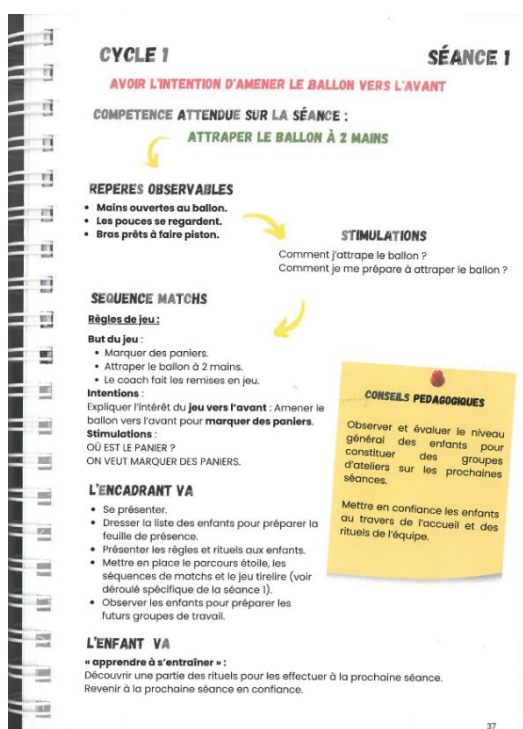


Livre créé en 2025 par le CD31 de Basketball

Cahier de Mini Basket spécifique U9 de 240 pages divisés en 5 cycles, des bonus, des conseils péda, des annexes variées (la com avec les parents, le contrat de confiance, le rôle du parent référent..) permettant une aide conséquente pour le label EFMB.



Livre ludique, inspirant, et amené à évoluer.

Construit pour s'adapter à la configuration de votre salle, du nombre de paniers.

32 BALLON CHAISE (SEANCES)

OBJECTIF
RÉALISER UN ENCHAÎNEMENT : ATTRAPER-1-2-TIRER

DEBUT DU JEU
MARQUER UN PANIER APRÈS AVOIR ATTRAPÉ LE BALLON

ORGANISATION

PRÉPARATION
2 chaises placées à 3 pas et à 45° du panier (droite et gauche).
1 coupelle rouge à 3 pas derrière la chaise de droite.
1 coupelle jaune à 3 pas derrière la chaise de gauche.

SITUATION DE DÉPART
1 colonne d'enfants par coupelle (sans ballon).
1 enfant avec ballon en attente à côté de la chaise.
1 ballon sur chaque chaise.

DÉROULEMENT
L'enfant démarre et va attraper le ballon posé sur la chaise. Il enchaîne avec un tir en course. Il récupère son ballon et prend la place de l'enfant en attente près de la chaise.
L'enfant en attente pose le ballon sur la chaise et va dans la colonne.

NOTES
Alternance des tirs à droite et à gauche.
Chaque enfant réalise 3 tirs à droite avant de passer à gauche.
L'enfant suivant démarre dès que le tireur a libéré l'espace sous le panier.

TIR EN COURSE

REPÈRES OBSERVABLES

Se préparer à faire le geste :

- Préparer ses mains pour attraper le ballon.
- À droite, la main droite vient se poser sur le ballon, doigts vers l'avant et l'autre main sur le côté du ballon, doigts vers le sol.
- À gauche, la main gauche vient se poser sur le ballon, doigts vers l'avant et l'autre main sur le côté du ballon les doigts vers le sol.
- Poser l'appui opposé à la chaise en même temps que l'on attrape le ballon.

Faire le geste :

- Enchaîner « 1-2-Tir » avec le pied côté chaise en l'air, et en montant le ballon à côté de l'oreille.
- Tir Main droite à droite - main gauche à gauche.

Finir le geste :

- Se grandir en lançant le genou côté ballon vers le haut.
- Viser et déposer le ballon sur la planche (niveau du trait vertical).

ÉVOLUTIONS
Marcher puis trotter puis courir avant d'enchaîner Attraper-1-2-Tir.

CONSEILS PÉDAGOGIQUES
Utiliser des images pour aider les enfants à visualiser :
• Placement du ballon à l'oreille : le ballon est un téléphone portable.
• « 1-2-tir » : le tunnel (on imagine être dans un tunnel, pendant la pose des appuis et se grandir au moment du tir comme si je sortais du tunnel).
• Déposer le ballon sur la planche : déposer l'œuf dans le nid, on ne jette pas le ballon sinon on fait une omelette!

CRITÈRES DE RÉUSSITE
Echafaudage : Sur 10 passages, compter le nombre de :
• Attraper en même temps que la pose du freppé opposé.

VOIR !

32

CYCLE 3

L'ATELIER	
SON ORGANISATION	INTÉRÊTS
<ul style="list-style-type: none"> • Se répète à chaque séance sur un cycle. • Former des groupes de 6 à 8 joueurs de niveau homogène. • Déroulement simple mais préparé précisément. 	<ul style="list-style-type: none"> • Gain de temps de pratique au fil des séances du cycle. • Gain en autonomie des enfants. • Travail en groupes réduits et par niveaux de pratique. • Permet d'adapter les consignes suivant le niveau et la progression des groupes. • Permet de déléguer aux assistants de véritables responsabilités.

QUEL DÉROULÉ DE SÉANCE CHOISIR ?

3 déroulés de séances sont proposés. Ils correspondent aux codes couleurs du rapport encadrants/enfants/paniers. (vu dans la partie B : préparer sa saison). Chaque couleur permet de rentabiliser l'occupation de la salle, d'améliorer les temps de pratique, et de mettre en sécurité les enfants.

COULEURS	RAPPORTS	RÉPARTITION DES SÉQUENCES	NOMBRE DE GROUPES
ROUGE	1 ENCADRANT 12 ENFANTS 2 PANIERS	4 À 5 ATELIERS + MATCH	2 GROUPES
VERT	2 ENCADRANTS 16 ENFANTS 4 PANIERS MINIMUM	2 ATELIERS + 2 ATELIERS + 1 JEU COLLECTIF + MATCH	2 GROUPES
JAUNE	3 ENCADRANTS OU 24 ENFANTS 6 PANIERS	3 ATELIERS + 1 JEU COLLECTIF + MATCH	3 GROUPES

Proposant des planifications, des objectifs éducatifs et sportifs par cycle adaptés selon votre nombre d'enfants et d'encadrants.

Avec des séquences ciblant les 5 « savoir-faire » : dribble, passe, tir en course, tir et jouer ensemble.

LES SÉQUENCES

4 types de séquences sont proposés.

SÉQUENCES	DÉFINITION	OBJECTIFS
EXERCICE	• Sans opposition • Répétitif	Apprentissage des outils techniques et des gestes
SITUATION	• Avec opposition • Sursuivre • Égalité réduite	Apprentissage de l'intention, des déplacements et des choix d'actions
JEU LUDIQUE	• Exercice ou situation de manière "ludique" • Duel, course, jeux traditionnels	Développer les 3 analyses du jeu sous une autre forme que le match
JEU RÉEL (MATCH)	• Avec opposition • Contextualisation	Apprentissage des règles du jeu, préparation à la compétition, contextualisation de l'objectif de séance

LES ATELIERS
En mini basket, ces séquences sont souvent travaillées sous forme d'ateliers. A chaque début de cycle, les encadrants mettent en place de nouveaux ateliers. Les enfants doivent comprendre et réaliser l'organisation des ateliers avant que les encadrants donnent des repères qui les aident à progresser. Les encadrants vérifient donc à chaque début de cycle, sur les séances 1 et 2 que l'organisation des ateliers est maîtrisée par les enfants :

- Position de départ de l'atelier
- Déroulement
- Rotations
- Sécurité

Une fois que l'organisation est intégrée, en général à partir de la séance 3, les encadrants peuvent passer aux repères, pour que l'enfant se corrige.

Remarque : Il est très difficile pour les enfants de se concentrer sur les repères tant qu'ils ne maîtrisent pas le déroulé de l'atelier.
Voir annexe "Caractéristiques du public"

4. PLANIFICATION DE LA SAISON

FINALITÉS ET NOTION DE CYCLES
Toute la planification de la saison est construite à partir de l'intention commune : **LE JEU VERS L'AVANT**

Au fil de la saison, nous allons échoquer par étapes, développer cette intention pour atteindre en fin de U9, un objectif général dans l'apprentissage du basket ou finalité, qui est : **Amener collectivement le ballon le plus vite possible vers l'avant pour trouver un tir sans opposition dans le jeu 3c3**

Pour parvenir à cette finalité, nous proposons de mettre en place des cycles d'apprentissages. Un cycle est une répétition de séances sur une période allant de vacances à vacances, soit en moyenne 6 à 7 semaines.

ORGANISATION D'UNE SAISON MINI BASKET U9

CYCLES	SEANCES	SÉQUENCES
<p>Durée d'un cycle : 6 à 7 semaines (de vacances à vacances)</p> <p>Composé avec :</p> <ul style="list-style-type: none"> • un objectif général éducatif ou sportif à mesurer des semaines, • un déroulé identique sur chaque séance du cycle. 	<p>Durée d'une séance : 30-35</p> <p>Composé avec :</p> <ul style="list-style-type: none"> • une suite de séquences, • un objectif de séance (ensemble des objectifs de séances permet de développer l'objectif de cycle) 	<p>Durée d'une séquence : 8 à 20 minutes</p> <p>Composé avec :</p> <ul style="list-style-type: none"> • un objectif et un but du jeu, • une organisation, • des repères pour corriger et progresser, • peut contenir des évolutions et critères de réussite.

OBJECTIF DE CYCLES ET DE SÉANCES
Pour parvenir à cette finalité, nous mettons en place des objectifs intermédiaires, par cycle d'apprentissage. Nous décomposons ces objectifs de cycles en 2 parties :

Les objectifs éducatifs ou savoir s'entraîner :

- Ils vont définir les compétences que l'enfant doit acquérir pour avoir un comportement adapté au bon fonctionnement des entraînements et à la vie de groupe.

Les objectifs sportifs ou savoir jouer :

- Ils vont définir les compétences que l'enfant doit acquérir pour atteindre la finalité du jeu.
- Ils observent les « savoirs faire » individuels et surtout collectifs en organisant étapes par étapes la mise en place du jeu.
- Ils listent des repères observables qui sont proposés pour vous aider à atteindre ces objectifs. Ils sont détaillés dans les fiches de séances de chaque cycle dans la partie 2 du cahier. Ces repères permettent à l'enfant de se corriger.

LES OBJECTIFS ÉDUCATIFS ET SPORTIFS PAR CYCLE :

OBJECTIFS DE CHAQUE CYCLE		
SEPT- OCT	OBJECTIF ÉDUCATIF	APPRENDRE À S'ENTRAÎNER
	OBJECTIF SPORTIF	INTENTION D'AMENER LE BALLON VERS L'AVANT
NOV- DÉC	OBJECTIF ÉDUCATIF	DÉCOUVRIR L'ARBITRAGE
	OBJECTIF SPORTIF	AMENER LE BALLON VERS L'AVANT EN UTILISANT LA LARGEUR DU TERRAIN
JAN- FÉV	OBJECTIF ÉDUCATIF	DÉVELOPPER L'AUTONOMIE
	OBJECTIF SPORTIF	ORGANISER LE CHANGEMENT DE STATUT NÈS LA RÉCUPÉRATION DU BALLON
MARS- AVRIL	OBJECTIF ÉDUCATIF	PERFECTIONNER L'ARBITRAGE
	OBJECTIF SPORTIF	CHANGER DE STATUT LE PLUS VITE POSSIBLE POUR LANCER LE JEU RAPIDEMENT
MAI- JUIN	OBJECTIF ÉDUCATIF	AUTOÉVALUATION ET ARBITRAGE
	OBJECTIF SPORTIF	CHOISIR ENTRE LA PASSE ET LE DRIBBLE

Nous proposons donc 5 objectifs éducatifs et 5 objectifs sportifs de cycles pour les U9.

Un cycle est divisé en séances. Chaque séance possède un ou plusieurs objectifs, permettant d'atteindre l'objectif du cycle.

Vous trouverez donc, des objectifs de séance éducatifs et des objectifs de séance sportifs dans les fiches de séances proposées dans la partie 2 du livret.

Voir annexe "Tableau des objectifs"

Des QR code amenant à des vidéos réelles des exercices.

11

JEU DE DRIBBLE

DÉROULEMENT

Chaque enfant choisit un parcours en prenant un ballon dans le cerceau de départ correspondant. Il réalise le parcours qui finit par un tir (2 essais max) puis revient en dribble poser le ballon dans le cerceau où il l'a pris. Il est libre de réessayer le même parcours où de prendre un ballon dans un autre cerceau pour en essayer un autre. L'enfant peut faire l'atelier qu'il veut autant de fois qu'il veut.


Exemples de parcours :

1. Dribbler en relevant les 2 plots couchés et faire tomber les 2 plots debout sans arrêter le dribble.
2. Dribbler en passant sur et sous des haies et/ou bancs.
3. Sauter sur des cailloux (cerceaux rouges-appuis droit, cerceaux jaunes-appuis gauche et cerceaux bleu-pieds joints) en tenant son ballon à 2 mains.
4. Faire le tour de plots (main droite vers un plots rouge, main gauche vers un plot jaune).
5. Traverser en dribble la forêt de champignons (coupelles) sans les toucher.
6. Dribbler en marchant sur un serpent (cordes au sol).

ÉVOLUTIONS

1. Dribbler avec 1 seule main.
2. Dribbler main faible.
3. Continuité dans le dribble, pas d'arrêt ou de reprise de dribble.
4. Faire le parcours à grande vitesse.
5. Modifier un parcours par séance.

VIDÉO !



CONSEILS PÉDAGOGIQUES

Lors de la première séance, présenter l'organisation en montrant (encadrant ou enfant) tous les parcours. Pour les séances suivantes, montrer que les parcours ont évolué.

Investissez les enfants pour mettre en place et ranger les parcours. Se placer à un endroit stratégique de manière à visualiser l'ensemble du parcours, des enfants et des encadrants.

Les enfants peuvent :

- Choisir leur parcours. Réessayer un parcours pour corriger son action suite aux repères proposés par l'encadrant.
- Choisir leur rythme sans gêner les joueurs derrière eux (et créer un « bouchon » comme dans un parcours traditionnel).

L'encadrant peut :

- Proposer à un enfant de recommencer suite à un repère donné.
- Faire évoluer ou changer un parcours à chaque séance suivant l'évolution des enfants et ainsi alimenter leur motivation.

47

CYCLE 2
CYCLE 1
CYCLE 3

Pour acheter le livre qui est à 30€ :

<https://www.basketcd31.com/boutique>