



COMMISSION TECHNIQUE JEUNES

Saison 2024-2025

REGLEMENT SPORTIF DU CHAMPIONNAT DEPARTEMENTAL JEUNES

U13F-G / U15F-G / U17F-G / U18F-G

Temps de jeu des rencontres :

Catégorie	Durée des rencontres (en minutes)	Prolongation en cas de match nul
U13	4 X 8 décompté	3 minutes
U15	4 x 10 décompté	3 minutes
U17	4 x 10 décompté	5 minutes
U18	4 x 10 décompté	5 minutes

Intervalle de 1 minute entre 2 quart temps
Intervalle de 10 minutes à la mi-temps

Ballons :

Ballons Catégories	Taille des ballons	
	Masculins	Féminines
U13	T6	T6
U15	T7	T6
U17	T7	T6
U18	T7	T6

Ligne à 3 points :

Tracé à 6,75 m pour l'ensemble des catégories

Consignes techniques :

Jeu rapide en U13 et U15 M et F (pas d'intervention de l'arbitre sur remise en jeu en zone arrière sauf faute et temps morts). Remplacement en zone arrière interdit.

- Défense de zone interdite en U13M et U13F, fortement déconseillée en U15 F et M.
- Le jeu d'écran est autorisé en U15, U17 et U18. Il est fortement interdit en U13.

Les modifications des règles Officielles du Basketball (Ces ajustements s'appliquent à compter du 8 juillet 2022)

- 1. 14 secondes sur rebond offensif : applicable dans toutes les catégories**
- 2. Tir à 3 points : unification à 6m75 dans toutes les catégories**
- 3. Pas de remplacement en zone arrière jusqu'en U15**

1. 14 secondes sur rebond offensif

Application de la règle FIBA en cours dans toutes les divisions

- Quand l'équipe attaquante récupère le contrôle du ballon après que le ballon a touché l'anneau, elle dispose de 14 secondes pour tirer (et non plus de 24 sec.)
- La règle FIBA mise en place en 2014 n'était pas appliquée en France (sauf au haut-niveau)
- La règle est applicable dans toutes les divisions et toutes les catégories Ref : Art 29 Procédure particulière
- S'il n'y a pas de chrono des tirs ou s'il n'est pas compatible, il n'est pas utilisé et c'est l'arbitre qui prend en compte le décompte des 14 et des 24 secondes.
- Dans ce cas l'arbitre annonce « 8 » quand il reste « 8 secondes » pour tirer

2. LIGNE A 3 POINTS À 6m75 POUR TOUS

- Plus d'utilisation de l'ancienne ligne à 3 points à 6m25 pour les jeunes.
- La ligne à 3 points est unifiée à 6m75 pour toutes les catégories et toutes les divisions.

3. PAS DE REMPLACEMENT EN ZONE ARRIÈRE, JUSQU'EN U15 (règle « jeunes » - FFBB)

- Pour favoriser le jeu rapide chez les jeunes, depuis 2015-2016, l'arbitre ne doit pas toucher le ballon sur les remises en jeu en zone arrière (sauf après une faute ou un temps-mort).
- Problème : les remplacements, trop fréquents en zone arrière, stoppaient trop de contre-attaques possibles.
- Les remplacements en zone arrière ne sont donc plus autorisés sauf si une contre-attaque n'est pas possible, c'est-à-dire en cas de :
 - ✓ Faute
 - ✓ Temps-mort
 - ✓ Arrêt de jeu prolongé (joueur blessé, ballon dans les tribunes, ...).

Le rôle d'un entraîneur :

Préambule

Être entraîneur lors des entraînements ou des rencontres nécessite d'avoir aussi des qualités d'éducateur.

En tant que tel, on ne peut pas se limiter à une mission d'apprentissage technique du jeu de basket-ball. Il faut aussi apprendre aux enfants les règles de la vie en groupe.

L'éducateur vient en complément de l'éducation que doivent donner les parents et les enseignants. Il lui faut donc avoir un certain nombre de règles de conduite et d'habitudes vis-à-vis des enfants.

L'entraîneur est chargé d'amener une équipe à son meilleur niveau et de la préparer à des compétitions. Il est responsable de leurs échecs comme de leurs réussites. Il est lui-même un sportif pratiquant ou ayant pratiqué le basket durant plusieurs années.

C'est un enseignant qui maîtrise les processus d'apprentissage et est capable de les transmettre grâce à un programme d'entraînement qui doit augmenter les performances. Il met en pratique des exercices adaptés à ses joueurs selon un rythme, une progression et une intensité adaptés à chaque équipe qu'il encadre.

Il doit tout surveiller : les fautes techniques, les gestes irréfléchis, les défaillances physiques, la fatigue mentale... Il doit savoir motiver ses troupes, les encourager.

Il doit être accompagné et soutenu par le référent technique de son club pour progresser . . . lui aussi

L'entraîneur, quel que soit le niveau de l'équipe qu'il entraîne n'a pas un rôle facile. En tant que responsable des résultats des sportifs, il est porté au pinacle en cas de victoire mais il est le plus souvent discrédité en cas de défaite.

Il doit faire preuve de force de caractère et d'un solide sens psychologique afin de gérer les conflits, ménager les susceptibilités lors des entraînements et des matchs.

Bref, l'entraîneur a un rôle d'animation doublé d'un sens développé de la pédagogie.

Les 10 commandements de l'éducateur

- 1. Vous vous adressez à des jeunes, ce ne sont pas des adultes en réduction.**
- 2. Le basket est avant tout un jeu. Préservez l'envie de jouer et le plaisir qui en découle.**
- 3. Oubliez le résultat à tout prix et apprenez à vos jeunes joueurs à tirer les meilleurs enseignements des défaites comme des victoires.**
- 4. Permettez à chacun de participer selon son niveau et à tous d'accéder à l'autonomie dans le respect des règles communes.**
- 5. Gardez votre maîtrise dans toutes les circonstances : vous êtes un exemple pour les jeunes que vous encadrez.**
- 6. Respectez vos joueurs mais aussi les adversaires et tous ceux qui permettent au jeu de se dérouler.**
- 7. Responsabilisez les jeunes joueurs de votre groupe.**
- 8. Apprenez à vos joueurs la valeur de l'effort, le respect des décisions de l'arbitre et l'estime de soi.**
- 9. Sachez être ferme et exercez votre autorité sans excès.**
- 10. Apprenez à vos joueurs à se maîtriser.**

Règles du jeu et fair-play

Jouer au basket est un loisir, un sport, une école de la vie. Comme tout sport, le basketball, véhicule des valeurs.

Le Comité Départemental de la Manche de Basketball promouvoir des valeurs tel que :

- La solidarité, cette valeur est primordiale pour que la compétition se déroule dans un esprit sain
- Le dépassement de soi, avant de se battre contre les autres, il est important de se battre avec soi-même, de repousser ses limites !
- La compétitivité, si elle est saine permet d'augmenter ses performances et de surpasser
- Se faire plaisir, c'est souvent en prenant du plaisir, que vos performances seront meilleures
- Le respect, une valeur que chacun devrait avoir dans la vie de tous les jours. Elle passe par le respect des arbitres, des coachs, de son équipe et bien sûr de ses adversaires

