



ANNEXE DU LIVRET DU JEUNE BASKETTEUR

Saison :

Nom : Prénom :

MON ANNEE U9, MINI POUSSIN(E) 2eme année 8 ANS

Ah me voici en 2eme année, je suis impatient.

Saison _____

Ma taille _____ Mon poids _____

Mon numéro de maillot _____

Mon entraîneur _____

Son téléphone _____



MES HORAIRES D'ENTRAINEMENT

JOUR	HEURE	SALLE

MES OBJECTIFS

Domaines	Conseils de mon entraîneur
<i>Dribbles</i>	
<i>Passes</i>	
<i>Tirs</i>	
<i>Arrêts</i>	

➤ Je fais de petits matchs et tournois.

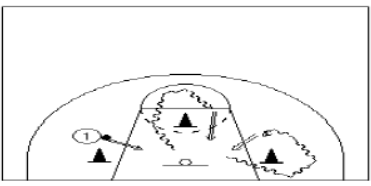
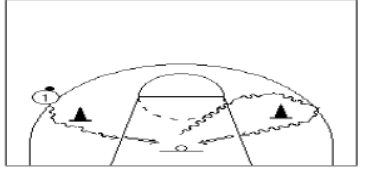
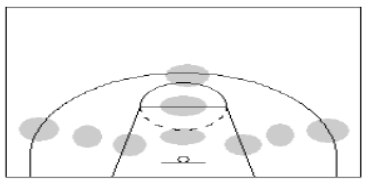
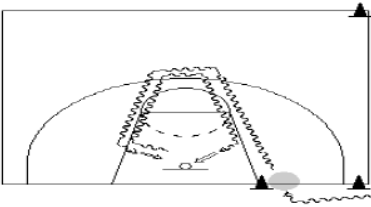
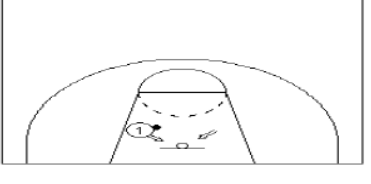
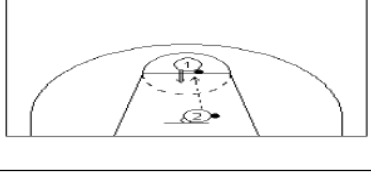


MES CAMARADES

<i>Nom</i>	<i>Prénom</i>	<i>Tél</i>	<i>Email</i>

La photo de mon équipe

EXERCICES D'EVALUATIONS

SCHEMAS	DEROULEMENT
	<p>trois shoots :</p> <p>le joueur tire du premier cône, va chercher son rebond et se dirige en dribble vers le cône suivant, celui-ci dispose d'une minute pour marquer le plus de panier possible, un panier marqué = 1 point</p>
	<p>double pas :</p> <p>Marquer un maximum de panier en double pas en moins d'une minute un panier marqué = 1 point</p>
	<p>lucky ball :</p> <p>9 positions sur le terrain, tirer, aller au rebond, changer de position un panier marqué = 1 point</p>
	<p>spirou shoot :</p> <p>départ ligne médiane, dribble main extérieure jusque coin de raquette/ligne de fond, manipulation de balle, (dribble main extérieure autour de la raquette double pas 45° droite avec la planche, dribble main extérieure autour de la raquette double pas 45° gauche avec la planche) x 2, enchaîner ensuite tir</p>
	<p>mikan drill :</p> <p>tirs alternés main droite, main gauche en continuité sous l'anneau pendant une minute, lancer un appui et tir</p>
	<p>lancer franc :</p> <p>marquer le plus de lancer franc en une minute, un passeur et un rebondeur</p>

RESULTATS DES EVALUATIONS

	<i>1^{er} Trimestre</i>	<i>2eme Trimestre</i>	<i>3eme Trimestre</i>
<i>Trois shoots</i>			
<i>Double pas</i>			
<i>Lucky Ball</i>			
<i>Spirou shoot</i>			
<i>Mikan Drill</i>			
<i>Lancer Franc</i>			
<i>Total</i>			

*Je commence à bien maîtriser le dribble et je marque de plus en plus souvent, c'est cool.
Super, l'année prochaine je passe en poussin(e) !!!*

LE CONTRAT DE CONFIANCE

Le rôle du club :

- *Offrir un encadrement de qualité et diplômé.*
- *Fournir tout le matériel et l'équipement nécessaire à la pratique du Mini-Basket.*
- *Veiller qu'à chaque entraînement soit présent un entraîneur, un dirigeant, un parent responsable.*
- *Assurer et licencier chaque joueur au sein de la Fédération Française de Basket-Ball.*
- *Inscrire les enfants aux rassemblements départementaux.*
- *Participer à la fête Nationale du mini-Basket.*

Le rôle de l'Educateur :

- *Favoriser le plaisir de l'enfant.*
- *Développer le jeu et l'esprit d'équipe.*
- *Être un modèle pour l'enfant : Fair-play, respect, discipline, encouragements.*
- *Informers les joueurs ainsi que leurs parents des matchs et des rassemblements.*

Le rôle des parents :

- *Prévenir l'entraîneur en cas de problème ou d'absence.*
- *Participer aux activités de l'école de Mini-Basket.*
- *Être un modèle pour l'enfant : Fair-play, respect, discipline, encouragements.*
- *Prévoir un équipement adapté à la pratique du Basket-Ball (short, baskets, maillot, gourde).*

Le rôle des enfants :

- *Arriver régulièrement à l'heure aux entraînements.*
- *Prévenir mon entraîneur en cas de problème ou d'absence.*
- *Prendre soin et participer au rangement du matériel.*
- *Respecter les décisions des joueurs, des entraîneurs et des arbitres.*
- *Prévenir mon entraîneur de mon arrivée et de mon départ en disant « Bonjour » et « Au revoir ».*

Signature de l'entraîneur

Signature des parents

Signature de l'enfant