

MA TENUE

MA BASKET ATTITUDE



Les cheveux
attachés

Pas de
bijoux

Hop! Ma gourde!

un maillot de
sport

un short de sport

des baskets
propres

"bonjour"
"au revoir"

Je suis à l'heure

J'écoute les règles

=> sans dribbler

=> sans parler

Je respecte:

=> mes camarades

=> les encadrants

=> les adversaires

=> les arbitres

=> le matériel

...et je m'amuse!

Etre parent de basketteur, c'est

Participer à la vie du club

- être présent
- participer aux convoiturations
- tenir la table de marque
- s'initier à l'arbitrage et au coaching



Respecter les règles de vie du club

- prévenir l'entraîneur et le coach en cas d'absence
- respecter les horaires d'entraînement et de match
- accepter le choix de l'entraîneur et du coach
- ne pas intervenir pendant l'entraînement et le match

Etre fair play

- respecter les décisions de l'arbitre
- refuser toute forme d'agressivité physique ou verbale
- comprendre que le jeu prime sur l'enjeu
- toujours considérer l'équipe adverse comme un partenaire de jeu

Ne pas oublier que

- les dirigeants et les cadres techniques sont des bénévoles
- l'erreur est formatrice et fait partie du jeu
- les parents spectateurs doivent avoir un comportement exemplaire
- les parents doivent relayer les valeurs «Mini Basket»

mais aussi
DÉVELOPPER l'esprit convivial du club et **ENCOURAGER**
TROUVER sa place au sein du club
et **SOURIRE** car le basket est un jeu avant tout



ETRE PARENT REFERENT, C EST QUOI?



Ce rôle qui n'exige aucune connaissance technique du basketball, nécessite peu d'investissement, il est pourtant un rouage essentiel au bon fonctionnement du collectif et à la circulation de l'information.

1
VOUS FAITES LE LIEN

Être le lien entre le club et les parents (animations, tournois...), le coach et/ou entraîneur.

En milieu de semaine vous faites le point sur la présence des joueurs, et envoyez aux parents les infos concernant le lieu et horaire de RDV, le roulement pour le lavage des maillots

2
Vous faites le suivi pour les matchs

3
UNE PETITE REUNION ou DEUX SUR LA SAISON

Vous participerez à nos petites réunions sympathiques prévues 1 à 2 fois dans la saison

4
Des outils simples pour vous aider vous seront donnés

Tableau excel et whatsapp sont les seuls outils à prendre en main

Prêts?

Tous les basketeurs de la Mézière vous remercient pour votre investissement

retrouvez toutes les infos du club sur :
[www.https://basket-club-la-meziere.kalisport.com/](https://basket-club-la-meziere.kalisport.com/).





RÈGLEMENT SIMPLIFIÉ - SAISON 2024/2025

VERSION N°2



	U9	U11	U13	U15	U18 - U21 - Seniors
Temps de jeu	4x5 minutes	6x4 minutes	4x8 minutes	4x9 minutes	4x10 minutes
Mi-temps	2 minutes	5 minutes			10 minutes
Amplitude horaire estimé	Plateau = 2H	1H15	1H30	1H45	2H00
Chronomètre	Non décompté	Temps décompté			
Prolongations	Non	Période(2) de 2 minutes, jusqu'à l'obtention d'un résultat positif		Période(s) de 3 minutes, jusqu'à l'obtention d'un résultat positif	Période(s) de 5 minutes, jusqu'à l'obtention d'un résultat positif
Temps morts	Non	1ère mi-temps = 1 / 2ème mi-temps = 2			1ère mi-temps = 2 / 2ème mi-temps = 3
Remise en jeu rapide en zone arrière	L'arbitre ne touche pas le ballon, sauf sur une faute sifflée ou un arrêt de jeu prolongé. Changements uniquement lors des deux situations précédentes, ou après un temps-mort pour les U13-U15.				Non
Matériel	Hauteur panier = 2m60 Ballon = Taille 5		Hauteur panier = 3m05 Ballon = Taille 6	Hauteur panier = 3m05 Ballon = Taille 6 (F) / Taille 7 (M)	
Violations non sifflées	Pas de retour en zone ; Pas de 5 - 8 - 24 sec. Sensibilisation aux 3 secondes	Pas de retour en zone pour le niveau B. Tolérance des 3sec selon niveau des joueurs			
Fautes	Les fautes joueurs & équipes ne sont pas comptabilisées	Les fautes des joueurs sont comptabilisées, pas celles d'équipes		5 fautes / joueurs & 5 fautes d'équipes / quart-temps = 2 lancers-francs en réparation à chaque faute sifflée à partir de la 5ème	
Préconisations techniques	Défense individuelle tout terrain obligatoire		Défense individuelle obligatoire & défense de zone interdite . Les écrans ne sont pas autorisés. U15 : Tolérance pour les écrans sur les remises en jeu offensives, ligne de fond.		Les différentes défenses sont autorisées, tout comme les écrans.
Score	Interdiction d'afficher le score : seul le temps de la rencontre peut être visible	Remettre le score à 0 au début de chaque période. Le résultat se finalise en nombre de période remportées			
Règles particulières	4x4 Pas de changement , sauf blessure ou problème respiratoire 3pts non comptabilisés Pas de lancer franc Mixité : 1 joueur du sexe opposé à la catégorie sur le terrain maximum	4x4 Pas de changement sur les 4 1ères périodes, sauf blessure Ligne des lancers francs adaptée selon les capacités de l'enfant. Ligne à 3pts à 6m75 Mixité : 1 joueur du sexe opposé à la catégorie sur le terrain maximum	Ligne à 3pts à 6m75 Un match par joueur et par week-end.	Ligne à 3pts à 6m75 Un joueur peut participer à un maximum de deux matchs dans sa catégorie (en respectant la règle de «brûlage»), ou à un seul match U17 en cas de surclassement	Ligne à 3pts à 6m75 Un joueur peut participer à un maximum de deux matchs dans le week-end, dans sa catégorie et/ou celle supérieure. Attention à respecter la règle de « brûlage ».

Pour retrouver l'ensemble des règlements particuliers, flashez ce QR code !



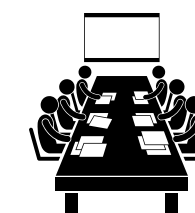
LE RÔLE DU DÉLÉGUÉ DE CLUB

- 1 Être présent sur toute la durée d'un match
- 2 Fonction **obligatoire** inscrite sur la feuille de match
- 3 Être **majeur** et **licencié** FFBB
- 4 **Accueillir** les équipes et les arbitres
- 5 **S'assurer** d'un terrain praticable et d'un équipement fonctionnel
- 6 Être à **disposition** des arbitres et OTM
- 7 **Rester attentif** aux comportements du public et **intervenir** si nécessaire
- 8 Prendre toute disposition pour **assurer et anticiper** le bon déroulement de la rencontre
- 9 **Assurer la sécurité** des acteurs du match jusqu'à leur départ
- 10 **Ne pas exercer d'autres fonctions** lors de la rencontre

QUALITÉS / RECOMMANDATIONS



CAPACITÉ À PRENDRE DES INITIATIVES



RÉUNION D'INFORMATIONS EN DÉBUT DE SAISON POUR RÔLE ET MISSIONS DU DÉLÉGUÉ DE CLUB



ACCUEILLIR, SE PRÉSENTER ET ÊTRE À L'ÉCOUTE DES ACTEURS DU MATCH

TOUTES LES INFORMATIONS SONT À RETROUVER SUR LE SITE DE LA FFBB

RAPPEL PROCÉDURE E-MARQUE



Flashez ce QR code pour accéder au tutoriel sur l'utilisation de l'e-marque

vacances	PLANNING PREVISIONNEL DU WE BCLM SAISON 2024-2025 : FILLES, ACTIONS BCLM											
équipe	U9F1	U9F2	U11F1	U11F2	U11F3	U13F	U15F1	U15F2	U18F1	U18F2	SENIOR F	ACTIONS CLUB
niveau												
07/09/24												Forum LM
08/09/24												Réunion BCLM 06/09
14/09/24	entraînement	entraînement										
15/09/24			Plateau Bréal									
21/09/24	entraînement	entraînement									Aller 1	Réunion CPR
28/09/24	entraînement	entraînement	Aller 1	Aller 1	Aller 1	Aller 1	Aller 1	Aller 1	Aller 1	Aller 1	Aller 2	
05/10/24	entraînement	entraînement	Aller 2	Aller 2	Aller 2	Aller 2	Aller 2	Aller 2	Aller 2	Aller 2	Aller 3	
12/10/24	entraînement	entraînement	Aller 3	Aller 3	Aller 3	Aller 3	Aller 3	Aller 3	Aller 3	Aller 3	Aller 4	
19/10/24	entraînement	entraînement	Aller 4	Aller 4	Aller 4	Aller 4	Aller 4	Aller 4	Aller 4	Aller 4	Aller 5	
02/11/24							1/32		1/32			
09/11/24	Plateau 1	Plateau 1	Aller 5	Aller 5	Aller 5	Aller 5	Aller 5	Aller 5	Aller 5	Aller 5	Aller 6	
16/11/24	entraînement	entraînement	Retour 1	Retour 1	Retour 1	Retour 1	Retour 1	Retour 1	Retour 1	Retour 1	Aller 7	
23/11/24	Plateau 2	Plateau 2	Retour 2	Retour 2	Retour 2	Retour 2	Retour 2	Retour 2	Retour 2	Retour 2	Aller 8	
30/11/24	entraînement	entraînement	Retour 3	Retour 3	Retour 3	Retour 3	Retour 3	Retour 3	Retour 3	Retour 3	Aller 9	
07/12/24	Plateau 3	Plateau 3	Retour 4	Retour 4	Retour 4	Retour 4	Retour 4	Retour 4	Retour 4	Retour 4	Aller 10	
14/12/24	entraînement	entraînement	Retour 5	Retour 5	Retour 5	Retour 5	Retour 5	Retour 5	Retour 5	Retour 5	Aller 11	
21/12/24	Kinder basket	Kinder basket	Kinder basket	Kinder basket	Kinder basket		Access région		Access région		1/16	Kinder basket
11/01/25	entraînement	entraînement									Retour 1	
18/01/25	Plateau 4	Plateau 4	Aller 1	Aller 1	Aller 1	Aller 1	Aller 1	Aller 1	Aller 1	Aller 1	Retour 2	
25/01/25	entraînement	entraînement	Aller 2	Aller 2	Aller 2	Aller 2	Aller 2	Aller 2	Aller 2	Aller 2	Retour 3	
01/02/25	Plateau 5	Plateau 5	Aller 3	Aller 3	Aller 3	Aller 3	Aller 3	Aller 3	Aller 3	Aller 3	Retour 4	
08/02/25							1/8		1/8		1/8	
01/03/25	entraînement	entraînement										
08/03/25	entraînement	entraînement	Aller 4	Aller 4	Aller 4	Aller 4	Aller 4	Aller 4	Aller 4	Aller 4	Retour 5	
15/03/25	Plateau 6	Plateau 6	Aller 5	Aller 5	Aller 5	Aller 5	Aller 5	Aller 5	Aller 5	Aller 5	Retour 6	
22/03/25	entraînement	entraînement	Retour 1	Retour 1	Retour 1	Retour 1	Retour 1	Retour 1	Retour 1	Retour 1	Retour 7	
29/03/25	Plateau 7	Plateau 7	Retour 2	Retour 2	Retour 2	Retour 2	Retour 2	Retour 2	Retour 2	Retour 2	Retour 8	
05/04/25											1/4	
26/04/25	entraînement	entraînement					1/2		1/2		1/2	
03/05/25	entraînement	entraînement	Retour 3	Retour 3	Retour 3	Retour 3	Retour 5	Retour 3	Retour 5	Retour 3	Retour 9	
10/05/25	Plateau 8	Plateau 8	Retour 4	Retour 4	Retour 4	Retour 4	Retour 6	Retour 4	Retour 6	Retour 4	Retour 10	
17/05/25	entraînement	entraînement	Retour 5	Retour 5	Retour 5	Retour 5	Retour 7	Retour 5	Retour 7	Retour 5	Retour 11	
24/05/25	entraînement	entraînement					Finale		Finale		Finale	
31/05/25	entraînement	entraînement										
07/06/25	FNMB	FNMB										AG comité
08/06/25			FNMB	FNMB	FNMB							Jeunes pouss' 16 juin

**DOCUMENT PROPOSE PAR
L'E.T.R BASKET-BALL BRETAGNE**

**POUR UNE MEILLEURE FORMATION
DE NOS JEUNES**

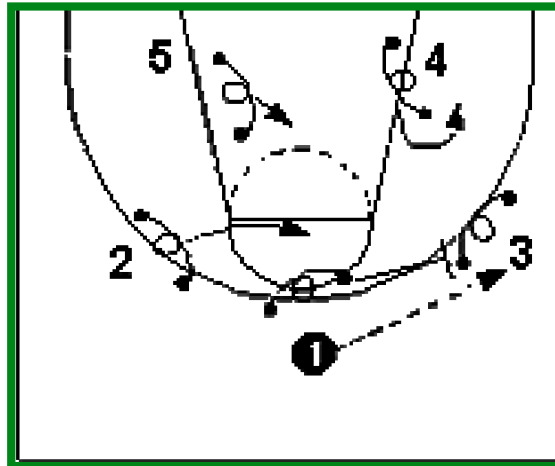
**VALORISONS
LA FORMATION DE NOS JEUNES
JOUEURS(SES)**

**LA DEFENSE "HOMME A HOMME"
DEFENSE FORMATRICE**

POURQUOI ?

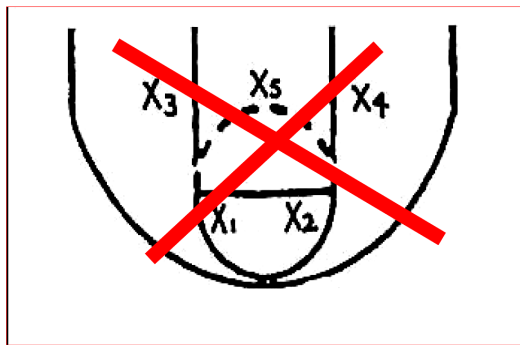


POURQUOI J'UTILISE LA DEFENSE "HOMME A HOMME"



- Elle responsabilise chaque joueur (joueuse) sur le duel en fonction du placement du ballon et de chaque attaquant(e)
- Le déplacement du défenseur induit une prise de nombreuses informations : sur le porteur de balle, sur les non porteurs de balle, par rapport à sa position sur le terrain
- Le duel attaquant-défenseur permet d'aborder la notion d'agressivité sur le porteur de balle et les attitudes s'y rapportant
- La notion de contestation de passe et de déplacement est privilégiée.
- Les déplacements sont plus sollicitant pour l'organisme, ce qui favorise le développement moteur et physique
- Elle permet d'envisager des rotations défensives collectives à deux, à trois.
- Elle permet aussi de défendre sur tout le terrain avec les mêmes repères que sur une défense demi-terrain.
- Elle permet aux attaquants de travailler leur lecture des duels pour être efficaces.
- Elle permet aux attaquants de travailler leur lecture des duels pour être efficaces.
- Elle facilite les enchaînements d'actions entre partenaires (passe et va, passe et suit, chasser, etc...).
- En attaque, elle permet au tireur d'apprendre à tirer sous pression ou d'apprendre à reconnaître quand le duel est remporté pour tirer en situation ouverte.
- Elle permet de sensibiliser les attaquants à la notion des fixations des intervalles par le dribble sollicitant les aides.

POURQUOI JE N'UTILISE PAS LES DEFENSES DE ZONE REPLIEES ?



- Son utilisation donne l'impression d'une grande efficacité à court terme, sur le match, mais elle masque en fait un véritable manque en terme d'apprentissage à maîtriser, indispensables à plus long terme dans la formation du joueur.
- Elle encourage à la passivité des défenseurs « plantés » comme des poteaux.
- Elle réduit l'espace d'actions défensives à un $\frac{1}{4}$ du terrain (excepté sur les zones tout terrain).
- Elle diminue le développement de l'agressivité sur le non porteur de balle puisque les lignes de passes ne peuvent être coupées par un même défenseur que sur la zone défensive de chaque joueur et non sur l'ensemble du déplacement de l'attaquant.
- Elle envisage une adaptation restreinte du défenseur uniquement en fonction du positionnement du ballon.
- Elle ne développe pas la prise d'initiatives de la défense qui réagit plus qu'elle ne contraint les déplacements.
- Elle ne favorise pas l'apprentissage du duel puisque l'attaquant aura du mal à le provoquer à cause des espaces fermés dû aux glissements des autres défenseurs.
- Elle encourage les attaquants à tirer de loin avec des tirs ouverts difficiles à cet âge (force).
- Elle encourage le jeu à la périphérie et tue les enchaînements d'actions des attaquants (passe et va, passe et suit, chasser, ...).

Pour toutes ces raisons, je m'inscris dans un objectif de formation et je privilégie la formation de mes joueurs (joueuses) avant le gain du match. Le gain du match est certes important mais ce qu'apprennent mes joueurs (joueuses) est prioritaire.

Je déclare m'inscrire dans une logique de formation du joueur (ou de la joueuse) et m'engage à privilégier la défense « défense homme à homme » (ou « fille à fille ») lors de mes matches.

Tampon du club

Signature du président du club

Signature de l'entraîneur