

DEROULEMENT DE LA RENCONTRE U9

2 ATELIERS + MATCH DE 6 PERIODES EN 4 CONTRE 4 OU 3 CONTRE 3 (terrain latéral)

Equipe composée de 8 joueurs maxi / 6 joueurs préconisé



La rencontre commence par 2 ateliers - Pause de 1 mn entre les ateliers

Tutoriel Ateliers U9

LES ATELIERS

Ces ateliers ont pour objectif de faire participer tous les enfants sur des parcours basés sur les fondamentaux individuels offensifs du basket-ball et de les échauffer avant le match.

La collaboration des équipes lors des ateliers avant l'opposition en match permettra à chacun de relativiser la portée des rencontres U9 pour les différents acteurs et ainsi mettre en avant le plaisir partagé et les valeurs attachées à notre sport.

Ainsi sur chaque atelier, les deux équipes se mélangent et le score est comptabilisé en nombre de paniers marqués pour l'ensemble des enfants des 2 équipes confondues.

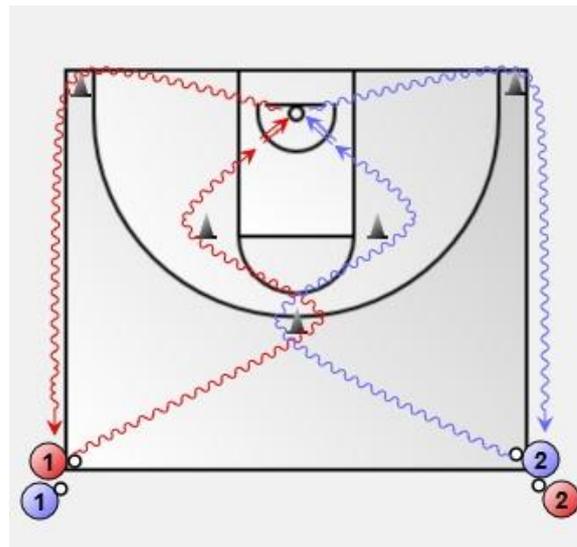
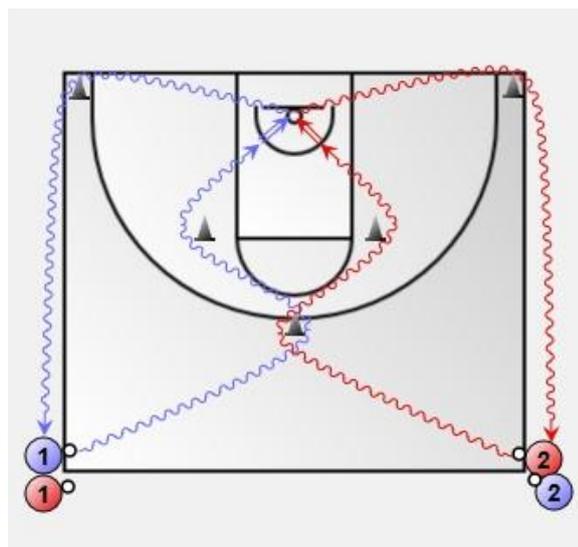
L'objectif est que les enfants soient actifs au maximum.

Afin d'avoir une progressivité de l'intensité dans cet échauffement, le premier atelier se déroulera sur demi-terrain puis le second atelier sur tout-terrain.

Le club recevant fournit les ballons aux deux équipes : idéalement 1 ballon par joueur et a minima 8 ballons pour le groupe. Même en position d'attente sur place, il est impératif de favoriser les enfants à dribbler et éviter d'avoir un ballon sous le bras.

Les ateliers ne donnent pas lieu à l'acquisition de point pour le match mais il est obligatoire d'indiquer le score effectué par les deux équipes (nombre total de paniers marqués) dans l'emplacement prévu à cet effet sur la feuille.

ATELIER 1 : ENCHAINEMENT SLALOM DRIBBLE + TIR EN COURSE – 2 x 3 mn



Le même dispositif est mis en place sur l'autre demi-terrain.

Le joueur 1 bleu part en dribble pour effectuer le parcours en dribble et terminer par un tir une fois les 2 plots franchis.

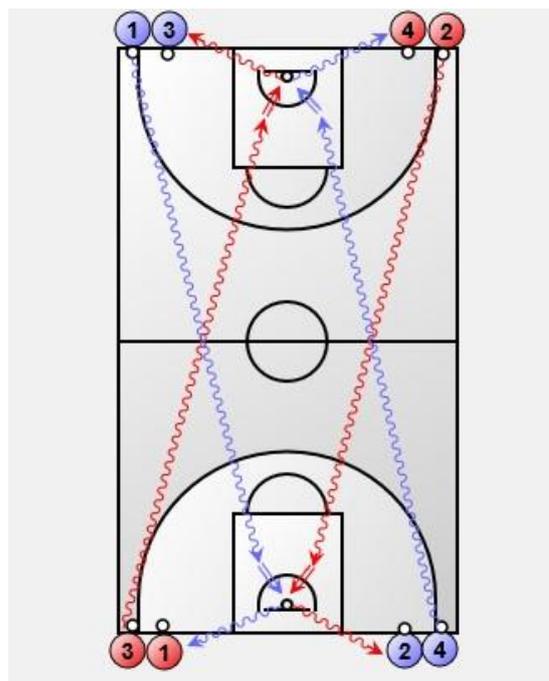
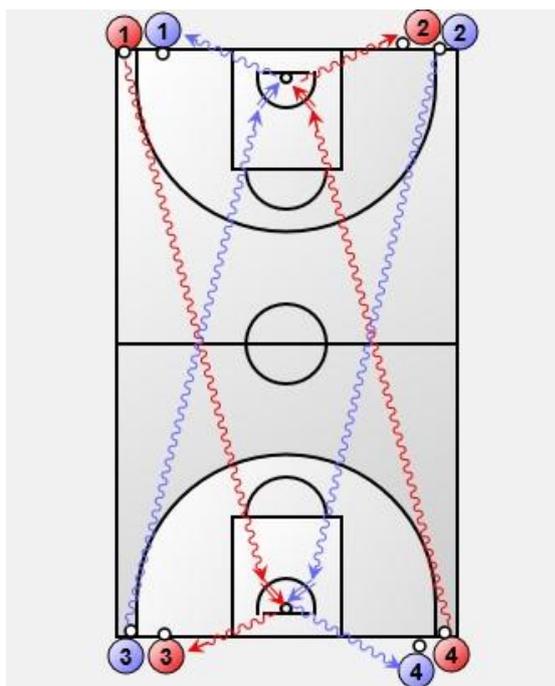
Le joueur 2 rouge peut partir en dribble une fois que le joueur 1 bleu est au 1^{er} plot situé dans l'axe du terrain. Une fois le tir effectué (un seul tir), le joueur prend son rebond puis il va contourner en dribble le plot situé dans l'angle du terrain pour revenir à son emplacement de départ.

Un acteur du match (arbitre, coach...) se positionnera près de chaque panier afin de comptabiliser à voix haute le nombre de paniers marqués sur la séquence. Il est donc nécessaire d'avoir 1 personne disponible par panier.

Les enfants changent de côté sur le positionnement de départ après la 1^{ère} séquence de 3 minutes afin de passer des deux côtés.

Éléments techniques prioritaires : être rigoureux sur le dribble = avec la bonne main (dribble main opposée au plot contourné / changer de main entre les 2 plots) et lever la tête au maximum pour favoriser la prise d'information.

ATELIER 2 : DRIBBLE DE PROGRESSION + TIR EN COURSE – 1 x 3 mn



Les joueurs 1 et 4 rouges partent en dribble de progression jusqu'au panier opposé et finissent par un tir en course.
Les joueurs 2 et 3 bleus peuvent partir en dribble de progression une fois que les joueurs en face d'eux ont franchi la ligne médiane (milieu du terrain).

Une fois le tir effectué (un seul tir), le joueur prend son rebond puis il va se positionner en dribble dans la colonne du terrain en face de son plot de départ ou il fait la passe si tous les enfants n'ont pas de ballon et se dirige dans la file d'attente.

Un acteur du match (arbitre, coach...) se positionnera près de chaque panier afin de comptabiliser à voix haute le nombre de paniers marqués sur la séquence.

Il est donc nécessaire d'avoir 1 personne disponible par panier (coachs, arbitres...).

Éléments techniques prioritaires : être rigoureux sur le dribble = être capable d'alterner le dribble main droite-main gauche sur le dribble poussé pour prendre de la vitesse (minimum de dribble sur la longueur) et lever la tête au maximum pour favoriser la prise d'information. Tendre vers un tir en course (double-pas) près du panier.

A l'issue des ateliers, je totalise le nombre de paniers marqués et reporte le score sur la feuille de marque.

La rencontre se poursuit par un match entre les deux équipes.

LE MATCH EN 4 CONTRE 4 OU 3 CONTRE 3 (terrain latéral)

- Temps de jeu : 6 périodes de 4 minutes non décomptées
- Pause de 1 mn entre les périodes de jeu
- Pas de remplacement en cours de période pendant toute la rencontre sauf blessure (le noter dans ce cas sur la feuille)
Un enfant doit jouer 3 périodes minimum
- Pas de temps-mort
- Points par période : 3 points période gagnée – 2 points période nulle – 1 point période perdue -
avec remise à zéro du score à chaque période sur la feuille de marque
- **Pas d'affichage de score au tableau, seul doit apparaître le décompte du temps**
- Pas de prolongation

