



BASKET

PLATEAU
U7

SAMEDI 9 DECEMBRE 2023

DE 9H30 A 12H00

SALLE OMNISPORTS DE SAINT SAMSON SUR RANCE

PLATEAU BASKET U7

- TERRAIN 1

Organisation matérielle	Matériel
	<ul style="list-style-type: none"> - 2 cibles - 2 bancs ou plots pour identifier les camps des équipes - 2 ballons - 4 cerceaux - 10 "points" (coupelles ou bouchons) - plots pour limiter le terrain

o LE BERET

▪ But :

- Deux équipes.
- Chaque joueur choisit un numéro.
- L'arbitre annonce un numéro.
- Au signal, les joueurs détenteurs du numéro doivent courir, prendre le ballon puis marquer le plus rapidement possible.
- Le joueur qui marque en premier gagne 1 point pour son équipe.

- TERRAIN 2

Organisation matérielle	Matériel
	<ul style="list-style-type: none"> - 4 plots, balises - 4 ballons - 1 cible

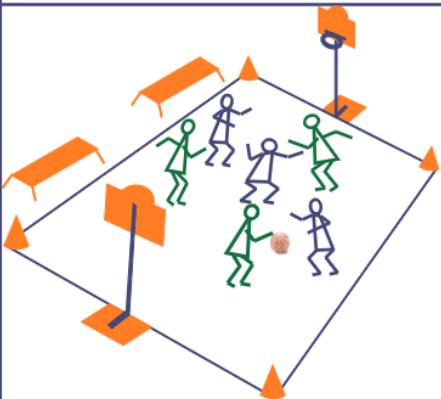
o LES RENARDS ET LES FERMIERS

▪ But : Mettre le plus d'œufs dans le panier.

- 2 équipes.
- Si ton équipe est « renards », tu cours autour de la ferme en faisant un relais course autour des plots.
- Si ton équipe est « fermiers », tu mets le plus possible d'œufs dans le panier. Les fermiers s'arrêtent quand le dernier renard termine sa course.

PLATEAU BASKET U7

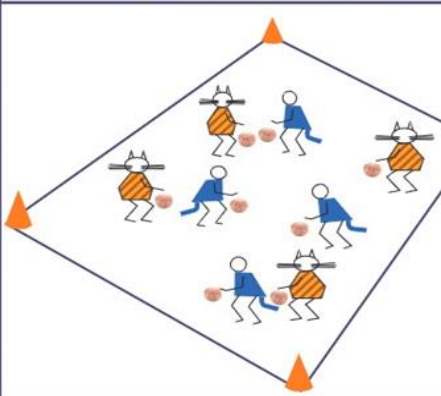
- TERRAIN 3

Organisation matérielle	Matériel
	<ul style="list-style-type: none">- 2 paniers- 1 ballon- 2 bancs

○ MATCH

- But : Marquer dans le panier de l'adversaire.
 - Deux équipes.
 - Vous essayez de vous emparer du ballon qui est lancé pour aller marquer dans le panier de l'adversaire.
 - L'équipe qui n'a pas le ballon essaie de le conquérir pour aller marquer à son tour.

- TERRAIN 4

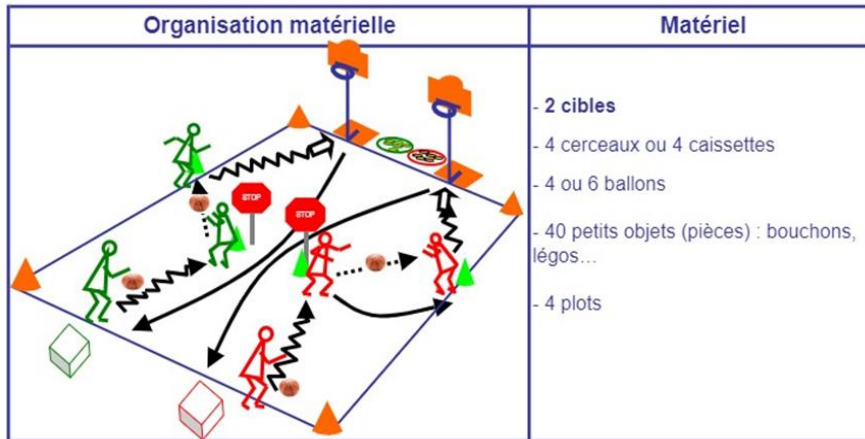
Organisation matérielle	Matériel
	<ul style="list-style-type: none">- 6 petits foulards ou 6 petites cordelettes servant de queues pour les souris- 10 ballons- 1 chronomètre

○ LES CHATS ET LES SOURIS

- But : Attraper la queue des souris.
 - Deux équipes.
 - En dribblant, les chats essaient d'attraper le plus possible de queue de souris en 1min30s.
 - Puis on inverse les rôles.
 - L'équipe qui en a attrapé le plus a gagné.

PLATEAU BASKET U7

- TERRAIN 5



○ RELAIS DRIBBLER, PASSER ET TIRER

- But : marquer 20 paniers avant l'équipe adverse.
 - Deux équipes.
 - Le joueur 1 dribble et donne le ballon au joueur 2.
 - Le joueur 2 passe au joueur 3 et va prendre sa place.
 - Le joueur 3 dribble, tire (un seul tir) et revient en courant.

DEROULEMENT DU PLATEAU

9H30 - 10H00
ACCUEIL DES CLUBS

	10H00 - 10H10		10H15 - 10H25		10H30 - 10H40	
Terrain 1	DBS 2	BC LAMBALLE	DINARD 1	BC BROONS	AL PLEURTUIT 2	ASPTT SAINT MALO 1
Terrain 2	DBS 3	AL PLEURTUIT 2	BC PLENEE - JUGON 1	DBS 2	DINARD 2	DINARD 1
Terrain 3	ASPTT SAINT MALO 1	DBS 1	BC LAMBALLE	ASPTT SAINT MALO 2	BC BROONS	AL PLEURTUIT 1
Terrain 4	ASPTT SAINT MALO 2	DINARD 1	AL PLEURTUIT 1	AL PLEURTUIT 2	DBS 1	DBS 2
Terrain 5	BC PLENEE - JUGON 1	BC BROONS	DINARD 2	ASPTT SAINT MALO 1	DBS 3	BC LAMBALLE
Repos	AL PLEURTUIT 1	DINARD 2	DBS 1	DBS 3	ASPTT SAINT MALO 2	BC PLENEE - JUGON 1

	10H45 - 10H55		11H00 - 11H10		11H15 - 11H25	
Terrain 1	ASPTT SAINT MALO 2	DINARD 2	AL PLEURTUIT 1	DBS 3	DBS 1	BC PLENEE - JUGON 1
Terrain 2	BC LAMBALLE	DBS 1	BC BROONS	ASPTT SAINT MALO 2	ASPTT SAINT MALO 1	AL PLEURTUIT 1
Terrain 3	BC PLENEE - JUGON 1	AL PLEURTUIT 2	DINARD 2	DBS 2	DBS 3	DINARD 1
Terrain 4	BC BROONS	DBS 3	ASPTT SAINT MALO 1	BC PLENEE - JUGON 1	BC LAMBALLE	DINARD 2
Terrain 5	AL PLEURTUIT 1	DBS 2	DBS 1	DINARD 1	ASPTT SAINT MALO 2	AL PLEURTUIT 2
Repos	DINARD 1	ASPTT SAINT MALO 1	AL PLEURTUIT 2	BC LAMBALLE	DBS 2	BC BROONS

11H30 - 11H45
REMISE DES MEDAILLES

11H45 - 12H00
GOUTER