

# **DÉFI 3X3 FFBB**





# Défi 3x3 FFBB

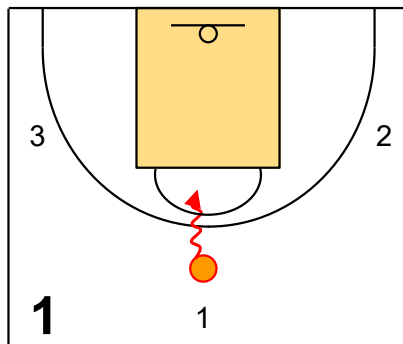


## REGLEMENT :

- 1 - Les rencontres se jouent sur 1/2 terrain sur un seul panier. La ligne des lancers francs se situe à 5m80 et la ligne à 2 points à 6m75 ou 6m25 selon le tracé existant, et l'arc de cercle de « non charge » sous le panier.
- 2 - Les équipes sont composées de 3 joueurs et un remplaçant.
- 3 - Durant le tournoi, finale y compris, les rencontres sont gérées par un arbitre "joueur / euse" sous la responsabilité d'un membre de la Commission Mini et Jeunes.(Application de l'action JAP).
- 4 - La première possession du ballon est attribuée par tirage au sort. Le match est lancé par un « Check-Ball ». En cas de situation d'entre deux, le ballon est donné à la défense.
- 5 - Les paniers valent 1 point à l'intérieur de l'arc de cercle à 6m75 ou 6m25 et 2 points à l'extérieur.
- 6 - Le match se joue en 1 séquence de 10 mn ou 21 points si l'une des deux équipes atteint ce score avant la fin du temps réglementaire. Le chrono est arrêté durant les lancers francs. Il redémarre lorsqu'un joueur contrôle le ballon. En cas d'égalité à la fin du temps réglementaire, les deux équipes jouent une prolongation. La première équipe qui marque 2 points est déclarée vainqueur.
- 7 - A partir de 7 fautes d'équipe, 1 lancer franc est tiré pour chaque faute sifflée.
- 8 - Les changements se font sur balle arrêtée – le remplaçant rentre sur le terrain après avoir tapé dans la main de son équipier sortant au niveau de la ligne médiane, axe panier-panier.
- 9 - Sur panier marqué, le ballon change de mains. La remise en jeu se fait sous le panier dans l'arc de non charge, sans sortir du terrain. Sur rebond défensif, interception, « Air Ball », le ballon doit ressortir au-delà de la ligne à 2pts.
- 10 - Pour qu'une attaque soit valable, le ballon doit être ressorti au delà de la ligne à 2pts après chaque intervention de gestion de la rencontre par l'arbitre, la reprise du jeu se fait au-delà de la ligne à 2pts, face au panier, par un « Check Ball ».
- 11 - Pas de temps mort pour la rencontre.
- 12 - Tout comportement déplacé et ou antisportif peut amener la disqualification du joueur et/ou de l'équipe.

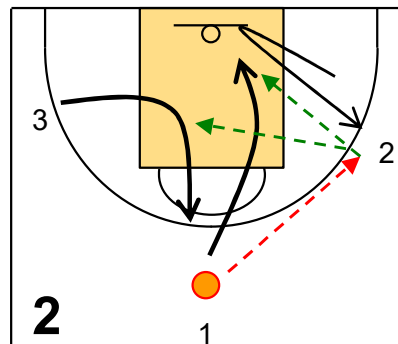
## RECOMMANDATIONS TECHNIQUES :

**PLACEMENT DE BASE :** un « meneur »  
deux « ailiers » (pas d'intérieur spécifique)



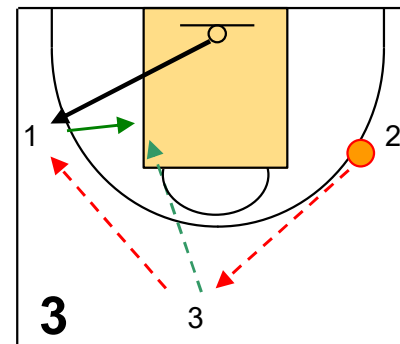
Agressivité maximale du porteur  
pour marquer ou  
pour fixer-passer.

**Démarquage de l'ailier**  
sans l'aide de partenaire



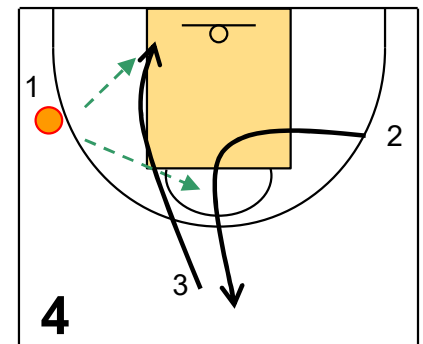
Apprentissage du passe et va :  
je passe, je coupe,  
je sors dans l'aile opposée !

**Possibilité de back-door de 1**

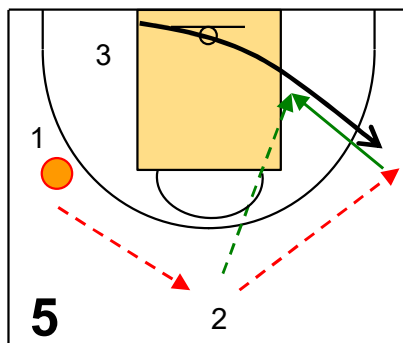


Transfert du ballon  
et possibilité de un contre un  
pour 2 puis 3.

**Je passe, je coupe...**

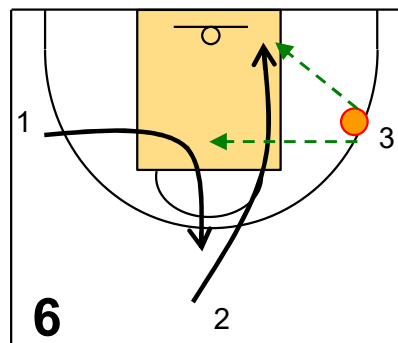


**Possibilité de back-door de 3.**



Transfert du ballon et possibilité de un  
contre un pour 1 puis 2..

**Continuité du mouvement...**



**Adaptations et précisions du cahier  
technique des 13/15 ans (page 25.)**

Les **flèches rouges** permettent la continuité  
du mouvement alors que **les vertes** correspondent  
à des « ouvertures » possibles.  
Le but est d'apprendre à **lire le jeu** et à répondre aux  
choix défensifs.

## Fondamentaux prioritaires à enseigner dans cette catégorie :

Le principe de circulation de la balle et des joueurs présenté ci-dessous ne présente volontairement ni écran, ni joueur intérieur dans la mesure où, dans la catégorie benjamins et s, les objectifs prioritaires sont axés sur l'apprentissage des fondamentaux individuels (démarquage sans l'aide de partenaire, départs en dribble, un contre un dans le jeu extérieur, relations de passes, passe et va, occupation de l'espace, transfert de la balle...).

**La polyvalence technique**, avant de bifurquer vers un poste de jeu en relation avec les caractéristiques physiques lorsque la maturité sera atteinte, **est de rigueur**.

**NB** : les 3 espaces de jeu ne sont pas précisément affectés à un joueur, par contre pour une occupation rationnelle de l'espace il est primordial qu'ils soient occupés.

## Les incontournables à développer :

- Passe et va
- Rééquilibrage
- Occupation des espaces clés
- Mouvement des joueurs et du ballon
- Ouvertures d'espaces pour tir et /ou attaque du panier
- Lecture du jeu

## Déroulement :

Placement de base :

- 1 meneur / 2 ailiers (**pas d'intérieur spécifique**)
- 3x3 (équipes composées de 3 joueurs et 1 remplaçant)
- L'arbitrage se fera par 1 entraîneur arbitre accompagné d'un jeune benjamin(e)
- plusieurs binômes peuvent arbitrer la rencontre.

## Les recommandations :

- Eviter de dribbler sur réception de passe.
- Sur un tir .... je pense à la trajectoire ... et je garde le bras tendu main dirigée vers le panier.