

COMMISSION MINIBASKET – COMITE TERRITORIAL ALPES DU SUD BASKET



FORMER

FEDERER

ORGANISER

DEVELOPPER



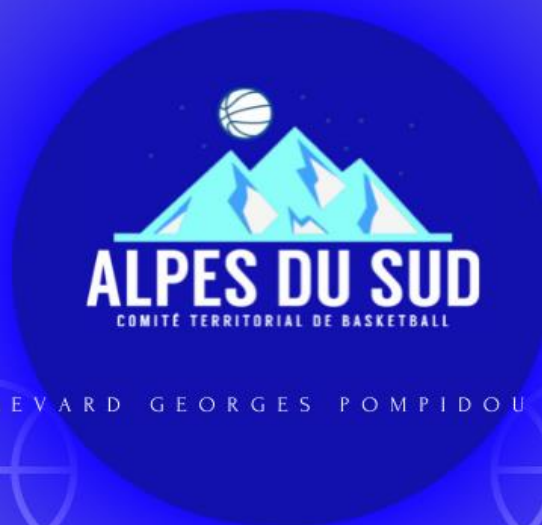
ACCOMPAGNER

SOUTENIR



ENCOURAGER

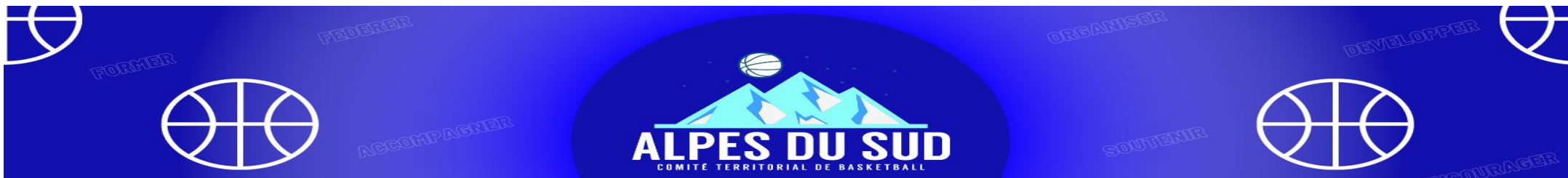
RESPECTER



140 BOULEVARD GEORGES POMPIDOU 05000 GAP



ORGANISATION U11 – SAISON 2021 - 2022



### ORGANISATION SAISON U11 :

- Plateau à 3 équipes : « Retour au jeu » de fin septembre à fin octobre 2021.
- Plateau de BRASSAGE : Novembre – Décembre
- Janvier à mai :
  - Plateaux pour les « débutants » - Ateliers - Challenge/ Matches
  - Plateaux à 3 pour les « confirmés » - Matches + Défi
- Rassemblement U11 :
  - 1 fois par mois – 3 secteurs (Nord – Centre - Sud)
  - Encadré par un entraîneur Diplômé + BF Enfants en formation
  - Perfectionnement Individuel
- Pré-Espoir :
  - Les potentiels U11 sur CONVOCATION participeront aux séances de Détection avec les U12.
- Fête Nationale du Mini Basket : 12 Juin 2022



### RAPPEL REGLEMENTAIRE :

- Obligation pour tous joueurs, entraîneurs d'être qualifiés
- Match à 4vs4 ou 3vs3 terrain en largeur
- Défense individuelle Obligatoire
- Ballon T5
- Panier à 2m60
- Mise en place du JAP sur les plateaux, et en formule championnat ex : 1 jeune du club en formation + un arbitre « expérimenté » / idem pour E-marque
- Temps de match : Plateaux débutants > 2 \* 7 sans arrêt du chrono – Confirmés voir règlement en fonction du nombre d'équipe.

### CONTACTS :

- **PELLOUX Amélie** : CTF0A – [ctfasbb@gmail.com](mailto:ctfasbb@gmail.com)
- **BANC Alexis** : Responsable technique Mini basket - [bancalexis@orange.fr](mailto:bancalexis@orange.fr) / **DUBOIS Baptiste** : Responsable communication - [comeventasbb@gmail.com](mailto:comeventasbb@gmail.com)

**ORGANISATION PLATEAUX DEBUTANTS :**

➤ **Si 3 équipes :**

- 45' à 1h d'ateliers – challenge en fonction du créneau disponible
- Rotation des matchs:
  - Les rencontres se jouent sur grand terrain ou terrain en largeur en fonction du niveau des équipes (les entraîneurs se mettent d'accord).

Equipe	Equipe	Arbitrage / Table
A	B	C
C	A	B
B	C	A

➤ **Si 4 équipes :**

- Match en largeur :
  - 1 Atelier/Challenge – 1 match - 1 Arbitrage/Table
- Rotations:

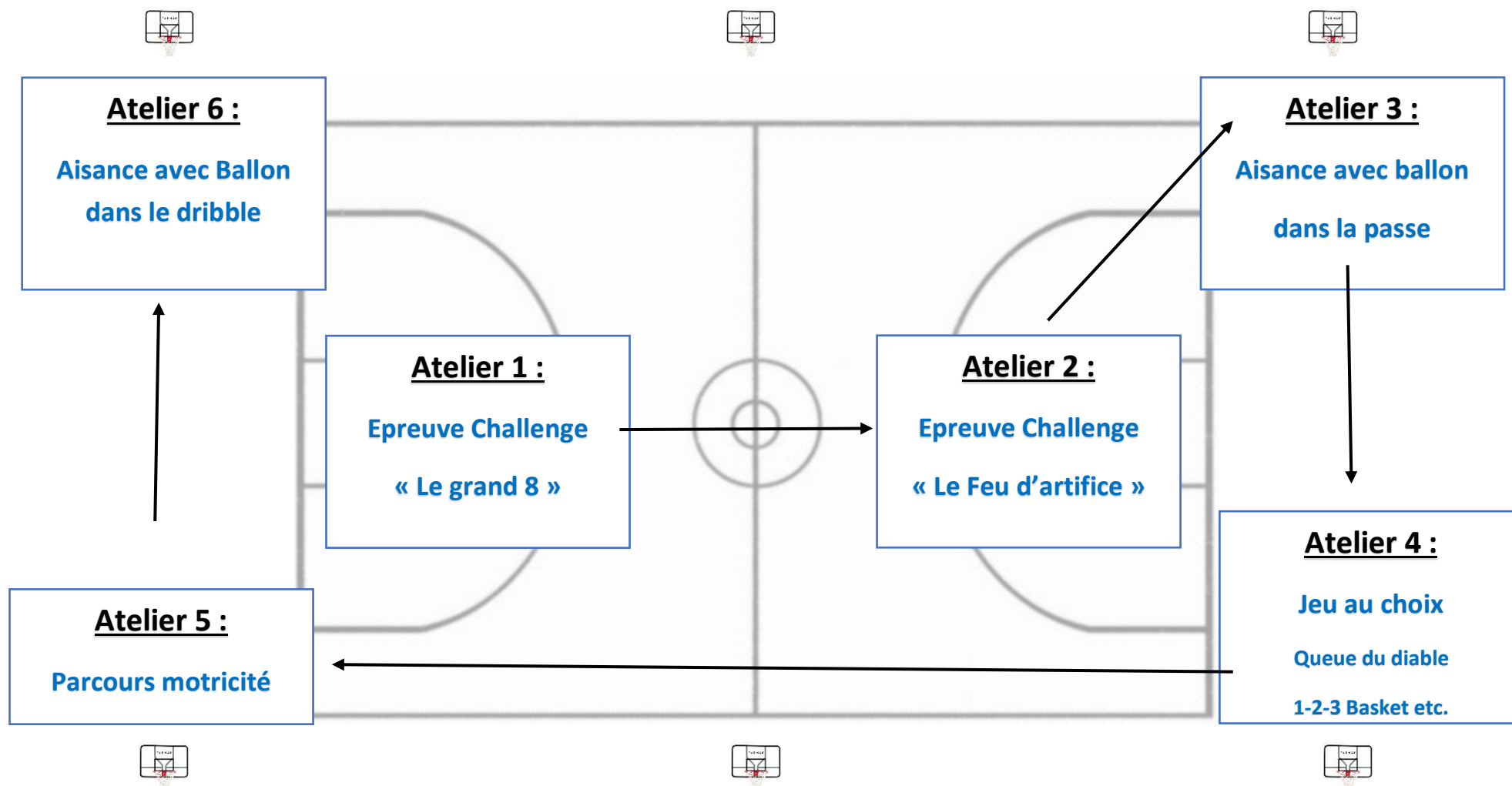
Equipe	Equipe	Arbitrage / Table	Atelier/challenge
A	B	C	D
C	D	A	B
A	D	B	C
B	C	D	A

- Match en longueur :
  - 45' d'ateliers/challenge
  - Rotation match

Equipe	Equipe	Arbitrage / Table	Atelier prévention, culture basket etc
A	B	C	D
C	D	A	B
A	D	B	C
B	C	D	A



**ATELIERS / CHALLENGE:** 45' à 1h – Rotation 6 \* 6' – 2' récup changement d'atelier (rotation – consignes) – possibilité de faire moins d'atelier et d'augmenter le temps de travail.



**ORGANISATION ATELIER + MATCHS :**



**Atelier - challenge:**

**Au choix**

**1 ballon chacun**

**Un maximum de passage pendant la durée de la séquence.**

**Les joueurs ne doivent pas avoir de temps d'attente trop long**

**Pendant privilégier la qualité d'exécution dans les situations proposées.**



**Match:**

**4 vs 4**

**Ou**

**3 vs 3**

**1 adulte ou jeune expérimenté qui aide sur l'arbitrage (aide , ne fait pas à la place)**

**A proscrire :**

➤ **TOUTES contestations (joueurs / entraîneurs / parents)**



**ORGANISATION PLATEAUX CONFIRMES :**

➤ **Si 2 équipes pour cause de forfait :**

- 4\*8 minutes décomptées

➤ **Si 3 équipes :**

- 4\*6 minutes non décomptées (sauf sur lancer-franc)
- Rotation des matchs:
  - Les rencontres se jouent sur grand terrain.
  - Défi challenge entre les matchs (équipes qui étaient en attente, pour lancer un temps de repos à l'équipe qui enchaîne deux matchs)

Equipe	Equipe	Arbitrage / Table
A	B	C
CHALLENGE : C		
C	A	B
CHALLENGE : B		
B	C	A
CHALLENGE: A		

➤ **Si 4 équipes :**

- 2\* 7minutes non décomptées (sauf sur lancer-franc) :
- Rotation match

Equipe	Equipe	Arbitrage / Table	Atelier prévention, culture basket etc
A	B	C	D
C	D	A	B
A	D	B	C
B	C	D	A





## ORGANISATION GENERALE:

### ➤ Matériel:

- **Poires et chasubles arbitres**
- **Feuilles de match mini basket**
- **Chasubles si équipes de la même couleur.**
- **Matériel divers pour les ateliers**

### ➤ Encadrement :

- **1 responsable organisation** (accueil – explications organisation – gestion des rotations)
- **1 responsable aide arbitrage** (ex : entraîneur de l'équipe qui arbitre ou 1 personne référente du club expérimentée en arbitrage)
- **1 responsable atelier** (idem possibilité que ce soit l'entraîneur de l'équipe) ou 1 personne par atelier si rotation sur 45' avant les matchs.


### ➤ Horaires :

- **Accueil :** 9h30
- **Rotations ateliers :** 10h00 – 10h45 ou 11h00
- **Pause :** de 5min mise en place terrain
- **Rotations matchs :** 11h00 – 12H30
- **Retour au calme / collation.**

### ➤ Collation :


- Si vous en avez la possibilité, privilégier les collations adaptées à l'horaire de votre plateau, équilibrée et le moins industriel possible.
  - 12h30 : quiche, cake, pain, jambon, fromage, tomate cerise etc.
  - Après-midi : gâteaux fait maison, fruits, compotes, pains confitures etc.

**CHALLENGE DEPARTEMENTAL LE PANIER D'OR:**



## Epreuve 1 : « Le Grand 8 »

### Dextérité - Tir en course



**DEROULEMENT**

**Pour démarrer :**  
 Le joueur commence entre les plots de la **porte A** et effectue le slalom en dribble.

Il passe dans la **porte B** et va contourner le **plot N°1** pour faire un **tir en course à droite**.

**Pour continuer le circuit (spot face à la cible) :**  
 Après avoir pris son rebond, il contourne le **plot N°2** dans l'axe puis va effectuer un **tir en course de face**.

**Pour continuer le circuit :**  
 Après avoir pris son rebond, il va contourner le **plot N°3** pour effectuer un **tir en course à gauche**.

Après avoir pris son rebond, il part en dribble pour passer par la **porte B**, il effectue le slalom dans le **sens inverse** et passe dans la **porte A** pour effectuer les 3 tirs en course en commençant pour le **plot N°3**.

**Idem pour la suite de l'exercice.**

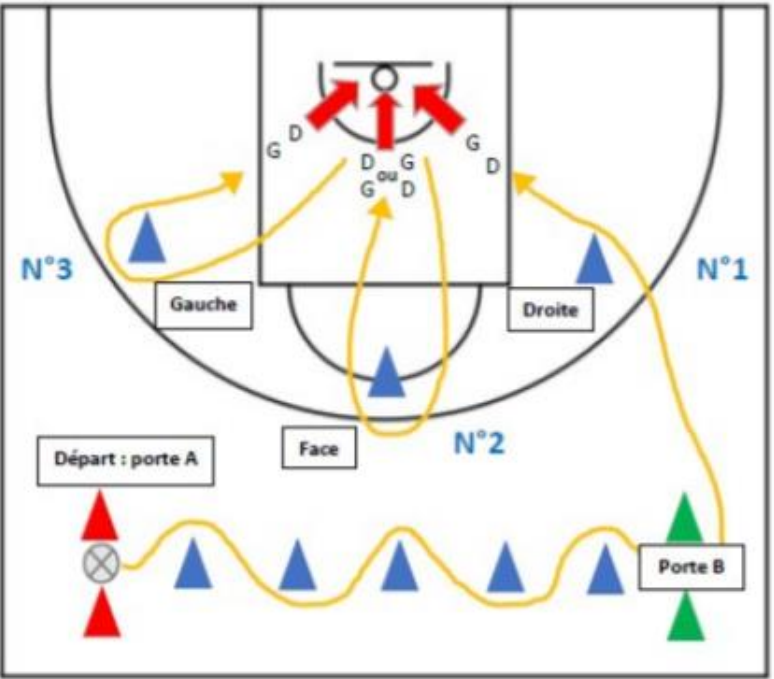
**REGLES**

- Durée : **45 secondes**
- Ordre : passer du plot **N°1** vers le plot **N°2** puis le **N°3** puis recommencez dans le **sens inverse** (du plot **N°3** vers le plot **N°1**).
- Spot de départ : entre les plots de la **porte A** (voir schéma)

**COMPTAGE DES POINTS / PENALITES**

- 1 panier avec les « bons appuis » = **2 POINTS**
- 1 panier avec les « bons appuis » + la « bonne main » (main gauche à gauche et main droite à droite) = **4 POINTS**
- Panier refusé si « mauvais appuis » / « marcher » = **0 POINT**

**- 1 tireur      45 secondes**





# Epreuve 2 : « Le Yoyo »

## Dribble - Passe - Tir en course

### DEROULEMENT

Le joueur démarre du **plot N°1** placé à l'intersection de la ligne de la raquette et de la ligne de fond intitulé : **Départ**.

Il part en dribble pour aller contourner les **plots N°2 et N°3** en passant par l'extérieur et se diriger vers le **cerceau Passe N°1** positionné face à la **cible N°1**.

Le joueur doit réaliser une **passse directe à deux mains** dans la **cible N°1**, située à mi-hauteur à 4 mètres, en ayant **au minimum un appui au sol** dans le cerceau pour que la passe soit comptabilisée.

Après sa passe, il récupère un ballon situé dans le **cerceau Dribble N°1** et effectue un **départ croisé** avec le  **pied de pivot gauche** à l'intérieur du cerceau pour enchaîner un tir en course à gauche.

Il récupère son rebond, contourne le **plot n°4** et enchaîne le circuit dans le **sens inverse** sur le même principe en contournant les **plots N°3 et N°2** toujours par l'extérieur et se dirige vers le **cerceau Passe N°2** positionné face à la **cible N°2**.

Après la **passse directe à deux mains** réalisée dans la **cible N°2**, située à mi-hauteur, il récupère le ballon dans le **cerceau Dribble N°2** et effectue un **départ croisé** avec le  **pied de pivot droit** à l'intérieur du cerceau pour enchaîner un tir en course à droite.

Il récupère son rebond, contourne le **plot N°1** en dribblant puis **recommence le circuit**.

### REGLES

- **Durée** : 45 secondes

- **Ordre** : Cerceau Passe N°1 – Cerceau cible N°1 - Cerceau Dribble N°1 – Cerceau Passe N°2 – Cerceau cible N°2 – Cerceau Dribble N°2

- **Spot de départ** : Derrière la ligne de fond au niveau du **plot N°1** Départ

### COMPTAGE DES POINTS / PENALITES

- 1 panier avec les « bons appuis » = 2 POINTS

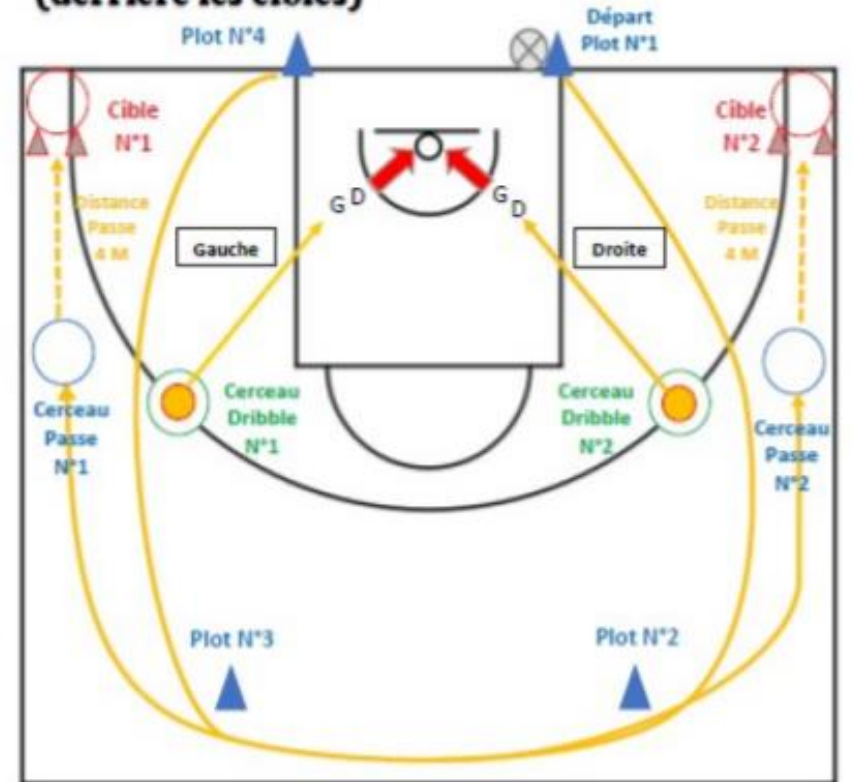
- 1 panier avec les « bons appuis » + la « bonne main » (main gauche à G / main droite à D = 4 POINTS

- Passe réussie dans la cible = 2 POINTS

- Panier refusé si « mauvais appuis » / « marcher » = 0 POINT

**N.B.** : Positionner des personnes derrière les cibles pour récupérer les ballons et repositionner le matériel si nécessaire.

• 1 tireur  
 • 2 personnes en aide  
**45 secondes**  
 (derrière les cibles)



# Epreuve 3 : « Le feu d'artifice »

## Adresse - Tir à mi-distance



### DEROULEMENT

Le joueur tire des 8 positions avec l'obligation de respecter l'ordre indiqué : 1,2,3,4,5,6,7,  
 Il démarre une série avec un ballon au spot n°1 et commence une nouvelle série au spot n°1.  
 Le tir à 1 point dans l'axe se fait du demi-cercle devant la ligne de lancer franc.  
 Chaque joueur doit réaliser deux tours complets sur les 7 positions soit 14 tirs sur l'ensemble de l'épreuve.  
 1 tireur, 1 passeur et 2 rebondeurs s'organisent pour récupérer les ballons après chaque tir et se positionner à un spot pour faciliter la réussite du tireur.

### REGLES

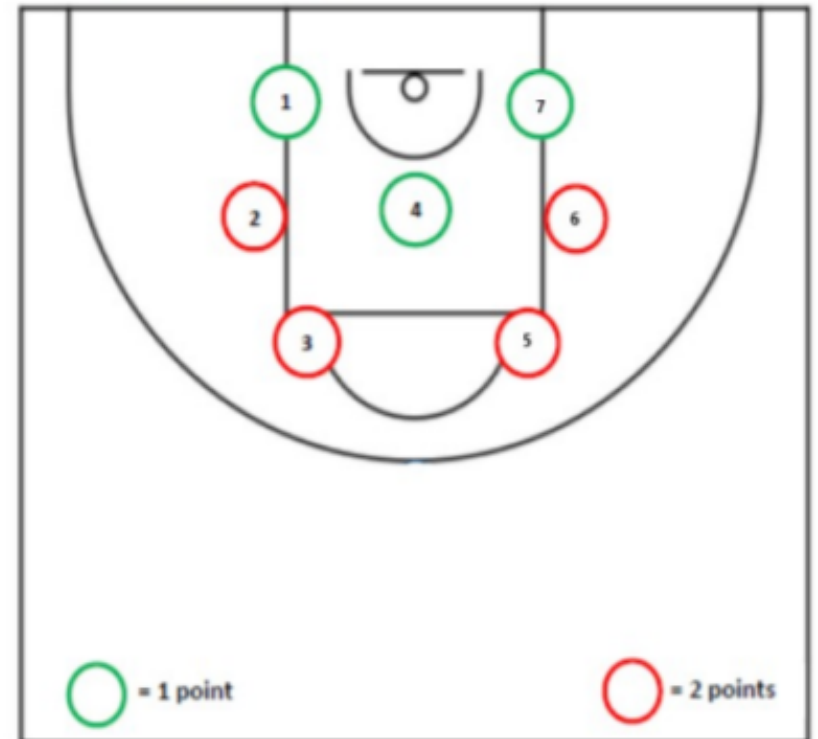
- Durée : temps libre → épreuve non chronométrée
- Ordre : obligation de respecter l'ordre des positions lors d'une série.  
**Une série est terminée lorsque les 7 tirs sont effectués aux 7 spots**
- Recommencer la nouvelle série au spot n°1.
- Spot de départ : spot n°1
- A l'issue des deux tours complets : chaque panier marqué valide un certain nombre de points (1, 2 ou 3 points).  
 → Additionner les points inscrits selon le score indiqué pour le spot.

### COMPTAGE DES POINTS / PENALITES

- 1 tir marqué sur un spot vert = 1 POINT
- 1 tir marqué sur un spot rouge = 2 POINTS
- Si l'emplacement matérialisé pour le tir n'est pas respecté le panier sera refusé.

**N.B. : Les emplacements des spots de tirs sont positionnés sur le schéma et spécifiés au regard des mesures officielles d'un terrain 28 m par 15 m.**

- 1 tireur
  - 1 passeur
  - 2 rebondeurs
- 45 secondes**



**Epreuve 4 : « La cible »**  
**Lancers-francs**

**DEROULEMENT**

Plusieurs séries de 2 lancers francs, départ ligne de L.F ballon en main.  
 Après 2 lancers-francs consécutifs tentés, courir poser 1 appui 1m avant le rond cent... et revenir.  
 1 tireur, 1 passeur et 2 rebondeurs s'organisent pour récupérer les ballons après chaque tir pour faciliter la réussite du tireur.

**REGLES**

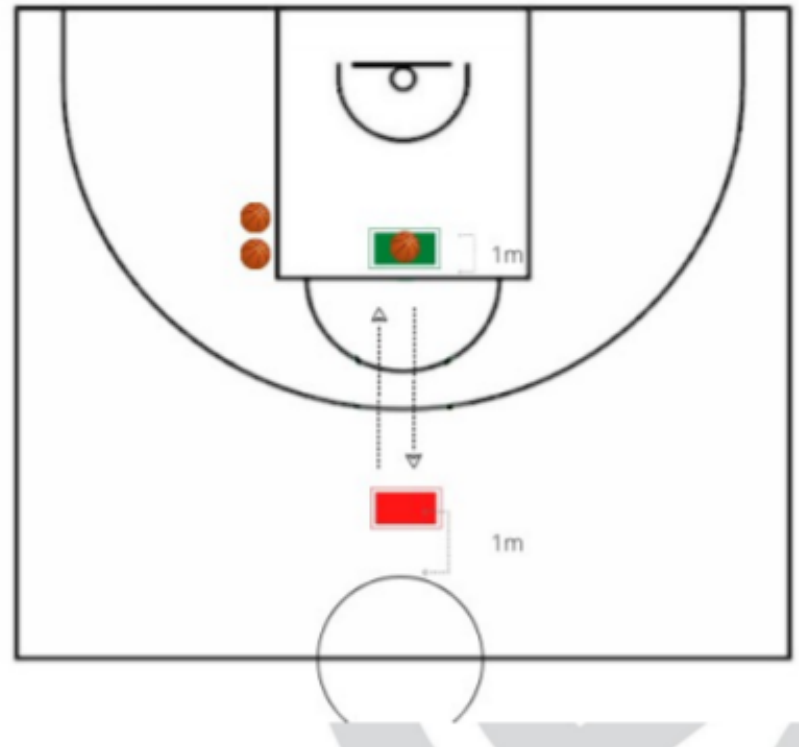
- Durée : **45 secondes**  
 5 secondes pour tirer un lancer franc.

**COMPTAGE DES POINTS / PENALITES**

- 1 lancer franc marqué = **1 POINT**  
 BONUS : 2 lancers francs consécutifs marqués de la même série = **3 POINTS**  
 - Pied sur la ligne de lancer franc = panier refusé  
 - Obligation d'aller poser le pied dans la zone 1m avant le rond central après le deuxième d'une série sinon lancer franc refusé s'il est marqué.

N.B.: Le klaxon de fin d'épreuve retentit lors d'un lancer franc = si le ballon est parti des mains du tireur au moment du klaxon, le tir sera comptabilisé si le lancer franc est marqué.

- 1 tireur
  - 1 passeur
  - 2 rebondeurs
- 45 secondes**





**NOTE L'ATELIER OU LE NOM EPREUVE DU CHALLENGE:**

FICHE RESULTATS ATELIERS :		E1= essai 1			
NOM, PRENOM	CLUB	ATELIER 1	ATELIER 2	ATELIER 3	ATELIER 4
		E1 : E2 : E3 :	E1 : E2 : E3 :	E1 : E2 : E3 :	E1 : E2 : E3 :
		E1 : E2 : E3 :	E1 : E2 : E3 :	E1 : E2 : E3 :	E1 : E2 : E3 :
		E1 : E2 : E3 :	E1 : E2 : E3 :	E1 : E2 : E3 :	E1 : E2 : E3 :
		E1 : E2 : E3 :	E1 : E2 : E3 :	E1 : E2 : E3 :	E1 : E2 : E3 :
		E1 : E2 : E3 :	E1 : E2 : E3 :	E1 : E2 : E3 :	E1 : E2 : E3 :
		E1 : E2 : E3 :	E1 : E2 : E3 :	E1 : E2 : E3 :	E1 : E2 : E3 :
		E1 : E2 : E3 :	E1 : E2 : E3 :	E1 : E2 : E3 :	E1 : E2 : E3 :
		E1 : E2 : E3 :	E1 : E2 : E3 :	E1 : E2 : E3 :	E1 : E2 : E3 :

**FICHE JAP:**

# JAP

## AVEC LE BASKET, J'APPRENDS À TOUT FAIRE !

**JE JOUE**

**Dribbler :**

- 1/ Utiliser sa main forte ou sa main faible
- 2/ Protéger le ballon face à un défenseur
- 3/ Changer de main pour passer un défenseur
- 4/ Enchaîner dribble et tir

**Tirer :**

- 1/ Tirer en course après dribble (main forte / main faible)
- 2/ Tirer en course après passe (main forte / main faible)
- 3/ Tirer en course avec pression défensive
- 4/ Tirer à mi-distance après dribble

**Passer :**

- 1/ Passer le ballon à un partenaire immobile
- 2/ Passer le ballon à un partenaire qui se déplace
- 3/ Passer le ballon à un partenaire malgré la présence d'un défenseur
- 4/ Réaliser une passe de contre-attaque

**Regarder :**

**Attaquant :**

- 1/ Porteur : jouer le 1c1 ; fixer, passer ou tirer
- 2/ Non-porteur : se démarquer dans les espaces libres
- 3/ Réagir rapidement au changement de statut défenseur/attaquant (participer à une contre-attaque)

**Défenseur :**

- 4/ Générer la passe sur un non-porteur
- 5/ Réagir rapidement au changement de statut attaquant/défenseur (repli défensif)

## Je Participe

### Tenir la feuille de marque :

- E1/ Compter les points lors d'un jeu à l'entraînement (au moins 2 fois)
- E2/ Compter les points (support papier) lors d'un match à l'entraînement
- M1/ Tenir une feuille de marque lors d'une rencontre avec l'aide d'un adulte
- M2/ Tenir une feuille de marque lors d'une rencontre sous la surveillance d'un adulte

### Chronométrer :

- E1/ Chronométrer un jeu à l'entraînement (temps non-décompté)
- E2/ Chronométrer un match à l'entraînement (temps décompté)
- M1/ Chronométrer lors d'une rencontre avec l'aide d'un adulte
- M2/ Chronométrer lors d'une rencontre sous la surveillance d'un adulte

### Aider à l'encadrement :

- E1/ Installer/ranger le matériel pour un jeu selon un schéma ou les consignes de l'entraîneur
- E2/ Faire respecter une consigne technique lors d'un atelier à l'entraînement
- M1/ Installer et ranger du matériel sur un jeu lors d'un plateau
- M2/ Choisir et animer un jeu lors d'un plateau

### Participer à la vie du club :

- S1/ Participer aux tâches liées à son équipe : maillots, goûters, déplacements
- S2/ Être régulier et ponctuel aux entraînements et aux matches ; prévenir en cas d'absence
- ES1/ Participer aux animations : fêtes, tombolas, calendriers, lotos, etc. et aussi assister aux rencontres d'autres équipes du club
- ES2/ Participer à l'assemblée générale du club

Défenseur :

- 4/ Gêner la passe sur un non-porteur
- 5/ Réagir rapidement au changement de statut attaquant/défenseur (repli défensif)

## J'ARBITRE

### Siffler la sortie :

- S1/ Repérer les sorties du ballon
- S2/ Repérer les sorties du porteur de balle
- S3/ Repérer le joueur responsable de la sortie
- S4/ Repérer les mauvaises remises en jeu

### Siffler le marcher :

- M1/ Repérer les marchers sur les arrêts
- M2/ Repérer les marchers sur le pied de pivot
- M3/ Repérer les marchers sur les départs en dribble
- M4/ Repérer les marchers sur le tir en course

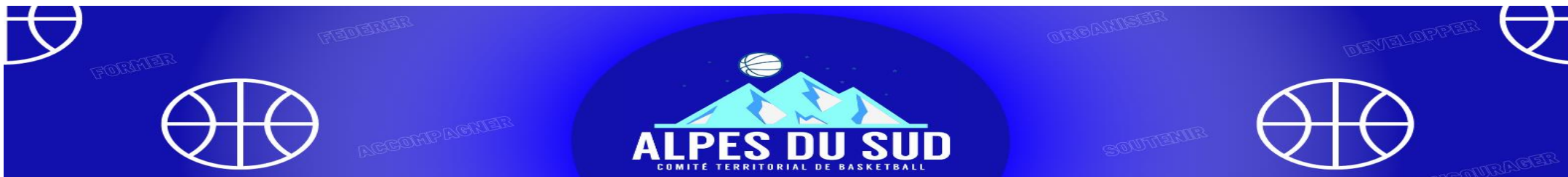
### Siffler les dribbles irréguliers :

- D1/ Repérer les dribbles à deux mains
- D2/ Repérer les porters de balle
- D3/ Repérer les reprises de dribble
- D4/ Ne pas sanctionner les pertes accidentelles

### Siffler les contacts :

- C1/ Repérer les contacts irréguliers sur un porteur de balle
- C2/ Repérer les contacts irréguliers sur un tireur
- C3/ Repérer les contacts irréguliers sur un non-porteur
- C4/ Repérer les contacts irréguliers des attaquants





**Retrouvez le cahier des charges complet du challenge le panier d'Or sur notre site internet :**

<https://alpesdusudbasketball.fr/panier-dor/>

**N'hésitez pas à nous contacter pour des informations supplémentaires.**

