

Challenge U7: Le Baby Challenge

Saison 2022/2023



Challenge U7: Le Baby challenge

Saison 2022/2023

Public concerné

Challenge réservé uniquement aux licencié(e)s né(e)s en 2016 et 2017.

Point réglementaire:

Panier Babybasket et utilisation de ballons T3 et / ou 5 OBLIGATOIRE

2 phases:

- 1) PHASE CLUBS** : Organisation autonome de chaque club
- 2) FINALES DEPARTEMENTALES** : Tous les U7 présents sur la Fête Nationale du Minibasket

Les dates des différentes phases :

- 1) PHASE CLUBS : De Septembre 2022 jusqu'à début Mai 2023**
→ Organisation des épreuves au sein des clubs.
- 2) PARCOURS COMPLET: le Dimanche 04 juin 2023**
→ Lors de la Fête Nationale du Mini-Basket



OBJECTIFS DU BABY CHALLENGE:

- ❖ Développer les capacités motrices
- ❖ Favoriser la diversité des gestes moteurs à travers des épreuves individuelles
- ❖ Favoriser la mise en réussite de l'enfant sur des situations avec et / ou sans ballons
- ❖ Mettre en valeur la capacité individuelle de l'enfant
- ❖ Outil de formation pour l'Equipe Technique Départementale 0A
- ❖ Avoir des éléments supplémentaires pour construire vos séances d'entraînement
- ❖ Rassemblement autour d'un moment festif pour le club et les jeunes

3 ETAPES QUI CONSTITUENT L'ÉPREUVE FINALE INDIVIDUELLE:

- Etape 1 : « » (Motricité / coordination / Tir)
- Etape 2 : « » (Motricité / Tir)
- Etape 3 : « » (Course / Dribble / Lancer)
- Epreuve finale : « **le Baby aventurier** » (Parcours)



Etape 1 : « La mare aux crocos »

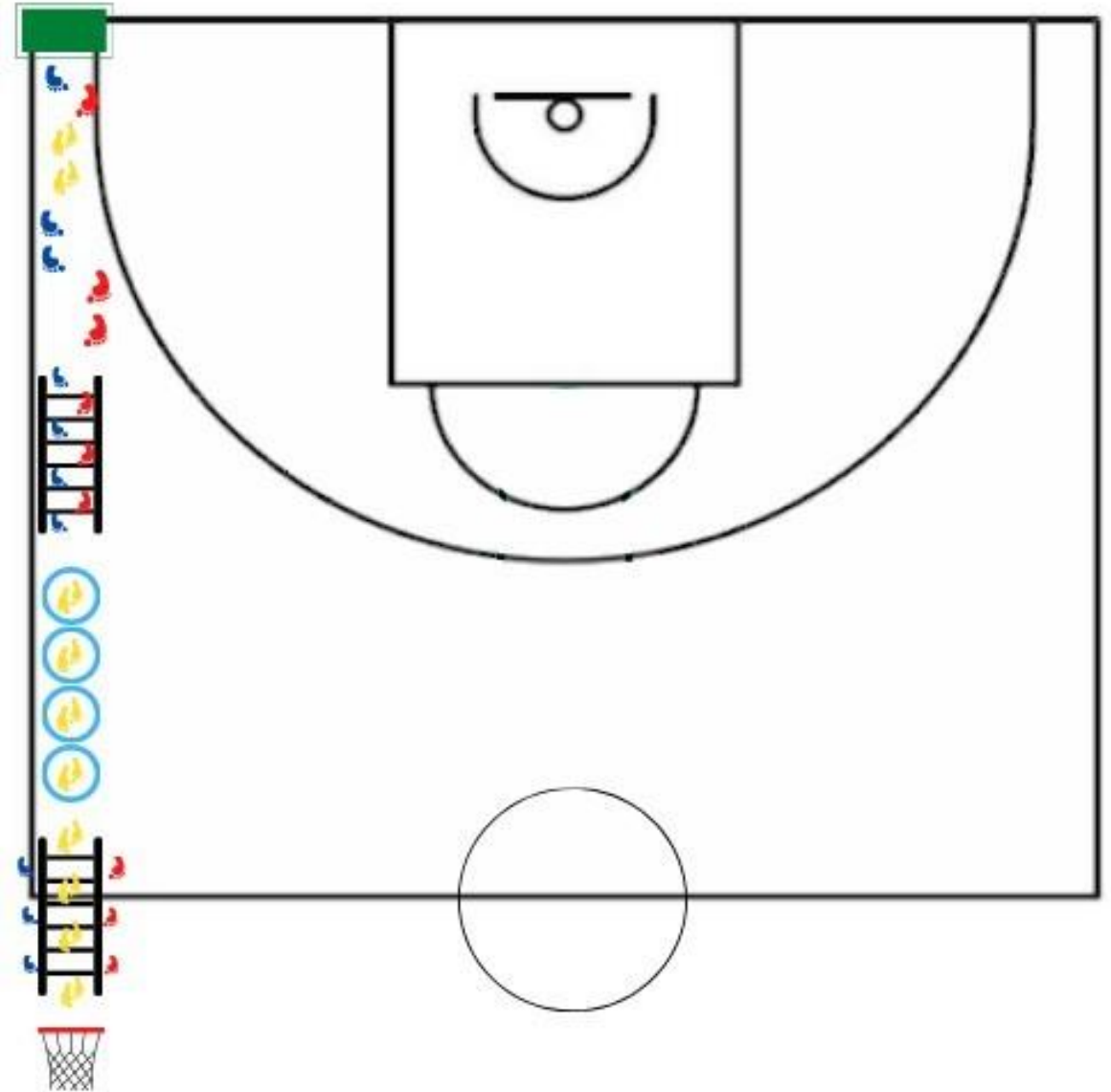
Coordination - Tir

LES ETAPES D'APPRENTISSAGE CHEZ LES U7 :

- Coordination / dissociation droite – gauche
- Cloche pied / pieds joints
- J'apprends à faire en marchant puis je vais de plus en plus vite.
- Sans ballon / avec ballon / en dribblant

Histoire: Pour traverser la mare aux crocos, je dois franchir les étapes sans me tromper de pieds pour ne pas tomber dans l'eau.

MATERIEL: 8 marquages sol 3 couleurs / 2 échelles de rythmes / 4 cerceaux / 1 panier



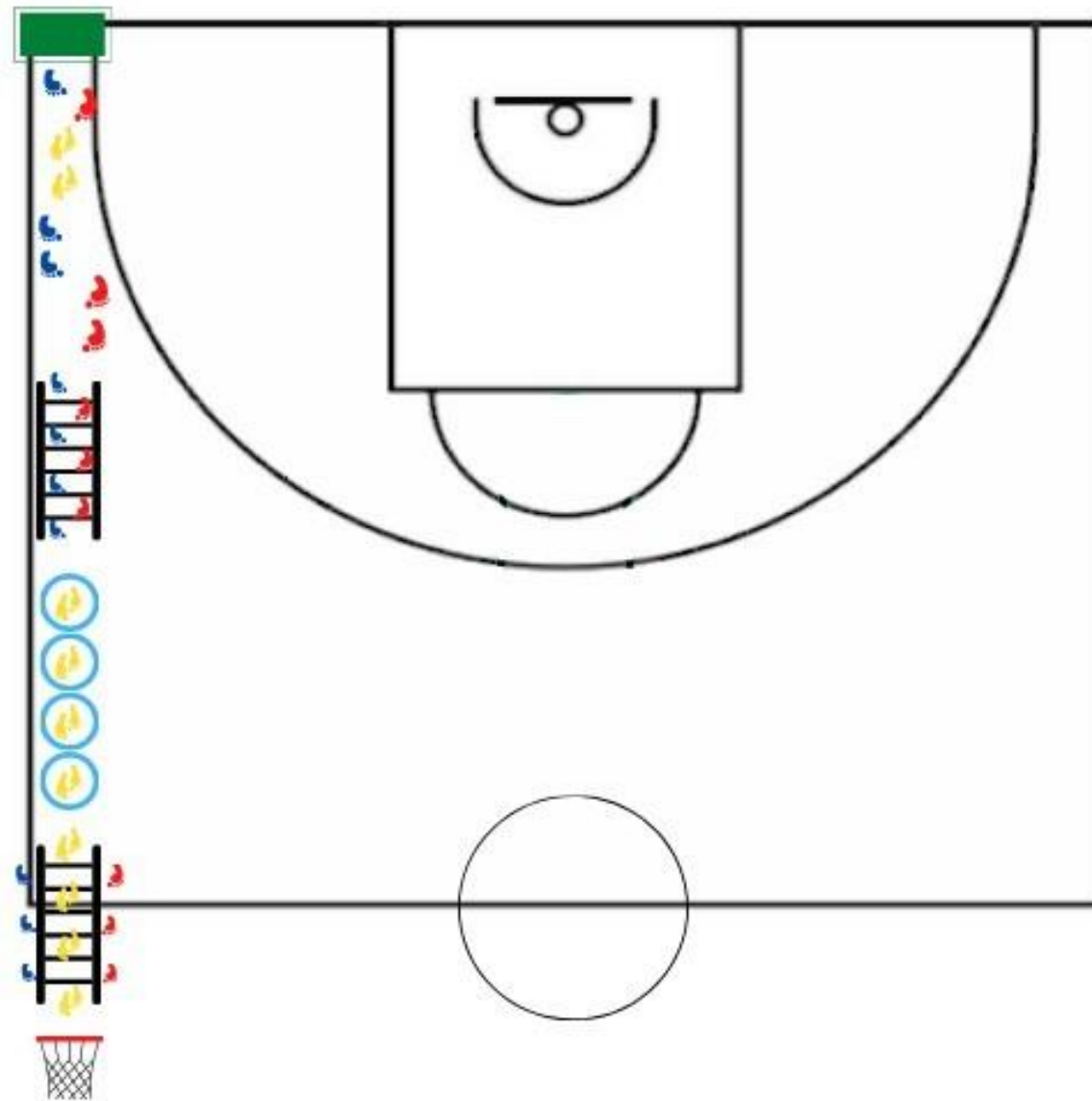
DEROULEMENT

Pour démarrer :

Le joueur démarre de la zone verte. Saut à cloche pied : droit sur marquage bleu, pied gauche sur marquage rouge, 2 pieds sur marquage jaune.
 Il enchaîne ensuite 1 appui par espace dans l'échelle de rythme.
 Arrivé aux cerceaux, il saute de cerceau en cerceau pieds joints.
 Sur la 2ème échelle de rythme il avance en exécutant saut pied joint repère jaune à l'intérieur de l'échelle, puis saut réception pied écartés en dehors de l'échelle et ainsi de suite
 Jusqu'au bout de l'échelle.
 Arrivé au panier il récupère un ballon et effectue un tir.

REGLES:

- **Durée** : pas de durée
- **Niveau 1**: Le joueur fait le parcours en marchant, puis en courant sans ballon il apprend à bien repérer sa droite, sa gauche, et saut pieds joints ou écartés et tirer.
- **Niveau 2**: Le joueur effectue le parcours en courant, avec le ballon dans les mains.
- **Niveau 3**: le joueur effectue le parcours le plus vite possible en dribblant.

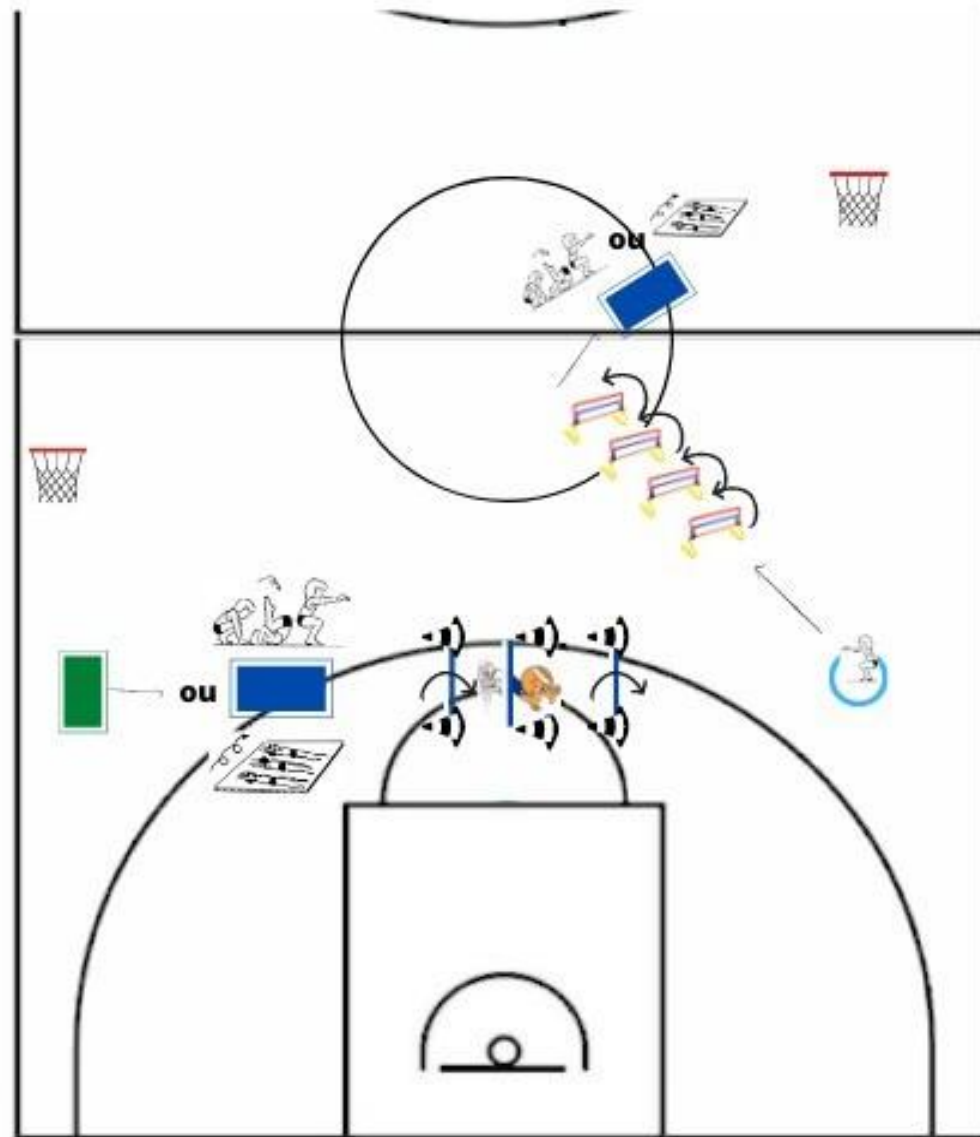


LES ETAPES D'APPRENTISSAGE CHEZ LES U7 :

- Coordination / motricité
- Rouler / ramper / s'asseoir se relever / sauter

Histoire: Pour échapper aux loups, je dois franchir tous les obstacles du parcours.

MATERIEL: 2 tapis / 6 plots + 3 barres / 4 haies / 1 panier



DEROULEMENT

Pour démarrer :

Le joueur effectue une roulade avant ou roule sur le côté (en fonction du matériel à Disposition et des capacités de l'enfant (1 personne qui suit et accompagne sur les Roulades).

Il se relève et effectue un saut sur le premier obstacle, rampe sous le deuxième, et Sautte sur le troisième.

Il va ensuite vers le cerceau ou il s'assoie et se relève le plus vite possible.

Il se dirige ensuite vers les haies et effectue des sauts à deux pieds (si appréhension Ou n'arrive pas à sauter, l'enfant enjambe les haies une à une en essayant de ne pas Toucher les haies).

Il se dirige ensuite vers le deuxième tapis pour effectuer une seconde roulade et Termine par un tir au panier.

Terrain extérieur: Si vous ne possédez pas de tapis les roulades seront remplacées Par des sauts de grenouilles.

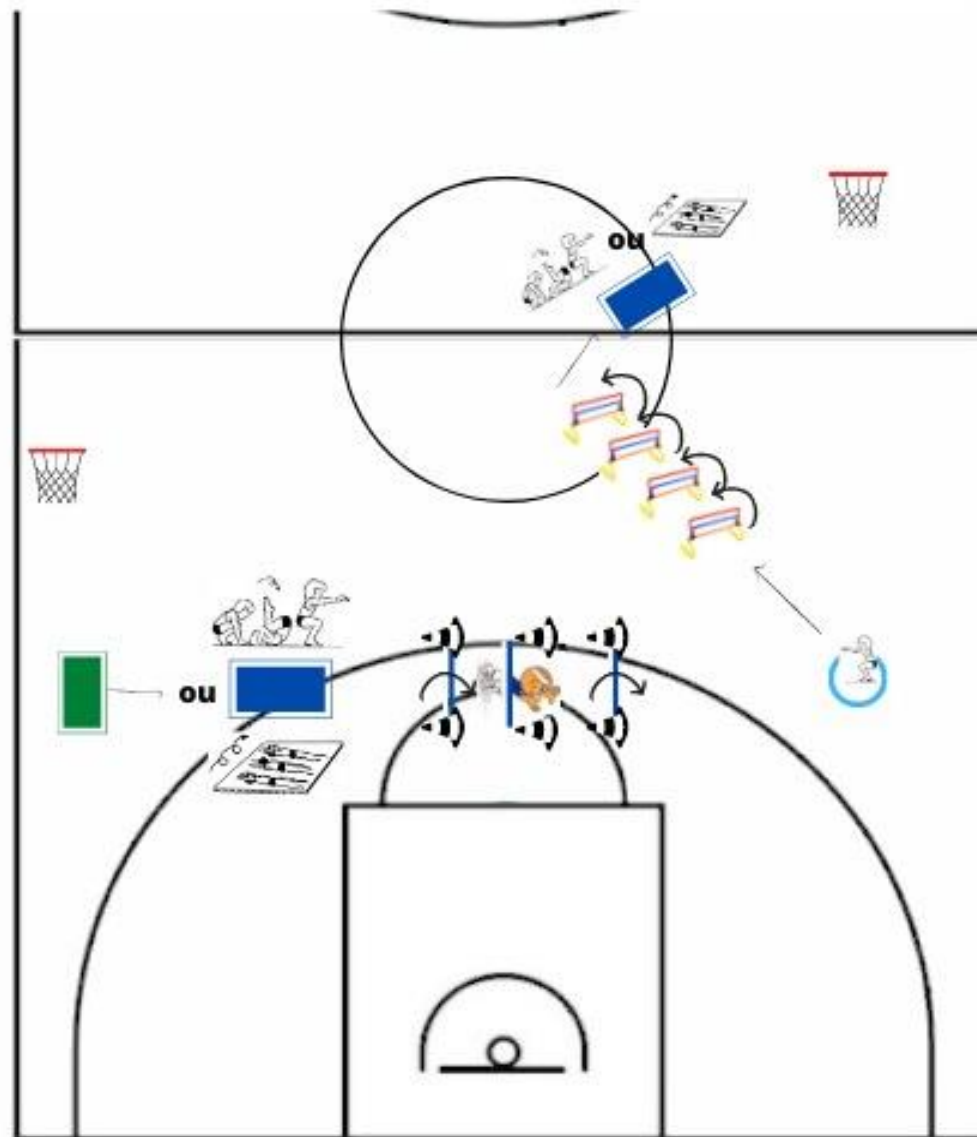
REGLES

- **Durée :** pas de durée

- **Niveau 1:** Le joueur fait le parcours en marchant puis en courant sans ballon il Apprend à bien rouler, sauter, ramper et tirer.

- **Niveau 2:** Le joueur effectue le parcours en courant , avec le ballon dans les mains

- **Niveau 3:** le joueur effectue le parcours le plus vite possible en dribblant entre les ateliers.



Etape 3 : « Le singe farceur »

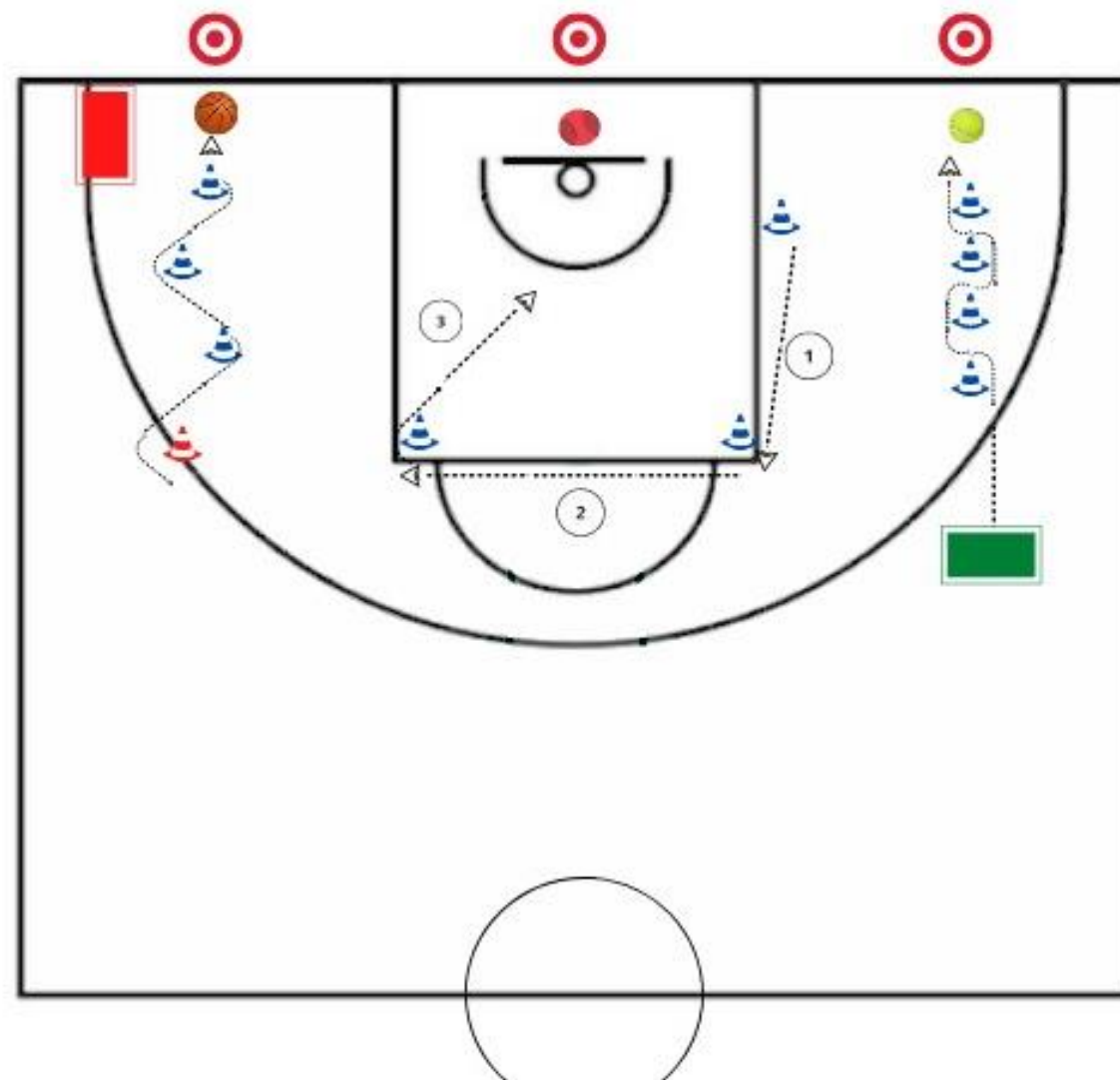
Course - Dribble - lancer

LES ETAPES D'APPRENTISSAGE CHEZ LES U7 :

- Coordination / motricité
- Course
- Déplacement avant / arrière
- Course droite et zig-zag
- Lancer

Histoire: Un petit singe te barre la route, cours vite récupérer les balles. Si tu arrives à le toucher tu pourras avancer.

MATERIEL: 11 plots / 3 cerceaux + piquets, attaches, socle / 1 ballon T3 ou 5 / 1 balle de tennis / 1 balle en mousse



Etape 3 : « Le singe farceur »

Course - Dribble - lancer

DEROULEMENT

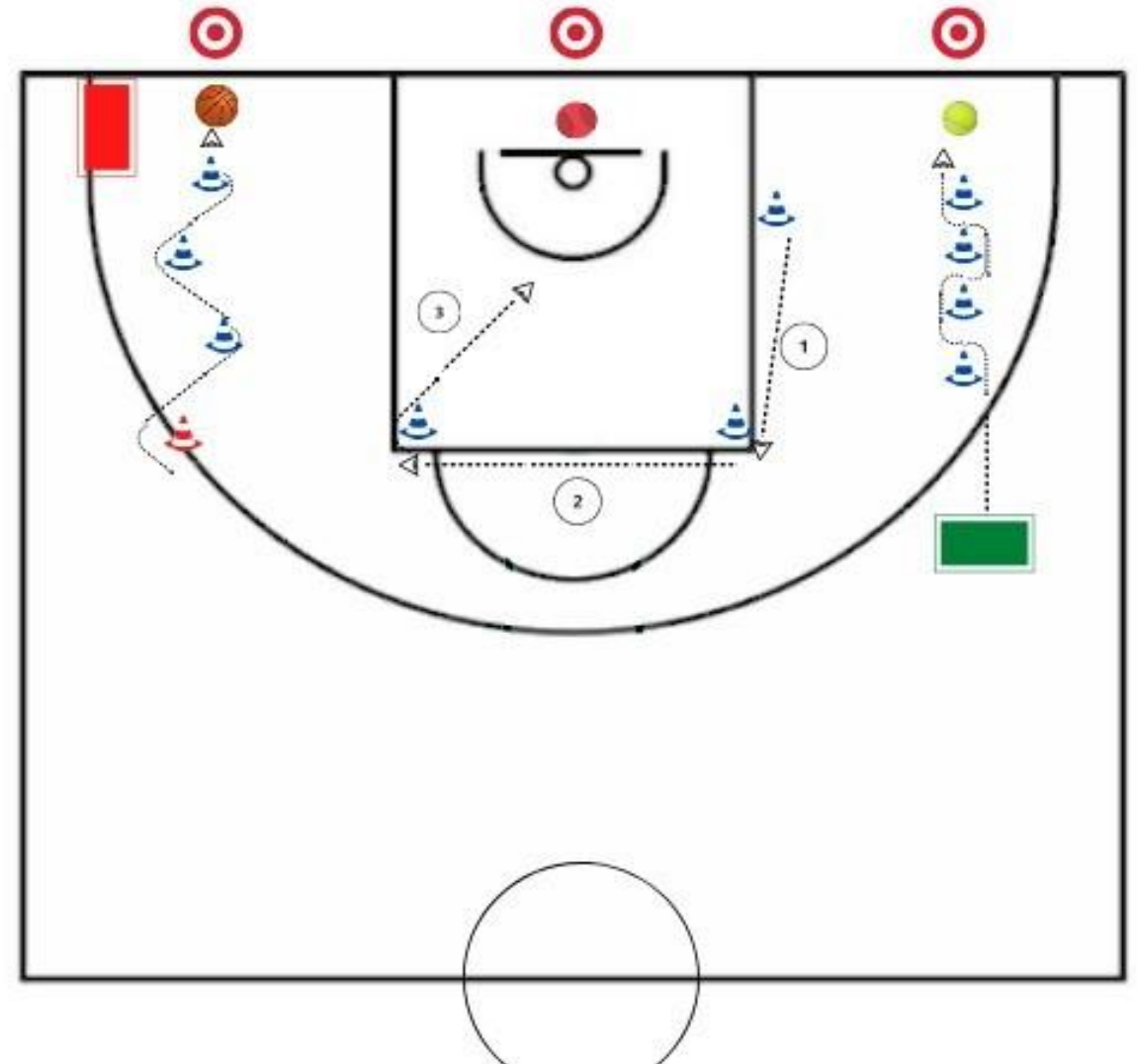
Pour démarrer :

Le joueur démarre de la zone verte.
 Il effectue le petit slalom, récupère la balle de tennis et vise la cible.
 Il rejoint ensuite le plot suivant course avant (1), course arrière (2), course avant (3). Il récupère la balle en mousse et vise la cible.
 Il se dirige le plus vite possible vers le plot Rouge, il effectue le slalom en zig-zag, Récupère le ballon de basket et vise la cible.
 Il court ensuite vers la zone rouge pour finir le parcours.

Cibles: cerceaux de 60cm de diamètre, le haut du cerceau se situe à 1m10 de hauteur.
 Les balles sont placées à 3 mètres des cibles.

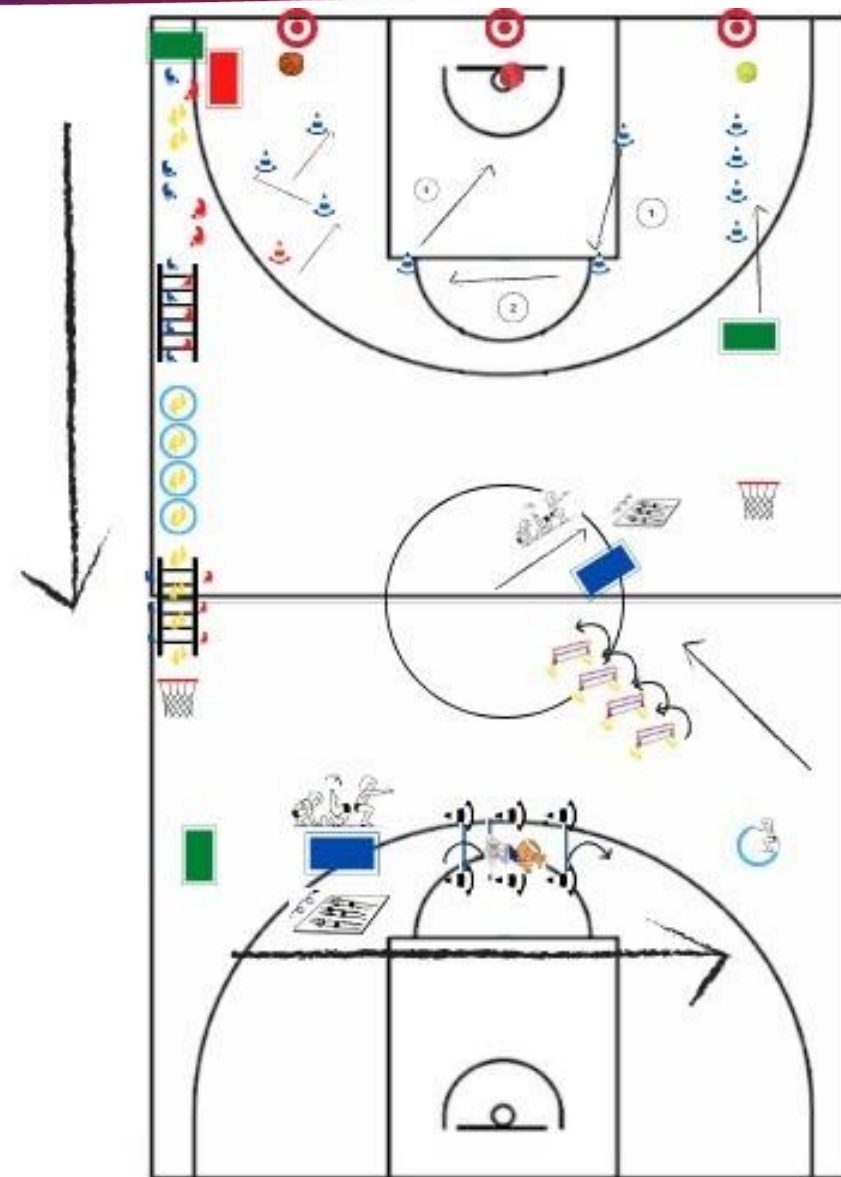
REGLES

- **Durée :** pas de durée
- **Niveau 1:** Le joueur fait le parcours en marchant puis en courant sans ballon il apprend à bien rouler, sauter, ramper et tirer.
- **Niveau 2:** Le joueur effectue le parcours en courant, avec le ballon dans les mains
- **Niveau 3:** le joueur effectue le parcours le plus vite possible en dribblant entre les ateliers.



LES ETAPES D'APPRENTISSAGE CHEZ LES U7 :

- Coordination / motricité
- Lancer / tir
- Capacité à exécuter le parcours sans s'arrêter.



DEROULEMENT

Le principe est de se servir des ateliers étape par étape lors de vos entraînements Afin de faire comprendre et assimiler les différentes étapes avant de passer à l'étape Finale et exécuter le parcours en continu.

Respecter l'évolution de chaque enfant qui est différente. Encouragez, aidez, félicitez Quel que soit le degré de réussite, marche, trot, course avec et / ou sans ballon.

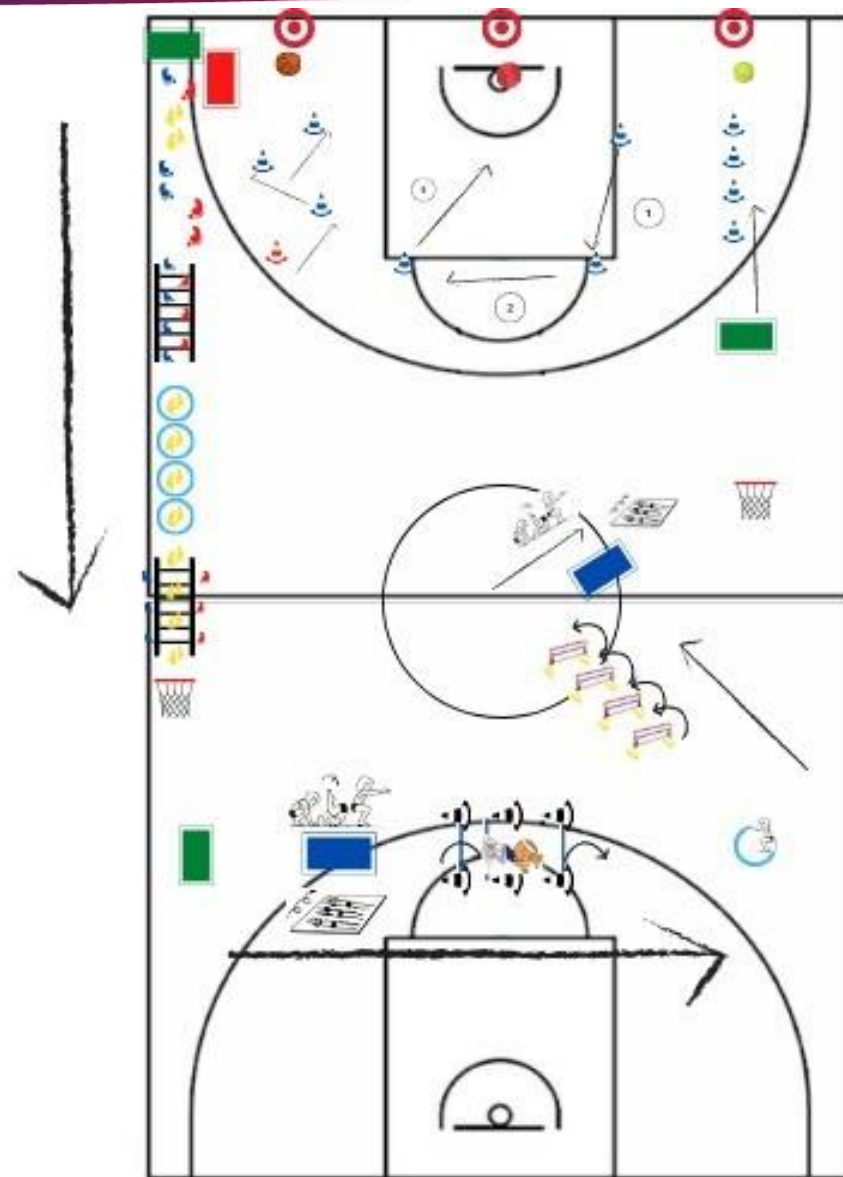
REGLES

- **Durée** : pas de durée

- **Niveau 1**: Le joueur fait le parcours en marchant puis en courant sans ballon il Apprend à bien rouler, sauter, ramper et tirer.

- **Niveau 2**: Le joueur effectue le parcours en courant , avec le ballon dans les mains

- **Niveau 3**: le joueur effectue le parcours le plus vite possible en dribblant entre les Ateliers et sur les ateliers qui le permettent.



Challenge U7: Le Baby challenge

Saison 2022/2023



**Pour toutes questions n'hésitez pas à contacter notre CTF
PELLOUX Amélie**

@ : ctfasbb@gmail.com

