



Nom :

Prénom :

PHOTO

Livret de suivi

« Mes années Mini Basket »

Ecole Française de Mini Basket



Mes coordonnées

Nom :

Prénom :

Date de naissance : ____ / ____ / ____

Adresse :

Les coordonnées de mes parents

Responsable Legal

Nom :

Prénom :

Mobile : _____

Maison : _____

Travail : _____

E-mail :

Responsable Legal

Nom :

Prénom :

Mobile : _____

Maison : _____

Travail : _____

E-mail :



Basket Club des Portes de l'Isère

Lieux de pratique

Gymnase Pierre Folliet
Boulevard des Tuilleries
Bourgoin-Jallieu

Hall Cassan
21 avenue des alpes
Bourgoin-Jallieu

Gymnase David Douillet
Boulevard de Fondbonnière
L'Isle d'Abeau

Coordonnées du club

Adresse : Gymnase Pierre Folliet Boulevard des Tuilleries Bourgoin-Jallieu

Site internet : bcpi.fr

Mail : club@bcpi.fr



Bureau du club

Président : Igor N'Goli

Vice-Président : Maxime Blondet

Trésorière : Caroline Perbet

Secrétaire : Samia Kerfal

Organisation Ecole de Basket

Responsable : Samia Kerfal

Responsable pédagogique : Souleymane Ouattara

Coach U7 : Eric Saintlager

**Coach U9 : Souleymane Ouattara / Mael Sileber
/ Eric Saintlager / Mathys Alix**

**Coach U11 Garçons : Souleymane Ouattara /
Mael Sileber / Mathys Alix**

**Coach U11 Filles : Eric Saintlager / Maëlyss
Bonvallet**



A LIRE PAR LES
PARENTS AVEC
LES ENFANTS

Le contrat de confiance

Nous souhaitons la bienvenue à votre enfant au sein de notre club de basket, qui est dans le processus de labellisation « Ecole Française de Mini Basket ». L'Ecole de Mini Basket a pour but de faire découvrir la pratique du basket et de fédérer autour des enfants l'ensemble des membres de la famille basket : parents, dirigeants, entraîneurs et arbitres. Le Label Ecole Française de Mini Basket est un gage de qualité et de sérieux. Ce label national est délivré par la FFBB aux clubs répondant scrupuleusement à un cahier des charges très précis. Très vite votre enfant va se familiariser avec le basket-ball, il va également découvrir les règles du Mini Basket et les assimiler. Quelles que soient les capacités de votre enfant, nous ferons en sorte qu'il ait toujours la possibilité de s'exprimer à son niveau de jeu. Nous l'aiderons et nous lui apprendrons à :

- évoluer tout au long de son parcours sportif
- acquérir un esprit d'équipe
- respecter ses entraîneurs, son coach et les arbitres
- respecter ses camarades de jeu
- respecter le matériel
- participer à la vie du club
- privilégier le jeu à l'enjeu



De votre côté, votre démarche d'accompagnement et votre investissement sont essentiels pour l'épanouissement de votre enfant au sein du club. Pour le bon fonctionnement de notre action nous demandons aux parents de :

- respecter les horaires de l'entraînement et les rendez-vous des matches
- respecter l'esprit sportif et le fair-play
- veiller à ce que votre enfant ait une tenue adaptée à la pratique sportive
- respecter les plannings de transports et de lavages de l'équipement
- répondre aux demandes de renseignements de la part des éducateurs et des parents responsables
- signaler les absences aux entraînements et aux matchs
- accompagner votre enfant aux matches (vous êtes son premier public, il sera fière de vos encouragements)
- Fournir les documents nécessaires pour établir la licence

L'équipe d'encadrement s'engage à mettre tout en œuvre pour que votre enfant puisse bénéficier des meilleures conditions pour qu'il puisse vivre sa passion et s'épanouir au travers du Mini Basket. Nous serons à votre disposition pour répondre à vos questions tout au long de la saison. Nous vous demandons également de consulter votre messagerie très régulièrement.



Votre enfant devra également respecter un certain nombre de règles au sein du club et au sein de son équipe :

Je dis « **BONJOUR** » et « **AU REVOIR** »

Je respecte mon entraîneur et mes éducateurs

- En arrivant à l'heure à l'entraînement et aux matches.
- En ne driblant pas avec mon ballon quand ils parlent.
- En écoutant les consignes qu'ils donnent.



Je respecte mes camarades de mon équipe

- Je ne me moque pas de mes camarades
- Je ne me bats pas
- Je ne touche pas aux affaires qui ne m'appartiennent pas

Je participe à la vie de mon club

- Je lis le tableau d'affichage et je consulte régulièrement le site Internet de mon Club avec mes parents
- J'aide à la table de marque pendant les matches (à partir de la catégorie U11)
- J'arbitre des matches à l'entraînement
- Je participe aux compétitions lorsque je suis convoqué

Je respecte les installations et le matériel

- Je viens avec des baskets propres dans mon sac et ma bouteille d'eau
- Je range le matériel à la fin de l'entraînement (ballons, plots, cerceaux, chasubles)
- Je me mets en tenue dans les vestiaires

Je respecte les décisions de l'arbitre

Je respecte les adversaires (humble dans la victoire, fair-play dans la défaite)

Je respecte les organisateurs (Je les salue à la fin du match et je n'oublie pas de partager le pot de l'amitié)

Je refuse la tricherie et la violence

Jeu, Plaisir, Respect, Sportivité, Camaraderie

Signature des parents :

Date :

Signature du (de la) Mini Basketteur (euse) :

Date :

Signature du Club

Date :



Devenir un(e) vrai(e) champion(ne)

Nous avons le plaisir de t'offrir ce carnet de suivi. Il a été spécialement conçu pour toi.

Il t'accompagnera pendant tes années « Mini Basket », de la catégorie U7 à U11 (soit entre 5 et 11 ans)

Tu y trouveras plusieurs informations et tu pourras y noter tes performances et tes évolutions et tout ce que tu as envie

Prends soin de ce livret et remplis-le soigneusement !!!

Il restera pour toi le souvenir de tes premiers pas sur les terrains de basket.

N'oublie pas, tu dois l'apporter à chaque entraînement.

Je prépare mon sac, à chaque séance :

	mes baskets et mes chaussettes
	ma tenue de sport (short / jogging + tee-shirt + veste de jogging / pull)
	Un autre vêtement pour me couvrir après l'entraînement
	ma bouteille d'eau avec mon <i>Nom</i> et <i>Prénom</i> de noté
	Mon livret « Mes années Mini Basket »

Coloriage :



Les activités sportives de l'année

L'entraînement :

Tu devras être présent aux entraînements :

1 fois par semaine à l'entraînement pour la catégorie U7

2 fois par semaine pour les catégories U9 et U11.

Tu dois venir en tenue de sport avec ta bouteille d'eau.

Les rencontres :

Les rencontres avec les autres clubs ont lieu sous forme de matches ou de plateaux suivant ton âge.

Elles ont lieu à domicile et à l'extérieur.

A domicile, c'est notre club qui organise et accueille

A l'extérieur, nous devons nous déplacer et nous faisons appel aux parents pour le transport.

Demande à tes parents de venir t'encourager !!!

Catégorie U7

Les évènements Baby : Ils sont organisés par le comité de Basket-Ball de l'Isère (Baby Noël, Baby Pâques et le tournoi C. Mopin le jeudi de l'ascension. Ces évènements sont organisés à l'extérieur

Catégorie U9

Les plateaux : Ces matchs sont mixtes, plusieurs équipes sont convoquées. Les plateaux peuvent être à domicile ou à l'extérieur.

La catégorie participe également au tournoi C. Mopin du comité de l'Isère le jeudi de l'ascension

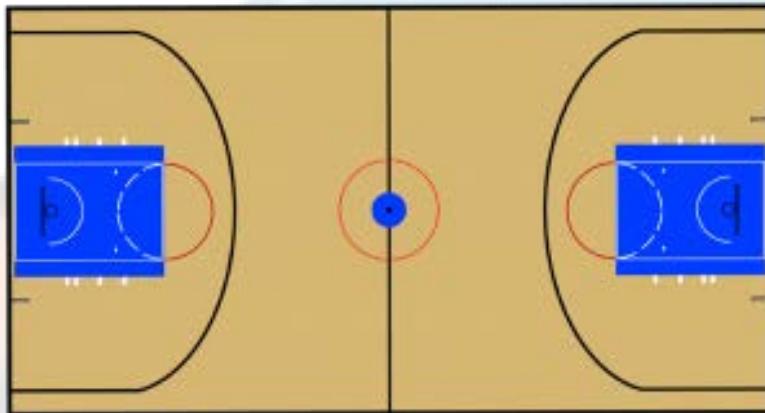
Catégorie U11

Le championnat : les matchs sont 4x4. Il y a 4 quart temps de 6 minutes. En comprenant le temps de se changer , l'échauffement, le temps de la rencontre et le gouter, la rencontre dure environ 1h30

Catégorie	Classe Scolaire	Age	Activités
U7	Grande Section / CP	de 5 à 7 ans	Entrainement Evenements Baby
U9	CE1 / CE2	de 7 à 9 ans	Entrainement Plateau
U11	CM1 / CM2	de 9 à 11 ans	Entrainement Matchs de championnat



Les 4 règles essentielles du Basket-Ball



La « SORTIE »

- Lorsque le ballon touche le sol de l'autre côté de la ligne qui délimite le terrain.
- Lorsqu'un joueur avec le ballon touche cette ligne. Le ballon sera redonné à l'autre équipe.

Le « DRIBBLE »

- Je ne peux pas dribbler à 2 mains.
- Lorsque j'arrête le dribble je ne peux pas repartir en dribble. Je dois faire une passe ou un tir.

Le « MARCHER »

- Je n'ai pas de droit de marcher ni de courir avec le ballon entre les mains.
- Quand je reçois le ballon j'ai le droit à « deux appuis » pour le contrôler.

Le « CONTACT »

- Le « contact » est interdit entre les joueurs.
 - Je ne dois pas bousculer ni toucher mon adversaire.
- Si cela se produit, l'arbitre siffle une faute.
 - À la cinquième faute l'arbitre m'indique que je ne peux plus jouer et que je dois aller m'assoir sur le banc de mon équipe jusqu'à la fin du match.



Dessine un terrain de basket et un ballon de basket :



Ce que je vais apprendre

LE DRIBBLE

- ❑ C'est faire rebondir la balle au sol.
- ❑ Lorsque tu dribbles tu peux te déplacer là où tu veux.
- ❑ Tu peux dribbler sur place autant que tu veux.
- ❑ Lorsque tu arrêtes le dribble tu ne peux pas repartir en dribble.

LE TIR AU PANIER

- ❑ C'est envoyer la balle dans le panier.
- ❑ Tu peux effectuer un tir en course « avec la main droite ou la main gauche » :
 - En passant sous le panier.
 - Après le dribble.
 - Sur réception du ballon en allant vers le panier.
- ❑ Tu peux tirer à l'arrêt à distance du panier.
- ❑ Tu peux également tirer de loin et en mouvement :
 - Après un arrêt
 - Après un saut vertical

LA PASSE

- ❑ Le basket est un sport collectif où l'on s'envoie très souvent le ballon.
- ❑ Pour jouer avec tes coéquipiers vous pouvez vous faire des passes :
 - En mouvement
 - A l'arrêt
 - A terre avec rebond de la balle
- ❑ Tu es obligé de faire une passe lorsque c'est toi qui remets le ballon en jeu



« Je Joue, J'Arbitre, Je Participe » (JAP)
est une opération destinée à promouvoir la formation globale du jeune licencié.

JOUER C'EST

- Prendre du plaisir
- Rire avec ses copains, copines
- Intégrer les consignes de l'entraîneur
- Ne pas s'énerver contre les autres
- Corriger ses erreurs
- Impliquer ses camarades dans le jeu
- Participer à la vie de groupe
- Acquérir l'esprit d'équipe
- L'ESSENTIEL!



ARBITRER C'EST :

Siffler fort

Indiquer à qui est le ballon (couleur du maillot)

Montrer le sens de l'attaque

Parler pour dire ce qu'on a vu

Limiter les signes

Etre proche de l'action (appréciation)



PARTICIPER C'EST

Ecouter / Encourager

Vivre au sein de son équipe et de son club

Intégrer le groupe

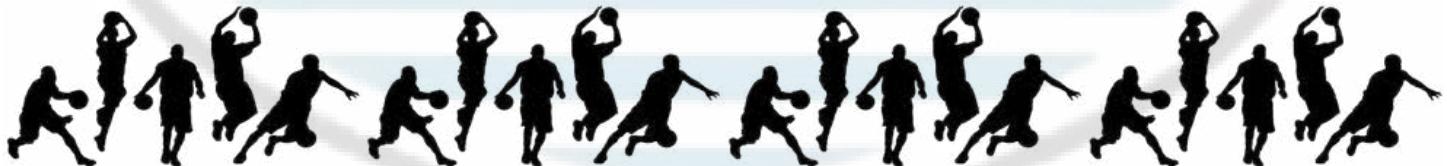
Donner des coups de mains

Emettre des idées

Nouer des contacts

Tester ses compétences

Coloriage :



Les objectifs - U7

	U6	U7			
	Avec le ballon je sais...				
Dribbler avec la main forte					
Dribbler avec la main faible					
Me déplacer vers une cible					
Dribbler en levant la tête vers une cible					
	Pour marquer je sais....				
Tirer avec la main forte					
Tirer après un dribble					
Tirer après une passe					
Tirer sans opposition					



Les objectifs - U7

	U6	U7	
Pour passer en statique je sais....			
<i>Faire une passe directe à 2 mains</i>			
<i>Faire une passe à terre à 2 mains</i>			
<i>Faire une passe directe à 1 main</i>			
<i>Faire une passe à terre à 1 main</i>			
Pour me déplacer je sais...			
<i>Me déplacer dans toutes les directions</i>			
<i>Tenir en équilibre sur un pied</i>			
<i>Sauter dans toutes les directions</i>			
<i>M'arrêter après une course</i>			

SIGNATURES COACHS



Les objectifs - U9

	U8		U9			
	Avec le ballon je sais...					
Dribbler avec la main forte						
Dribbler avec la main faible						
Me déplacer vers une cible						
Dribbler en levant la tête vers une cible						
Franchir un adversaire						
Faire un départ direct						
Faire un départ croisé						
	Pour marquer je sais...					
Tirer avec la main forte						
Tirer avec la main faible						
Tirer après un dribble						
Tirer après une passe						
Tirer sans opposition						
Tirer avec opposition						



Les objectifs - U9

	U8	U9	
	Pour passer je sais....		
Faire une passe directe à deux mains			
Faire une passe à terre à deux mains			
Faire une passe directe à une main			
Faire une passe à terre à une main			
	Pour me déplacer je sais...		
Me déplacer dans toutes les directions			
Tenir en équilibre sur un pied			
Sauter dans toutes les directions			
M'arrêter avec un appui simultané			



Les objectifs - U9

	U8	U9			
	Pour défendre je sais....				
<i>Attraper un ballon en l'air</i>					
<i>Me situer entre l'adversaire et le panier</i>					
<i>Gêner le porteur de balle</i>					
	Pour me situer sur le terrain je sais...				
<i>S'éloigner du porteur de balle dans mon équipe</i>					
<i>Faire avancer vite le ballon par la passe</i>					
<i>Aller dans un espace libre</i>					
<i>Me démarquer d'un défenseur</i>					

SIGNATURES COACHS



Les objectifs - U11

	U10	U11	Avec le ballon je sais...			
Dribbler avec la main forte						
Dribbler avec la main faible						
Me déplacer vers une cible						
Dribbler en levant la tête vers une cible						
Franchir un adversaire						
Faire un départ direct						
Faire un départ croisé						



Les objectifs - U11

	U10	U11	
	Pour marquer je sais...		
Tir en course			
<i>Tirer avec la main forte</i>			
<i>Tirer avec la main faible</i>			
<i>Tirer après un dribble</i>			
<i>Adapter mon tir en fonction de l'opposition</i>			
Tir statique			
<i>Tirer un lancer-franc</i>			
<i>Tirer après un dribble</i>			
<i>Tirer après une passe</i>			
<i>Tirer sans opposition</i>			
<i>Tirer avec opposition</i>			



Les objectifs - U11

	U10	U11	
	Pour passer je sais...		
Passe statique :			
<i>Faire une passe directe à deux mains</i>			
<i>Faire une passe à terre à deux mains</i>			
<i>Faire une passe directe à une main</i>			
<i>Faire une passe à terre à une main</i>			
En mouvement :			
<i>Faire une passe de contre attaque</i>			
<i>Faire une passe dans le dribble main forte</i>			
<i>Faire une passe dans le dribble main faible</i>			
<i>Choisir mon type de passe en fonction de l'opposition</i>			
<i>Gagner un avantage grâce à une passe</i>			



Les objectifs - U11

	U10	U11			
	Pour me déplacer je sais...				
Me déplacer dans toutes les directions					
Tenir en équilibre sur un pied					
Sauter dans toutes les directions					
M'arrêter avec un appui simultané					
Coordonner le haut et le bas du corps					
avancer à cloche pied					
Faire différents appuis sur une échelle de rythme					



Les objectifs – U11

	U10	U11			
	Pour défendre je sais...				
Attraper un ballon en l'air					
Me situer entre l'adversaire et le panier					
Eloigner l'adversaire du panier pour un rebond					
Gêner le porteur de balle					
Communiquer avec mes coéquipiers					
Regarder mon joueur et le ballon					



Les objectifs - U11

	U10		U11		
	Pour me situer sur le terrain je sais...				
S'éloigner du porteur de balle dans mon équipe					
Faire avancer vite le ballon par la passe					
Aller dans un espace libre					
Me démarquer d'un défenseur					
Respecter les couloirs et les distances de jeu					
Jouer un surnombre 2c1 en attaque sans la balle					

SIGNATURES COACHS



Compétences Arbitrage

Siffler les sorties

	Compétences	Acquis
AS1	Repérer les sorties du ballon	<input type="radio"/>
AS2	Repérer les sorties du porteur de balle	<input type="radio"/>
AS3	Repérer le joueur responsable de la sortie	<input type="radio"/>
AS4	Repérer les mauvaises remise en jeu	<input type="radio"/>

Siffler les marchers

	Compétences	Acquis
AM1	Repérer les marchers sur les arrêts	<input type="radio"/>
AM2	Repérer le marcher sur les pieds de pivot	<input type="radio"/>
AM3	Repérer les marchers sur les départs en dribble	<input type="radio"/>
AM4	Repérer le marcher sur les tirs en course	<input type="radio"/>

Siffler les dribbles irréguliers

	Compétences	Acquis
AD1	Repérer les dribbles à deux mains	<input type="radio"/>
AD2	Repérer les porters de balle	<input type="radio"/>
AD3	Repérer les reprises de dribbles	<input type="radio"/>
AD4	Ne pas sanctionner les pertes accidentnelles	<input type="radio"/>

Siffler les contacts

	Compétences	Acquis
AC1	Repérer les contacts irréguliers sur un porteur de balle	<input type="radio"/>
AC2	Repérer les contacts irréguliers sur un tireur	<input type="radio"/>
AC3	Repérer les contacts irréguliers sur un non-porteur	<input type="radio"/>
AC4	Repérer les contacts irréguliers sur un attaquants	<input type="radio"/>



Rappel des règles principales du jeu

Règles sur les sorties

La ligne ne fait pas partie du terrain

Le ballon est sortie lorsqu'il touche le sol, une personne ou un obstacle situé en dehors du terrain

Un porteur de balle est sorti lorsqu'il touche le sol **SUR et en DEHORS** des limites du terrain

Règles sur les dribbles irréguliers

Il n'est pas autorisé de :

- Toucher le ballon à deux mains entre deux dribbles
- Porter le ballon (main sous le ballon) entre deux dribbles
- Dribbler une seconde fois après avoir arrêté son dribble (reprise de dribble).

Attention : les pertes accidentelles du ballon avant ou après un dribble comme les tentatives d'interceptions ne sont pas considérées comme des dribbles.



Rappel des règles principales du jeu

Règles sur les marchers

Le marcher est le déplacement illégal d'un ou des 2 pieds d'un joueur qui tient le ballon

Le pivot : il y a pivot lorsqu'un joueur qui contrôle un ballon, à l'arrêt, déplace le même pied dans n'importe quelle direction alors que l'autre pied (appelé pied de pivot) reste en contact avec le sol.

Choix du pied de pivot : Un joueur qui reçoit le ballon alors qu'il a les 2 pieds au sol a le choix du pied de pivot. Un joueur qui reçoit le ballon alors qu'il est en mouvement ou qu'il dribble peut s'arrêter de deux façons :

- arrêt simultané : choix du pied de pivot
- arrêt alternatif : le premier pied posé au sol est le pied de pivot

Après avoir choisi son pied de pivot :

- pour passer ou tirer, le joueur peut lever son pied de pivot à condition qu'il lâche le ballon avant que son pied de pivot ne retouche le sol.
- pour partir en dribble, il devra lâcher le ballon avant de lever son pied de pivot.



Rappel des règles principales du jeu

Règles sur les contacts

Il est permis de :

- Défendre avec son torse si on ne va pas au contact de l'adversaire
- Se déplacer en maintenant sa position de défense avec un contact sur le torse en reculant ou se déplaçant sur le côté

Il n'est pas autorisé de :

- Défendre avec les mains ou l'avant bras posé sur l'adversaire
- Jouer le ballon en créant un contact avec les bras, les épaules, les hanches, les cuisses, ou dans le dos de l'adversaire
- Entrer en contact avec l'adversaire en avançant vers lui
- Percuter le torse de l'adversaire : c'est une charge (passage en force)

Réparation des fautes :

- Si le joueur ne tirait pas, il n'y a pas de lancers-francs mais une remise en jeu derrière la ligne de la touche la plus proche

Si le joueur tirait :

- Si le tir est raté : il y a 2 lancers francs
- Si le tir est réussi : il faut accorder le panier + 1 lancer-franc



Participation à la Vie du Club

	<i>Tenir la feuille de marque</i>	
	<i>Compétences</i>	<i>Acquis</i>
PF1	Compter les points lors d'un jeu à l'entraînement	
PF2	Compter les points (support papier) lors d'un match à l'entraînement	
PF3	Tenir une feuille de marque avec un adulte lors d'une rencontre officielle	
PF4	Tenir une feuille de marque lors d'une rencontre sous la surveillance d'un adulte	

	<i>Chronometrer</i>	
	<i>Compétences</i>	<i>Acquis</i>
PC1	Chronométrer un jeu à l'entraînement (temps non décompté)	
PC2	Chronométrer un match à l'entraînement (temps décompté)	
PC3	Chronométrer lors d'une rencontre avec l'aide d'un adulte	
PC4	Chronométrer lors d'une rencontre sous la surveillance d'un adulte	

	<i>Aider à l'encadrement</i>	
	<i>Compétences</i>	<i>Acquis</i>
PE1	Installer/Ranger le matériel pour un jeu selon un schéma ou les consignes de l'entraînement	
PE2	Faire respecter une consigne technique lors d'un atelier à l'entraînement	
PE3	Installer et ranger du matériel sur un jeu lors d'un plateau	
PE4	Choisir et animer un jeu lors d'un plateau	

	<i>Participer à la vie du club</i>	
	<i>Compétences</i>	<i>Acquis</i>
PV1	Participer au tâches liées à son équipe : maillots, gouter, déplacements	
PV2	Etre régulier et ponctuel aux entraînements et aux matchs - Prévenir en cas d'absence	
PV3	Participer aux animations : fêtes, loto, organisation événement et assister aux autres rencontres du club	
PV4	Participer à l'assemblée générale du club	



Mes équipes

U7 – 1ère année

Jour :	
Horaire :	
Lieu :	
Entraîneur :	
Téléphone :	

Photo

U7 – 2^{ème} année

Jour :	
Horaire :	
Lieu :	
Entraîneur :	
Téléphone :	

Photo



U9 – 1^{ère} année

Photo

Nom - Prénom	Téléphone	Email

Entraînement

Jour	Horaire	Lieu	Entraîneur	Téléphone



U9 – 2^{ème} année

Photo

Nom - Prénom	Téléphone	Email

Entraînement				
Jour	Horaire	Lieu	Entraîneur	Téléphone



U11 – 1^{ère} année

Photo

Nom - Prénom	Téléphone	Email

Entraînements				
Jour	Horaire	Lieu	Entraîneur	Téléphone



U11 – 2^{ème} année

Photo

Nom - Prénom	Téléphone	Email

Entraînements				
Jour	Horaire	Lieu	Entraîneur	Téléphone



Les conseils de mes entraîneurs

BASKET-CLUB

PORDES DE L'ISÈRE



Les trucs du bon joueur



Il joue même avec ceux qui jouent mal



Il ne se décourage pas
parce que les autres viennent de marquer



Il ne montre pas aux adversaires
à qui il va passer



Il ne garde pas longtemps le ballon,
il cherche à faire jouer tous ses équipiers



Il accepte de perdre,
il joue pour s'amuser



Il fait du basket pour jouer
et pas pour se bagarrer



Il écoute le moniteur



Il reste concentré



Il s'échauffe avant de jouer



Il évite de toucher l'adversaire
même s'il veut lui prendre le ballon



Quand il n'a pas le ballon il le suit des yeux
pour être prêt à le recevoir



Il intercepte le ballon en attrapant une passe
entre deux adversaires

