

Photo



# CARNET DE SUIVI DU JEÛNE BASKETTEUR SAISON 2024 -2025

Nom:.....

Prénom:.....

Catégorie:.....

N° de licence:.....

LABEL ÉCOLE DÉPARTEMENTALE ET RÉGIONALE  
DE MINIBASKETT



**SI VOUS TROUVEZ CE CARNET, VEUILLEZ LE RAMENER  
SALLE 2 DU GYMNASSE GASTON BARRET  
[/CONTACT@BASKET-BONDOUFLE.FR](mailto:CONTACT@BASKET-BONDOUFLE.FR)**





# CARNET DU JEÛNE BASKETTEUR

## CLUB BASKETBALL/



### Mes coordonnées :

Nom : ..... Adresse : .....  
Prénom : .....  
Date de naissance : / / .....

### Nom et Prénom des représentants légaux :

Nom : .....  
Prénom : .....

Téléphone : Portable .....  
Travail .....

Email : .....

Nom : .....  
Prénom : .....  
Téléphone : Portable .....  
Travail .....

Email : .....



### Qui peut également venir chercher votre / vos enfant(s) à la salle ?

Nom : ..... Prénom : .....  
Nom : ..... Prénom : .....  
Nom : ..... Prénom : .....

Date et signatures des Parents :



# CARNET DU JEÛNE BASKETTEUR

## CLUB BASKETBALL/



### JEU, PLAISIR, RESPECT, SPORTIVITÉ, CAMARADERIE :

#### MON COMPORTEMENT DANS MON CLUB, DANS MON ÉQUIPE

- Je dis « Bonjour » et « Au revoir »
- Je respecte mon entraîneur et mes moniteurs :
  - En arrivant à l'heure à l'entraînement
  - En ne dribblant pas avec mon ballon quand il parle
  - En écoutant les consignes qu'il donne
  
- Je respecte les camarades de mon équipe
  - Je ne me moque pas de mes camarades
  - Je ne me bats pas
  - Je ne touche pas aux affaires qui ne m'appartiennent pas
  
- Je participe à la vie de mon club
  - Je lis le tableau d'affichage
  - J'aide à la table de marque pendant les matchs
  - J'arbitre des matchs à l'entraînement.
  
- Je respecte les installations et le matériel
  - Je viens avec des baskets propres dans mon sac
  - Je range le matériel
  - Je me mets en tenue dans les tribunes

#### MON ENTRAÎNEUR : IL (ELLE) S'APPELLE :

Fédération Française de Basketball

Nom : .....

Prénom : .....

Téléphone : Portable .....

Email: .....



PHOTO CLUB



# CARNET DU JEÛNE BASKETTEUR

## CLUB BASKETBALL/



### MES HEURES D'ENTRAINEMENTS :

	MARDI	MERCREDI	SAMEDI
BABY			
MINI POUSSINS ECO1			
MINI POUSSINS ECO2			
POUSSINS (NES) LOISIRS			

### JE RESPECTE LES RÈGLES :

- Je viens un quart d'heure avant le début de ma séance
- Je me mets en tenue avant le début de ma séance
- Je respecte la séance d'entraînement qui se déroule sur le terrain.
  - Je ne chahute pas sur le bord du terrain
  - Je ne fais pas de bruit avec mon ballon sans y être autorisé.
  - Je ne joue pas sur les côtés sans autorisation.

### JE PARTICIPE À TOUTES LES SÉANCES D'ENTRAINEMENTS :

Fédération Française de Basketball

S1	S2	S3	S4	S5	S6	S7	S8	S9	S10
S11	S12	S13	S14	S15	S16	S17	S18	S19	S20
S21	S22	S23	S24	S25	S26	S27	S28	S29	S30



# CARNET DU JEÛNE BASKETTEUR

## CLUB BASKETBALL/



### LES 4 RÈGLES ESSENTIELLES DU BASKET :

#### La « SORTIE »

- Lorsque le ballon touche le sol de l'autre côté de la ligne qui délimite le terrain.
- Lorsqu'un joueur avec le ballon touche cette ligne le ballon sera redonné à l'autre équipe

#### Le « DRIBBLE »

- Je ne peux pas dribbler à deux mains
- Lorsque j'arrête le dribble je ne peux plus repartir en dribble. Je dois faire une passe ou prendre un tir.

#### Le « MARCHER »

- Je n'ai pas le droit de marcher ni de courir avec le ballon entre les mains.
- Quand je reçois le ballon j'ai le droit à « deux appuis » pour le contrôler.

#### Le « CONTACT »

- Le « CONTACT » est interdit entre les joueurs.
- Je ne dois pas bousculer, ni toucher mon adversaire
- Si cela se produit, l'arbitre me siffle une faute
- À la cinquième faute, l'arbitre m'indique que je ne peux plus jouer et que je dois aller m'asseoir sur le banc de mon équipe jusqu'à la fin du match.



# CARNET DU JEÛNE BASKETTEUR

## CLUB BASKETBALL/



### MON IDENTITÉ DANS LE SPORT :

J'ai commencé le basket à l'âge de \_\_\_\_ ans.

Je suis droitier  Je suis gaucher

Je fais du sport depuis l'âge de \_\_\_\_ ans.

Les sports que j'ai pratiqué :

\_\_\_\_\_ Nombre d'années : \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_ Nombre d'années : \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_ Nombre d'années : \_\_\_\_\_

### MES BAPTÊMES DANS LE BASKET :

Baptême de joueur :

- J'ai effectué mon premier match

Le \_\_\_\_ / \_\_\_\_ / \_\_\_\_ à contre \_\_\_\_\_

score de mon équipe \_\_\_\_\_ Score de l'autre équipe \_\_\_\_\_

Nom et signature de mon entraîneur :

Mon premier panier:

- J'ai marqué mon premier panier :

Le \_\_\_\_ / \_\_\_\_ / \_\_\_\_ à contre \_\_\_\_\_

score de mon équipe \_\_\_\_\_ Score de l'autre équipe \_\_\_\_\_

Nom et signature de mon entraîneur :

Mon baptême d'arbitre :

- J'ai arbitré mon premier match :

Le \_\_\_\_ / \_\_\_\_ / \_\_\_\_ à \_\_\_\_\_

club de \_\_\_\_\_ contre \_\_\_\_\_

Nom et signature de mon entraîneur :



# CARNET DU JEÛNE BASKETTEUR

## CLUB BASKETBALL/



<b>MES ACQUIS</b>	<b>1 (DÉBUTANT)</b>	<b>2 (CONFIRMÉ)</b>	<b>3 (EXPERT)</b>
<p>Je sais « dribbler »</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Je sais dribbler avec la main droite</li><li>- Je sais dribbler avec la main gauche</li><li>- Je sais changer de main pour éviter un adversaire</li><li>- Je sais dribbler sans regarder mon ballon</li></ul> <p>- sur place</p> <p>- en me déplaçant</p>			
<p>Je sais « tirer au panier »</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Je sais enchaîner dribble et tir en course</li></ul> <p>-main droite</p> <p>-main gauche</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Je sais enchaîner réception de passe et tir en course.</li></ul> <p>- à droite</p> <p>- à gauche</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Je réussis régulièrement des lancers francs</li><li>- Je sais tirer à l'arrêt à mi-distance</li></ul>			
<p>Je sais faire des « passes »</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Je sais faire des passes à un partenaire</li></ul> <p>- immobile</p> <p>- en mouvement</p> <p>- malgré une pression défensive</p>			





# CARNET DU JEÛNE BASKETTEUR

## CLUB BASKETBALL/



**JE PEUX M'EXPRIMER ICI :**





# CARNET DU JEÛNE BASKETTEUR

## CLUB BASKETBALL/



### JE SAIS RETROUVER LE BALLON SUR LE TERRAIN:

# LABYRINTHE

Aide le joueur à récupérer son ballon (un seul chemin possible)

1

2

3

4

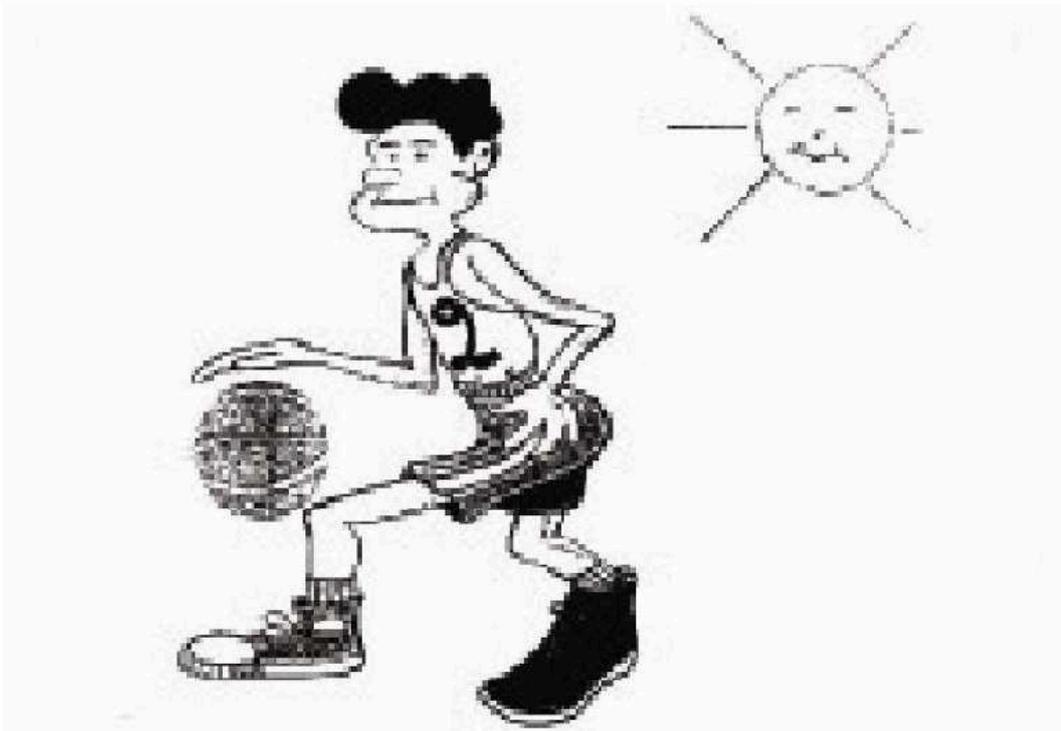


# CARNET DU JEÛNE BASKETTEUR

## CLUB BASKETBALL/



### JE SAIS VOIR LES DIFFÉRENCES :



LES 6 DIFFERENCES !





# CARNET DU JEÛNE BASKETTEUR CLUB BASKETBALL/



**JE M'EXPRIME ICI SI JE VEUX FAIRE UN  
DESSIN POUR LE BASKET:**



Fédération Française de BasketBall





# CARNET DU JEÛNE BASKETTEUR

## CLUB BASKETBALL/



### LES CATEGORIES:

<b>BABY-BASKET</b>	<b>U7</b>	<b>5 ET 6 ANS</b>
<b>MINI- POUSSINS</b>	<b>U9</b>	<b>7 ET 8 ANS</b>
<b>POUSSINS ET POUSSINES</b>	<b>U11</b>	<b>9 ET 10 ANS</b>
<b>BENJAMINS ET BENJAMINES</b>	<b>U13</b>	<b>11 ET 12 ANS</b>
<b>MINIMES FILLES ET GARÇONS</b>	<b>U15</b>	<b>13 ET 14 ANS</b>
<b>CADETS OU CADETTES..</b>	<b>U17 U18</b>	<b>15, 16 ET 17 ANS</b>
<b>JUNIORS</b>	<b>U20</b>	<b>18, 19 ANS</b>
<b>SENIORS</b>	<b>SENIORS</b>	<b>20 ANS ET PLUS</b>

### LES CHAMPIONNATS JEUNES :

À l'école de mini-basket, il n'y a pas de championnat, l'important est l'apprentissage et non la victoire ou la défaite. Les enfants apprennent à jouer entre eux mais aussi contre d'autres clubs; en principe, on n'affiche pas les scores des rencontres.

À partir de la catégorie U11, les compétitions commencent réellement. A partir de U13, garçons ou filles les équipes jouent selon leur niveau en département ou en région.

Il existe un niveau championnat de France sur les catégories U15 et U18

### LES CHAMPIONNATS SENIORS:

(Du + haut au + bas)

Garçons            Bet clic Elite (Pro A), Pro B, Espoirs

Filles              Ligue Feminine de Basket, Ligue féminine 2

National:          Niveaux:1, 2 et 3

Régional:         Niveaux:1, 2 et 3

Départemental : Niveaux : 1, 2, 3 et 4



# CARNET DU JEÛNE BASKETTEUR

## CLUB BASKETBALL/



### **COMMENT DEVENIR UN VRAI CHAMPION :**

> **Je dis « Bonjour » et « Au revoir » !!!**

> **Je respecte mon entraîneur , les animateurs et les arbitres :**

- J'arrive à l'heure aux entrainements
- Je préviens quand je ne peux pas participer à l'entraînement
- J'écoute les consignes sans faire de bruit

> **Je respecte mes camarades :**

- J'accepte de perdre
- Je respecte les règles
- J'encourage mes camarades

> **Je participe à la vie de mon club :**

- Je lis le tableau d'affichage des matchs
- J'aide à la table de marque pendant les matchs
- Je viens aux manifestations organisées par le club
- Je regarde les infos sur le site du club

> **Je respecte les installations et le matériel :**

- Je viens avec des baskets propres dans mon sac
- Je range le matériel
- Je me mets en tenue dans les tribunes

> **Je prépare mon sac :**

- 1 paire de baskets propres
- 1 bouteille d'eau
- 1 petite serviette
- Des vêtements de rechange
- Eventuellement une barre de céréales ou un petit goûter pour manger à la fin de la séance

**Si je pense à tout, je vais m'entraîner dans de bonnes conditions et déjà,  
je suis un(e) petit(e) champion(ne)...**



# CARNET DU JEÛNE BASKETTEUR

## CLUB BASKETBALL/



### **CONTRAT DE CONFIANCE:**

Le contrat a pour but d'assurer le bon fonctionnement de l'école de mini basket

#### **Accueil des licenciés:**

Il se fait dans les tribunes au début de chaque entraînements. Les parents s'engagent à confier leur enfant à l'entraîneur et à venir le rechercher dès la fin de l'entraînement.

#### **Retard et absence:**

L'exactitude est une forme de respect pour ceux qui entraînent.

L'enfant inscrit à l'école du Mini basket est tenu de participer à l'ensemble des entraînements et des matchs. Toute absence prévue ou imprévue doit être signalée dès que possible par la famille à l'entraîneur.

#### **Sécurité:**

Pour des raisons de sécurité, les bijoux, les pin's, les briquets, les allumettes, les couteaux, les ciseaux et tout objet dangereux sont interdits

#### **Tenue, discipline:**

Une attitude correcte et polie envers tous les éducateurs, animateurs et autres adultes est exigée. Chacun aura une attitude correcte tant sur le plan physique (hygiène corporelle et vestimentaire) que sur le plan moral (comportement langage) durant l'entraînement et lors des rencontres sportives. Chaque licencié doit avoir sa tenue de sport (short, tee-shirt, chaussures de sport lacées).

Chacun a le devoir de respecter les locaux et le matériel mis à sa disposition. Celui-ci doit être rangé à l'endroit prévu à cet effet.

Par l'intermédiaire du carnet de suivi, la famille sera informée régulièrement des progrès de l'enfant.

Chaque licencié de l'école de Mini basket s'engage à prendre connaissance du contrat de confiance, à l'approuver et à le signer ainsi que ses responsables légaux

Signature des parents

Signature de l'enfant

Signature du club

*Mairie Perrot*



# CARNET DU JEÛNE BASKETTEUR CLUB BASKETBALL/



## RESPONSABLE TECHNIQUE MINI BASKET

### RESPONSABLES D'ÉQUIPES

U11 MERCREDI	ENTRAINEURS U9 SAMEDI	U7 BABY BASKET
NOM ET PRÉNOM -----	NOM ET PRÉNOM -----	NOM ET PRÉNOM -----
TEL:	TEL:	TEL:
ASST: (PRÉNOMS) -----	ASST: (PRÉNOMS) -----	ASST: (PRÉNOMS) -----

**ADRESSE DU GYMNASSE :**  
**RUE GEORGES POMPIDOU**  
**91070 BONDOUFLE, FRANCE**

**SITE INTERNET: [HTTPS://BASKET-BONDOUFLE.FR/](https://basket-bondoufle.fr/)**

TYPE DE LABEL OBTENU

