



Fédération Française de Basketball



L'École de Basket du BCBC



LES OBJECTIFS ANNUELS DE L'ÉCOLE DE BASKET

Le sport et en particulier au BCBC, le basket est un moyen d'éduquer l'enfant, l'adulte de demain. L'objectif est de lui donner goût à l'activité. Grâce à sa pratique du basket le jeune enfant va développer ses capacités techniques (« savoir faire »), ses capacités cognitives (« savoir pour le faire »), et acquérir les règles de la vie sociale : respect, solidarité, esprit d'équipe, altruisme (« savoir être »), sans oublier la notion de plaisir : plaisir de jouer, d'être ensemble, de partager.

L'école de basket du BCBC est organisée en tenant compte des âges et en fonction des niveaux d'acquisition de savoirs et de compétences.

A chaque âge son développement physique et psychomoteur, à chaque âge son ballon et sa forme de jeu.

Les U7 ou Baby

le contenu des entraînements doit s'adapter au développement des enfants. Il doit prendre en compte les différents aspects et notamment leur fragilité d'attention, leur coordination de mouvement progresse.

Les séances sont basées sur des jeux et des ateliers par équipe et individuel. Les exercices s'adaptent en fonction du niveau des enfants. Apprendre à dribbler.

Les U9 ou Mini Pous-sins

Les séances doivent amener un niveau plus homogène sur les divers aspects du jeu comme le dribble, le tir, la passe, le démarquage, tout en respectant leur développement spécifique.



Les U11 ou Poussins

Cette catégorie permet un apprentissage renforcé des fondamentaux du basket (collectifs et individuels). C'est pour cela qu'en plus du travail sur la technique individuelle de dribbles, passes, tirs, il faut intégrer l'aspect collectif sans spécialiser un enfant sur un poste de jeu particulier.



Septembre à Octobre :

Jouer avec le ballon
manipulations
Découvrir le panier

De février à avril :

Dribble, contrôle du ballon
Arrêts
Tir de plein pied
Coopérer

De octobre à décembre :

Jouer avec le ballon
Manipulations
Jeu de passes

Objectifs annuels :

- Le dribble
- La coopération

De février à avril :

Dribble
Courir, s'arrêter
Jeu de passes

De décembre à février:

Jouer avec le ballon
Manipulations, recon-
naître main droite
main gauche
Jeu de passes : recon-
naître son équipier
Tirs

Les U9 ou Mini Poussins



Septembre à Octobre :

Le dribble dextérité travail des 2 mains
Savoir s'arrêter
Le tir gestuelle

De février à avril :

Le dribble dextérité
Courir en prenant des informations
Savoir se déplacer en passes

Objectifs annuels :

- Le dribble
- Être capable de marquer sans opposition
- Être capable de traverser collectivement le terrain

De octobre à décembre :

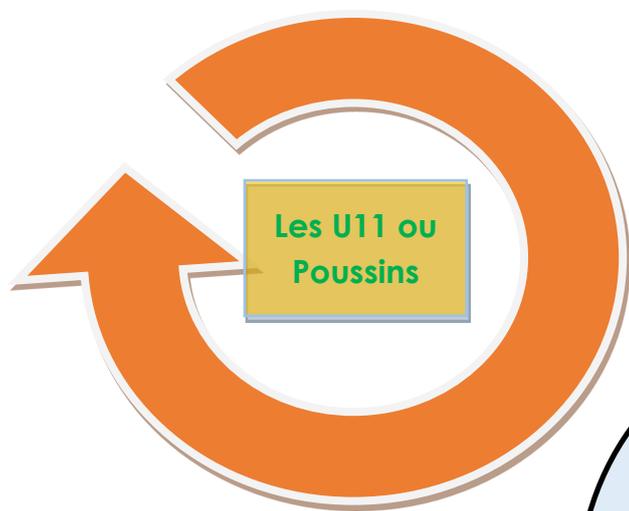
Le dribble
Les arrêts
Différents types de passes
Jeu à 2

De février à avril :

Le dribble
Connaitre son statut : attaquant/défenseur
Jeu à 3
Les tirs

De décembre à février:

Le dribble
Tir de plein pied
Tir en course



Les U11 ou
Poussins

Septembre à Octobre :

Le dribble dextérité tra-
vail des 2 mains
Savoir s'arrêter
Savoir s'orienter
Savoir se déplacer en
passes
Jeu à 2



De février à avril :

Le dribble dextérité
Occupation de l'espace
Connaitre son statut
Défense
Passe à un joueur en
mouvement

Objectifs annuels :

- Le dribble
- Etre capable de créer indivi-
duellement et collectivement
des déséquilibres offensifs
- Etre capable de marquer ré-
gulièrement avec une faible
opposition
- Etre capable de tenir des
duels défensifs

De octobre à décembre :

Le dribble dextérité
Courir vite
Les arrêts
Les tirs et leurs gestuelles

De février à avril :

Le dribble, dribble de contre at-
taque
Jeu rapide
Tir en course avec opposition
Défense

De décembre à février:

Le dribble
Changements de rythme dans le
dribble
Tirs en course à droite à gauche
Changements de mains