

Ce livret appartient à :

Nom :

Prénom :

Je le conserve précieusement pendant toutes mes années
mini-basket





LIVRET DU MINI-BASKETTEUR



**Mail : communication.bcroeze@gmail.com
Site internet : bcroezen.clubeo.com
Facebook : Basket Club Roëzeen - BCR 72
Instagram : [basket_club_roezeen](https://www.instagram.com/basket_club_roezeen)**

LE MOT DU PRESIDENT

Ce livret est une première clé mise à disposition de chaque enfant de notre Ecole de Mini Basket, labellisée au plus haut niveau départemental depuis de nombreuses années.

Il pourra s'en servir pour ouvrir la porte du monde merveilleux du basketball qui lui tend les bras.

Un grand merci aux éducateurs de cette école et aux accompagnateurs qui ne ménagent pas leur peine pour la plus grande joie de nos jeunes pousses.

Merci à vous, parents, pour la confiance en notre club.

Florent MARTIN,
Président du BCR



SOMMAIRE

PRESENTATION DU CLUB	PAGE 1
MON ATTITUDE	PAGE 2
MON SAC DE SPORT	PAGE 3
CE QUE JE VAIS APPRENDRE	PAGE 4
MES ACQUIS	PAGE 6
LES ENGAGEMENTS	PAGE 7
MES EVALUATIONS	PAGE 8

PRESENTATION DU CLUB

Le Basket Club Roëzéen est né en 2000 suite à la construction d'un gymnase municipal sur la commune de Roëzé.

A ses débuts, le BCR c'est 76 licenciés dont 60 de moins de 18 ans et une équipe. Depuis, le club n'a cessé :

- de grandir pour flirter régulièrement avec les 200 licenciés depuis 10 ans et engager plus de 10 équipes en championnat.
- de se structurer pour asseoir une base solide composée de
 - 200 licencié(e)s environ
 - Un bureau de 10 membres
 - Des arbitres officiels
 - Des entraîneurs diplômés
 - Une école de mini-basket (4-11ans) labellisée au plus haut niveau par le Comité du Basket de la Sarthe (Label 3 ballons)
 - Une école d'arbitrage
 - Un label national Eco-Citoyen
 - Des sections Basket Loisir, Basket Santé, Basket 3x3

Le volontariat et l'implication de tous permettent de faire vivre et pérenniser le club mais également de promouvoir le basket-ball et ses valeurs à Roëzé et ses alentours.

MON ATTITUDE

Je respecte mon entraîneur

- En respectant les règles de politesse
- En arrivant à l'heure à l'entraînement
- En ne faisant pas de bruit avec le ballon quand il parle
- En écoutant et appliquant les consignes

Je respecte mes coéquipiers

- Je ne me moque pas et ne dénigre pas les débutants
- Je ne me bats pas
- Je ne touche pas aux affaires des autres

Je participe à la vie de mon club

- J'honore mes désignations de Table et d'Arbitrage
- J'encourage toutes les équipes de mon club

Je respecte les installations et le matériel

- Je ne détériore pas le matériel du club ni les installations municipales
- J'aide au rangement du matériel à la fin de l'entraînement.
- Je n'oublie pas de couper l'eau et d'éteindre les lumières dans les sanitaires et les vestiaires

MON SAC DE SPORT

Je n'oublie pas d'apporter à chaque entrainement :

- Une tenue de sport
- Des chaussures adaptées et propres réservées au gymnase
- Une tenue de rechange si je souhaite prendre ma douche au gymnase
- Une gourde marquée à mon nom
- Une veste pour ne pas prendre froid après l'entrainement
- Un élastique ou un bandeau pour les cheveux longs qui doivent être attachés



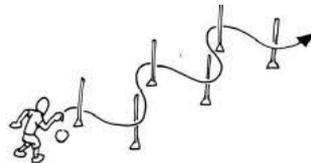
CE QUE JE VAIS APPRENDRE

HABILITE / MOTRICITE

Pour jouer correctement au basket, il est nécessaire d'apprendre et perfectionner le dribble, le tir et la passe. Il faut aussi apprendre à se servir de ses 2 mains.

Les entraîneurs mettent en place des jeux et exercices pour améliorer ma coordination et pour me permettre d'exécuter et d'enchaîner des actions techniques.

Je vais également apprendre à jouer avec les autres et à défendre car le basket est un sport d'opposition où il faut mettre tout en œuvre pour défendre son panier et gagner le ballon.



LE DRIBBLE

C'est faire rebondir le ballon au sol à l'aide d'une seule main.

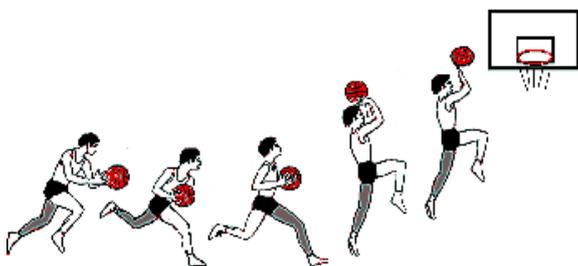
Lorsque je dribble, je peux me déplacer où je veux mais lorsque j'arrête mon dribble, je ne peux pas repartir en dribble.

LE TIR AU PANIER

C'est envoyer le ballon dans le panier.

Je peux

- Tirer à l'arrêt
- Tirer en effectuant un « double-pas »



LA PASSE

Le Basket est un sport collectif où l'on s'envoie très souvent le ballon. La passe entretient la continuité du jeu

Pour jouer avec mes coéquipiers je dois faire des passes :

- En mouvement ou à l'arrêt
- À terre avec un rebond au sol ou en hauteur

MES ACQUIS

BABY-BASKET U7

- Marquer des paniers
- Dribbler sans perdre le ballon
- Faire des passes
- Jouer à des jeux collectifs
- Ecouter les encadrants
- Respecter mes coéquipiers

MINI-POUSSIN U9

- Dribbler en me déplaçant avec le ballon
- Dribbler sur place sans regarder mon ballon
- Dribbler en me déplaçant
- Effectuer un tir en course avec ma main dominante sans regarder mon ballon
- Enchaîner un tir mi-distance après un arrêt simultané
- Faire des passes sans rebond dans les mains de mes coéquipiers
- Faire des passes à terre avec un rebond du ballon

Faire des passes en mouvement après un dribble

POUSSIN U11

- Dribbler main droite et main gauche en me déplaçant
- Dribbler sur place main droite et main gauche sans regarder le ballon
- Effectuer un tir en course main droite et main gauche
- Enchaîner un tir en arrêt simultané après un dribble
- Réussir régulièrement des Lancers-Francs
- Faire des passes sans rebond dans les mains de mes coéquipiers
- Faire des passes à terre avec un rebond du ballon
- Faire des passes en mouvement après un dribble

L'ENGAGEMENT DU CLUB

- Développer la socialisation et l'esprit d'équipe à travers le Basket Ball
- Assurer des entraînements et des rencontres avec un encadrement compétent et qualifié
- Licencier l'enfant auprès de la FFBB
- Fournir le matériel et l'équipement sportif
- Prêter à chaque enfant un tee-shirt ou une tenue de match
- Associer les parents à la vie du club
- Être à l'écoute de l'enfant
- Donner à chaque enfant, selon ses capacités, un bagage technique et collectif
- Permettre aux enfants d'être confrontés au rôle de joueur, arbitre, chronométreur et marqueur
- Faire le point, une à deux fois dans l'année, sur les acquis de l'enfant et ses axes de progrès

L'ENGAGEMENT DU JOUEUR

- Considérer que le Basket est avant tout un jeu
- Venir à l'entraînement avec toutes ses affaires
- Respecter les copains, l'entraîneur, les adultes et les arbitres
- Prendre soin et ranger le matériel
- Être convivial et poli. Dire « Bonjour » et « Au revoir »
- Transmettre les infos données par l'entraîneur à ses parents
- Je garde toujours à l'esprit que « Gagner » ne signifie pas toujours « Victoire » et inversement

L'ENGAGEMENT DES PARENTS

- Notre école de Mini-Basket est un lieu où votre enfant doit s'épanouir et progresser, ce n'est pas une garderie
- Vous êtes le 1^{er} lien entre le club et votre enfant ; soyez juste, objectif et à son écoute
- Participer, dans la mesure de vos possibilités, aux activités du club en apportant aide et contribution
- Respecter les horaires et prévenir en cas d'absence
- S'assurer de la présence d'un encadrant avant de laisser votre enfant au gymnase
- Vous êtes le 1^{er} supporter de votre enfant, offrez-lui une image de fair-play, de respect et de discipline

MES EVALUATIONS

	U5	U6	U7	U8
Capacités de coordination				
Habilité motrice				
Vitesse et fréquence du mouvement				
Mobilité articulaire				
Apprivoiser son corps et son ballon				
Se mouvoir dans l'espace				

A= ACQUIS

EC=EN COURS D'ACQUISITION

	U9		U10		U11	
Gestuelle de tir						
Tir en course (droite et gauche)						
Démarquage simple						
Dribble de contre-attaque						
Dribble de renversement						
Dribble d'attente						
Attraper le ballon en course						
Arrêt alternatif et simultané						
S'arrêter et pivoter						
Passe à terre						
Passe directe						
Cadrage des appuis sans chercher le ballon						

A= ACQUIS

EC=EN COURS D'ACQUISITION

LE MINI BASKET EST AVANT TOUT UN JEU ET UN PLAISIR.



Des fois
je gagne...

Ça fait partie
du jeu !

Et des fois
je perds...

C'est ce qu'on m'a
appris dans mon club



MAIS EN AUCUN CAS L'ENJEU NE DOIT SURPASSER LE JEU !

