



*ALPES DU SUD*  
*BASKETBALL*



**LE BASKET AU COEUR**  
**DU TERRITOIRE**

140 BOULEVARD GEORGES POMPIDOU 05000 GAP



ORGANISATION U9 – SAISON 2022 - 2023

### ORGANISATION SAISON U9 :

- **Plateau:** Fin octobre à Juin
  - Plateau à 4 à 6 équipes - Ateliers - Challenge/ Matches
  - Les épreuves du CHALLENGE seront faites par équipe et non individuelles afin d'optimiser le temps de passage et répétition de chaque enfant.

Thèmes :	DATES	THEME	THEMATIQUE OBLIGATOIRE	CHALLENGE OBLIGATOIRE
	19 Novembre 2022	La charte du basketteur	<b>VRAI - FAUX</b>	<b>EPREUVE 1 : LA GACHETTE</b>
	10 décembre 2022	J'apprends les règles du basket	<b>SPEEDY</b>	<b>EPREUVE 2 : LES 7 TIRS</b>
	17 décembre 2022	Père Noël où es-tu ?	<b>ORGANISATION CLUB</b>	
	14 Janvier 2023	Le repas du sportif	<b>A VOS PANIERS</b>	<b>EPREUVES 3 : PARCOURS DRIBBLE</b>
	28 janvier 2023	L'environnement	<b>LE BERET</b>	
	04 mars 2023	Le carnaval		<b>EPREUVE 1 : LA GACHETTE</b> + <b>EPREUVES 4 : BALLON DEMENAGEUR</b>
	25 Mars 2023			<b>EPREUVE 2 : LES 7 TIRS</b> + <b>EPREUVES 3 : PARCOURS DRIBBLE</b>
	06 mai 2023	<b>Le Basket d'Or</b>	<b>PASSAGE DES 4 EPREUVES EN INDIVIDUEL</b>	
	27 mai 2023	Mon premier tournoi	<b>QUE DES MATCHS</b>	



- **Fête Nationale du Mini Basket : 03-04 Juin 2023**



**RAPPEL REGLEMENTAIRE : PRECONISATIONS FFBB**

- Obligation pour tous joueurs, entraîneurs d’être qualifiés
- Match à 3 vs 3
- Défense individuelle Obligatoire
- Ballon T5 ou T4
- Panier à 2m60
- Mise en place du JAP sur les plateaux Arbitrage U11 ET/OU jeunes du club en formation + un arbitre « expérimenté » / U9 ou U11 pour E-marque-feuilles de matchs
- Temps de match : Plateaux > 2 \* 4 à 6min (non décompté) – 1 minute entre chaque période[ **ATTENTION** : adapter le temps ou le nombre de période en fonction du nombre d’équipes sur le plateau ].
- Arbitrage club et « bienveillant » - concertation encadrants / arbitres avant le début du plateau. Rappel des règles à aborder :

OUI	NON
Entre deux > <b>alternance</b>	3 secondes offensives
Sortie de Balle > <b>Remise en jeu non défendue – l’arbitre ne touche pas le ballon en zone arrière</b>	5 secondes
Marcher > <b>tolérance en début de saison</b>	Retour en zone
Dribble > <b>AUCUNE TOLERANCE SUR LA REPRISE DE DRIBBLE</b>	Pas de panier à 3 points
Fautes > <b>AUCUNE TOLERANCE SUR TENIR POUSSER BOUSCULER</b>	Pas d’affichage de score – Possibilité en cours de saison de donner 1 point gagné par quart temps gagné.
La ligne des Lancers Francs > <b>est adaptée aux capacités des enfants</b>	

**CONTACTS :**

- **PELLOUX Amélie** : CTF0A – [ctfasbb@gmail.com](mailto:ctfasbb@gmail.com)
- **PELLOUX Karine** : Responsable Minibasket – [minibasketasbb@gmail.com](mailto:minibasketasbb@gmail.com) / **DUBOIS Baptiste** : Responsable communication - [comeventasbb@gmail.com](mailto:comeventasbb@gmail.com)

### ORGANISATION PLATEAUX :

➤ **Si 3 équipes :**

- Rotation des matchs:
  - Les rencontres se jouent sur terrain en largeur.

	Equipe	Equipe	Atelier 1	Atelier 2
<b>ALLER</b>	A	B	C	/
	C	A	B	/
	B	C	A	/
<b>RETOUR</b>	B	A	/	C
	A	C	/	B
	C	B	/	A



➤ **Si 4 équipes :**

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

	Equipe	Equipe	Atelier 1	Atelier 2	Atelier 3	Atelier 4
<b>ALLER</b>	A	B	C	D	/	/
	C	D	A	B	/	/
	A	D	B	C	/	/
	B	C	D	A	/	/
<b>RETOUR</b>	B	A	/	/	C	D
	D	A	/	/	B	C
	C	B	/	/	D	A
	D	C	/	/	A	B

➤ Si 5 équipes :

- Match en largeur :
  - 1 Atelier/Challenge – 1 match – Ateliers divers
- Rotations:

	Equipe	Equipe	Atelier 1	Atelier 2	Atelier 3	Atelier 4
<b>ALLER</b>	A	B	C	D	E	/
	C	D	/	A	B	E
	A	E	B	/	C	D
	B	C	D	E	/	A
	D	E	A	C	/	B
	A	C	E	B	D	/
	B	D	/	E	A	C
	E	C	B	A	/	D
	A	D	C	/	B	E
	B	E	A	D	C	/

Les organisations ci-après sont un exemple, le contenu peut être modifié nous vous demandons de respecter cependant les thématiques obligatoires :

- Mise en place d'un exercice du challenge le basket d'or  
Et/ou
- Mise en place d'un atelier sur la thématique

Vous pouvez mettre en place des jeux ludiques qui correspondent à la catégorie, atelier dessin etc.



ALPES DU SUD  
BASKETBALL



LE BASKET AU COEUR  
DU TERRITOIRE



140 BOULEVARD GEORGES POMPIDOU 05000 GAP

ORGANISATION A 5 EQUIPES:



**Atelier 1 :**

**Epreuve Challenge**

**« Les 7 tirs »**



**Match:**

**3 vs 3**

**1 adulte ou jeune  
expérimenté qui arbitre**

**A proscrire :**

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



**Atelier 3 :**

**Atelier  
thématique**

**Atelier 2 :**

**Epreuve Challenge**

**Ou**

**Jeu**

**Atelier 4 :**

**Aisance avec ballon**



➤ **Si 6 équipes :**

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

	<b>Equipe</b>	<b>Equipe</b>	<b>Atelier 1</b>	<b>Atelier 2</b>	<b>Atelier 3</b>
<b>Terrain 1</b>	A	B	C	/	/
<b>Terrain 2</b>	D	E	/	/	F
<b>Terrain 1</b>	A	C	/	/	B
<b>Terrain 2</b>	D	F	/	E	/
<b>Terrain 1</b>	B	C	A	/	/
<b>Terrain 2</b>	F	E	/	/	D
<b>Terrain 1</b>	A	D	/	C	/
<b>Terrain 2</b>	B	E	F	/	/
<b>Terrain 1</b>	C	F	/	/	A
<b>Terrain 2</b>	D	B	E	/	/
<b>Terrain 1</b>	C	E	/	B	/
<b>Terrain 2</b>	A	F	D	/	/
<b>Terrain 1</b>	D	C	/	A	/
<b>Terrain 2</b>	B	F	/	/	E
<b>Terrain 1</b>	A	E	B	D-F	C

Les organisations ci-après sont un exemple, le contenu peut être modifié nous vous demandons de respecter cependant les points suivants :

- Mise en place d'un exercice du challenge le basket d'or
- Mise en place d'un atelier sur la thématique

Vous pouvez mettre en place des jeux ludiques qui correspondent à la catégorie, atelier dessin etc.



ALPES DU SUD  
BASKETBALL



LE BASKET AU COEUR  
DU TERRITOIRE



140 BOULEVARD GEORGES POMPIDOU 05000 GAP

## ORGANISATION A 6 EQUIPES:



### **Atelier 1 :**

Epreuve Challenge : ex > « Les 7 tirs »



### **Match:**

#### **Terrain 1**

**3 vs 3**

1 adulte ou jeune  
expérimenté qui arbitre

#### **A proscrire :**

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



### **Match:**

#### **Terrain 2 :**

**3 vs 3**

1 adulte ou jeune  
expérimenté qui arbitre

#### **A proscrire :**

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

### **Atelier 3 :**

Quizz thématique : peut-  
être fait en temps calme  
tribune ou espace dispo  
dans la salle

### **Atelier 2 :**

Atelier / jeux au choix





## 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 – 12H30
- **Retour au calme / collation.**

### ➤ Collation :

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



ALPES DU SUD  
BASKETBALL



LE BASKET AU COEUR  
DU TERRITOIRE



140 BOULEVARD GEORGES POMPIDOU 05000 GAP

## CHALLENGE DEPARTEMENTAL LE BASKET D'OR:



# Epreuve 1 : « La Gachette »

## Adresseé- Tir près du cercle



### DEROULEMENT

#### Pour démarrer :

Le départ s'effectue ballon en main sous le panier.  
Le chronomètre est déclenché lorsque le joueur lâche le ballon pour commencer ses tirs.  
Durant 1 minute, il tire de la main droite ou gauche.  
Il y a une tolérance sur la règle du "marcher", cependant le joueur est dans l'OBLIGATION de dribbler sur un rebond lointain, pour revenir près du cercle.  
Le décompte s'arrête au bout d'1 minute.  
Si le ballon est lâché avant la fin de la minute, et si le panier est marqué, il sera donc compté.

### REGLES:

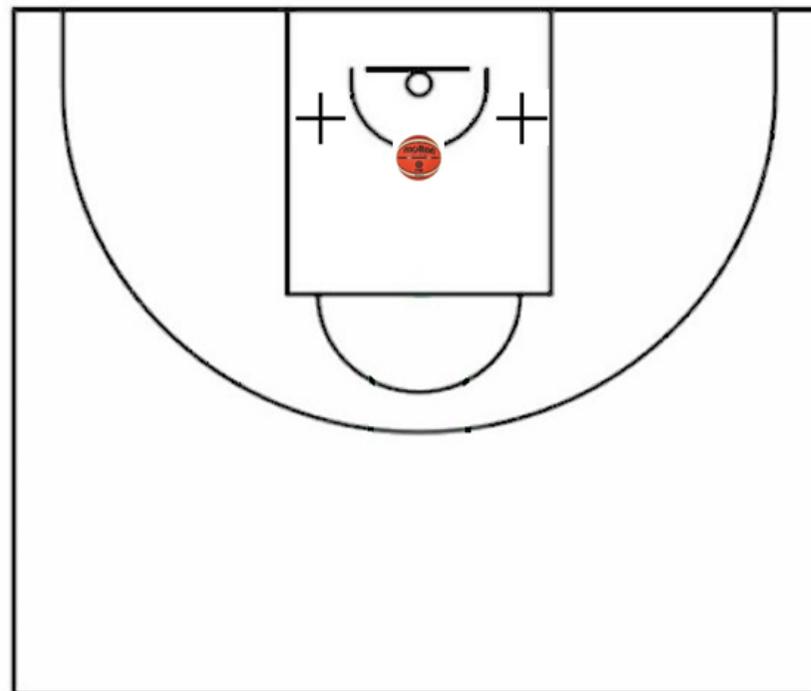
- **Durée :** 1 minute
- **Spot de départ :** sous le panier (voir schéma)

### COMPTAGE DES POINTS / PENALITES:

- **Panier marqué = 2 points**
- **Panier refusé si « pas de dribble lors de rebond loin » = 0 POINT**

1 Tireur

1 minute





## Epreuve 2 : « Les 7 tirs » Adresse - Tir près du cercle



### DEROULEMENT

#### Pour démarrer :

Le joueur démarre spot 1 (voir schéma)

Le chronomètre est déclenché, lorsque le ballon quitte les mains du joueur.

Il doit réaliser 7 tirs dans l'ordre obligatoire de 1 à 7 voir schéma.

Si la minute n'est pas terminée, le joueur recommence le tour en respectant toujours l'ordre des tirs, jusqu'à la fin du temps imparti.

Si le ballon est lâché des mains avant la fin de la minute, alors le panier sera compté.

#### Mise en place du circuit :

Faire des marquages au sol assez large (coller au sol, ou cerceaux souples)

Prévoir 2 personnes supplémentaire, qui mettent toujours un ballon à disposition du joueur (voir schéma).

Le joueur prend son propre rebond.

### REGLES

- **Durée** : 1 minute
- **Ordre** : passer du plot N°1 vers le plot N°2 puis le N°3 etc puis recommencer dans le même sens
- **Spot de départ** : Spot 1 (voir schéma)

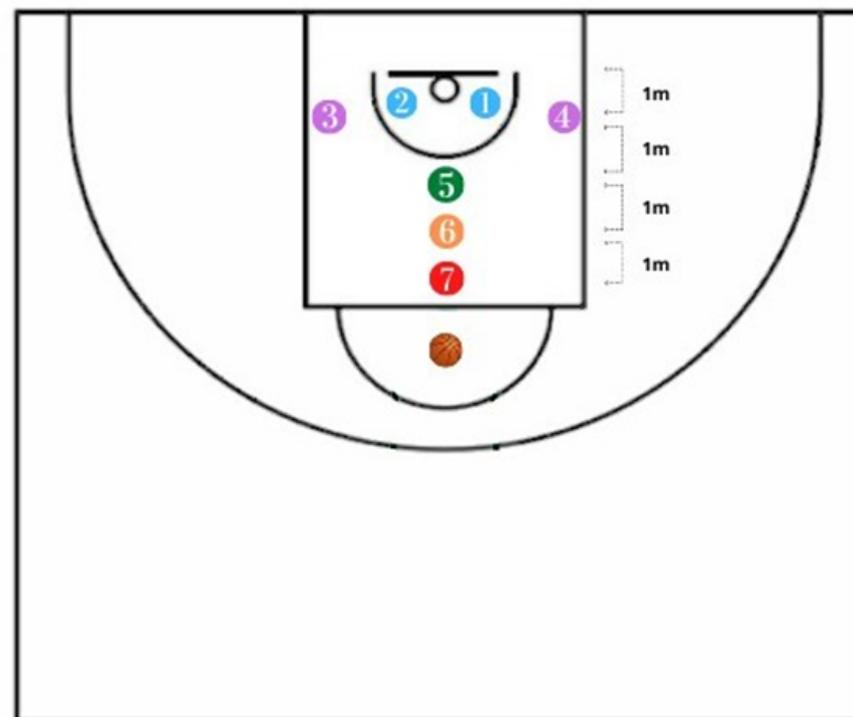
### COMPTAGE DES POINTS / PENALITES

- **1 panier = 2 POINTS**
- **Bonus si tous les paniers sont marqués = 2 POINTS**

1 Tireur

2 Rebondeurs

1 minute





## Epreuve 3 : « Parcours dribble » Dribble - Tir près du cercle



### DEROULEMENT

#### Pour démarrer :

Le joueur doit réaliser le parcours autant de fois que possible en dribblant.  
Un passage à droite, un passage à gauche, ainsi de suite en effectuant le slalom, puis il doit réaliser un tir au choix (45° en course, tir à 45°, tir libre ).

Le tir se fait OBLIGATOIREMENT dans la zone restrictive.

Le chronomètre est déclenché lorsque le joueur lâche le ballon pour commencer ses dribbles ( INTERDICTION de lancer le ballon loin devant au départ en dribble).

En cas de perte du ballon, la reprise du parcours doit se faire à l'endroit de la perte de la balle. (prévoir un deuxième ballon au milieu du terrain pour que le joueur ne perde pas de temps à aller récupérer le ballon perdu).

Si un piquet est manqué reprendre à ce piquet.

**Mettre des piquets pas de plots, tous les tours doivent se faire avec le même ballon.**

### REGLES

- Durée : 1 minute

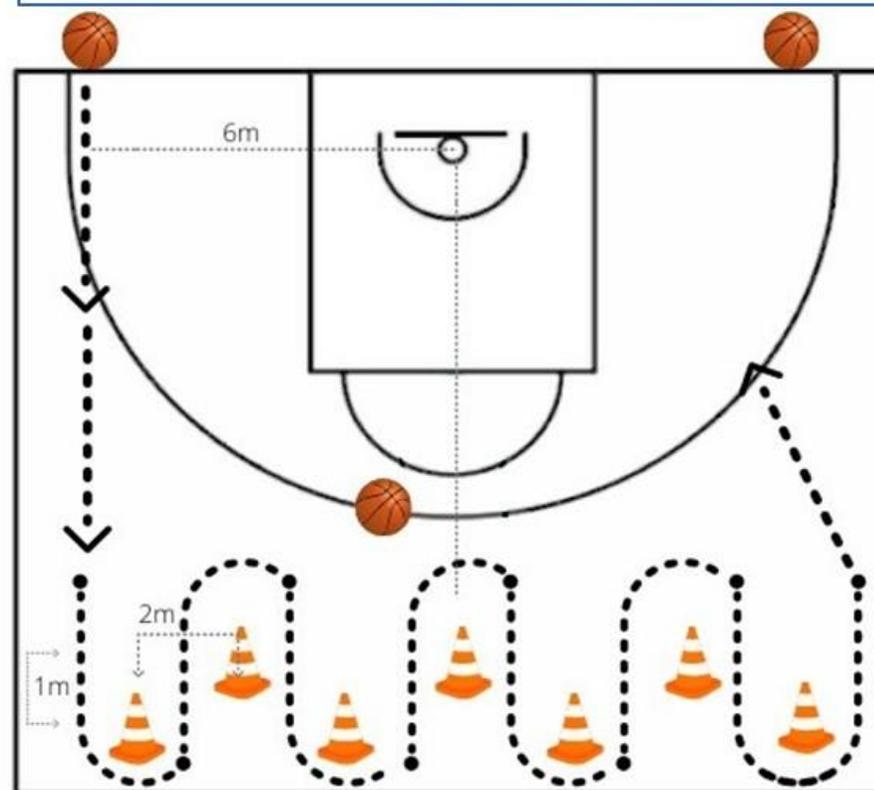
### COMPTAGE DES POINTS / PENALITES

- **1 plot passé (2 appuis + ballon sans faire tomber le piquet) = 1 POINTS**
- **1 panier = 2 POINTS**
- **Reprise de dribble et dribble à 2 mains = - 1 POINT**

1 Tireur

1 Personne responsable piquet

**1 minute**





## Epreuve 4 : « Ballon déménageur »

### Adresse - Passes



#### DEROULEMENT

##### Pour démarrer :

Le joueur démarre du bac à ballon.

Le chronomètre est déclenché lorsqu'il saisit le ballon pour commencer le parcours.

Le joueur dribble et s'arrête dans la première zone (bleu) et lance le ballon à travers le cerceau. Il peut faire rebondir le ballon pour atteindre la cible (passe à terre).

Il retourne ensuite au bac à ballon et recommence le circuit en s'arrêtant à la zone 2 (verte) puis 3 (rouge) ainsi de suite.

La passe est validée si le joueur garde 1 pied au sol OBLIGATOIREMENT dans la zone. Le deuxième pied peut être avancé (fente avant) pour donner de la force. Si la passe n'est pas validé, il repart à la zone de ballons, et effectue la passe suivante.

La cible est un cerceau d'un diamètre de 60cm. Le haut du cerceau est placé à 130cm du sol. La cible doit être fixé.

Le bac doit contenir suffisamment de ballons.

La cible est un cerceau d'un diamètre de 60cm. Le haut du cerceau est placé à 130cm du sol. La cible doit être fixé.

Le bac doit contenir suffisamment de ballons.

#### REGLES

- **Durée** : 1 minute
- **Ordre** : Passer de la Zone N°1 puis la zone N°2 puis la N°3 puis recommencer si il reste du temps
- **Spot de départ** : Bac à ballon

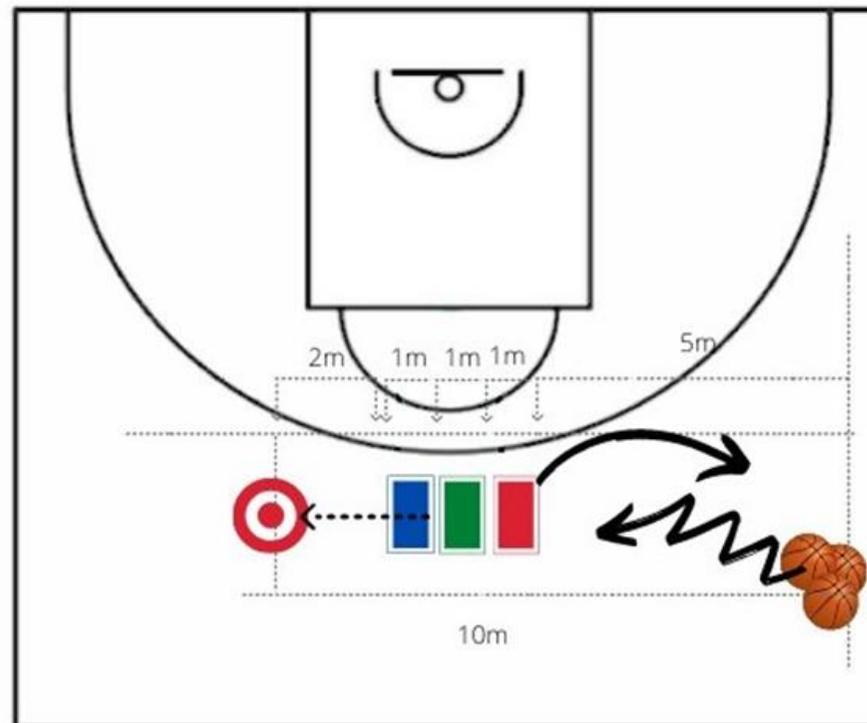
#### COMPTAGE DES POINTS / PENALITES

- **Passe réussi Zone 1 = 2 POINTS**
- **Passe réussi Zone 2 = 3 POINTS**
- **Passe réussi Zone 3 = 4 POINTS**
- **Reprise de dribble et / ou pas de dribble « marcher » = -1 POINT**
- **Si le joueur dépasse sa zone (1 pied obligatoire dans la zone) = 0 POINT**

1 Passeur

2 Réceptions ballons

1 minute





ALPES DU SUD  
BASKETBALL



LE BASKET AU COEUR  
DU TERRITOIRE



140 BOULEVARD GEORGES POMPIDOU 05000 GAP



## Thématique 1 : « La charte du Mini-Basketteur »

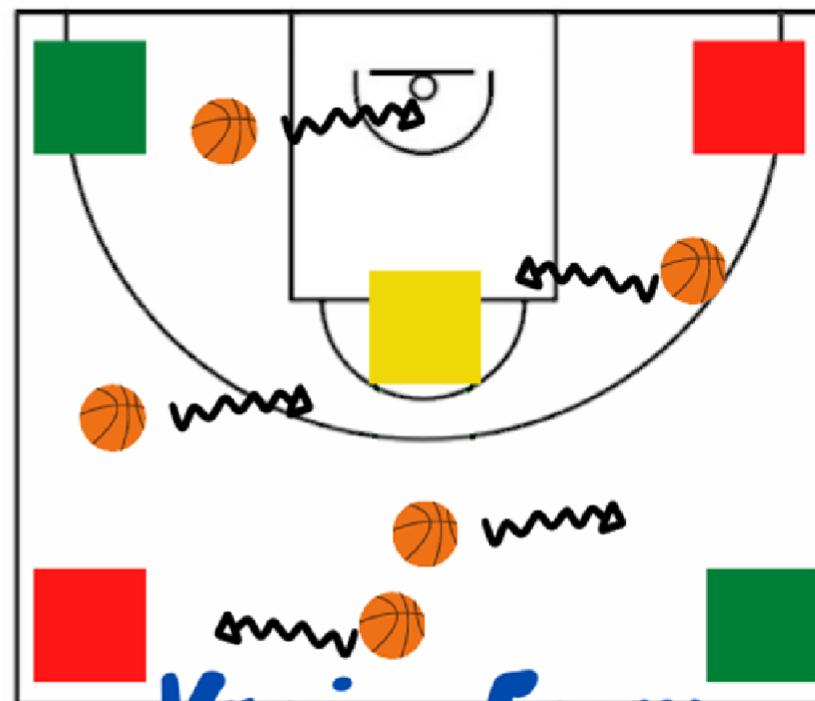


### Dribble et prise d'informations

#### LE MINI-BASKETTEUR DOIT:

- Arriver à l'heure à l'entraînement
- Avec sa tenue et ses baskets de sport
- Sa bouteille d'eau
- Respecter les règles
- Respecter les autres
- Apprendre en s'amusant

**MATERIEL:** 1 ballon par joueur / 2 zones vertes – 2 rouge – 1 jaune



**Vrai - Faux**



## Thématique 1 : « La charte du Mini-Basketteur »



### DEROULEMENT

#### Pour démarrer :

1 éducateur qui va poser des questions aux joueurs

5 zones d'arrêt :

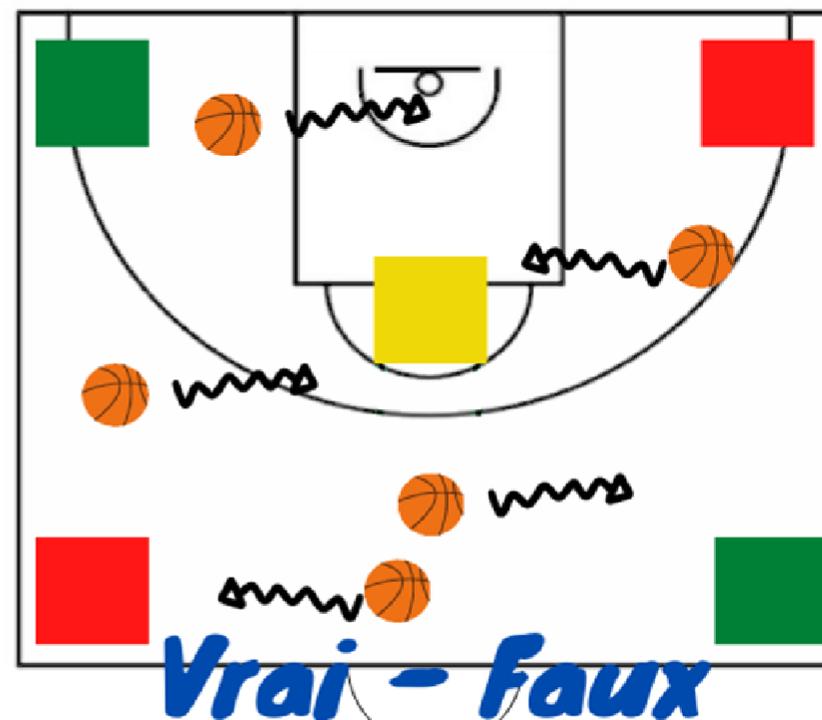
- 2 verte : pour la réponse « VRAI »
- 2 rouge : pour la réponse « FAUX »
- 1 jaune : pour la réponse « JE NE SAIS PAS »

Les joueurs se déplacent en faisant tourner le ballon autour de la taille pendant que l'éducateur pose une question. A la fin de la question se diriger en dribblant vers la zone de réponse choisie.

#### Les Questions:

- Le mini-basketteur vient à l'entraînement sans bouteille d'eau?
- Le mini-basketteur vient dire bonjour à son entraîneur en arrivant à la salle?
- Le mini-basketteur à toujours sa tenue (short – t-shirt – basket) pour s'entraîner?
- Le mini-basketteur se moque de ses coéquipiers qui ratent un panier?
- Le parent du mini-basketteur prévient l'entraîneur si il est absent?
- Le mini-basketteur veut s'amuser en jouant au basket?
- Le mini-basketteur encourage ses coéquipiers et les aide à progresser?
- Le mini-basketteur à le droit de mal parler et d'avoir des gestes violent?
- Le mini-basketteur aide à ranger avant de repartir à sa maison ?
- Le mini-basketteur apprend les règles du basket en s'entraînant ?

En dribblant je m'oriente vers une zone de couleur





ALPES DU SUD  
BASKETBALL



LE BASKET AU COEUR  
DU TERRITOIRE



140 BOULEVARD GEORGES POMPIDOU 05000 GAP



## Thématique 2: « J'apprends les règles du basket »

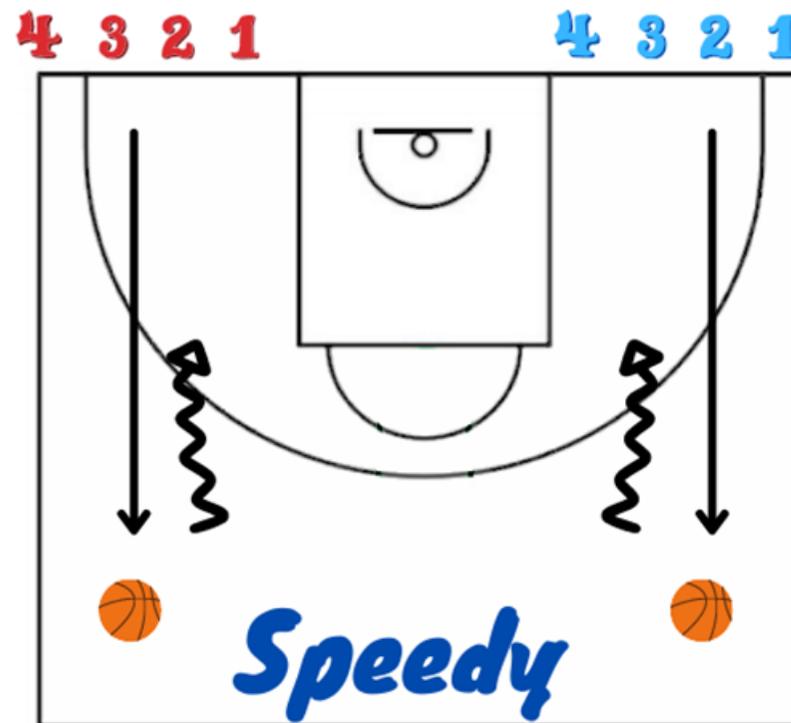


### Concertation – vitesse - dribble

#### LE MINI-BASKETTEUR APPREND LES REGLES DU JEU:

- Le dribble
- Le marcher
- Les arrêts
- La passe
- Les fautes
- Les repères

**MATERIEL:** 2 ballons / 2 équipes





## Thématique 2: « J'apprends les règles du basket »



### DEROULEMENT

#### Pour démarrer :

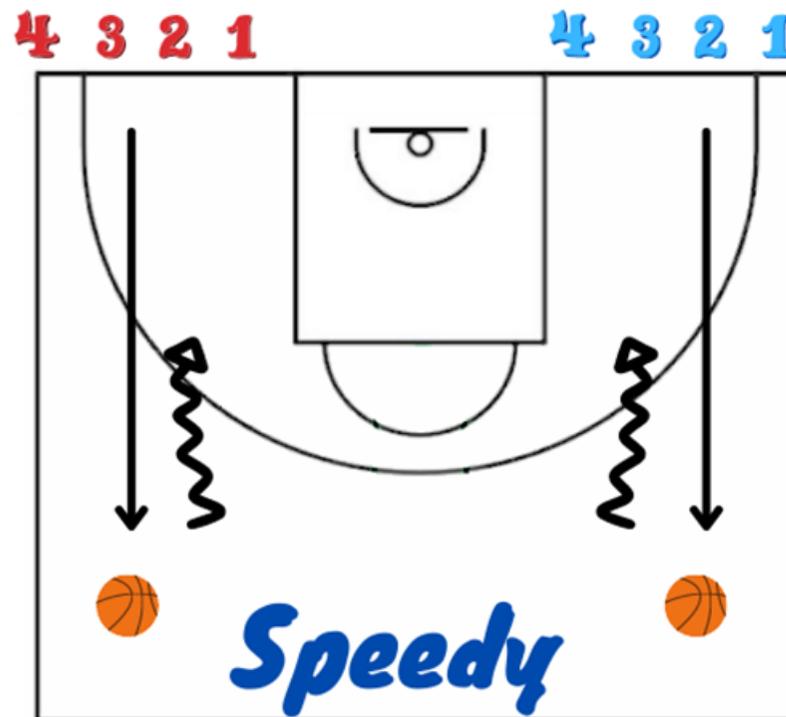
L'éducateur fait 2 équipes qu'il place de part et d'autre du panier. Il positionne 1 ballon en face chaque équipe (distance en fonction de la place disponible)

L'éducateur pose une question, l'équipe doit se concerter pour donner 1 réponse unique, une fois la réponse choisie, le joueur 1 part récupérer le plus vite possible le ballon et revient en dribble. La première équipe qui ramène le ballon (en dribblant) peut donner sa réponse. Si la réponse est fausse, l'autre équipe peut répondre à son tour. Question suivante joueur 2 etc...

#### Les Questions:

- Quelle action permet au joueur de se déplacer avec le ballon?
- Quelle est la Taille du ballon pour la catégorie U9?
- Comment s'appelle l'action de pousser ou retenir un adversaire?
- Qu'est ce qui se passe si lorsque je dribble je met le pied en dehors du terrain?
- Je tire au panier et le rate parce qu'un joueur m'a tapé la main, j'ai le droit à 1, 2 ou 3 lancer francs?
- Comment s'appelle l'action pour donner le ballon à un coéquipier ?
- Je me déplace en dribblant et je veux m'arrêter, je peux m'arrêter de 2 façons, lesquelles?
- A quelle hauteur est le panier sur lequel je tire en U9 ?
- Est-ce que je peux dribbler, prendre le ballon dans les mains, et recommencer à dribbler ?

Je coopère avec mes coéquipiers et j'essai d'aller le plus vite possible sans et avec ballon





ALPES DU SUD  
BASKETBALL



LE BASKET AU COEUR  
DU TERRITOIRE



140 BOULEVARD GEORGES POMPIDOU 05000 GAP



## Thématique 3: « Le repas et dodo du sportif »



Concertation – vitesse – dribble - tir

### LE MINI BASKETTEUR MANGE COMME UN CHAMPION:

- Les heures de repas
- Ce qu'il faut éviter de boire et manger
- Ce qui est bon pour la santé
- Le sommeil / les écrans

**MATERIEL:** 2 ballons / 6 à 8 plots





## Thématique 3: « Le repas et dodo du sportif »



### DEROULEMENT

#### Pour démarrer :

L'éducateur fait 2 équipes qu'il place de part et d'autre du panier. Il positionne le slalom et donne 1 ballon à chaque équipe (distance en fonction de la place disponible)

L'éducateur pose une question, l'équipe doit se concerter pour donner 1 réponse unique, une fois la réponse choisie, le joueur 1 part effectuer le slalom en dribble et revient shooter au panier. La première équipe qui marque son panier peut donner sa réponse. Si la réponse est fausse, l'autre équipe peut répondre à son tour. Question suivante joueur 2 etc...

#### Les Questions:

- Quel est le repas le plus important de la journée?
- Quelles boissons ne sont pas bonnes pour la santé?
- Pour bien dormir, il vaut mieux lire , regarder la télé ou jouer à la tablette?
- Donnez 3 choses à boire et manger pour un super gouter de sportif.
- Avant un match le champion mange des pâtes ou un mc donald?
- A quelle heure je dois me coucher pour être en forme le lendemain?
- Pour être en bonne santé je mange des bonbons tout le temps – de temps en temps – jamais?
- Combien de fruits faudrait-il manger par jour ? 0 – 3 ou 4 – 8 ?
- Quelle boisson me permet d'être en bonne santé?
- Quel sorte d'aliment je peux manger autant que je veux à tous les repas ?
- Si mon pipi est de couleur foncée c'est parce que j'ai trop bu d'eau ou pas assez?

Je coopère avec mes coéquipiers et j'essai d'aller le plus vite possible en dribblant avec ballon et marquer mon panier





ALPES DU SUD  
BASKETBALL



LE BASKET AU COEUR  
DU TERRITOIRE



140 BOULEVARD GEORGES POMPIDOU 05000 GAP



FFBB

## Thématique 4: « L'environnement »



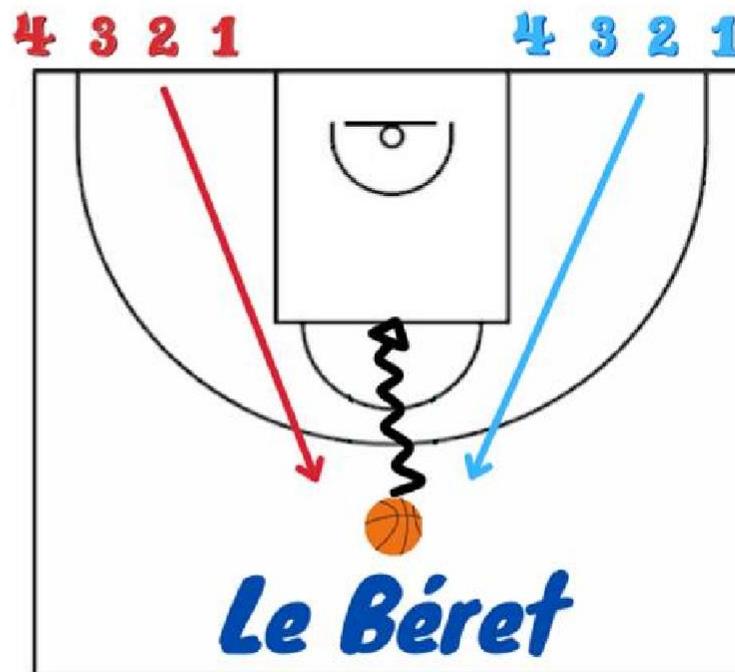
FFBB

Réaction – vitesse – dribble – tir – prise  
de décision

### LE MINI BASKETTEUR MANGE COMME UN CHAMPION:

- Apprendre le tri
- Le plastique
- L'eau
- L'électricité

**MATERIEL:** 2 équipes / 1 ballon





## Thématique 4: « L'environnement »



### DEROULEMENT

#### Pour démarrer :

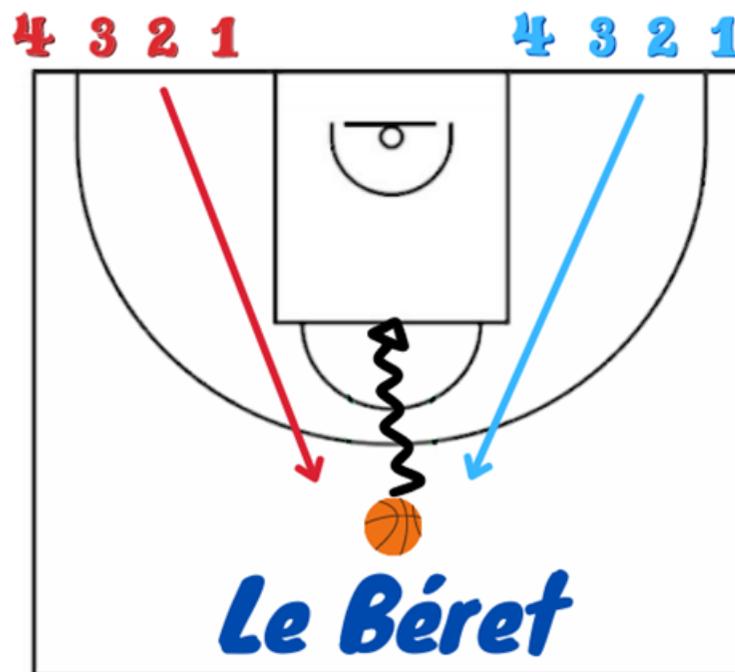
L'éducateur fait 2 équipes (qui se donnent des numéros ex 1 à 4) qu'il place de part et d'autre du panier. Il positionne 1 ballon à distance (en fonction de la place disponible)

L'éducateur pose une question, et appelle un numéro de joueur. Le joueur appelé part récupérer le ballon le plus vite possible et revient shooter au panier. Si le joueur marque il peut répondre seul à la question ou concerter son équipe. Si il perd le ballon ou rate son panier, l'équipe adverse répond en premier.

#### Les Questions:

- Le plastique se jette dans la poubelle de tri verte – blanc ou jaune?
- Je me débarrasse d'un papier de bonbon: dans la mer – par terre – dans une poubelle?
- Quand je me brosse les dents je ferme ou laisse couler l'eau ?
- Il vaut mieux acheter plein de bouteilles en plastique ou avoir une gourde et la remplir si besoin?
- Je joue dans ma chambre il fait jour: je ferme les volets et allume la lumière, je laisse les volets ouverts et allume la lumière, ou je laisse les volets ouverts sans allumer la lumière tant qu'il fait jour?
- Je prends un bain tous les jours ou une fois de temps en temps?
- Dans la poubelle verte je mets: Le verre – tout ce que je ne peux pas trier – le carton?
- Pour l'environnement je mange de tous les fruits et légumes toutes l'année ou je mange ceux de saison?

**Je réagit au signal j'essai d'aller le plus vite possible récupérer le ballon et en dribblant aller marquer mon panier**





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

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

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

