

BIENVENUE

VHB



GUIDE DU MINI-BASKET

2025-2026

U9-U11



**ENTRAÎNEURS ET COACHS JOUENT UN RÔLE ESSENTIEL:
ILS APPRENNENT, ACCOMPAGNENT ET TRANSMETTENT LES VALEURS DU BASKETBALL**

À QUOI SERT CE GUIDE ?

VHB



Bienvenue dans l'aventure MiniBasket !

Ce livret est votre guide pour **découvrir** les coulisses de notre club et tout savoir sur la saison qui démarre.

Nous sommes ravis de vous compter parmi nous. Ici, votre enfant va découvrir le **plaisir du jeu collectif** et s'approprier les règles du basket à son rythme. Quel que soit son niveau de départ, **notre priorité est qu'il/elle s'épanouisse**, progresse et, surtout, **qu'il/elle prenne du plaisir sur le terrain !**

— “ —

GAGNER ENSEMBLE, PERDRE ENSEMBLE, GRANDIR ENSEMBLE.

C'EST QUOI LE MINI-BASKET ?

VHB



Notre école de MiniBasket a pour but de faire découvrir la pratique du basket aux plus jeunes et de fédérer autour des enfants l'ensemble des membres de la famille basket : parents, dirigeants, entraîneurs et arbitres.

Ici, on grandit balle en main ! Les séances sont conçues pour développer l'agilité, l'esprit d'équipe et surtout le plaisir du jeu. Bien plus qu'un sport, le MiniBasket accompagne chaque enfant dans son éveil moteur et son apprentissage de la vie collective.



**ICI, ON NE MARQUE PAS QUE DES PANIERS,
ON SE FAIT DES COPAINS, COPINES POUR LA VIE.**

LES RÈGLES DE VIE

VHB



1. Dans le vestiaire et sur le terrain

- **La ponctualité** : J'arrive 5 à 10 minutes avant pour être prêt.e (chaussures lacées, gourde remplie) quand le coach siffle.
- **La tenue** : Je porte mes baskets propres ! J'enlève mes bijoux/montres pour ne blesser personne.
- **Le rangement** : À la fin, j'aide l'entraîneur à ramasser les ballons et le matériel. Un.e champion.ne prend soin de son gymnase !

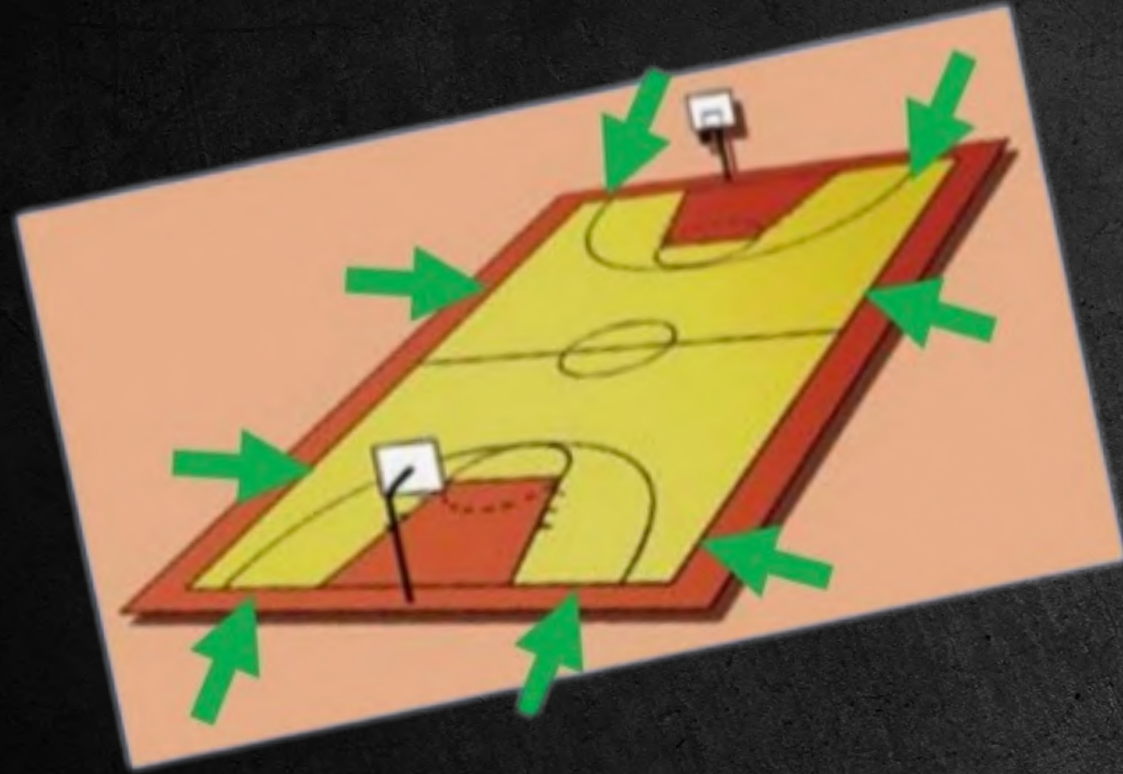
2. Pendant l'entraînement

- **L'écoute** : Quand l'entraîneur parle ou siffle, je m'arrête de dribbler et je regarde l'entraîneur. C'est le secret pour progresser vite !
- **L'effort** : Je donne le meilleur de moi-même, même si l'exercice est difficile. On a le droit de se tromper, c'est comme ça qu'on apprend.
- **Le silence** : Je ne coupe pas la parole et j'écoute les conseils donnés aux copains.
- **L'eau** : Ma gourde est ma meilleure amie. Je bois par petites gorgées aux pauses.

3. Avec les autres (L'Esprit d'Équipe)

- **Le respect** : Je dis "Bonjour" en arrivant et "Merci" en partant. Je respecte mes coéquipiers/coéquipières, mes adversaires et l'arbitre (même s'il fait une erreur !).
- **L'encouragement** : On ne se moque jamais. Si un copain ou une copine rate un panier, je l'encourage : "C'est pas grave, au prochain ça rentre !"
- **Le fair-play** : À la fin du match ou du petit jeu, on se serre la main ou on se fait un "check".

LES RÈGLES ESSENTIELLES



LA SORTIE

Le terrain a ses limites !

- Lorsque le ballon touche la ligne ou au delà de la ligne délimitant le terrain,
- Lorsqu'un joueur/une joueuse touche la ligne ou au delà de la ligne délimitant le terrain,

On annonce 'sortie' et la balle change de camp."

LES RÈGLES ESSENTIELLES



LE MARCHER

LE JOUEUR/LA JOUEUSE, le secret des appuis !

Le contrôle : Quand je reçois le ballon en courant, j'ai droit à deux pas pour m'arrêter, tirer ou passer.

Le pied de pivot : Une fois arrêté, mon premier pied posé reste "collé" au sol. C'est mon pivot ! L'autre pied peut bouger partout.

Le départ : Pour repartir en dribble, je dois poser la balle au sol avant de lever mon pied de pivot.

Le tir ou la passe : Je peux sauter et décoller mon pivot, mais je dois lâcher le ballon avant de retomber

L'ARBITRE, le chef d'orchestre !

L'arbitre :

- Annonce : « Marcher »,
- Fait le geste,
- Désigne l'équipe qui récupère la balle,
- Indique la direction du jeu d'un bras tendu.

LES RÈGLES ESSENTIELLES



LE DRIBBLE

LE JOUEUR/LA JOUEUSE, le secret du dribble !

Le geste : Je pousse le ballon vers le sol. Je ne dois ni le porter, ni dribbler avec les deux mains en même temps.

L'arrêt : Une fois que j'attrape mon ballon à deux mains, mon dribble est fini ! Je ne peux plus repartir : je dois tirer ou passer.

Sinon ? L'arbitre siffle « Reprise de dribble ! » et le ballon change de camp.

L'ARBITRE : Le guide du jeu !

L'arbitre intervient avec précision :

- Annonce la faute.
- Fait le geste officiel.
- Indique la couleur de l'équipe qui récupère la balle et montre la direction du jeu.

LES RÈGLES ESSENTIELLES



LE CONTACT

LE JOUEUR/LA JOUEUSE :

Le respect du contact !

La règle d'or : il est interdit de pousser, tenir ou bousculer mon adversaire.

En défense : J'ai le droit de barrer la route à l'attaquant(e) en restant face à lui/elle, sans avancer brusquement vers lui/elle. Mon corps ne doit pas créer de contact.

En attaque : Je ne peux pas "foncer" dans un défenseur/une défenseuse déjà placé(e), ni utiliser mes bras pour l'écarter.

La sanction : L'arbitre siffle « Faute ! »,

L'ARBITRE : Le garant du fair-play !

Pour une faute de contact, l'arbitre :

- Siffle fort en levant le poing fermé pour arrêter le jeu.
- Désigne le fautif/la fautive par son numéro et indique la nature de la faute par le geste officiel.
- Annonce la suite du jeu : remise en jeu sur le côté ou 2 lancers francs si le joueur/la joueuse était en train de tirer.

LE DÉROULEMENT D'UNE SAISON

VHB



Entraînement 2x par semaine pour les U9 + un match le weekend

Entraînement 2x par semaine pour les U11 + un match le week-end

Championnat sur 3 phases :

- 1ère phase de 3 matchs en octobre
- 2ème phase de 5 matchs de novembre à décembre
- 3ème phase de 10 matchs de janvier à mai

— “ —

**PRÊTS POUR LE COUP D'ENVOI ?
DÉCOUVREZ LE RYTHME DE VOTRE SAISON !**

L'ÉVÉNEMENT DE LA SAISON

**Le 8 mai, direction Cholet pour l'un des plus grands rendez-vous basket de la saison :
la Fête du Mini-Basket !**

Événement incontournable pour nos jeunes basketteurs·euses, placé sous le signe du jeu, du plaisir et de la bonne humeur !

Au programme :

- 🏀 Matchs et ateliers ludiques
- 🏀 Découverte et perfectionnement du basket
- 🏀 Sourires, fair-play et esprit d'équipe
- 🏀 Une journée 100 % dédiée aux enfants !

Bien évidemment, notre mascotte préférée VALHY sera présente pour encourager nos joueurs et joueuses et ensoleiller cette belle journée !



VALHY

LE RÔLE DU PARENT

VHB



Le parent référent d'équipe s'occupe des désignations pour :

- Les matchs à domicile : 2 parents doivent faire la table (un marqueur et un chronométrateur). Une formation est réalisée en début de saison et tout au long de la saison. Les parents de table doivent s'occuper du bar et de la collation.
- Les matchs à l'extérieur : Déplacement et co-voiturage des joueurs/joueuses et des coaches.
- Lavage des maillots d'équipe fourni par le club à tour de rôle.



ÊTRE PARENT AU CLUB : MODE D'EMPLOI POUR UNE SAISON RÉUSSIE !

CONTACTS



Hugo : 07 67 08 77 51



Stanley : 06 43 71 76 54



contact@valhyromebasket.org

VHB