



MINI BASKETBALL

FAIRE ET NE PAS FAIRE



FOCALISEZ VOUS SUR LE PLAISIR

Les enfants font du sport pour découvrir et apprendre quelque chose, être avec leurs amis et pratiquer un sport qu'ils aiment.

Mini Basketball 1.1, 1.2, 1.3 et 1.4

EXPLIQUEZ LES RÈGLES

Au départ, ceux qui s'intéressent au MiniBasket ne connaissent pas les règles du jeu (et leurs parents parfois non plus!). Expliquez-leur les règles de base, et impliquez leurs parents dans ce processus afin que tous comprennent bien ce sport, et que son véritable objectif est que les enfants jouent mieux au basketball.

Basketball 2.1, 2.2, 2.3, 2.4 et 2.5 Voir aussi les Règles du Basketball sur www.fiba.basketball

UTILISEZ DU MATÉRIEL ADAPTÉ AUX ENFANTS

Adaptez l'équipement aux capacités physiques des joueurs. Utilisez par exemple:

- Des ballons de taille 3 (pour les 3 - 5 ans), 4 (6 - 7 ans) ou 5 (8 - 9 ans); vous pouvez même utiliser une balle de tennis!
- Des balles plus molles (p. ex. une balle de volley-ball, ou même des ballons gonflables)
- Des paniers plus bas

Mini Basketball 5.2

MODIFIEZ LES RÈGLES DU BASKETBALL

Modifiez les règles pour que tous les joueurs puissent participer. Par exemple:

- Limitez le nombre de dribbles - pour encourager les passes
- Interdisez aux défenseurs de prendre le ballon à un autre joueur (afin qu'ils se concentrent sur l'anticipation et l'interception des passes)
- Interdisez les tirs à hors de la raquette (afin qu'ils tirent à une distance raisonnable du panier).

Mini Basketball 5.2

ENSEIGNEZ LE RESPECT

Apprenez aux joueurs à respecter les arbitres et à être de bons perdants. Un bon comportement des joueurs commence par celui exemplaire de l'entraîneur!

Niveau 1 - Entraîneur 1.1.1, 1.2.1

UTILISEZ UN PETIT TERRAIN ET DE PETITES ÉQUIPES

Utiliser des équipes de seulement 3 ou 4 joueurs donne plus d'opportunités à chacun d'avoir le ballon. Utilisez aussi un terrain plus petit (la moitié du terrain normal, ou jouez latéralement) afin que cela soit adapté aux enfants.

Mini Basketball 5.1, 5.3 et 5.4

CHANGEZ LE SYSTÈME DE POINTS

Changez le système des points afin de développer toutes les techniques de jeu et donner à tous chacun une chance de participer. Par exemple, accordez des points:

- Pour chaque passe faite à un joueur situé dans un endroit particulier (dans un cerceau, dans la raquette), ou pour une série de passes (par exemple 10 passes)
- Lorsqu'un joueur touche le filet ou le panier (surtout si le panier ne peut être abaissé)
- Lorsqu'un joueur bat le "gardien de but" dans une cage de but de football.
- Pendant la mi-temps: tous les lancers francs réussis comptent!

Mini Basketball 5.1 et 5.2



NE DITES PAS TOUJOURS QUOI FAIRE

Plutôt que de toujours dire aux enfants quoi faire, posez-leur des questions pour qu'ils découvrent eux-mêmes comment jouer

Mini Basketball 2.1, 2.2 et 2.3

NE SOYEZ PAS OBSÉDÉS PAR LA VICTOIRE

Ne vous contentez pas de faire jouer vos meilleurs joueurs; faites jouer tout le monde et à tous les postes

Basketball 4.1 niveau 1 - Coach 1.1.1 et 1.1.5

PAS DE DEFENSE DE ZONE

La défense de zone ne doit pas être pratiquée avec les enfants de moins de 14 ans.

Niveau 1 - Équipe 1.3.1

N'EXCLUEZ PAS LES JOUEURS

Sauf s'ils sont trop physiques ou brutaux, laissez vos joueurs sur le terrain au-delà de 5 fautes.

Mini Basketball 5.2

N'ENTRAINEZ PAS LES ENFANTS COMME DES ADULTES

Adaptez les activités à la maturité physique et mentale des enfants. Adaptez le jeu aux enfants.

*Mini Basketball 3.1, 3.2, 3.3, 3.4 et 3.5
Basketball 4.1*

NE PENSEZ PAS UNIQUEMENT AU BASKETBALL

Utilisez des activités ludiques et variées pour travailler différentes techniques (p. ex. les passes, le dribble). Dans ce contexte ludique, rajoutez les techniques de basketball.

*Mini Basketball 4.1, 4.2, 4.3, 4.4, 4.5 et 4.6
5.1 et 5.2*