

INTERVIEW



PRÉSENTATION

Nom / prénom :

Guesdon Nathan

Age : 27 ans

Nombre d'années
d'arbitrage: 12ans

Club d'origine : Les
Herbiers Vendée Basket



Qu'est - ce qui vous a donné envie de devenir arbitre ?

J'ai toujours aimé venir à la salle le week-end pour assister aux matchs. Il arrivait parfois que des arbitres manquent, et c'est ainsi que j'ai commencé à m'intéresser à l'arbitrage, jusqu'à y prendre goût. Le club proposait alors une école d'arbitrage, menée à l'époque par Marc Phelippeau et Olivier Antier. Ces deux personnes, que je remercie sincèrement, m'ont énormément appris lors des séances, aussi bien sur le terrain qu'en pratique. Un jour, ils m'ont proposé de participer au camp de basket de Sablé-sur-Sarthe afin de devenir arbitre officiel. Depuis ce moment-là, je n'ai jamais eu envie de me séparer du sifflet.

Selon vous, qu'est-ce qui fait un bon arbitre au-delà de l'application des règles ?

Pour moi, un bon arbitre doit faire preuve de rigueur, mais aussi d'une excellente gestion des émotions, une compétence essentielle pour maîtriser les moments de tension et rester concentré pendant l'ensemble du match. Cette capacité se travaille tout au long d'une carrière d'arbitre. Le management des différents acteurs est également primordial. Un bon arbitre doit se montrer très professionnel, notamment par une parfaite maîtrise des règles, tout en faisant preuve d'humilité : savoir reconnaître une erreur et accepter le point de vue des autres. Enfin, cette humilité et la capacité à se remettre en question sont indispensables pour progresser continuellement.

INTERVIEW



PRÉSENTATION

Nom / prénom :
Guesdon Nathan
Age : 27 ans
Nombre d'années
d'arbitrage: 12ans
Club d'origine : Les
Herbiers Vendée Basket



Comment gérez-vous la pression et les contestations pendant un match ?

J'ai eu la chance de participer à plusieurs séances de formation organisées par la Ligue des Pays de la Loire dans le cadre de mon cursus JPR, un groupe à potentiel visant l'accès au championnat de France. Ces formations, animées notamment par une psychologue du sport, nous ont apporté des conseils pratiques pour mieux gérer les moments de pression, en particulier grâce à des techniques de respiration et de gestion du souffle.

Quel message aimeriez-vous faire passer aux joueurs, joueuses et au public par rapport à votre fonction ?

L'arbitrage m'a énormément appris sur moi-même, notamment en termes de sérénité et de confiance. Grâce à cette expérience, j'ai développé des compétences qui me sont très utiles au quotidien dans ma vie professionnelle : savoir prendre des décisions rapidement, gagner en assurance, manager des personnes, prendre la parole devant un groupe et bien d'autres qualités encore. En tant que joueur, ce rôle m'a également permis de mieux comprendre le jeu et de progresser, notamment en découvrant et en maîtrisant des règles que je ne connaissais pas auparavant.

Pour que le basket reste un sport propre et plaisant, respectons les arbitres et encourageons chacun à s'impliquer dans l'arbitrage.