



Les attentes par catégorie

Ce document est à destination des coachs/accompagnateurs des équipes U9 à U18 filles / U17 garçons. Chacune de ces catégories doit prétendre à atteindre ces objectifs en fin de deuxième année.

Catégorie U9

Je joue pour le plaisir et en progressant. C'est mon jeu (pas de score).

Volonté / Intentions

Volonté / Intentions (quoi) : Toujours tout terrain	
<u>Offensives Porteur du ballon (PB) :</u> <ul style="list-style-type: none"> Dribbler, tirer, rebond Dribbler, passer, rebond 	<u>Défensives PB :</u> <ul style="list-style-type: none"> Etre entre le joueur et le panier Freiner pour récupérer le ballon Etre passé = courir pour revenir sur le PB
<u>Offensives Non porteur (NPB) :</u> <ul style="list-style-type: none"> Courir, attraper, tirer, rebond Courir, rebond 	<u>Défensives NPB :</u> <ul style="list-style-type: none"> Couper la ligne de passe

Intensité

Intensité (Comment)	
<u>Offensive :</u> <ul style="list-style-type: none"> Etre capable d'enchaîner plusieurs aller/retour Etre capable de changer de statut : ATT/DEF DEF/ATT Jouer les 1C1 PB NPB Etre capable de relancer le jeu après un rebond 	<u>Défensive :</u> <ul style="list-style-type: none"> Etre capable d'enchaîner plusieurs aller/retour Etre capable de changer de statut : ATT/DEF DEF/ATT Comprendre les 1C1 PB

Technique

Technique (grâce à quoi)	
<u>Offensive :</u> <ul style="list-style-type: none"> Tir : apprentissage du tir en course avec deux appuis et mécanique de tir à mi-distance Passe : éviter les passes en cloche Dribble : mettre le ballon le plus loin du défenseur Manipulation de balle : transférer le ballon main droite/gauche ou gauche/droite (cross) 	<u>Défensive :</u> <ul style="list-style-type: none"> Courir et être fléchi Apprendre à changer de direction en fonction du PB (appuis)

Arbitrage : je Joue, j'Arbitre, je Participe (JAP)

Etre en capacité de reconnaître les 4 règles de base : marcher, reprise de dribble, faute, sortie

Catégorie U11

Je joue avec les transitions ATT/DEF, DEF/ATT. J'apprends à jouer avec les espaces de jeu. Je joue grâce à des relations à 2 tout terrain. Je conforte mes fondamentaux et j'apprends à comprendre le jeu.

Volonté / Intentions

Volonté / Intentions (quoi) : Toujours tout terrain

Offensives Porteur du ballon (PB) :

- Dribbler, tirer, rebond
- Dribbler, passer, rebond
- Passe et va tout terrain
- Notion de franchir un ou des DEF

Défensives PB :

- Etre entre le joueur et le panier
- Freiner pour récupérer le ballon
- Etre passé = courir pour revenir sur le PB

Offensives Non porteur (NPB) :

- Courir, attraper, tirer, rebond
- Courir, rebond

Défensives NPB :

- Couper la ligne de passe
- Je me place sur ma ligne de passe en fonction de la balle

Intensité

Intensité (Comment)

Offensive :

- Etre capable d'enchaîner plusieurs aller/retour
- Etre capable de changer de statut : ATT/DEF DEF/ATT
- Jouer les 1C1 PB NPB
- Apprendre à relancer le jeu avec une remise en jeu
- Apprendre à relancer le jeu après un rebond

Défensive :

- Etre capable d'enchaîner plusieurs aller/retour
- Etre capable de changer de statut : ATT/DEF DEF/ATT
- Comprendre les 1C1 PB NPB

Technique

Technique (grâce à quoi)

Offensive :

- Tir : maîtrise du tir en course avec deux appuis (push up), découverte du lay-up, mécanique de tir à mi-distance
- Passe : éviter les passes en cloche
- Dribble : mettre le ballon le plus loin du défenseur, changement de main (cross)

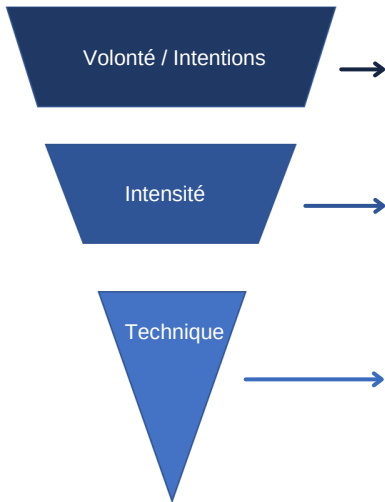
Défensive :

- Courir et être fléchi
- Je sais changer de direction en fonction du PB
- Se focaliser sur les intentions et l'intensité

Arbitrage : Je joue, J'Arbitre, Je participe (JAP)

Etre en capacité de reconnaître les 4 règles de base : marcher, reprise de dribble, faute, sortie

Catégorie U13



**Je m'entraîne pour progresser et me perfectionner (recherche de la réussite).
Je maîtrise les intentions de jeu en ATT, en DEF et je mets beaucoup d'intensité.
Cette maîtrise est plus importante que le score.**

Volonté / Intentions (quoi) : Toujours tout terrain

Offensives Porteur du ballon (PB) :

- Dribbler, tirer, rebond
- Dribbler, passer, rebond
- Vouloir franchir
- Passe et va tout terrain
- Je relance le jeu par le dribble ou la passe
- Tir ouvert = tir pris

Défensives PB :

- Etre entre le joueur et le panier
- Freiner pour récupérer le ballon
- Toucher, cadrer
- Etre passé = courir pour revenir sur le PB

Offensives Non porteur (NPB) :

- Courir, attraper, tirer, rebond
- Courir, rebond
- J'utilise par mes courses la largeur et la profondeur du terrain

Défensives NPB :

- Couper la ligne de passe
- Je me place sur la ligne de passe en fonction de la balle (notion du Aider/Reprendre)

Intensité (Comment)

Offensive :

- Etre capable d'enchaîner plusieurs aller/retour
- Etre capable de changer de statut : ATT/DEF DEF/ATT
- Jouer les 1C1 PB NPB
- Etre capable de relancer le jeu avec une remise en jeu ou après un rebond

Défensive :

- Etre capable d'enchaîner plusieurs aller/retour
- Etre capable de changer de statut : ATT/DEF DEF/ATT
- Tenir le duel

Technique (grâce à quoi)

Offensive :

- Tir : maîtrise des tirs en course (push up et lay-up), diversification des tirs (crochet, lay-back, power...) et mécanique de tir à mi-distance.
- Passe : je développe mes passes (directe, à terre, désaxées...)
- Dribble : maîtrise du ballon et diversification de mes dribbles d'éliminations (entre les jambes, dans le dos...)
- Manipulation de balle : je maîtrise l'aisance main droite/main gauche.

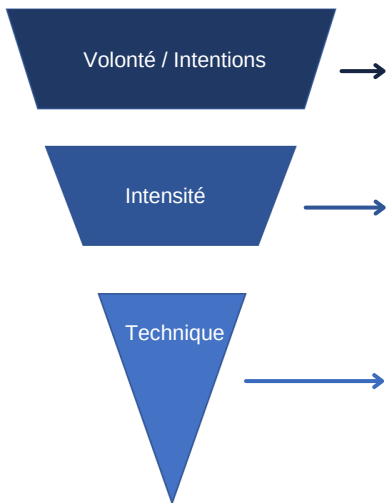
Défensive :

- Maîtrise du toucher cadrer, maîtrise de posture défensive (fléchi, mobilité des appuis, mobilité des bras)
- Je communique en défense (balle)

Arbitrage : je sais reconnaître les règles de base : marcher, reprise de dribble, sortie.
Je maîtrise les règles des contacts (cylindre). Je connais les règles de temps. Je me place correctement en fonction du jeu.

Catégorie U15

Je m'entraîne pour progresser et me perfectionner (recherche de la réussite).
 Je maîtrise les intentions de jeu en ATT, en DEF et je mets beaucoup d'intensité.
 Je développe les relations de jeu à 2 et à 3 tout terrain et demi-terrain.
 Cette maîtrise est plus importante que le score d'un match.



Volonté / Intentions (quoi) : Toujours tout terrain	
Offensives Porteur du ballon (PB) : <ul style="list-style-type: none"> Réelle volonté de vouloir marquer (agressivité) Etre capable de franchir Je relance le jeu très rapidement par le dribble ou par la passe Recherche d'un tir ouvert Je joue mon rebond 	Défensives PB : <ul style="list-style-type: none"> Le PB est pris en charge par le DEF le plus proche (agressivité sur la balle) Toucher, cadrer Tenir le duel Être passé = courir pour revenir sur le PB Je sécurise le rebond DEF
Offensives Non porteur (NPB) : <ul style="list-style-type: none"> J'utilise par mes courses la largeur et la profondeur du terrain Sur montée de balle, 1 soutien et 3 solutions de passes vers l'avant Rebond offensif pour tous 	Défensives NPB : <ul style="list-style-type: none"> Couper la ligne de passe Je me place en fonction de la balle (Aider/Reprendre) Je sécurise le rebond DEF

Intensité (Comment)	
Offensive : <ul style="list-style-type: none"> Etre capable d'enchaîner plusieurs actions Etre capable de changer rapidement de statut : ATT/DEF DEF/ATT Jouer les 1C1 PB/NPB Etre capable de relancer rapidement le jeu après un rebond ou panier encaissé 	Défensive : <ul style="list-style-type: none"> Etre capable d'enchaîner plusieurs actions Etre capable de changer rapidement de statut : ATT/DEF DEF/ATT Tenir le duel

Technique (grâce à quoi)	
Offensive : <ul style="list-style-type: none"> Tir : maîtrise du tir au contact, diversification des gammes de tir Maîtrise de mécanique de tir à mi-distance, prise d'initiatives tir à longue distance Passe : Maîtrise des différentes passes Dribble : maîtrise du ballon et diversification de mes dribbles d'élimination et de protection Manipulation de balle : je maîtrise mon aisance balle en main, main droite/main gauche. 	Défensive : <ul style="list-style-type: none"> Maîtrise du toucher cadrer, maîtrise de la posture défensive (fléchi, mobilité des appuis, mobilité des bras) Je communique en défense

Arbitrage : Je sais reconnaître : marcher, reprise de dribble, sortie
 Je maîtrise les règles des contacts (cylindre)
 Je connais les règles de temps
 Je me place correctement en fonction du jeu

Catégorie U17/U18

Je conforte mes qualités individuelles et je peux jouer à tous les postes.
Je m'inscris dans un collectif à 5 où je développe mon sens tactique.
Je développe des principes et des formes de jeu sur le terrain.

Volonté / Intentions

Intensité

Technique

Volonté / Intentions (quoi) : Toujours tout terrain

Offensives Porteur du ballon (PB) :

- Réelle volonté de vouloir marquer (agressivité)
- Etre capable de franchir
- Je relance le jeu très rapidement par le dribble ou par la passe
- Recherche d'un tir ouvert avec rebond possible
- Je joue mon rebond

Défensives PB :

- Le PB est pris en charge par le DEF le plus proche (agressivité sur la balle)
- Toucher, cadrer
- Tenir le duel PB et NPB
- Être passé = courir pour revenir sur le PB
- Je sécurise le rebond DEF

Offensives Non porteur (NPB) :

- J'utilise par mes courses la largeur et la profondeur du terrain
- Sur montée de balle, 1 soutien et 3 solutions de passes vers l'avant
- Rebond offensif pour tous

Défensives NPB :

- Couper la ligne de passe
- Je me place en fonction de la balle (Aider/Reprendre)
- Je sécurise le rebond DEF

Intensité (Comment)

Offensive :

- Etre capable d'enchaîner plusieurs actions de jeu
- Etre capable de changer de statut : ATT/DEF DEF/ATT
- Jouer les 1C1 PB NPB
- Jouer des relations à 2 ou à 3
- Etre capable de relancer rapidement le jeu après un rebond ou panier encaissé

Défensive :

- Etre capable d'enchaîner plusieurs actions de jeu
- Etre capable de changer rapidement de statut : ATT/DEF DEF/ATT
- Tenir le duel

Technique (grâce à quoi)

Offensive :

- Je me perfectionne dans mon tir, mes passes et mon dribble.
- J'apprends et je développe des formes de jeu avec et sans ballon
- J'ai des notions d'attaque de zone
- Apprentissage du pick and roll

Défensive :

- Maîtrise du toucher cadrer, maîtrise de la posture défensive (fléchi, mobilité des appuis, mobilité des bras)
- Je défends tout terrain et je développe mes relations et ma communication défensive.
- J'ai des notions de défense de zone

Arbitrage : Je sais reconnaître : marcher, reprise de dribble, sortie
Je maîtrise les règles des contacts (cylindre)
Je connais les règles de temps
Je me place correctement en fonction du jeu
J'approfondi mes connaissances sur les règles spécifiques