



## ACCUEIL EN MINI BASKET

Prendre en compte les spécificités de l'enfant pour organiser un espace d'accueil sécurisé et favorable aux apprentissages et à l'épanouissement de l'enfant

### SECURITE :

- ◆ Repérer et vérifier : les issues de secours, les extincteurs, le défibrillateur
- ◆ Avoir une trousse de secours
- ◆ Lestage des paniers mobiles
- ◆ Moyen pour prévenir les secours
- ◆ Prévoir la communication et les règles

### L'ENTRAINEUR

- ◆ Tenue de sport
- ◆ Bouteille d'eau
- ◆ Sifflets (pour les enfants)
- ◆ Heure
- ◆ Listings des enfants
- ◆ Chronomètres
- ◆ Plaquette + feutres (pour les enfants : tenue du score ou observations)

### Outils pour une Ecole de Mini-Basket :

- ◆ Cahier
- ◆ Contrat de confiance
- ◆ Courrier d'infos
- ◆ Papier d'infos
- ◆ Planning
- ◆ Contacts
- ◆ Cahier de présence
- ◆ Tickets de match
- ◆ Feuille de route pour la préparation de match

### ESPACE TERRAIN :

- ◆ Stockage des ballons dans un charriot
- ◆ Bouteille d'eau remplie dans un espace spécifique (« BAR »)
- ◆ Sacs de sport dans un autre espace
- ◆ Espace pour le matériel

### ESPACE D'ACCUEIL :

- ◆ Table : dossier licence, présentation du club, émargement
- ◆ Responsable administratif
- ◆ Panneau d'information alimenté
- ◆ Café/Thé
- ◆ Papiers d'infos
- ◆ Boîte à cahier

### LE JOUEUR :

- ◆ Chaussures de sport bien lacées
- ◆ Chaussettes
- ◆ Tenue de sport (short/t-shirt)
- ◆ Cheveux attachés
- ◆ Bouteille d'eau
- ◆ Pas de bijoux
- ◆ Sifflet
- ◆ Cahier du joueur

### MATERIEL PEDAGOGIQUE :

- ◆ Dossards : 5x3 ; 4x4 ; 2x8
- ◆ T5, T3, Balle de tennis, ballon en mousse/plastique (gestuelle de tir), Taille 5 allégé..
- ◆ Cerceaux plats (chambre à air)
- ◆ Cônes, coupelles
- ◆ Chaises
- ◆ Elastiques
- ◆ Barres
- ◆ Echelle de rythme

## « J'apprends en jouant »

Voici quelques repères pour l'entraîneur qui va chercher à rentabiliser le temps de pratique des joueurs :

- Réduire ses temps de parole.
- Exploiter complètement le temps du créneau pour pratiquer (commencer à l'heure, finir avec les infos pour les joueurs en dehors du terrain ou dans le vestiaire).
- Employer un langage simple, concis et clair.
- Mettre des rituels en place pour gagner du temps par la suite.
- Utiliser sur plusieurs séances le même **cadre de séance** afin de gagner du temps sur les mises en place et d'habituer les joueurs à enchaîner rapidement les exercices et situations.
- Accepter de prendre le temps sur les premières séances pour mettre en place les rituels, l'organisation de la séance et le déroulement des situations et exercices, et diminuer fortement (voir ignorer) les consignes et informations sur les contenus techniques et autres.
- Avant de finir un exercice ou une situation, commencer à anticiper la préparation et la mise en place de l'exercice suivant (préparation du matériel, des maillots, anticipation sur les prochaines équipes, etc...)
- Lancer le plus rapidement possible les exercices et situations de jeu.
- Dans un premier temps, ne donner que les consignes de déroulement et le but du jeu, pour vérifier la compréhension des enfants.

Viendront dans un second temps les consignes et repères techniques ou autres.

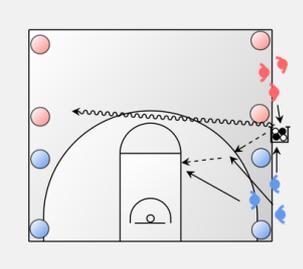
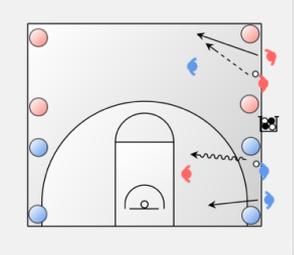
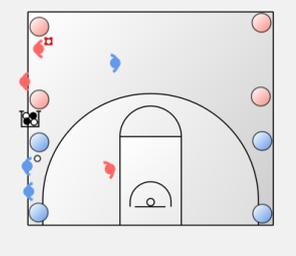
- S'interdire les colonnes de plus de 3 joueurs.
- Utiliser tous les paniers pour faire des exercices de tirs.
- Utiliser tous les espaces disponibles (extérieur du terrain ou extérieur de la salle compris).
- Stimuler verbalement pendant les temps de jeu plutôt que d'arrêter le jeu.
- Faire des jeux sans élimination.
- Donner un rôle à **tous** les enfants pendant les temps de jeu à la fin de l'entraînement (arbitres, chrono score, évaluateur d'un objectif, etc...).
- ETC... (à compléter).

### Cadre de séance du premier cycle 2017/2018 des U9 à EAUNES

Temps	Cadre de séance	Objectifs
3'	Prise en Main	
15'	Parcours en Etoile	Etre Capable de se déplacer en dribble dans différents environnements
3'	Boisson + mise en place ateliers et rotations	
35'	3 Ateliers (rotations comprises)	
	8' Atelier Boules de feu	E. C de Coopérer pour faire progresser le ballon vers l'avant
	8' Atelier Pousse-pousse la balle (béret adapté)	E. C. de pousser son ballon pour avancer en dribble
	8' atelier Tir dans la course	E . C. d'enchaîner capter-tirer dans la continuité de la course.
3'	Boisson + mise en place situation jeu	
30'	Situation de jeu	E. C. de connaître les 5 règles essentielles du Mini-Basket et comprendre le but du jeu
2'	Fin de séance	





<b>Atelier JEU VERS L'AVANT</b> <b>Les Boules de feu</b>	<b>U7, U9 et U11 Débutants</b>
<p style="text-align: center;"><b>DEROULEMENT</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Atelier de 10 minutes maximum / Cycle de 6 séances</li> <li>• <b>MATERIEL :</b></li> <li>• Une dizaine de ballons dans un caddie</li> <li>• 8 cerceaux de 2 couleurs</li> <li>• 2 couleurs de chasubles</li> </ul>	<p style="text-align: center;"><b>OBJECTIFS</b></p> <p><b>Etre capable de :</b>            Faire progresser le ballon vers l'avant à 2 ou 3 joueurs.            Découvrir le jeu vers l'avant, les règles du dribble et du marché.            Se déplacer vers l'avant pour proposer des solutions de passe aux partenaires.            Dribbler vers l'avant.</p>
<div style="display: flex; flex-direction: column; align-items: center;"> <div style="display: flex; align-items: center; margin-bottom: 20px;">  <div style="margin-left: 20px;">fig 1</div> </div> <div style="display: flex; align-items: center; margin-bottom: 20px;"> <div style="margin-right: 20px;">Fig 2</div>  </div> <div style="display: flex; align-items: center;"> <div style="margin-right: 20px;">Fig 3</div>  </div> </div>	<p style="text-align: center;"><b>CONSIGNES</b></p> <p><b>DEROULEMENT :</b>            But du jeu : première équipe à amener 2 ou 3 ballons dans chaque cerceau de son camp.</p> <p>2 équipes sont positionnées de chaque côté d'une malle à ballons.            Au signal, chaque équipe doit prendre un ballon et le transférer à l'opposé de son camp dans un des cerceaux. Un seul ballon à la fois peut sortir de la malle pour chaque équipe.</p> <p>A la fin d'une manche, la malle à ballons est transférée de l'autre côté.</p> <p>Possibilité de mettre un défenseur isolé ou de l'équipe adverse.</p> <p>Mise en évidence : possibilité d'utiliser</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• La passe (les NPB doivent courir pour être devant le ballon)</li> <li>• Le dribble (quand il y a personne devant moi)</li> </ul> <p><u>Stimulation :</u>            Qui est devant ?            Où sont les cerceaux ?</p>
	<p style="text-align: center;"><b>Evolutions pédagogiques :</b></p> <p><b>Les entraîneurs peuvent :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Faire varier la situation :</b> 3c0, 2c0 ; 3c1, 2c1 ; 3c2</li> <li>• <b>Positionner 2 cerceaux par équipe :</b> pouvoir choisir la cible en fonction du défenseur</li> <li>• <b>Faire évoluer la défense :</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Le défenseur doit toucher le ballon pour le gagner</li> <li>○ Le défenseur doit toucher le PB pour gagner le ballon</li> <li>○ Le défenseur qui gagne un ballon le ramène dans la malle</li> <li>○ Le défenseur qui gagne le ballon l'amène dans un cerceau de son équipe</li> </ul> </li> </ul>



ATELIER TIR EN COURSE N°1	EXERCICE DE TIR EN COURSE POUR LES U9 et U11
<p style="text-align: center;"><b>DEROULEMENT</b></p> <p><b>1 ballon pour 2 joueurs</b>  <b>6 plots (cônes) par panier</b>  <b>5 min d'exercice technique pure</b>  <b>3 min jeu</b></p> <p>1 joueur tient le ballon au dessus du plot, le partenaire trotte pour attraper le ballon et shooter en course puis il récupère son ballon pour le présenter à son partenaire qui à son tour contourne le plot et va tirer.</p> <p>Avec 3 joueurs : 2 joueurs avec ballon au plot proche du panier et un sans ballon au second</p>	<p style="text-align: center;"><b>OBJECTIFS</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>ÊTRE CAPABLE DE TIRER EN EQUILIBRE DANS LA CONTINUTE DE LA COURSE (tir en course avec capté du ballon)</b></li> <li>• <b>ÊTRE CAPABLE DE DEPOSER LE BALLON DANS LE PANIER</b></li> <li>• <b>prise de ballon pour armer</b></li> <li>• <b>double pas équilibré</b></li> <li>• <b>lâché main extérieure sur la planche</b></li> </ul>
<div style="text-align: center;"> </div> <div style="text-align: center; margin-top: 20px;"> </div>	<p style="text-align: center;"><b>CONSIGNES</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Etape 1 :</b> Comprendre le déroulement, les rotations et différents rôles de l'exercice.</li> <li>• <b>Etape 2 :</b> Trotter puis enchaîner : attraper - 1-2 - Tir</li> <li>• <b>Etape 3 :</b> Possibilité d'utiliser un code couleur plots rouges à droite et plots jaunes à gauche. Plot rouge : pied droit ou main droite à préparer ; plot jaune : pied gauche ou main gauche à préparer.</li> </ul> <p>Exemple de repères à droite dans les consignes suivantes :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Préparer ses mains : main rouge, doigts vers le plafond (main extérieure shooteuse avec doigts vers le plafond) + préparer en proprioception le "pied à jeter" (pied rouge).</li> <li>• Capter la balle en lançant pied extérieur (roue) pour enchaîner 1-2-tir.</li> <li>• Respect de l'équilibre/alignement</li> <li>• Montée du genou</li> <li>• Coude sous le ballon pour un déposé sur la planche</li> </ul> <p><b>A éviter :</b>  Tir à 2 mains  Balancé du ballon vers l'intérieur avant le tir  Jet fort sur la planche  « Atterrir » loin du panier</p> <p style="text-align: center;"><b>EVOLUTION CONSIGNES</b></p> <p>Le joueur qui a le ballon devient passeur en se positionnant derrière le panier :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Passe au sol</li> <li>• Réception de face</li> <li>• Préparer ses mains pour l'enchaînement réception-1-2-tir.</li> <li>• Varier la position du passeur.</li> </ul>
	<p style="text-align: center;"><b>CRITERES DE REUSSITE</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Le ballon est déposé sur la planche (milieu du trait vertical)</li> <li>• Le ballon est déposé dans l'arceau (de face)</li> </ul>
<p><b>Intentions et repères à donner aux enfants :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Piétiner pour "catcher" sur le bon appui</li> <li>• Montée rapide du ballon à l'épaule (j'écoute dans le coquillage).</li> <li>• Grand pas-petit pas</li> <li>• Extension avec genou à hauteur de hanche.</li> <li>• « Atterrir » sous le panier et tirer après rebond</li> </ul>	<p style="text-align: center;"><b>EVOLUTION JEU</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <u>Tour de la terre :</u>  <u>Déroulement :</u> 3 spots de tir 2 équipes de 2 joueurs par panier.  Je tire, je récupère mon ballon pour le présenter à mon partenaire qui enchaîne un tir après avoir fait le tour du plot.  But : Marquer X paniers à chaque spot de tir (aller au spot de libre contrat du spot réussi)</li> </ul>



Situation de jeu tout terrain	3c3 ou 4c4 pour Mini pousses et poussins
<p>Jeu sur tout terrain 4 équipes Matériel : chasubles</p>	<p>Jeu sur tout terrain avec nombre important de joueurs <b>OBJECTIF :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• ETRE CAPABLE DE JOUER VERS L'AVANT.</li> <li>• S'INFORMER POUR CHOISIR LE DRIBBLE LA PASSE LE TIR.</li> </ul>
	<p><b>DEROULEMENT :</b> 3c3 Chaque équipe est dans son coin. Les joueurs attendent le signal pour entrer en jeu. Le coach, ballon en main, appelle deux équipes par leur couleur et lance le ballon au milieu du terrain. L'équipe en possession du ballon attaque et l'autre défend. L'action dure au maximum 1 minute. Chaque équipe revient dans son coin pour que le coach appelle 2 nouvelles équipes.</p> <p><b>CONSIGNES :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Obligation d'attraper le ballon à 2 mains sur la passe du coach.</li> <li>• Les non porteur doivent donner des solutions en avant du ballon.</li> <li>• Obligation de jeu vers l'avant.</li> <li>• Donner les consignes suivant les thèmes abordés dans la séance.</li> </ul> <p>Questionnement :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• qui est devant ?</li> <li>• Qui est disponible ?</li> <li>• Est-ce que je suis à distance de passe ?</li> <li>• Est-ce que je suis dans mon couloir ?</li> </ul>

