



4 COMBIEN DE JOUEURS ?

On joue à 5 contre 5 ?

Non ! En U11, une équipe est composée de 8 joueurs maximum. Et on joue en **4 contre 4**. Sur la dernière phase, il est possible de jouer en 5 contre 5.

4 contre 4

PLUS DE JEU POUR TOUS !

5 SUR QUEL TERRAIN ?

Et le terrain, il est grand comme chez les adultes ?

Oui. On joue sur tout le terrain qui mesure 28 x 15 m !

Tout terrain !

28 m

15 m

UN TERRAIN ADAPTÉ POUR PROGRESSER !

6 QUEL BALLON ?

Je suis le bon ballon moi ?

Oui, si tu es un ballon **taille 5** ! C'est la taille utilisée pour cette catégorie.

Taille 5

LE BON BALLON POUR BIEN JOUER !

BASKET PLAISIR PROGRÈS

7 LES PAUSES ?

On souffle combien de temps entre deux périodes ?

Il y a **1 minute** entre les périodes. Et il n'y a pas de mi-temps.

1 MINUTE

PAS DE MI-TEMPS

UN PETIT TEMPS POUR MIEUX REPARTIR !

ON JOUE ON APPREND ON PROGRESSE ENSEMBLE !

8 ET LES FAUTES ?

Si je fais des fautes, qu'est-ce qui se passe ?

Les fautes personnelles sont comptées : **5 fautes maximum**. En revanche, on n'applique pas le décompte des fautes d'équipe.

5 FAUTES MAXIMUM

ON JOUE BIEN, ON JOUE FAIR-PLAY !

9 COMMENT COMPTE-T-ON LE SCORE ?

On affiche le score après chaque panier ?

Non, le résultat se fait par périodes : période gagnée = 3 points, égalité = 2 points, perdue = 1 point. L'équipe qui gagne le plus de périodes remporte la rencontre.

PÉRIODE GAGNÉE = 3 points
ÉGALITÉ = 2 points
PERDUE = 1 point

DES PÉRIODES, PAS UN SCORE FINAL !

10 FILLES ET GARÇONS ?

Les filles et les garçons peuvent jouer ensemble ?

Oui. Les éducateurs veillent surtout à garder un bon équilibre sportif pendant les périodes, quel que soit le nombre de filles ou de garçons sur le terrain.

LE BASKET, C'EST ENSEMBLE !

11 PEUT-ON CHANGER ?

Je peux sortir et revenir quand je veux ?

Non. Il n'y a pas de changement pendant une période, sauf en cas de blessure ou lorsqu'un joueur a 4 fautes.

ON RESTE SUR LE TERRAIN PENDANT LA PÉRIODE !

12 COMBIEN JOUE CHACUN ?

Comment être sûr que tout le monde joue ?

Chaque joueur participe à **3 périodes entières** dans les 6 premières périodes, avec un maximum de 6 périodes jouées sur toute la rencontre.

3 PÉRIODES DANS LES 6 PREMIÈRES
MAXIMUM 6 PÉRIODES SUR LE MATCH

DU TEMPS DE JEU POUR TOUS !

13 COMMENT COMMENCE LE MATCH ?

On commence le match comment ?

Par un entre-deux. Ensuite, au début de chaque période, on applique la règle de l'alternance. Elle s'applique aussi en cas de ballon tenu.

14 ET QUAND LE BALLON SORT ?

Si je sors du terrain, que fait-on ?

On effectue une remise en jeu normale. Après un panier, on remet aussi en jeu et la défense est en homme-à-homme (défense individuelle) tout terrain.

15 LES RÈGLES DE TEMPS ET REZ ?

Je dois compter 3, 5, 8 ou 24 secondes ?

En U11 débutants et intermédiaires, on ne décompte que les 5 secondes. Les autres règles de temps et le retour en zone ne s'appliquent pas.

5"

REZ

16 ET LE TIR À 3 PTS ?

Si je tire de très loin, ça vaut 3 points ?

Non : il n'y a pas de panier à 3 pts.

3 PTS

17 ET LES LANCERS-FRANCS ?

Je peux m'avancer un peu pour tirer mes lancers-francs ?

Non, la ligne des lancers-francs est la même que chez les adultes !

18 L'ARBITRE TOUCHE LE BALLON ?

L'arbitre touche le ballon à chaque coup de sifflet ?

Non, il touche le ballon uniquement lorsqu'une **faute** de joueur est sifflée.

19 L'ARBITRE SIFFLE TOUT ?

Et si je marche ou si mon dribble n'est pas parfait ?

L'arbitrage doit être adapté : on accompagne le marcher et le dribble irrégulier. En revanche, les contacts et les sorties de terrain sont pénalisés.

Piiiiiii !

20 L'ARBITRE EXPLIQUE ?

Et quand on arbitre, on explique ce qu'on siffle ?

Oui ! La gestuelle de l'arbitre doit être accompagnée par la **parole** et l'explication. En U11, on apprend aussi en jouant !

À TOI DE JOUER !

Merci Siffly ! Maintenant, je connais toutes les règles et je suis prêt à jouer et à progresser !

Super Basky ! Le basket U11, c'est avant tout du plaisir, des copains et de belles aventures sur le terrain !

**PLAISIR
RESPECT
PROGRÈS
ENSEMBLE**

**JOUER
APPRENDRE
PROGRESSER
S'AMUSER !**