

COMITE DEPARTEMENTAL
DE BASKET-BALL DE L'AVEYRON
5, rue Chirac - B.P. 311 - 12003 RODEZ Cedex
Tel : 05. 65. 78. 54. 66 - Fax : 05. 65. 78. 55. 01
E-mail : comitebasket.aveyron@wanadoo.fr

CHALLENGE BENJAMINS BENJAMINES

Contrairement à l'année précédente, les inscriptions des enfants se font auprès des clubs. Ce challenge est ouvert à tous les enfants qui le désirent, licenciés ou non, nés en 1997 et 1998. Il se déroule en 3 temps :

⇒ 1^{er} temps - **DANS LES CLUBS** -

- Chaque club fait passer les épreuves **UNIQUEMENT** aux **BENJAMINS** et **BENJAMINES** : **(né(e)s en 1998-1997)**
- Ces épreuves peuvent se faire lors de plusieurs entraînements ou sur plusieurs journées. *(A la convenance des clubs)*
- Les consignes des épreuves *(voir en annexe)* doivent être respectées.
- L'éducateur note, lors de chaque passage, les résultats sur la grille des points. *(Voir en annexe)*
- Seront qualifiés pour la finale départementale les 3 meilleurs garçons et les 3 meilleures filles de chaque club.
- Les noms des 3 qualifiés *(par catégorie)*, ainsi que le **nombre total** de garçons et filles ayant participé aux épreuves, devront parvenir au Comité pour le **MERCREDI 17 MARS 2010**. *(Voir tableau en annexe)*

⇒ 2^{ème} temps - **FINALE DEPARTEMENTALE** -

- Elle aura lieu le **DIMANCHE 28 MARS** à **DRUELLE** (heures à définir)
- Les épreuves seront les mêmes que celles effectuées auparavant.
- Les 3 meilleurs garçons et les 3 meilleures filles seront qualifiés pour participer à la FINALE REGIONALE.
- Les 6 vainqueurs recevront un ballon et un diplôme.
- Tous les participants recevront un diplôme.

⇒ 3^{ème} temps – FINALE REGIONALE –

- Elle se déroulera le DIMANCHE 11 AVRIL 2010 à **CAHORS**.
- Elle réunira les 3 meilleurs garçons et les 3 meilleures filles de chaque département.

En espérant que tous les clubs feront participer le plus grand nombre de leur Benjamins et Benjamines. **Nous comptons sur vous.... !!!!**

P.O. LA COMMISSION MINI-BASKET

Gérard DECEMBRE



Epreuve Céline DUMERC (dextérité – tirs)



Déroulement :

Le joueur démarre 1 pied de son choix dans le cerceau (ou la cible) en effectuant un huit entre les jambes avec le ballon, fait un départ croisé en dribble et un tir en course. Il récupère son ballon, dribble vers le cerceau suivant, effectue un arrêt simultané avec un pied sur la cible, pivote sur ce pied, fait à nouveau un huit entre les jambes et enchaîne départ croisé tir en course..

- Sur le cerceau à Gauche du panier à (45°) derrière la ligne à 3pts :

Pied de pivot gauche dans le cerceau, dribble et tir en course main gauche

- Sur le cerceau à Droite du panier (45°) derrière la ligne à 3pts :

Pied de pivot droit dans le cerceau, dribble et tir en course main droite

- Sur le cerceau situé en face du panier derrière la ligne à 3pts :

Choix du pied de pivot, du dribble et de la main qui tire mais utiliser la main droite coté droit et la main gauche coté gauche.

- Pour repartir vers un autre cerceau, le joueur récupère son ballon et va, en dribblant se positionner dans le cerceau suivant pour effectuer 1 huit entre les jambes etc...

Règles : (1 panier = 2 points)

- Ordre : Choix du départ puis rotation D-G-F, G-F-D ou F-D-G

- Spots de départs : derrière la ligne des 3 points (voir schéma)

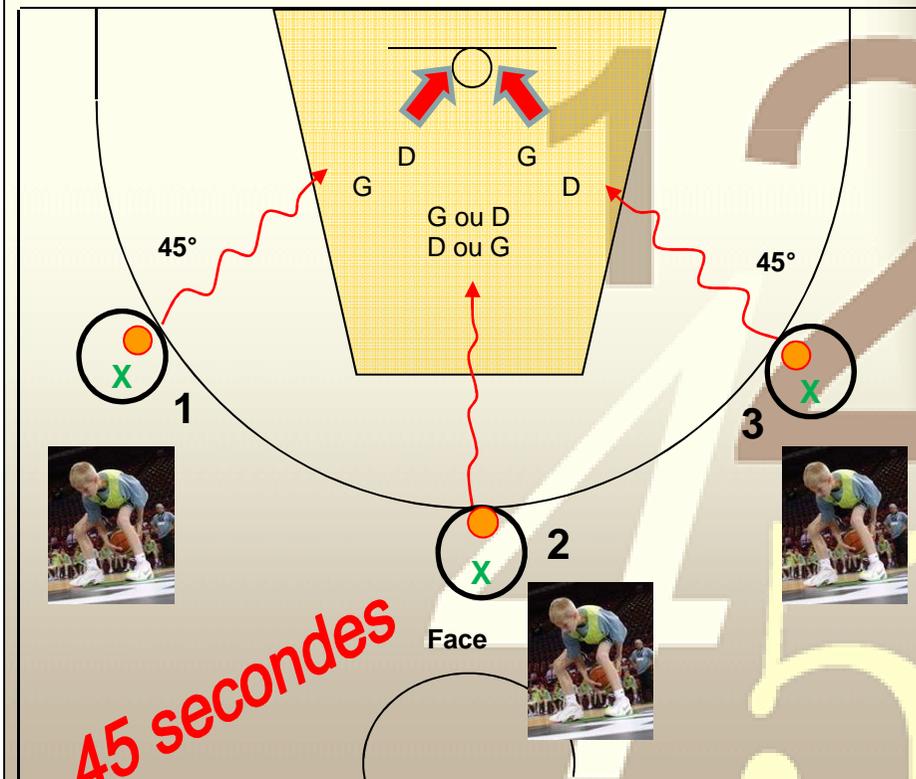
- Durée : (45 secondes)

Pénalités :

- 1 point si "marcher" et panier refusé
- Panier refusé si appuis inversés et/ou mauvaise main de tir.
- Ballon tombé lors de la réalisation dans le cerceau l'enfant recommence son huit complet.

- 1 joueur -

- Tir main gauche à gauche
- Tir main droite à droite
- Choix de la main de tir en face





Epreuve Boris DIAW (dribble - passe - tir)



Déroulement :

Le joueur démarre du plot gauche intitulé : Départ
Dribble main gauche et tire en double pas avec les appuis Gauche Droite et tir main Gauche.

Le joueur récupère son ballon et se rend vers le plot N°2 qu'il contourne par l'intérieur en dribblant avec la main de son choix puis :
Dribble main Droite et tir en double pas avec les appuis Droite Gauche et tir main Droite.

Rebond et pose du ballon dans le cerceau placé dans la raquette.

Le joueur prend le ballon dans le cerceau placé dans la zone restrictive et tente de le faire passer dans la cible verticale en effectuant une passe poitrine à deux mains.

- Prise d'appuis en fente avant et/ou appuis simultanés
- Il doit garder un appui dans la zone restrictive en effectuant la passe.
- Il effectue ce geste dans les trois cibles.

Recommencer dans le même ordre l'ensemble des épreuves jusqu'au retentissement du klaxon de fin de l'épreuve (45 secondes)

Les cibles (cerceaux) sont placés à la verticale de la ligne à 3 pts et du cercle central (voir schéma)

Positionner des personnes derrière les cibles pour récupérer les ballons et repositionner le matériel si nécessaire.

Règles :

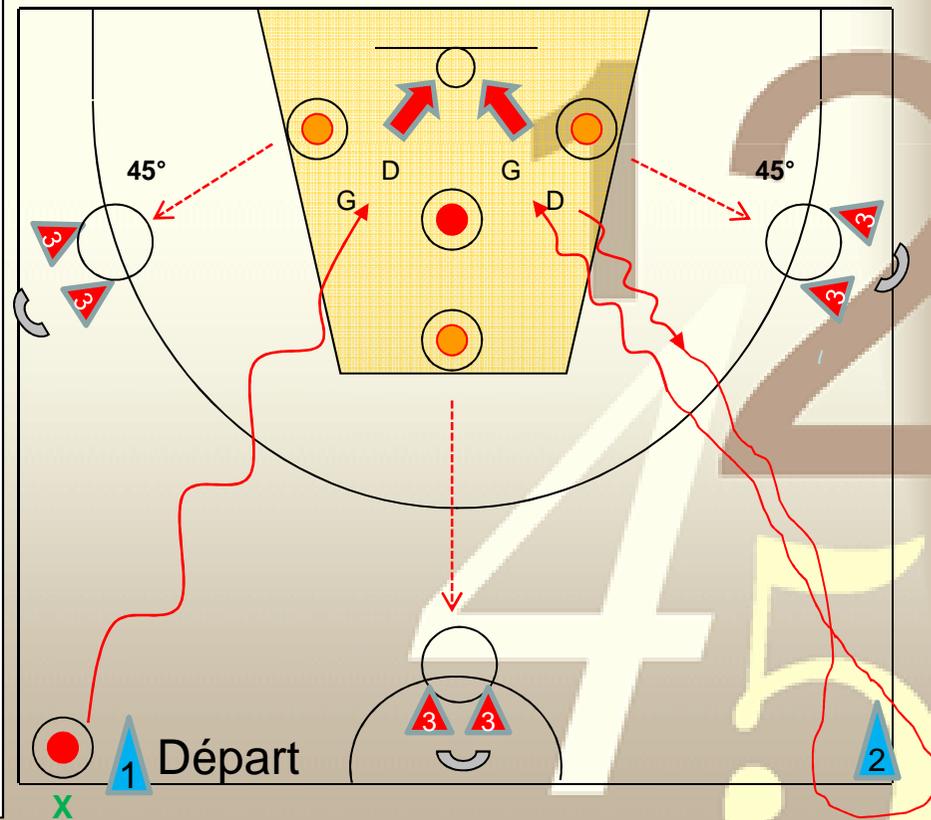
- Durée : 45 secondes
- Tirs "1 panier marqué = 2 points"
- Passes "1 passe réussie = 1 point"

Pénalités :

- 1 point si "marcher" et panier refusé
- Panier refusé si appuis inversés et/ou mauvaise main de tir.
- Le point sera refusé si le dernier appui est hors de la zone restrictive et la passe poitrine deux mains non respectée.

- 1 joueur tireur -
- plusieurs personnes en aide -

45 secondes





Epreuve Sandrine GRUDA (adresse à 3 pts, 2 pts et 1 pt)



*Le joueur(se) tire au moins une fois
à toutes les positions
avant d'aller là où il veut pour recommencer
une nouvelle série...*

- 1 joueur tireur / 2 ballons -
- plusieurs joueurs rebondeurs -



Déroulement :

- Le joueur tire des 7 positions. Il démarre avec le ballon au spot de son choix.
- Plusieurs joueurs au rebond qui récupèrent et redonnent les ballons au tireur pour continuer l'épreuve.
- Le tir de 1 point se fait du demi cercle devant la ligne de lancer-franc.

Règles :

La série terminée de 7 tirs des 7 spots :

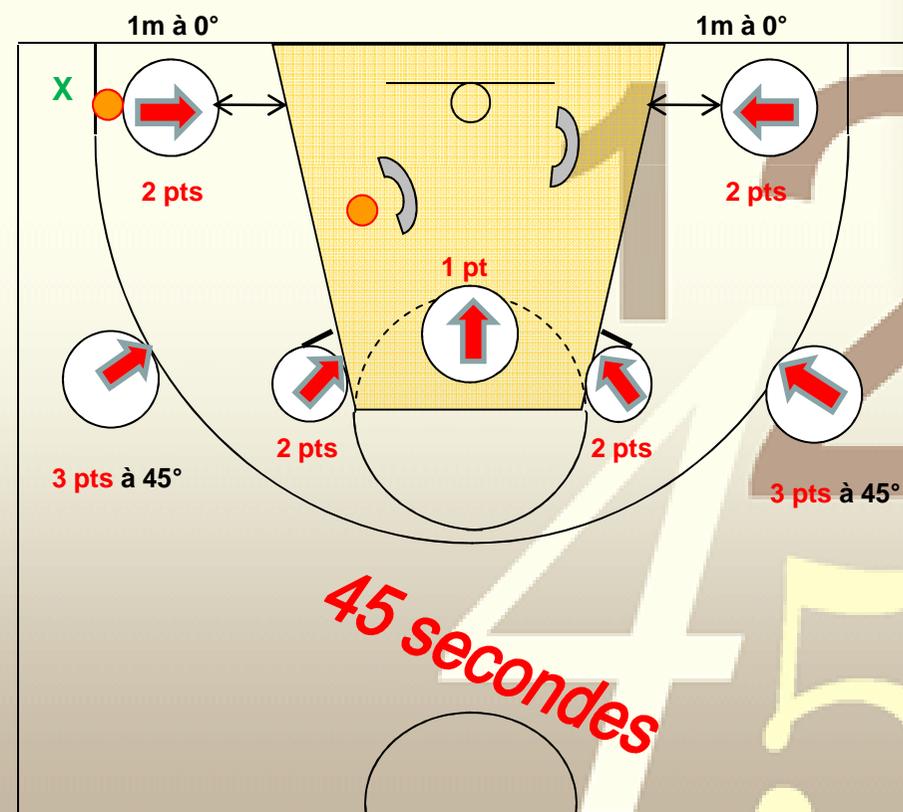
- Recommencer une série en passant à nouveau sur les 7 spots, etc. jusqu'au retentissement du klaxon de fin de l'épreuve (**45 secondes**)
- **Obligation de changer de spot entre chaque tir.**
- **A l'issue des 45 secondes :** additionner les points inscrits selon le chiffre indiqué sur le spot.

Tirs : 1 panier = 1, 2 ou 3 points

Pénalités :

- Si l'emplacement matérialisé pour le tir n'est pas respecté le panier ne sera pas validé.
(cerceaux, plots, espaces, lignes...)

Les emplacements des spots de tirs sont positionnés sur le schéma et spécifiés au regard des mesures officielles d'un terrain 28 par 15 .





Epreuve Tony PARKER (lancers-francs)



**4 séries de 2 LF
(45 secondes à Bercy)**

- 1 joueur tireur -
- 1 joueur rebondeur -



1 ballon

Déroulement :

- 4 séries de **2** lancers-francs
- Après 2LF consécutifs, courir au rond central et revenir (poser 1 appui dans le rond central et revenir)

Règles :

- **5 seconde** pour effectuer un LF
- 1 lancer marqué = 1 point
- 2 lancers consécutifs marqués de la même série = 3 points

Pénalités :

- Pied(s) sur la ligne de lancer-franc = point refusé

