9.7.2. Règles des "screen the screener"
  - 9.7.3. Statut tactique pour être prêt à faire face à toute arme adverse

- 9.8. Défenses spatiales ou défenses de zone. Le bazar des ressources
  - 9.8.1. Types de défenses de zone
  - 9.8.2. Tendances actuelles en matière de défenses spatiales
  - 9.8.3. Les zones sont-elles formatrices? Ressource courageuse ou lâche?
- 9.9. Défenses pressantes plein champ et  $\frac{3}{4}$  champ
  - 9.9.1. Défenses en zone sur tout le terrain
  - 9.9.2. Défenses individuelles de saut et de changement
  - 9.9.3. Choix du moment de pression
- 9.10. Défenses spéciales et alternatives ATO
  - 9.10.1. Prise de décision concernant les connaissances des rivaux
  - 9.10.2. Préparation des défenses spéciales. Tout s'entraîne
  - 9.10.3. Évaluer les performances des défenses spéciales et alternatives

## Module 10. Règles

- 10.1. L'arbitrage Organisation et méthodologie
  - 10.1.1. Qu'est-ce que l'arbitrage?
  - 10.1.2. Outils de connaissance
  - 10.1.3. Organisation de l'arbitrage. Championnats et matchs
- 10.2. Relations entre les participants. Arbitres et entraîneurs
  - 10.2.1. Être arbitre 24 heures sur 24
  - 10.2.2. Relations avec les entraîneurs
  - 10.2.3. Comment communiquer
- 10.3. Entraîneur principal et entraîneur adjoint Obligations et droits
  - 10.3.1. Fonctions de l'entraîneur principal. Règles
  - 10.3.2. Fonctions de l'entraîneur adjoint. Règles
  - 10.3.3. Situations particulières entre entraîneurs
- 10.4. Règles du jeu : Condition et contrôle du ballon
  - 10.4.1. Introduction. Règles du jeu
  - 10.4.2. Condition du ballon
  - 10.4.3. Contrôle du ballon
- 10.5. Règles du jeu : Temps morts et remplacements
  - 10.5.1. Temps morts. Interprétation
  - 10.5.2. Remplacements. Interprétation
  - 10.5.3. Situations spéciales de match
- 10.6. Règles du jeu : Défaites par défaut et infériorité
  - 10.6.1. Match perdu par défaut
  - 10.6.2. Match perdu par infériorité
- 10.7. Infractions : Avance interdite, 3 secondes et joueur défendu de près
  - 10.7.1. Qu'est-ce qu'une infraction?
  - 10.7.2. Avance interdite
  - 10.7.3. Trois secondes
  - 10.7.4. Joueur défendu de près
- 10.8. Infractions : Interposition et interférence
  - 10.8.1. Interposition Quand elle se produit
  - 10.8.2. Interférence Quand elle se produit
  - 10.8.3. Différences entre l'interposition et l'interférence
- 10.9. Fautes Règles personnelles, doubles, techniques, antisportives et de disqualification
  - 10.9.1. Quand une faute est-elle commise?
  - 10.9.2. Fautes personnelles
  - 10.9.3. Double faute
  - 10.9.4. Fautes techniques et de disqualification. Différences
  - 10.9.5. Fautes antisportives. Critères
- 10.10. Erreurs corrigibles
  - 10.10.1. Qu'est-ce qu'une erreur corrigible?
  - 10.10.2. Situations dans lesquelles elle s'applique
  - 10.10.3. Conclusions

06

# Méthodologie

Ce programme propose une manière différente d'apprendre. Notre méthodologie est développée à travers un mode d'apprentissage cyclique: **Le Relearning**.

Ce système d'enseignement s'utilise, notamment, dans les écoles de médecine les plus prestigieuses du monde et a été considéré comme l'un des plus efficaces par des publications de premier plan telles que le **New England Journal of Medicine**.





“

*Découvrez Relearning, un système qui renonce à l'apprentissage linéaire conventionnel pour vous emmener à travers des systèmes d'enseignement cycliques: une façon d'apprendre qui s'est avérée extrêmement efficace, en particulier dans les matières qui exigent la mémorisation”*

## À TECH, nous utilisons la méthode des cas

Le programme offre une méthode révolutionnaire de développement des compétences et des connaissances. Notre objectif est de renforcer les compétences dans un contexte changeant, compétitif et hautement exigeant.

“

*Avec TECH, vous pourrez découvrir une façon d'apprendre qui fait avancer les fondations des universités traditionnelles du monde entier”*



*Vous bénéficierez d'un système d'apprentissage basé sur la répétition, avec un enseignement naturel et progressif sur l'ensemble du cursus.*



*L'étudiant apprendra, par des activités collaboratives et des cas réels, à résoudre des situations complexes dans des environnements commerciaux réels.*

## Une méthode d'apprentissage innovante et différente

Cette formation TECH est un programme d'enseignement intensif, créé de toutes pièces, qui propose les défis et les décisions les plus exigeants dans ce domaine, tant au niveau national qu'international. Grâce à cette méthodologie, l'épanouissement personnel et professionnel est stimulé, faisant ainsi un pas décisif vers la réussite. La méthode des cas, technique qui constitue la base de ce contenu, permet de suivre la réalité économique, sociale et professionnelle la plus actuelle.

“*Nous sommes la seule université en ligne qui propose des documents de Harvard comme matériel pédagogique dans ses cours*”

La méthode des cas a été le système d'apprentissage le plus utilisé par les meilleures facultés du monde. Développée en 1912 à Harvard pour que les étudiants en Droit n'apprennent pas uniquement sur la base d'un contenu théorique, la méthode des cas consistait à leur présenter des situations réelles complexes pour que les apprenants s'entraînent à les résoudre et à prendre des décisions. En 1924, elle a été établie comme méthode d'enseignement standard à Harvard.

Face à une situation donnée, que doit faire un professionnel? C'est la question à laquelle nous vous confrontons dans la méthode des cas, une méthode d'apprentissage orientée vers l'action. Tout au long du programme, vous serez confronté à de multiples cas réels. Ils devront intégrer toutes leurs connaissances, faire des recherches, argumenter et défendre leurs idées et leurs décisions.

## Relearning Methodology

TECH combine efficacement la méthodologie des études de cas avec un système d'apprentissage 100% en ligne basé sur la répétition, qui associe 8 éléments didactiques différents dans chaque leçon.

Nous enrichissons l'Étude de Cas avec la meilleure méthode d'enseignement 100% en ligne: le Relearning.

*En 2019, nous avons obtenu les meilleurs résultats d'apprentissage de toutes les universités en ligne du monde.*

À TECH, vous apprenez avec une méthodologie de pointe conçue pour former les managers du futur. Cette méthode, à la pointe de la pédagogie mondiale, est appelée Relearning.

Notre université est la seule université hispanophone autorisée à utiliser cette méthode efficace. En 2019, nous avons réussi à améliorer les niveaux de satisfaction globale de nos étudiants (qualité de l'enseignement, qualité des supports, structure des cours, objectifs...) par rapport aux indicateurs de la meilleure université en ligne.





Dans notre programme, l'apprentissage n'est pas un processus linéaire, mais se déroule en spirale (apprendre, désapprendre, oublier et réapprendre). Par conséquent, chacun de ces éléments est combiné de manière concentrique. Cette méthodologie a permis de former plus de 650.000 diplômés universitaires avec un succès sans précédent dans des domaines aussi divers que la biochimie, la génétique, la chirurgie, le droit international, les compétences en gestion, les sciences du sport, la philosophie, le droit, l'ingénierie, le journalisme, l'histoire, les marchés financiers et les instruments. Tout cela dans un environnement très exigeant, avec un corps étudiant universitaire au profil socio-économique élevé et dont l'âge moyen est de 43,5 ans.

*Le Relearning vous permettra d'apprendre plus facilement et de manière plus productive tout en développant un esprit critique, en défendant des arguments et en contrastant des opinions: une équation directe vers le succès.*

D'après les dernières données scientifiques dans le domaine des neurosciences, non seulement nous savons comment organiser les informations, les idées, les images et les souvenirs, mais nous savons aussi que le lieu et le contexte dans lesquels nous avons appris quelque chose sont fondamentaux pour notre capacité à nous en souvenir et à le stocker dans l'hippocampe, pour le conserver dans notre mémoire à long terme.

De cette façon, et dans ce que l'on appelle Neurocognitive context-dependent e-learning les différents éléments de notre programme sont liés au contexte dans lequel le participant développe sa pratique professionnelle.

Ce programme offre le meilleur matériel pédagogique, soigneusement préparé pour les professionnels:



#### Support d'étude

Tous les contenus didactiques sont créés par les spécialistes qui enseignent les cours. Ils ont été conçus en exclusivité pour la formation afin que le développement didactique soit vraiment spécifique et concret.

Ces contenus sont ensuite appliqués au format audiovisuel, pour créer la méthode de travail TECH en ligne. Tout cela, élaboré avec les dernières techniques afin d'offrir des éléments de haute qualité dans chacun des supports qui sont mis à la disposition de l'apprenant.



#### Cours magistraux

Il existe des preuves scientifiques de l'utilité de l'observation par un tiers expert.

La méthode "Learning from an Expert" renforce les connaissances et la mémoire, et donne confiance dans les futures décisions difficiles.



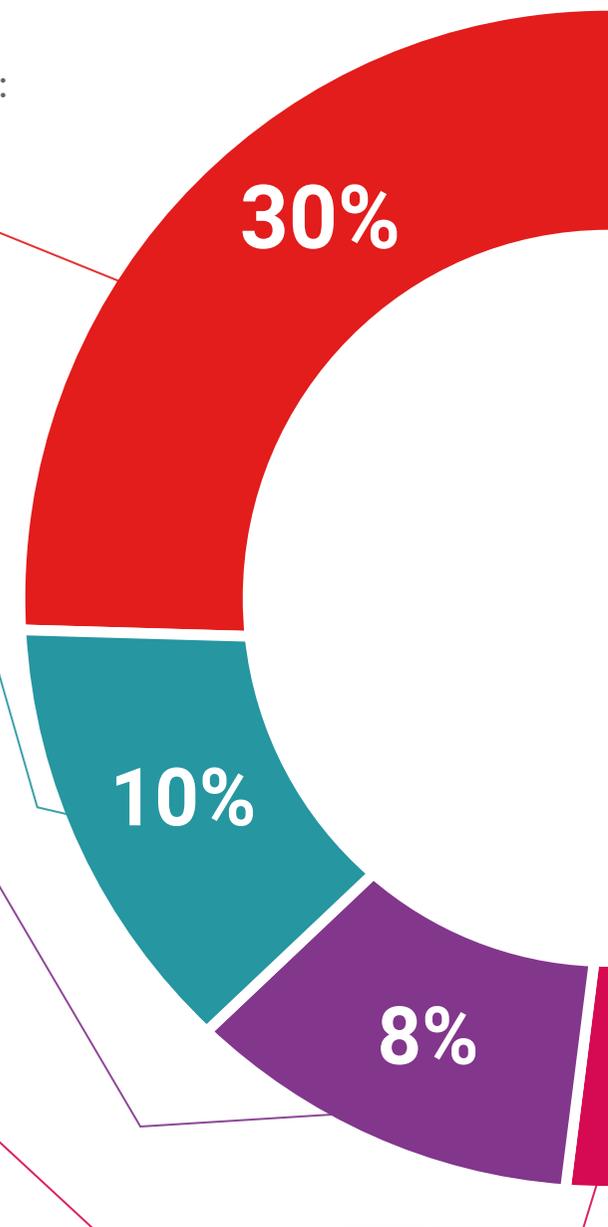
#### Pratique des aptitudes et des compétences

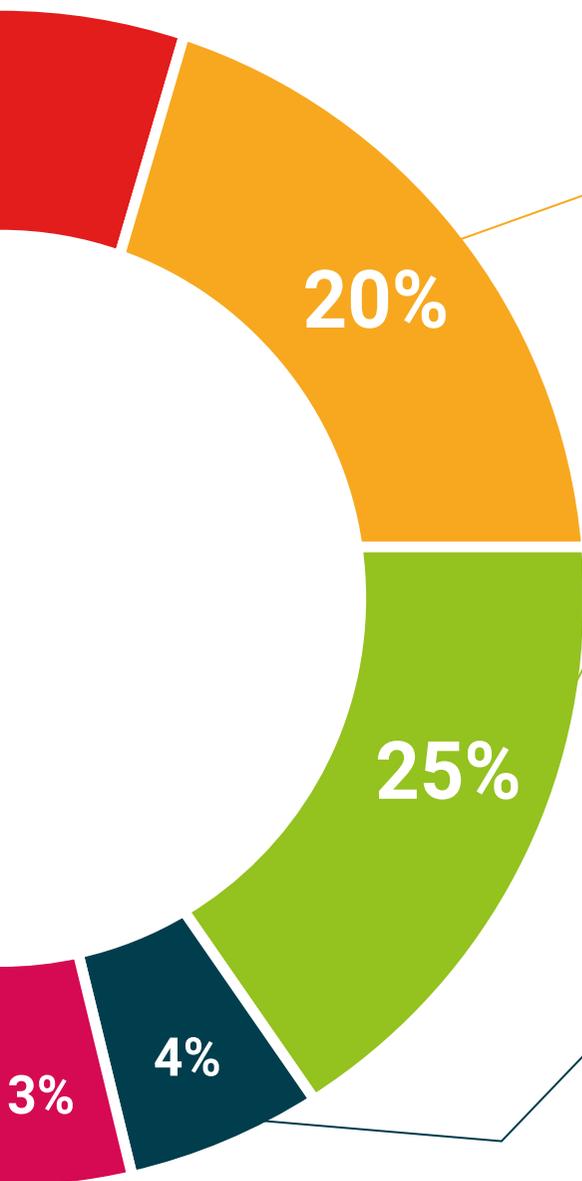
Ils réaliseront des activités visant à développer des compétences et des aptitudes spécifiques dans chaque domaine. Pratiques et dynamiques pour acquérir et développer les compétences et les capacités qu'un spécialiste doit développer dans le cadre de la mondialisation dans laquelle nous vivons.



#### Bibliographie complémentaire

Articles récents, documents de consensus et directives internationales, entre autres. Dans la bibliothèque virtuelle de TECH, l'étudiant aura accès à tout ce dont il a besoin pour compléter sa formation.





#### Case Studies

Ils réaliseront une sélection des meilleures études de cas choisies spécifiquement pour ce diplôme. Des cas présentés, analysés et tutorés par les meilleurs spécialistes de la scène internationale.



#### Résumés interactifs

Nous présentons les contenus de manière attrayante et dynamique dans des dossiers multimédias comprenant des fichiers audios, des vidéos, des images, des diagrammes et des cartes conceptuelles afin de consolider les connaissances.

Ce système éducatif unique pour la présentation de contenu multimédia a été récompensé par Microsoft en tant que "European Success Story".



#### Testing & Retesting

Les connaissances de l'étudiant sont périodiquement évaluées et réévaluées tout au long du programme, par le biais d'activités et d'exercices d'évaluation et d'auto-évaluation, afin que l'étudiant puisse vérifier comment il atteint ses objectifs.



# 07 Diplôme

Le Mastère Spécialisé en Basket-ball Professionnel garantit, outre la formation la plus rigoureuse et la plus actualisée, l'accès à un diplôme de Mastère Spécialisé délivré par TECH Université Technologique.



“

*Terminez ce programme avec succès  
et recevez votre diplôme sans avoir  
à vous soucier des déplacements ou  
des formalités administratives”*

Ce **Mastère Spécialisé en Basket-ball Professionnel** contient le programme scientifique le plus complet et le plus actualisé du marché.

Après avoir passé l'évaluation, l'étudiant recevra par courrier\* avec accusé de réception son diplôme de **Mastère Spécialisé** délivrée par **TECH Université Technologique**.

Le diplôme délivré par **TECH Université Technologique** indiquera la note obtenue lors du Mastère Spécialisé, et répond aux exigences communément demandées par les bourses d'emploi, les concours et les commissions d'évaluation des carrières professionnelles.

Diplôme: **Mastère Spécialisé en Basket-ball Professionnel**

Modalité: **en ligne**

Durée: **12 mois**

**Approuvé par la NBA**



**tech** université technologique

Délivre le présent  
**DIPLÔME**  
à

Mme/M. \_\_\_\_\_ avec n° d'identification \_\_\_\_\_  
Pour avoir finalisé et accrédité avec succès le programme de

**MASTÈRE SPÉCIALISÉ**  
en  
**Basket-ball Professionnel**

Il s'agit d'un diplôme spécialisé octroyé par cette Université d'une durée de 1.500 heures, débutant le dd/mm/aaaa et finalisant le dd/mm/aaaa.

TECH est une Institution Privée d'Enseignement Supérieur reconnue par le Ministère de l'Enseignement Public depuis le 28 juin 2018.

Fait le 17 juin 2020

  
 Pre Tere Guevara Navarro  
 Rectrice

  
 Université en ligne  
 officielle de la NBA

Ce diplôme doit impérativement être accompagné d'un diplôme universitaire reconnu par les autorités compétentes afin d'exercer la profession dans chaque pays. Code Unique TECH: AFW03235 tech@univ-tech.com/diplômes

**Mastère Spécialisé en Basket-ball Professionnel**

Types de matière	Heures
Obligatoire (OB)	1.500
Optionnelle (OP)	0
Stages Externes (ST)	0
Mémoire du Mastère (MDM)	0
<b>Total</b>	<b>1.500</b>

Distribution Générale du Programme d'Études			
Cours	Matière	Heures	Type
1°	Techniques et tactiques offensives individuelles	150	OB
1°	Techniques et tactiques défensives individuelles	150	OB
1°	Préparation physique	150	OB
1°	Kinésithérapie	150	OB
1°	Scouting et préparation des matchs	150	OB
1°	Direction de l'équipe et direction des matchs	150	OB
1°	Modalités du basket-ball 3x3	150	OB
1°	Tactiques offensives collectives	150	OB
1°	Tactiques défensives collectives	150	OB
1°	Règles	150	OB

  
 Pre Tere Guevara Navarro  
 Rectrice



\*Si l'étudiant souhaite que son diplôme version papier possède l'Apostille de La Haye, TECH EDUCATION fera les démarches nécessaires pour son obtention moyennant un coût supplémentaire.

future  
santé confiance personnes  
éducation information tuteurs  
garantie accréditation enseignement  
institutions technologie apprentissage  
communauté engagement  
service personnalisé innovation  
connaissance présent qualité  
en ligne formation  
développement institutions  
classe virtuelle langues

**tech** université  
technologique

**Mastère Spécialisé**  
Basket-ball Professionnel

- » Modalité: en ligne
- » Durée: 12 mois
- » Qualification: TECH Université Technologique
- » Horaire: à votre rythme
- » Examens: en ligne

# Mastère Spécialisé Basket-ball Professionnel

Approuvé par la NBA

