



Le Comité 64



Comité Départemental des
Pyrénées Atlantiques de Basket Ball

5^{ème} FORUM DU MINI 64

SAMEDI 16 SEPTEMBRE 2017

À ORTHEZ

Salle Pierre SEILLANT

Bd, Charles de Gaulle 64300 ORTHEZ

DE 9H à 17H

BILAN



LE MINI BASKET DANS LE 64, C'EST :

ECOLES DE BASKET

En 2016-2017 2186 enfants licenciés :

920 U11	762 U9	504 U7
404 U11G / 516 U11F	387 U9M / 375 U9F	280 U7M / 224 U7F

RENCONTRES U9

Les rencontres Mini ont été créées par la Commission Sportive et sont gérées conjointement par la Commission Sportive et Mini. Elles sont une transition entre l'école de Basket et les championnats U11.

Les inscriptions se font courant octobre, ces rencontres sont réservées aux U9. Le règlement est transmis lors des inscriptions.

En 2016-2017 26 clubs inscrits aux rencontres soit 37 équipes

PLATEAUX ECOLES DE BASKET

Le but de ces plateaux est de rassembler sur un même site 2 ou 3 clubs afin d'organiser des rencontres entre leurs écoles de basket. Il n'y a pas de compétition, pas de score, juste du JEU et des JEUX.

Les inscriptions auront lieu courant septembre, l'« Esprit d'un plateau » est téléchargeable sur le site du comité 64.

En 2016-2017 47 clubs inscrits soit 1341 enfants

MINI BASKET GRAND NOEL

Objectif : rassembler les écoles de basket 64 (U9-U7) sur un même site à l'occasion des Fêtes de Fin d'Année : des ateliers et des récompenses pour tous. Le Fil rouge est autour des bouchons que nous remettons à l'Association les Bouchons d'Amour (en 2016, 525 kgs de bouchons ont été récoltés).

Dès à présent pensez à récupérer les bouchons dans vos clubs. Les inscriptions se feront la dernière quinzaine de novembre.

En 2016-2017 43 clubs soit 591 enfants

FORUM MINI BASKET

Le Forum est destiné à toutes les personnes licenciées qui souhaitent recevoir des informations nécessaires à la préparation de la saison d'une part et d'autre part, appréhender ainsi la formation du joueur. Il est organisé tous les 2 ans par le CD64.

FORMATION ASSISTANT MINI BASKET

La formation « Assistant Mini- Basket » est adressée à toute personne, jeune ou adulte, qui aide à l'encadrement des jeunes de l'Ecole de Basket jusqu'aux U11, pendant les entraînements ou les rencontres. 3 soirées de formation dans la saison.

En 2016-2017 50 personnes ont assisté à au moins 1 séance et 39 se sont vus délivrés l'Attestation Assistant Mini.



LABEL DEPARTEMENTAL DES ECOLES DE BASKET

- être reconnu par le comité 64 en tant qu'école de basket
- le label a pour but de garantir la rigueur et le sérieux de la formation des futurs basketteurs
- UN CLUB LABELLISE EST UN GAGE DE QUALITE
- Le label est valable 3 ans

En 2016-2017 9 Clubs Labélisés



LABEL NATIONAL DES ECOLES DE BASKET

EFMB

6 clubs labellisés sur le plan national : le SCAN, US Orthez, EB Pau Ne, Anglet CBB, 2MBS, Lons Basket.

Le dossier est en ligne sur le FBI de chaque club dans l'onglet Jeunesse. Tous les clubs peuvent faire une évaluation des critères afin de postuler à ce Label National notamment après l'obtention du Label 3 étoiles 64.



OPERATION BASKET ECOLE

OBE

Tous les clubs peuvent faire la démarche auprès de écoles privées et publiques de leur secteur. Les clubs doivent informer les CTF64 car les interventions ne sont pas automatiques. L'inscription d'une classe sur le site www.basketecole.com permet à la classe de bénéficier de **4 ballons**, de **diplômes** pour chaque élève et surtout d'un **accès pédagogique** pour l'enseignant afin de l'aider à organiser son cycle de basket.

En 2016-2017 102 écoles, 243 classes, 5723 élèves.

Le CD64 est à la 3^{ème} place nationale !



OPERATION Elan/ Comité 64 -de 11 ans

Cette opération permet au -de 11 ans de bénéficier de l'accès gratuit à un match de l'EBPLO et d'un tarif préférentiel pour les parents. Le CD 64 offre la place pour les éducateurs par tranche de 10 jeunes. 2 dates sont proposées par saison.

En 2016-2017 600 enfants ont assisté à un match au Palais des Sports à PAU.



Je joue, J'arbitre, Je participe

JAP

- Renforcer les apprentissages des U11 et U13 grâce à une meilleure connaissance des règles et à l'observation de leur application.
- Amener les U11 et U13 à acquérir progressivement des compétences de joueur, d'arbitre et d'organiser bien identifiées.
- Dès la catégorie U11, les amener à être acteur dans la direction du jeu, en les responsabilisant sur leur jugement et leur prise de décision.

Pour valider cette opération, il faut se rendre sur FBI club dans l'onglet Jeunesse. Vous pourrez ainsi inscrire tous vos jeunes et valider les critères petit à petit au cours des saisons, ainsi le jeune va acquérir le JAP de bronze, d'argent puis d'or.

Trois niveaux d'acquisition sont valorisés :

- JAP de bronze : 16 cases remplies dont au moins 2 dans chaque domaine.
- JAP d'argent : 32 cases remplies dont au moins 4 dans chaque domaine.
- JAP d'or : les 48 cases sont remplies.

L'enfant, la famille, le club pourront aller visiter, via un lien, les résultats annotés par l'éducateur.
Chaque club est libre de son fonctionnement et de sa mise en place ; le CD64 est un soutien.



LA FETE NATIONALE DU MINI BASKET

FNMB

C'est la fête de fin de saison : matchs et ateliers sont au programme. Pas d'inscription en amont, il faut juste se présenter le jour J.

En 2016-2017 526 enfants représentant 31 clubs.



FBI (France Basket Informatique) et le MINI BASKET

Les actions ; OBE, JAP, EFMB, sont à renseigner et développer directement sur le FBI de votre club via l'onglet JEUNESSE.

Les clubs peuvent créer un accès limité à cet onglet « Jeunesse » en créant un compte pour une ou plusieurs personnes.



AIDE TECHNIQUE AUX CLUBS :

Les 2 CTF responsables du Mini sont à la disposition des clubs pour toute aide dans la mise en place des séances (construire une séance, la diriger) ; cette aide peut venir en complément de la formation Assistant Mini.



LA COMMISSION MINI

15 membres (élus et bénévoles de clubs qui nous font remonter les difficultés sur le terrain et leur expérience) + 2 CTF Développement responsables du Mini Delphine et Karine
5 réunions sur la saison

N'hésitez pas à contacter Delphine Etchemendy ou Karine Sorrondegui, les Conseillères Techniques Responsables du Mini pour toute information complémentaire.

Les CTF Développement
Responsables du Mini64

Delphine Etchemendy	06 29 54 42 96
Karine Sorrondegui	06 29 54 42 94
minibasket@basket64.com	

Mémo des dates du MINI

La saison 2017/2018 reprend ! Vous trouverez sur cette page Mini un mémo des dates concernant les manifestations qui concernent les U7 et les U9! A vos agendas !



LES PLATEAUX DES ECOLES DE BASKET :

Dates des 3 plateaux :

Samedi 25 novembre 2017

Samedi 3 février 2018

Samedi 31 mars 2018

Inscription du 19 septembre au 04 octobre 2017.



RENCONTRES U9 :

5 journées de prévu :

2 décembre 2017

13 janvier 2018

3 mars 2018

17 mars 2018

7 avril 2018

Inscription du 10 ou 17 octobre au 3 novembre 2017



MINI BASKET GRAND NOEL :

Samedi 16 décembre 2017 à Orthez

Inscription jusqu'au 5 décembre 2017



OPERATION BASKET ECOLE : Toute l'année !!!!

Inscription ouverte sur le site www.basketecole.com à partir du 1er septembre pour TOUTES les écoles primaires privées et publiques.



FORMATION ASSISTANT MINI BASKET :

Afin de répondre à la demande, 3 soirées à thème seront mises en place ; elles seront ouvertes aux personnes désireuses de se former et à celles qui souhaitent se recycler.

Participation aux 3 soirées obligatoires pour valider la Formation.

Inscription à partir du 19 ou 26 septembre 2017 au 12 octobre.



FETE NATIONALE DU MINI BASKET :

Mardi 1er mai 2018 à Pau

Pas d'inscription



LABEL DEPARTEMENTAL DES ECOLES DE BASKET :

Retrait des dossiers novembre 2017

9h45/11h

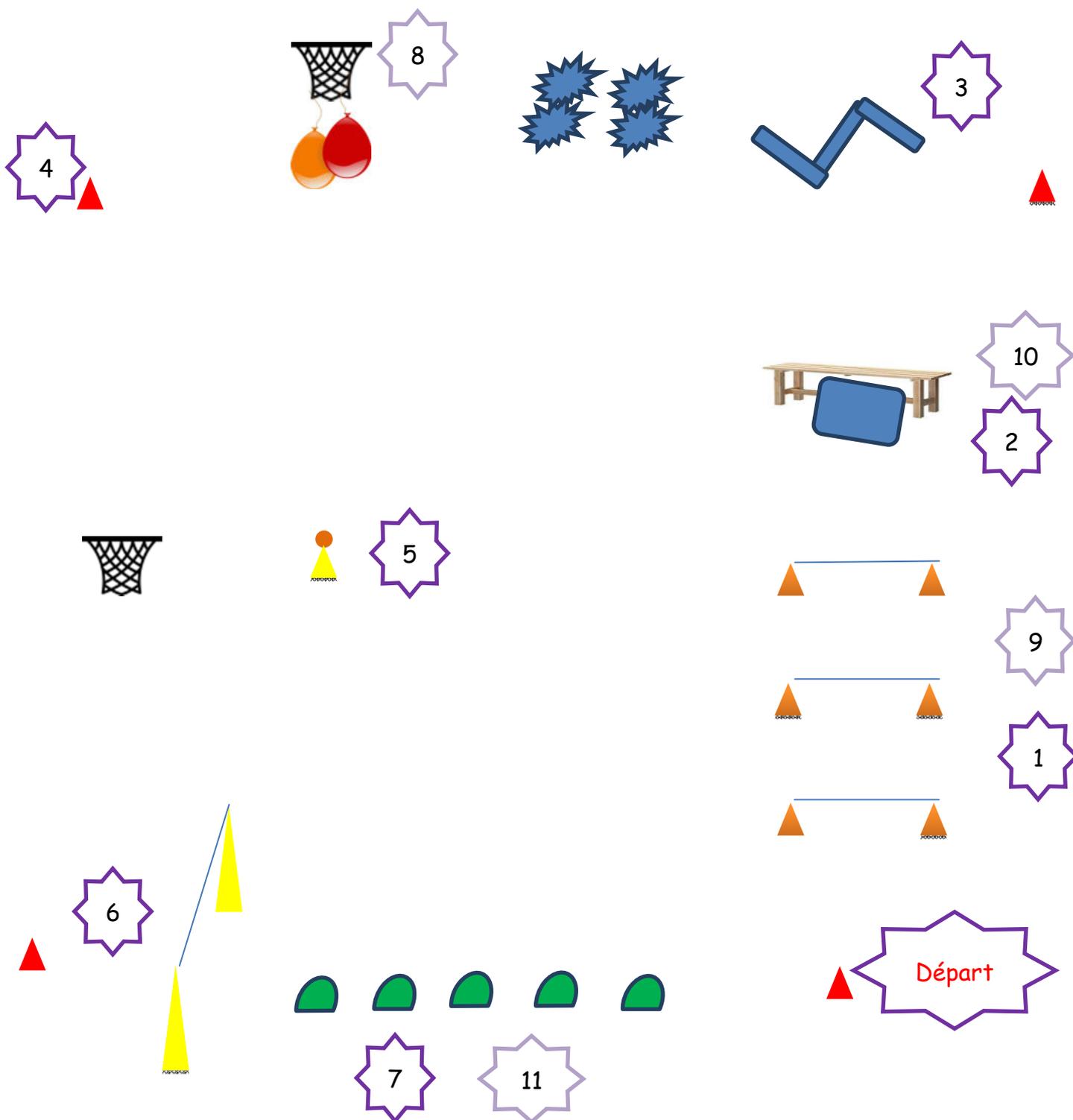
1^{ère} Intervention

S'exprimer chez les U7

Sébastien LARRERE, TC BE2 Basketball

Le parcours initial

COURIR S'EQUILIBRER





Départ



Barres basses = courir en les enjambant

⇒ *Oblige l'enfant à se propulser vers le haut pour passer les obstacles*



Passer en rampant sur le tapis et sous le banc

⇒ *gainage*



Barre de mousse, demi-ballon, plaques, cordes...

⇒ *Élément de proprioception pour travailler l'équilibre*



Passer derrière le plot



Prendre le ballon sur le plot et tirer, reposer le ballon



Passer sous la barre

⇒ *se baisser sur ses appuis*



Multi bonds au-dessus des plots = sauts de lapin, cloches pied

⇒ *Équilibre et coordination segmentaire (haut bas)*

Evolution du parcours



Ballons de baudruche suspendus, demander au joueur de sauter le + haut possible

⇒ travail du **saut en hauteur**



Contourner les haies en pas chassés = les pieds ne doivent pas se toucher

⇒ *Approche défensive*



Passer sous le banc sur le dos



2 cloches pied, 1 saut pied joint, 2 cloches pied, 1 saut pied joint.....

⇒ *Dissociation segmentaire*

Apprendre à courir est très important pour jouer les contre-attaques !

Le cloche pied D puis G = travail de la dissociation segmentaire.

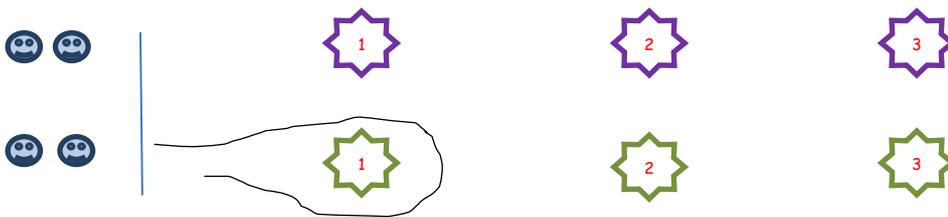
Le travail des appuis sur 7 et 11 = infinités d'appuis à travailler.

Transition d'exercices

Lors d'un parcours, nous avons travaillé plusieurs verbes d'actions, éléments indispensables en U7.

La caractéristique de cette tranche d'âge est le fait de faire vite donc de courir vite.

COURIR VITE

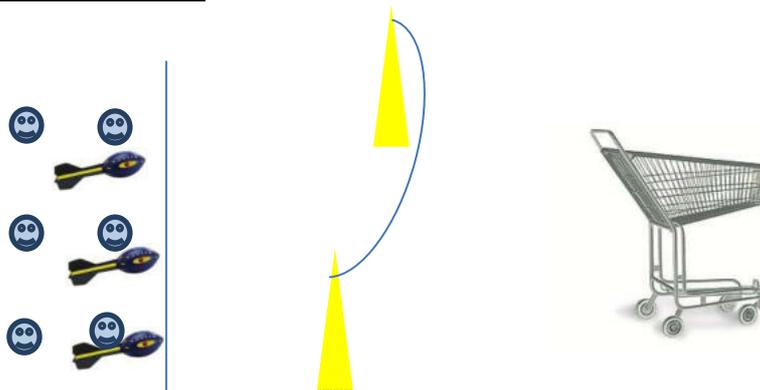


Relai de course entre plusieurs équipes sous forme de concours pour l'émulation et la vitesse :
Passage 1 jusqu'au plot 1, passage 2 jusqu'au plot 2.....

Apprendre aux jeunes à courir vite, accélérer, décélérer et repartir en s'aidant des bras.

Evolution : rajouter le dribble ou des obstacles au parcours.

LANCER FORT ET PRECIS



- 1- Lancer des ballons « fusées » (=vortex) le plus loin et le plus fort possible. Aller le chercher sans toucher le fil
- 2- 1^{er} joueur (ou équipe) qui met 3 fois le vortex dans le chariot = PRECIS
Trajectoire du lancer, poignet qui se « casse » instinctivement

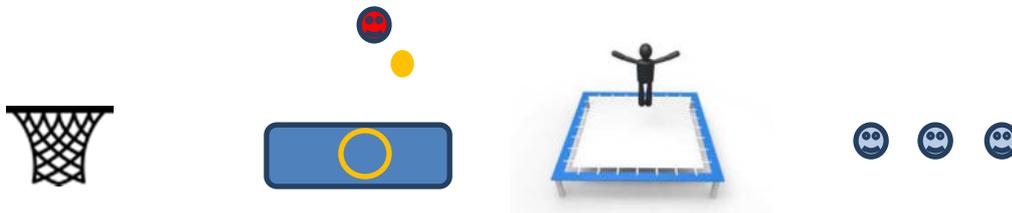
Idée de pause boisson = aller boire en canard

3- Transfert de la compétence « LANCER PRECIS » dans le jeu du basket
Concours de la chasse au trésor.

Des équipes de 3, dribbler tirer = si panier marqué = trésor gagné.

SAUTER HAUT explosivité, saut, équilibre

= priorité dans le saut, et non sauter loin.



Utilisation d'un banc, d'un trampoline, un step.....

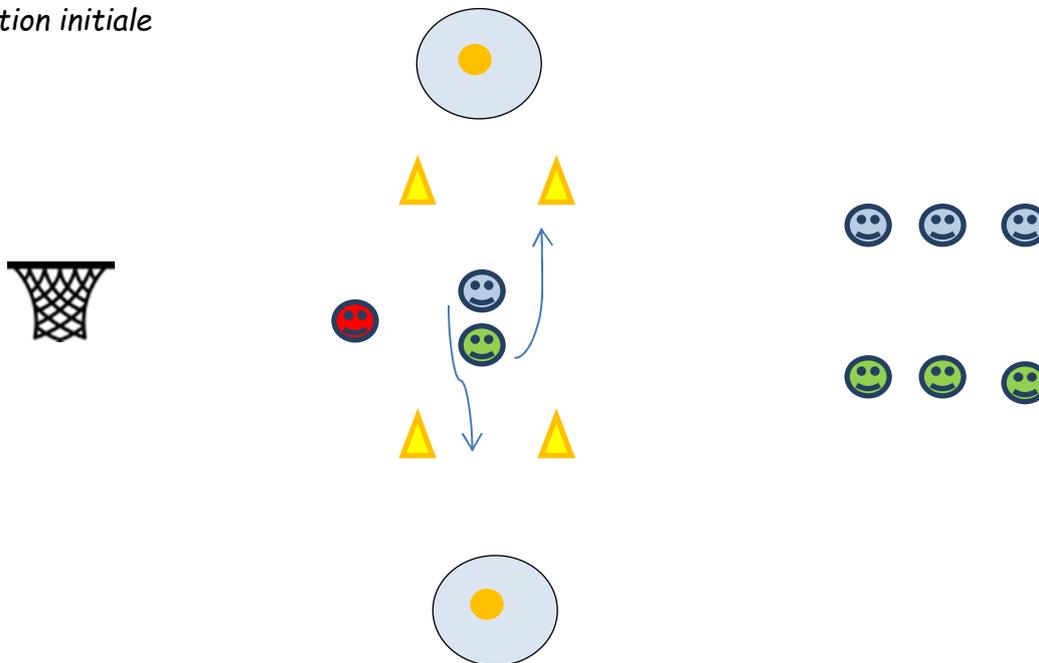
- 1- Monter en marchant sur le trampoline
Sauter 3 fois
Sauter sur le tapis
- 2- Monter en marchant sur le trampoline
Sauter 3 fois
Sauter sur le tapis en attrapant le ballon lancé par l'entraîneur
- 3- Monter en marchant sur le trampoline
Sauter 3 fois
Sauter sur le tapis en attrapant le ballon lancé par l'entraîneur.
Puis arriver les pieds dans le cerceau posé sur le tapis.
- 4- Monter en marchant sur le trampoline avec le ballon.
Sauter 3 fois.
Sauter sur le tapis
Tirer



APPREHENDER LE CONTACT

= au sol, avec l'adversaire, avec le ballon. L'appréhender rend les actions + simples.

Situation initiale



1- SANS BALLON

- 2 joueurs face à face se poussent avec les mains :
 - Le 1^{er} qui pousse l'autre dans la porte à gagner
 - Idem mais au moment choisit contourner l'adversaire et passer dans la porte le 1^{er}
- 2 joueurs dos à dos :
 - Se pousser avec le dos, contourner l'adversaire et aller toucher le plot opposé.
- 2 joueurs : 1 de dos, l'autre qui pousse dans le dos au niveau des épaules :
 - Pousser puis contourner l'adversaire.

2- AVEC BALLON

- 2 joueurs face à face se poussent avec les mains, se lâcher, passer par la porte puis aller chercher le ballon pour aller tirer au panier.
 - 1 pt pour le 1^{er} joueur qui marque

➔ Lorsque cet exercice est acquis, être rigoureux lors des prises de balle dans les marchers.

En conclusion, ces situations sont à extraire et à placer de temps en temps dans les séances. Faire des transferts avec d'autres sports permet une meilleure motricité. Les jeunes se sentent ainsi plus à l'aise dans leur corps et les apprentissages techniques du basket en seront facilités.

Le But est d'arriver à extraire les atouts de plusieurs sports (athlétisme...) pour l'utiliser au basket.

11h15/12h30

2^{ème} Intervention

Le surnombre offensif chez les U9 / U11

Baptiste IBARLOSA, DE Basketball et Membre de la Commission Technique 64

Introduction :

Lors d'un match de basket et surtout chez les jeunes, le surnombre est omni présent. C'est pourquoi il semble primordial de travailler et répéter ces situations aux entraînements afin de créer des **automatismes**.

Votre seul but est que vos joueurs et joueuses arrivent à faire des choix avec efficacité !

Dans votre démarche de formation du joueur, n'oubliez pas la formation cognitive, aspect prépondérant dans la prise de décision ! Vous devez rendre vos joueurs **intelligents** et cela passe par des séances d'entraînements où l'on **met la technique au service du jeu !!**

- Surnombre omniprésent
- Entraînement : créer des automatismes
- Se rapprocher de la réalité : apprendre par le jeu
- Développer l'intelligence des joueuses : avoir une démarche de formation du joueur

1) Fondamentaux individuels :

- Finition 1c0
- Passe courte et longue
- Dribble de contre-attaque
- Timing : Apprendre à passer le ballon au bon moment, donc être capable de fixer un défenseur avant de passer le ballon

2) Occupation des espaces :

Se placer et se déplacer en fonction de mon partenaire, du panier et de la défense

- Couloir de courses couvrant l'intégralité du terrain (largeur et profondeur)
- Favoriser le jeu de passes
- Courir pour donner une solution de passe (vitesse optimale)

3) Intentions :

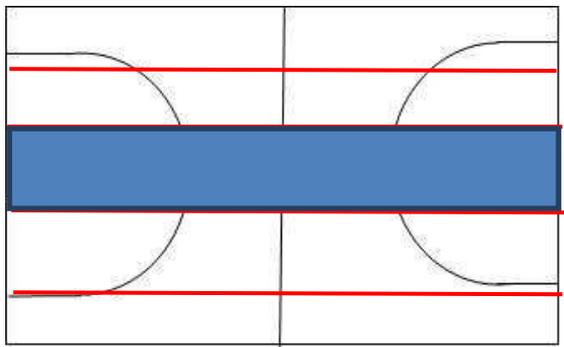
- Volonté de gagner le duel (avec et sans ballon)
- Hyper agressivité

Nb : travail de course et coordination

- Avancer le ballon vers l'avant

Dans cette intervention, la notion des 4 couloirs est abordée :

- 2 couloirs extérieurs appelés couloirs latéraux (près de la ligne de touche)
- 2 couloirs tangents aux 3 cercles



L'utilisation du couloir central est à éviter car très souvent c'est par là que passe la défense.

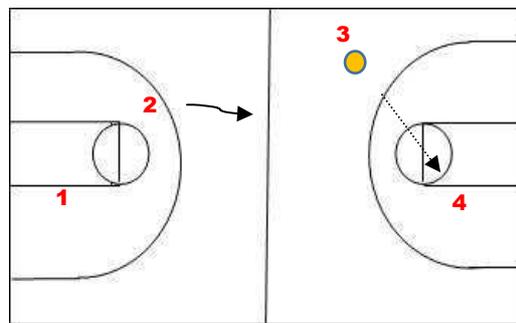
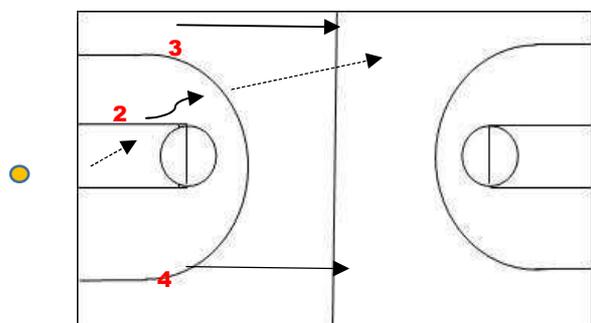
Situation 1 : « Utilisation des 4 couloirs » = SITUATION INITIALE DE REFERENCE

2 équipes de 4

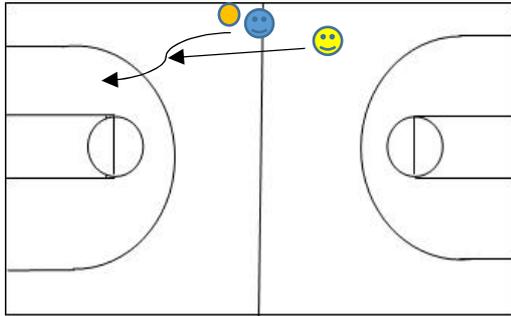
- 1 équipe court dans la raquette
- l'Entraîneur tire au panier :
 - o Si panier, remise en jeu
 - o Si tir manqué, rebond

Les 2 (3 et 4) joueurs les plus loin du ballon vont toucher la ligne de touche puis enchainent leur course

1 fait la passe à 2 qui fait une longue passe à 3 qui court dans son couloir extérieur puis 3 passe à 4 dans le couloir opposé.



Situation 2 : « Gérer le retour du défenseur »



1 attaquant avec le ballon / 1 défenseur 2 mètres derrière lui.

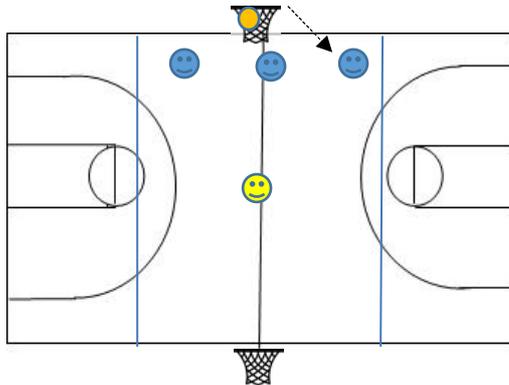
ROLES : Attaquant : aller marquer un panier / Défenseur : aller toucher l'adversaire avant qu'il ne tire

Consignes et évolutions :

- Dans un 1^{er} temps, libre dans ses dribbles
- Dans un 2^{ème} temps, diminuer le nombre de dribbles pour obliger à pousser le ballon vers l'avant et garder la vitesse pour monter le tir.
- Démarrer la situation par la passe du défenseur : cela réduit la facilité pour l'attaquant.

Situation 3 : « 3c0 aller et 3c1 retour »

A ce jeune âge, il est intéressant de travailler par petites actions.



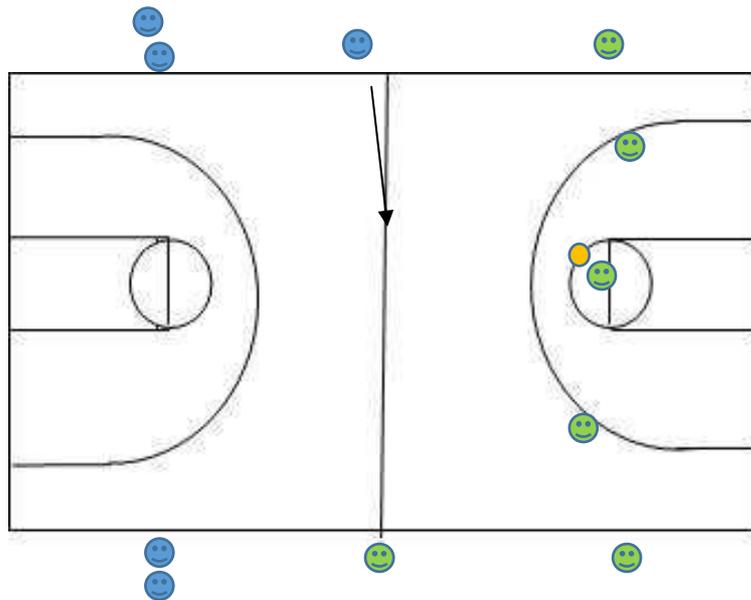
Objectif : traverser le terrain en 3 passes ; si besoin dribbler à la fin (1 ou 2 dribbles). Marquer le panier donc tirer et assurer le rebond offensif si besoin.

Consignes et évolutions :

- Libre à 3c0
- Rajouter un défenseur 😊 : le défenseur doit gagner le ballon et rappeler aux attaquants de courir dans les couloirs extérieurs, de s'écarter pour avoir plus de chance de passer le défenseur.

Il faut insister sur le fait de courir dans les couloirs extérieurs jusqu'aux 3 pts opposés et de couper vers le panier à 45° c'est-à-dire au niveau de l'intersection de la ligne à 3 points avec le prolongement de la ligne des lancers francs.

Situation 4 : « 3c0 aller et 3c1 retour » Similaire à la précédente mais présentée différemment



Le défenseur bleu entre par le milieu.

3 verts attaquent et un bleu qui vient du milieu défend.

Lorsque les verts ont traversé le terrain et ont tiré, ils ressortent et vont se replacer dans les colonnes de leur équipe verte.

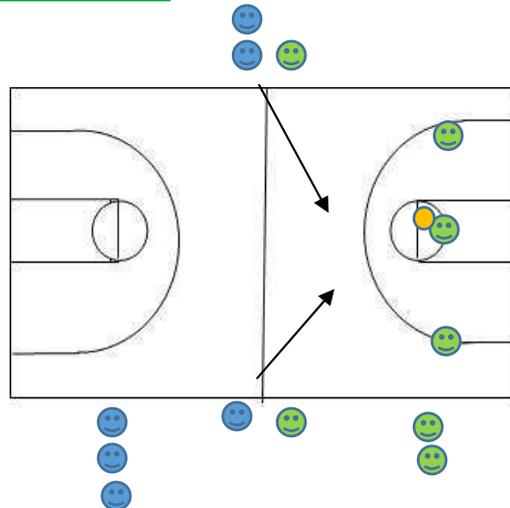
Le défenseur bleu repart avec les 2 bleus en attente en touche dans le prolongement LF et un vert défend.

Sur cette situation, on se rend compte que très vite l'exercice des couloirs précédents est oublié ; ne pas hésiter à arrêter la situation et à rappeler aux enfants la notion et l'importance des espaces.

Objectifs :

- Traverser le terrain le plus vite possible
- Autoriser qu'un seul tir (ce n'est pas l'objectif ici de marquer)
- Sur du long terme, il faudra marquer à 3c0 à chaque fois. Travail long sur plusieurs séances (3 mois minimum).

Situation 5 : « 3c2 en continuité »



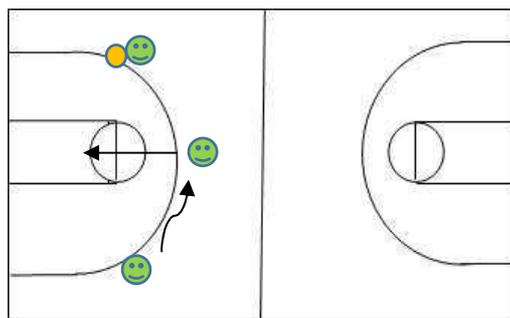
Même principe que la situation précédente mais 2 défenseurs entrent par le milieu.

Ils repartent ensuite en attaque avec 1 joueur en attente sur le côté.

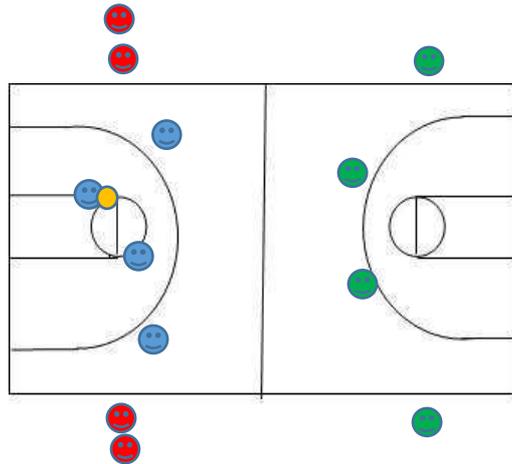
Très rapidement, nous allons nous rendre compte de la difficulté à l'arrivée après avoir traversé le terrain d'où la proposition ci-dessous du passer couper équilibrer.

Objectifs :

- Se projeter vite vers l'avant en essayant de procurer un tir « facile »
- Gagner son duel pour aller au panier ; si ce n'est pas possible, celui de l'axe coupe vers le panier et tire ; si il ne reçoit pas le ballon, le joueur à l'opposé remonte dans l'axe (cf schéma ci-dessous). **EQUILIBRE DU JEU**



Situation 6 : « 4c2 en continuité »



Les bleus attaquent contre les verts ; dès qu'il y a un tir, balle aux verts (les 2 défenseurs + les 2 en attente sur les côtés) ; 2 défenseurs rouges entrent en jeu.

Remarques:

- Leur montrer les coupes pour avoir des espaces de jeu
- Encourager l'enfant à jouer son duel en fin de course.
- Importance de trouver des tirs près du panier : au lieu de tirer à mi-distance, gagner le duel afin d'éliminer le défenseur et de tirer près du panier

Remarques générales sur l'intervention :

- Eviter de faire du 5c5 mais travailler en surnombre.
- Sur les surnombres, demander à un défenseur d'aller sur le porteur de balle
- Ne pas matérialiser les couloirs : utiliser des repères simples existants comme les lignes de touche et les couloirs tangents.

14h/15h15

3^{ème} Intervention

Réagir en cas d'incident

Malika LOPEZ Médecin Urgentiste

Cathy POISSON, Sapeur-Pompier

PLAN DE L'INTERVENTION :

CONDUITE A TENIR FACE A UN INCIDENT

1. Définir l'incident

2. Définir l'environnement et les risques liés:

- Le gymnase (revêtement au sol, crochet au sol, intempéries, feu, alarme ...)
- Les enfants
- Les parents dans les tribunes
- Les encadrants
- Le ballon ! Les paniers !!

3. Définir les moyens à disposition

- Humains : sur place l'assistant coach ou le parent dans les tribunes, les enfants de l'équipe.
- Matériels :
 - le listing des numéros utiles (Parents, Mairie, Président du club, le 15, le 18, le 17)
 - Le téléphone (chargé !)
 - le DAE : défibrillateur automatisé externe
 - la glace
 - la trousse à pharmacie : son contenu

4. Définir l'action = Application du PSC1 (non exhaustive, choix des situations fréquentes sur un terrain de basket)

- La protection
- L'alerte
- La victime s'étouffe (exclu le corps étranger)
- L'hémorragie externe (Épistaxis : saignement de nez)
- Les traumatismes
- La victime ne respire pas, l'usage du DAE

En complément du power point qui se trouve en pièce jointe, voici des précisions.

L'entraîneur ne doit pas rester seul dans une salle avec un groupe de jeunes.

Il doit toujours demander à un adulte de rester afin de gérer le groupe ou la victime en cas d'incident mais aussi tout simplement lorsqu'un enfant va aux toilettes pour les + jeunes.

- 1- 1 qui gère le groupe
- 2- 1 qui s'occupe de l'incident (matériel, blessure...)

Approche multi facettes dans le secourisme par rapport au basket.
Prendre conscience des problèmes physiques qui peuvent être grave.

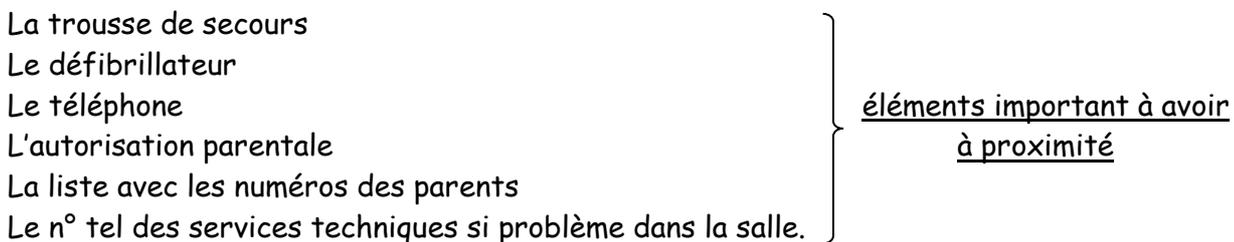
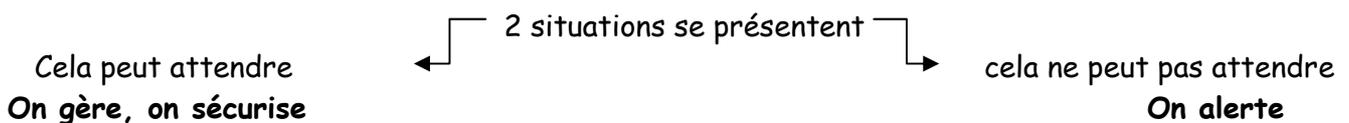
BUT

- sensibilisation par rapport à la réaction face à l'incident « fait événement à caractère secondaire au cours d'une action qui peut perturber l'événement en cours »
- Amener la notion de prévention, éviter l'incident par de l'anticipation avec des consignes à appliquer.

QUI PREVENIR LORS D'UN ACCIDENT ?

- Appeler les secours (15 ou 18) et **immédiatement** les parents

Lors d'un incident, il ne faut pas appeler de suite les secours mais bien analyser les problèmes (ex on n'appelle pas les secours pour un saignement de nez ou un hématome sur le genou !!!)



CONTENU DE LA TROUSSE DE SECOURS

- Compresses, gants (lors d'un saignement) pansements simple
- Froid, glaçons (poche de petit pois au congélateur)
- Sérum physiologique (pour désinfecter) ou laver à l'eau
- Granule d'arnica
- Couverture de survie

L'éducateur doit connaître les enfants de son groupe. En début de saison, lors de vos réunions ou présentation de fonctionnement, demander aux parents de venir vous expliquer les pathologies de leur enfant (= diabète, allergies, épilepsie, asthme....). Les parents doivent informer l'entourage de leur enfant.

Ne pas laisser un enfant partir seul aux toilettes se rincer, le faire accompagner par un adulte ou un co-équipier afin de surveiller un autre incident (malaise, évanouissement..).

LORS DE L'ALERTE

- Donner la situation du blessé
- Donner votre nom, le lieu et le numéro de téléphone
- Ne pas raccrocher avant que les secours vous le disent
- Etre le + clair possible

ALARME A INCENDIE

- Si l'alarme à incendie se déclenche c'est qu'il y a une raison donc ON SORT même si on est habitué à ce qu'elle sonne.

PSC1 (Premier Secours C 1)

- Il est important d'avoir le diplôme de secourisme. C'est le titulaire du diplôme « même si mineur » en cas d'incident qui légalement doit gérer en cas de présence d'une personne majeur.
- La commission médicale 64 de Basket Ball va mettre en place une session de formation. Cette formation est accessible à tous dès 10 ans.

Vous trouverez en PJ à ce bilan le Power Point que Mme POISSON et Mme LOPEZ nous ont présenté lors de leur intervention.

Voici le lien des vidéos qui illustrent leurs propos :

<https://youtu.be/d-sizzbsCTI>

<https://youtu.be/vi9fhNwd5QI>

<https://youtu.be/9g4qMyaln6E>

15h30/17h

4^{ème} Intervention

Approches Techniques et Tactiques chez les U11

Robert BIALE, CTF64

1-Philosophie générale autour des U11

Mots clés : Référentiel Cahier FFBB 7/11 ans, âge d'or des apprentissages, formation du joueur et de la joueuse (La compétition et les titres sont très relatifs), cycle de formation, principes éducatifs

Les caractéristiques du jeu des U9 et U11 (mini-poussins et poussins)

C'est du **jeu rapide**, 80% des situations se jouent en surnombre, mais il nous faut aussi travailler les situations à égalité numérique (environ 20% des cas), qui sont plus fréquentes dans les catégories plus âgées.

Il nous faut partir de la **réalité du terrain**, être en situation de pratique jouée et non pas de situation virtuelle, ou réductrice.

L'important est le futur du jeune basketteur, c'est à ce titre que l'on évitera toutes les « stratégies » collectives, efficaces à court terme, mais non-formatrice dans la compréhension et l'intelligence de jeu. Il ne faut pas se contenter du « triomphe de l'illusion » (Référence du Basket Espagnol).

L'éducateur doit être guidé par les trois principes suivants :

Education, Formation, Performance (et ceci dans cet ordre).

Suivant le niveau technique des pratiquants sur le plan offensif, on pourra toujours apporter un **aménagement pédagogique** à l'enfant (Exemple : défense verte, orange, rouge, pas de main, 1 main, normale mais à 50%, réelle) mais sans tuer le dynamisme et l'agressivité des enfants. Ce ne sont que des **étapes, des paliers**, qu'il faudra très vite franchir pour arriver à un Basket réel.

Jouer au Basket, c'est s'affronter, en respectant la règle du **non contact corporel** ! L'enfant est joueur. Ce jeu est l'expression des capacités de l'enfant, c'est-à-dire de son développement. Le jeu est une situation pédagogique privilégiée, il intègre de nombreux aspects positifs. L'enfant se confronte à l'environnement, aux autres, il construit ses compétences. L'éducateur doit s'appuyer sur cet enthousiasme d'expressions.

L'éducateur doit former des pratiquants qui vont évoluer à travers leur formation sur des formes jouées en 1x1, 2x2, 3x3, 4x4, pour aboutir au jeu 5x5. Il ne s'agit donc pas de ne former que des joueurs de 1x1, mais de développer les **capacités de jouer le 1x1 dans la pratique collective**.

La technique individuelle en U11 :

- Jouer sur tout le terrain = habituer l'enfant à traverser tout le terrain ; les enfants U11 peuvent tenir 6 minutes sur tout terrain.
- Améliorer la motricité
- Maîtriser son corps : s'arrêter, démarrer
- Se situer dans l'espace : ligne de fond, de touche (utiliser les bons termes)
- Coordination au niveau des attrapés de balle

- Vitesse de réaction : mettre en place des exercices où l'enfant doit réagir à un signal (sifflet) mais aussi à des repères visuels : ligne médiane, ligne de touche
- Equilibre : si pas d'équilibre, pas d'adresse possible.
- Dissociation segmentaire des membres.

Préparation physique	Améliorer la coordination motrice Apprivoiser son corps Se situer dans l'espace Maîtriser son rythme respiratoire	Ecole de courses, de sauts Coordination Vitesse de réaction Equilibre
-----------------------------	--	--

Appuis offensifs	Différencier appuis avec ballon et sans ballon	Maîtriser les arrêts, les pivotés, les changements de direction
Démarquages	Utilisation des feintes et changements de rythme et de direction	Etre disponible dans un certain espace limité
Manipulation de balle	Tous les exercices de dextérité sans regarder la balle. Utiliser différentes tailles de balle	Ne pas perdre son ballon Aisance dans la plupart des exercices

2-La technique individuelle (Fondamentaux offensifs et défensifs)

Mots clés :

FIO (Fondamentaux Individuels Offensifs), Attitude du basketteur, appuis, arrêts, départs, gestuelle du tir, tir de plein pied, lancer-franc, tir en course, passes (expédition de la passe mais aussi captage, passes à 2 mains finies à terre ou décalée, la passe base ball), dribbles (ambidextrie ; dissocier le regard du ballon, changement de direction, pas de reverse : changement de main face au panier), dextérité, jeu 1 contre 1.

FID (Fondamentaux Individuels Défensifs), Attitude de base, défense sur porteur de balle, défense sur non porteur. Courir et se mettre en position légale de défense.

Passes	Envoi et capté de balle sans opposition. Passes en mouvement	Directe à 2 mains Courir et passer. Courir et attraper. Respecter la règle du « Marcher » Passer à un partenaire qui court
Dribbles	Dribbles de progression, et de contrôle avec opposition modérée	Courir en dribblant Maîtrise du dribble avec main droite et main gauche Ne pas regarder son ballon Changements de direction Pas de dribble « reverse »
Tirs	Initiation aux appuis pour le tir en course : dans l'axe, à 0° et à 45° Gestuelle en pronation (Push-up) à utiliser pour tir en course et tir extérieur	Repérage visuel de la cible Recevoir en courant et tirer Maîtrise complète du tir en course main droite et main gauche Le tir à l'arrêt (Lancer-Franc) Le tir en extension

Appuis défensifs	Enchaîner courses et jeu de jambes défensif sur joueur adverse	Perfectionnement de l'attitude de base Perfectionnement des déplacements et changements de direction
Forme de jeu défensif	Faire opposition en situation de duel (Notion de proximité/éloignement)	Agressivité pour conquérir le ballon Avoir la responsabilité d'un joueur en autorisant les permutations à 2 joueurs, ou les rotations à 3 joueurs ou plus

Certaines activités vont développer naturellement les enfants mais il ne faut pas les faire en dynamique :



- Les pompes : garder les positions mais ne pas les faire
- Les abdos : tenir assis sans les mains et en levant les pieds
- Taping : tenir la position

3-Le jeu rapide

Mots clés : Volonté de jouer vite, caractéristique du jeu des U11 (80% du temps de jeu), contre-attaque, courses, couloirs, espaces de jeu, jeu sans ballon, contrôle de soi.

Jeu rapide	Développer le 1x0, et le 2x0 Aborder le 2x1 Notions de 3 couloirs	Maîtriser le 1x0 Maîtriser le 1x1 en mouvement Maîtriser le 2x1 (Porteur et non porteur)
-------------------	---	--

En U11 : 3 couloirs : 1 central, 2 latéraux

Utiliser un minimum de matériel

Polyvalence des rôles : un joueur doit savoir jouer à tous les postes (et cela jusqu'en U13).

En U13 : 5 couloirs : 1 central, 2 contre couloirs, 2 latéraux.

Les couloirs sont à utiliser en défense et en attaque.

2 contre 1 :

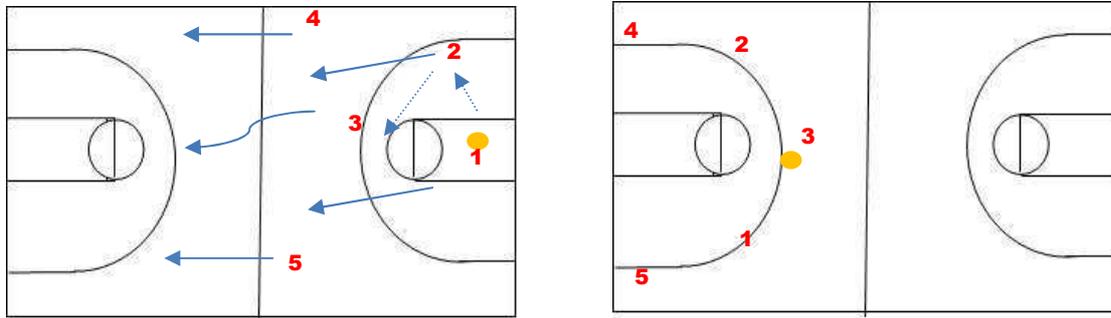
- Porteur de balle fixe le défenseur et provoque une réaction défensive ; ne pas stopper le dribble.
- Le non porteur court à distance de passes
- Tirer ou passer.

3 contre 2 : cette situation est difficile en U11 mais le 3 contre 1 est très important.

Il faut rendre les joueurs intelligents !

De la contre-attaque au jeu placé :

Les 5 joueurs vont au rebond ; les plus avancés et partent vers le panier dans les couloirs latéraux



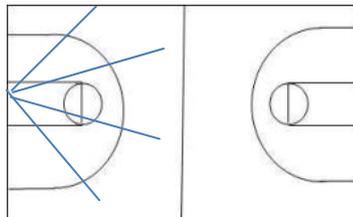
Utilisation du fer à cheval : fixation, démarquage, jouer sans ballon, permutation

4-Le jeu posé : il représente 20% du temps de jeu en U11.

Mots clés : répartition des espaces, enchaînement après le jeu rapide, jeu sans ballon, démarquage individuel, passes, jeu direct, principes offensifs.

Formes de jeu offensif	3x3 ou 4x4 ou 5x5 suivant le niveau de pratique Situations en surnombre fort (3x1, 4x2, etc...)	Progresser vers l'avant en utilisant les passes Jouer le 1x1 (dribbler puis tirer ou passer) Initiation au passe et va
------------------------	--	--

Répartition équitable de l'espace.



Le jeu direct :

- Tir : travail de l'adresse : Je me démarque là où je peux tirer
- En dribble (s'il y a un défenseur) : c'est le DRIVE
- Un autre joueur entre dans le jeu direct : c'est le Passe et Va.

5-La défense sur jeu rapide

- Mots clés : jouer le rebond offensif, occuper les espaces, contrôler le porteur, contrôler les joueurs qui anticipent, communication vocale, ralentir l'adversaire pour arriver à égalité numérique
- Dans toutes les situations de surnombre offensif, de défenseur court dans l'axe : il n'y a pas de zone ! Le principe de la zone n'existe que lorsque l'on est à égalité numérique.

6-La défense sur jeu posé en 5x5

- Mots clés : le jeu est du 5 contre 5 et non pas 5 fois 1 contre 1, agressivité, vision, changement défensif, permutation, rotation (Voir ci-dessous les aspects réglementaires)

7-Aspects règlementaires dans le comité 64

U11	Règle technique	Commentaires techniques
Attaque	Pas d'écran sur porteur de ballon	<p>Les départs en dribble doivent être travaillés et maîtrisés (Départ direct et départ croisé). Le travail sur les appuis (A l'arrêt, et en mouvement) du basketteur est primordial dès cette catégorie. Le respect de la règle du « marché » doit être enseigné.</p> <p><i>Le départ en dribble enroulé sera vu en U15 !</i></p>
	Pas d'écran sur non porteur de ballon	<p>Les différents démarquages individuels doivent être enseignés et maîtrisés (Sans contact). Les permutations offensives (Changements d'espace, avec ou sans croisement) sont bien sûr autorisées.</p>
	Pas de passe main à main	<p><i>Ce subterfuge (d'adulte) pour contourner la règle précédente doit être banni !</i></p>
	Tir à 3 points	<p><i>Pas de tir à 3 point (Déformation du geste)</i></p>
Défense	Partie avant et arrière : Prise à 2 interdite	<p><i>Les prises à 2 « accidentelles » (mais travaillées à l'entraînement !) sont proscrites !</i></p>
	Homme à homme ou Fille à Fille stricte orientée. Permutations et rotations défensives autorisées	<p>Le Basket- Ball pratiqué dans cette catégorie est un sport d'opposition en 5 contre 5, <u>et non pas 5 fois 1 contre 1</u>. Les joueurs peuvent donc changer de vis-à-vis au cours d'une même phase défensive. Les permutations (Changement de vis-à-vis) défensives sont autorisées, et les rotations (ensemble de permutations) défensives aussi. Il faut développer « l'intelligence de jeu de l'enfant », et non pas le « robotiser » sur un joueur attiré, tout en maintenant la notion de responsabilité d'un vis à vis.</p> <p>L'écran de retard (Notion de contact) au rebond défensif ne doit pas être enseigné (Il sera vu plus tard). Il est simplement demandé au joueur de gagner la place préférentielle (Se situer entre un vis-à-vis et le cercle) et de jouer le rebond (Capter en hauteur le ballon).</p>
	Notion de 3 secondes défensives	<p>Après un premier avertissement (pour l'ensemble de l'équipe, et sans réparation), tout joueur défenseur restant plus de 3 secondes dans la zone restrictive commettra une violation dite des « 3 secondes défensives ». L'arbitre signale la violation en levant la main ouverte <u>sans siffler</u> laisse l'action se terminer puis :</p> <p>Si le panier est marqué ou s'il y a faute personnelle, suivre le règlement FFBB</p> <p>Si le panier est manqué ou la balle volée par la défense l'arbitre siffle « violation défensive » (l'explique rapidement aux joueurs), et donne une remise en jeu derrière la ligne de touche en prolongement de la ligne de lancer-franc, en zone avant, et face à la table de marque.</p> <p>Il est bien entendu que cette règle dit être appliquée avec un esprit pédagogique, et ne doit pas être un nouveau moyen d'assurer le gain de la rencontre. Il en est de la responsabilité morale des éducateurs et des arbitres.</p> <p>Cette mesure doit permettre d'essayer de lutter contre les défenses de type « Zones », et a été voté à l'unanimité au comité directeur 64 du 19 mai 2005 à Gotein.</p>

« Le fair-play, c'est le respect des règles non écrites »

« Si tous ceux qui croient avoir raison n'avaient pas tort, la vérité ne serait pas loin »

Pierre DAC

CD 64 - 2017 / 2018

Règles de participations, organisation matérielle, techniques

	U11	U13	U15	U17 & U20
Années	2007/2008	2005/2006	2003/2004	2002 et avant
Panneaux	Panneaux homologués Cercle à 2m60	Panneaux homologués Cercle à 3m05	Panneaux homologués Cercle à 3m05	Panneaux homologués Cercle à 3m05
Ballon	B5 Filles et Garçons	B6 Filles et Garçons	B6 Filles B7 Garçons	B6 Filles B7 Garçons
Temps jeu	4 x 6 minutes Intervalles de 2 mn - Pause 10 mn 1 temps - mort par équipe/par période Pas de report possible	4 x 8 minutes Intervalles de 2 mn - Pause 10 mn 1 temps - mort par équipe/par période Pas de report possible	4x 10 mn Intervalles de 2 mn - Pause 10 mn Temps morts: Règles FFBB	4x 10 mn Intervalles de 2 mn - Pause 10 mn Temps morts: Règles FFBB
Prolongations	1 ^{ère} Prolongation de 3 minutes 2 ^{nde} Prolongation = mort subite	Prolongation 4 minutes Autant de prolongations que nécessaire	Prolongation 5 minutes Autant de prolongations que nécessaire	Prolongation 5 minutes Autant de prolongations que nécessaire
Score	Championnats: Pré-Ligue, Pré-Championnat, Brassage, Excellence, Honneur & Challenge - comptabilisation des points et des fautes sur toute la partie		Championnats: Pré-Ligue, Pré-Championnat, Brassage, Excellence, Honneur & Challenge - comptabilisation des points et des fautes sur toute la partie	
Attaque	Pas d'écran sur porteur Pas d'écran sur non porteur Pas de passe « main à main »	Pas d'écran sur porteur Pas d'écran sur non porteur Pas de passe « main à main »	Toutes formes de jeu	Toutes formes de jeu
Défense	<i>Partie avant et arrière: Prise à 2 interdite,</i> Homme à homme ou fille à fille stricte et stricte orientée Permutations et rotations autorisées Notions de 3 secondes défensives	<i>Toutes les situations de défense de « zone », « zone press » ½ ou tout terrain sont interdites</i> <i>Les situations de trappes (prises à 2) sont interdites sur ½ ou tout terrain</i> <i>*Les défenses tout terrain type pressing (H à H, F à F) sont autorisées, et même recommandées</i>	<i>Partie avant : Toutes formes de défense</i> <i>Partie arrière : Défenses de zone interdites</i>	Toutes formes de jeu
Particularités	Ligne de Lancer- Franc tracée à 4m	Pas de stratégie figée... Rigueur sur les appuis et les contacts...	Jeu d'écrans autorisé Jeu posté autorisé	Jeu d'écrans autorisé Jeu posté autorisé
Distance Tirs à 3 pts	Pas de panier à 3 points	6,25 m	6,25 m	6,75 m
Remise en Jeu Libre*	REJ libre*	REJ libre*	REJ libre*	
Participation	7 joueurs minimum, 10 maximum Lic C & AS:10 - Lic JCl/C2, Lic T: 5 maxi Chaque joueur joue 1 quart- temps minimum au cours des 3 premières périodes Chaque joueur joue au maximum 3 périodes sur la rencontre	Lic C & AS:10 - Lic JCl/C2, Lic T: 5 maxi (Attention 2 pour la Pré- Ligue et Ligue) Chaque joueur doit jouer au moins un quart- temps entier, ou l'équivalent	Lic C & AS:10 - Lic JCl/C2, Lic T: 5 maxi Chaque joueur/joueuse doit avoir une participation effective à la rencontre (Equivalente à la durée d'1/4 tps)	Lic C & AS:10 - Lic JCl/C2, Lic T: 5 maxi Chaque joueur/joueuse doit avoir une participation effective à la rencontre (Equivalente à la durée d'1/4 tps)

* **REJ libre** = Pour inciter au jeu rapide, l'arbitre ne doit pas toucher le ballon sur remise en jeu en zone arrière sauf en cas de faute (directive DTBN)