

# GUIDE POUR LES PLATEAUX U9

---



## **GUIDE / BOITE A OUTILS PLATEAUX U9**

### **Les préconisations d'organisation et de mise en place pour un plateau U9**

Nous vous encourageons à adapter les plateaux en fonction des thèmes d'actualités (halloween, Noël, carnaval, paques, ...).

Le but étant de réunir les enfants ainsi que leurs parents dans un moment convivial autour de la pratique du basket.

#### **1. LE MINIBASKET**

Véritable mode de vie, le MiniBasket est affaire de passion ! Destiné à initier les jeunes à la vie sportive en général et, plus particulièrement au basket, le MiniBasket se joue dans un esprit total de civilité et de formation.

Toute rencontre doit mettre en avant les valeurs éducatives de notre sport : le respect de l'autre, de soi, de l'environnement.

#### **2. L'ETAT D'ESPRIT**

Afin d'aborder les rassemblements U9 dans les meilleures conditions, il est nécessaire que chaque intervenant sur les plateaux soit dans l'intention de proposer aux enfants un environnement et des conditions de pratique dans lesquels ils puissent s'épanouir personnellement et collectivement au travers du partage, de la responsabilisation et du respect de l'autre.

Le jeu et la formation du joueur doivent primer sur j'enjeu. Le résultat sportif immédiat ne peut pas être un critère observable de progression. Il est donc nécessaire que chaque acteur, sur un plateau U9, adopte une attitude de formation du joueur, visant l'épanouissement de l'enfant dans sa pratique.

#### **3. ORGANISER UN PLATEAU**

Nous vous conseillons de prévoir un créneau de 1h30/2h00 pour le plateau (arrivée des équipes + un temps d'activité + départ des équipes). Les plateaux peuvent avoir lieu même si toutes les conditions optimales ne sont pas réunies : manque d'une ou plusieurs équipes, une ou plusieurs équipes pas au complet, ...

N'hésitez pas à vous adapter à votre salle, vos disponibilités, ...

Les plateaux peuvent avoir lieu le samedi matin, le samedi après-midi ou le dimanche matin. Merci de ne pas convoquer les équipes avant 9h00 le matin et ne pas terminer les plateaux après 18h00 l'après-midi.

## Les préconisations d'organisation et de mise en place pour un plateau U9

<b>AVANT LE PLATEAU</b>	Communiquer avec les clubs présents sur le plateau : heure, lieu, douche, ... En utilisant le document de convocation en annexe.
	Prévoir/anticiper les activités qui seront faites pendant le plateau.
	Prévoir le nombre d'encadrants nécessaire au bon déroulement des activités prévues (communiquer avec les autres clubs participants pour savoir avec combien d'accompagnateur ils se déplacent). N'hésitez pas à impliquer les parents des joueurs (profitez des 15 licences « dirigeants actifs » gratuites !).
	Prévoir le matériel nécessaire pour les activités prévues et un minimum de 25 ballons : si besoin, le Comité prête du matériel (ballons, panneaux mobiles, ...) ou bien communiquer avec les clubs pour qu'ils ramènent leurs ballons, des chasubles, ...

<b>PENDANT LE PLATEAU</b>	<b>ACCUEIL</b>	Accueillir les équipes, orienter les joueurs vers les vestiaires (prévoir un vestiaire garçons et un vestiaire filles), informer les accompagnateurs sur l'organisation du plateau.
		Briefing avec les éducateurs de toutes les équipes présentes.
		Faire les présentations entre les éducateurs.
	<b>ECHAUFFEMENT</b>	Collectif avec tous les joueurs de toutes les équipes.
		Encadrer en coopération par les éducateurs présents (alterner les éducateurs pour en laisser libre pour remplir la feuille de route par exemple).
		Sous forme de jeux, en musique, ... (voir dans la partie 5 « boîte à idées »).
	<b>ATELIERS</b>	Mettre en place les ateliers.
		Dispatcher les éducateurs sur les ateliers pour accompagner les joueurs.
	<b>AUTRES</b>	Organiser un retour au calme à la fin des activités (faire participer au rangement de la salle, parler du ressenti des joueurs, évoquer le prochain rassemblement, proposer une activité de Basket Santé ou Micro-Basket, ...).
		Prendre des photos du plateau pour alimenter vos réseaux (possibilités de les envoyer au Comité pour la communication).

<b>APRES LE PLATEAU</b>	Douche : si le club autorise les douches après le plateau, rappeler les règles d'entrée dans les vestiaires.
	Prévoir une collation : une boisson et un gouter pour les joueurs (brioches, fruits, gâteaux secs, ...).
	Envoyer <u>obligatoirement</u> la feuille de route au Comité.

#### 4. LE REGLEMENT

Pour la cohésion, nous vous conseillons de mélanger les enfants des équipes sur les ateliers, voire sur les rencontres. Ceci dans le but de permettre aux équipes de venir au plateau même s'il y a beaucoup d'absents mais aussi de créer du lien et de la convivialité et non de la compétitivité sur les temps de plateaux.

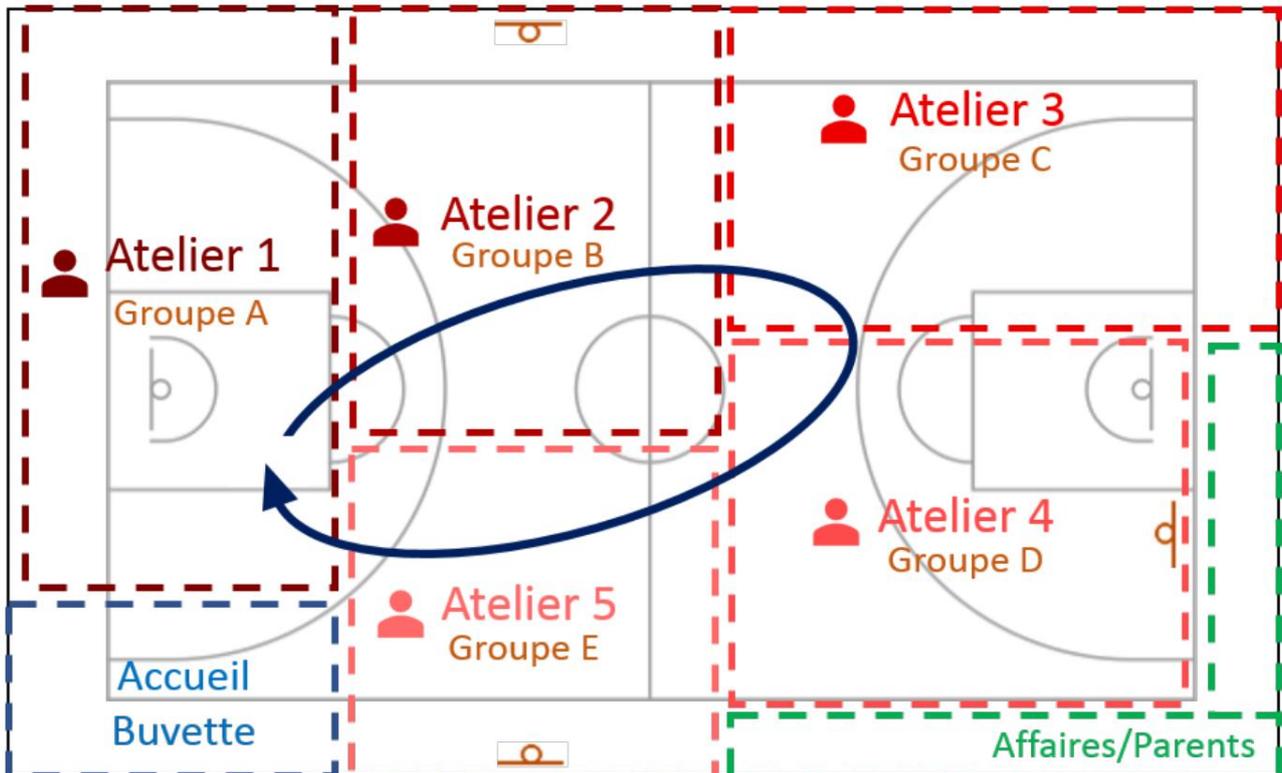
Type de plateau	Comment ?	Quand ?	Qui ?
Plateau ateliers	Plateau sur la base de jeux individuels et collectifs.	Conseillé en début de saison.	Equipes débutantes.
Plateau rencontres	Plateau sous forme de tournoi.	Conseillé en fin de saison.	Equipes qui seront sur des phases de compétition la saison prochaine.
Plateau mixte	Plateau avec une première partie d'ateliers et une seconde de rencontres.	Au cours de la saison.	Equipes prêtes à débiter des phases de pratique du basket.

- Le plateau et l'arbitrage :
  - Se mettre d'accord sur les règles à siffler.
  - Faire faire l'arbitrage à des jeunes des clubs (U13/U15). Le club organisateur peut demander aux équipes de venir avec un arbitre.
- Les parents sur le plateau :
  - Identifier les parents et les encadrants de l'équipe.
  - Investir les parents, notamment pour le nursing (accompagnement aux toilettes, bobos, ...) et/ou le remplissage de la feuille de route pour l'équipe.
- Licenciés :
  - Maximum de 8 joueurs par équipe (possibilité d'être souple).
  - Les joueurs U9 ne peuvent pas doubler sur le même week-end (participer à un plateau et une rencontre ou deux plateaux).
  - Un joueur U9 qui a l'habitude de jouer avec une équipe engagée en rencontre peut faire un plateau sur un ou plusieurs week-ends
  - Les joueurs U9 sont libres de faire dans le week-end une rencontre ou un plateau et de changer au cours de la saison.

#### 5. BOITE A IDEES DES ACTIVITES

- Echauffement 15/20 minutes
  - Epervier
  - Poule/renard/vipère
  - Ballon chasseur
  - Le chat et la souris
  - Jeu de la bombe
  - Etc...

- Activités : mettre en place 5 équipes avec des chasubles de couleurs différentes. Vous trouverez, ci-dessous, un exemple de division du terrain pour organiser les ateliers.



- Passes
- Dribbles
- Dextérité
- Motricité
- Adresse
- Tirs
- Passes
- Ateliers ludiques : dessins, maquillage, ...

- Rencontres : reformer les équipes clubs ou garder les équipes chasubles créées pour les activités.
  - 3 équipes :
  - 4 équipes :
  - 5 équipes :
  - Parents/enfants :

## 6. ANNEXES

- Convocation plateaux.
- Feuille de route : équipes, lieu, heure, comment ça s'est passé.
- Proposition d'exercices de passes, dribbles, tirs...



## CONVOCATION PLATEAUX U9 – SAISON 2025/2026

1<sup>ère</sup> phase



Club organisateur :

Date du plateau :

Horaires du plateau (début et fin) :

Salle :

Adresse :

Pour le bon déroulement du plateau, merci de penser aux points suivants :

- Tous les participants doivent être licenciés et vous devez avoir les licences avec vous !
- Tous les participants doivent avoir leur gourde. Le club ne fournira pas de bouteille plastique.
- Vous devez venir avec un jeu de maillots/chasubles de votre club.
- Prévoir X ballons par équipe (facultatif).
- Les participants pourront se doucher après le plateau OUI  NON

Vous trouverez, ci-dessous, les informations sur la personne référente du plateau. Merci de la contacter en cas d'imprévu (retard, absence de dernier moment, ...) ou en cas de difficulté à vous rendre sur les lieux du plateau.

**Nom/Prénom de la personne référente du plateau :**

**Coordonnées (mail et téléphone) :**

Merci de nous faire un retour, en réponse au mail, pour nous transmettre votre **effectif** (nombre de jeunes et d'encadrants) ainsi que vos questions ou remarques.

A très bientôt,

La Commission MiniBasket du club de :



## FEUILLE RECAP' – SAISON 2025/2026

### PLATEAU U9



Club organisateur :

Date du plateau :

Lieu du plateau :

Référent du plateau :

Coordonnées du référent (mail et tel) :

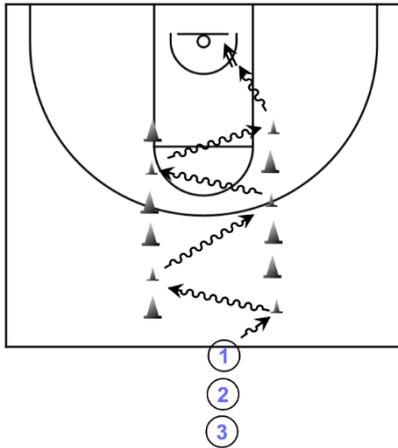
Tableau des équipes :

	EQUIPE 1	EQUIPE 2	EQUIPE 3	EQUIPE 4	EQUIPE 5	EQUIPE 6
Club						
Joueur 1						
Joueur 2						
Joueur 3						
Joueur 4						
Joueur 5						
Joueur 6						
Joueur 7						
Joueur 8						
Dirigeant						

Commentaires sur le déroulement de la journée :

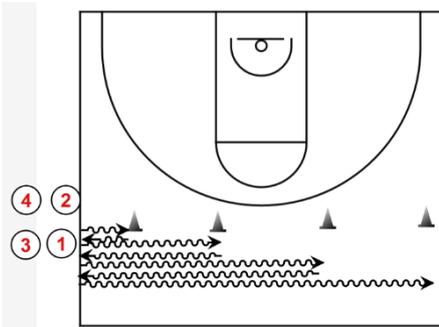
## Exercices de dribbles :

1-



- Contourner chaque plot et toucher le petit plot (ou un plot couché) avec la main libre
- Il peut y avoir un code couleur petits plots (ou plots couchés) de droite en rouge et petits plots de gauche en bleu
- Regarder vers où on doit aller, fléchir et dribbler plus bas pour toucher le plot, changer de main après le plot, terminer par un tir au panier ou non.

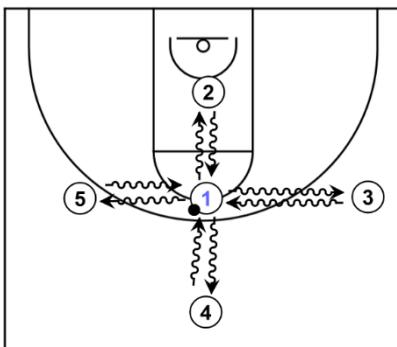
2-



- Dribbler en avant vers plot 1 retour en dribble en marche en canard, dribbler en avant vers plot 2 retour en course arrière, dribbler en avant vers plot 3 retour en pas chassés, dribbler en avant vers plot 4 retour en talon-fesse, etc...
- Dribbler main droite et main gauche
- Regarder devant pour éviter les partenaires qui jouent

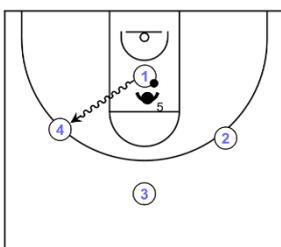
## Exercices de passes :

1-

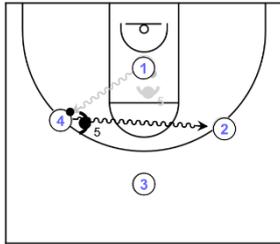


- Jeu ressemblant au jeu de l'horloge, avec un joueur central fixe, qui pivote pour enchaîner des passes à tous ses partenaires
- Le ballon repasse toujours par le joueur central
- Evolutions possibles : faire un nombre de passes défini, jouer sur une durée et compter les passes, changer de sens, varier les passes directes et à rebond

2-



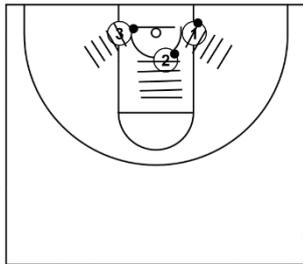
- Les joueurs attaquants sont fixes, seul le défenseur se déplace
- Les attaquants peuvent être plus nombreux
- Le porteur de balle peut faire la passe à qui il veut, ou qui il peut
- Le défenseur peut commencer mains dans le dos
- A réception de passe attendre l'arrivée du défenseur avant d'effectuer une nouvelle passe



- Changer de défenseur à un nombre de passes données ou quand le ballon n'a pas atterri dans les mains de l'attaquant fixe
- Evolutions possibles :
  - Le défenseur n'a plus les mains dans le dos
  - Après une passe l'attaquant change d'espace tout en formant un rond
  - Si le nombre d'attaquant est important, il peut y avoir 2 défenseurs
  - Faire la passe avant 3 secondes

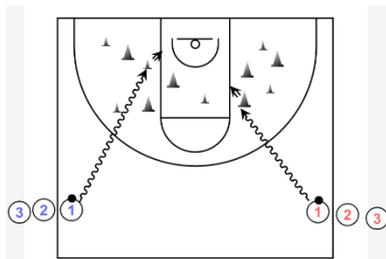
### Exercices de tirs :

1-



- Jeu de l'échelle, 1 ballon par joueur
- Quand on marque au niveau 1 de l'échelle, on passe au niveau 2, etc...
- Evolutions : Jouer à 2 sur une même échelle
- Faire toutes les échelles
- Varier le nombre de barreaux à l'échelle
- Faire toutes les échelles avec un nombre de barreaux moins important, si on rattrape un autre joueur on l'élimine

2-



- 1 ballon par équipe de 2 ou 3 joueurs, jeu possible à 2 ou 3 équipes
- Chaque équipe a sa série de plots placée et attirée (couleur ou forme différente)
- Dribbler jusqu'à un plot et shooter, 1 seul tir possible, si on marque on couche le plot et on récupère son ballon, si on loupe on revient dans la colonne, on donne le ballon à son coéquipier qui fait la même chose
- L'équipe qui a couché tous les plots a gagné
- Evolutions possibles : Quand le joueur marque, il peut choisir un autre plot et reshooter, quand le joueur marque il peut choisir un plot adverse couché s'il marque il soulève le plot adverse