



# BASKET SANTE



# OBJECTIFS

## BASKET SANTE

<b>Préventif</b>	<b>Sédentarité</b> <b>Surcharge pondérale</b> <b>Maladies cardio vasculaires</b>
<b>Curatif</b>	<b>Obésité</b> <b>Maladies cardio vasculaires</b> <b>Effets vieillissement</b>
<b>Accompagnement</b>	<b>Handicaps</b> <b>Déficiences</b>
<b>Publics</b>	<b>Tout âge</b> <b>Hommes - femmes</b>

# FORMES DE PRATIQUES

## Programmes « Basket santé »

Niveau 1	Niveau 2	Niveau 3
<ul style="list-style-type: none"><li>- Ateliers de gestes fondamentaux basket</li><li>- Ateliers préparation aux gestes basket</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Ateliers de gestes fondamentaux basket</li><li>- Parcours</li><li>- Jeux en 3x3</li></ul>	<p><b>Basket 3x3 spécifique</b> <b>Aucun contact</b> <b>Pas de saut</b></p>
<p>Pratique adaptée à</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- tous publics</li><li>- toutes postures</li></ul> <p>Pas de mobilité exigée</p>	<p>Pratique adaptée à</p> <ul style="list-style-type: none"><li>-Tout âge</li><li>-Posture debout assise</li><li>-Mobilité</li></ul>	<p>Pratique adaptée à</p> <ul style="list-style-type: none"><li>-Tout âge</li><li>-Posture debout assise</li><li>-Autonomie de la mobilité</li></ul>

# MATERIEL / INFRASTRUCTURE

	Niveau 1	Niveau 2	Niveau 3
<b>Matériel</b>	<b>Cible adaptée (basse) Ballons + ballons adaptés (texture) Plots / lattes</b>	<b>Cible normale ou adaptée (basse) Ballons + ballons adaptés (texture) Plots / lattes Dossards</b>	<b>Cible normale Ballons + ballons adaptés Dossards Affichage</b>
<b>Infrastructure</b>	<b>Salle Gymnase</b>	<b>Salle Gymnase Playground</b>	<b>Gymnase Playground</b>
<b>Gestion</b>	<b>Club FFBB Collectivités Club autres Centres médicaux Centres personnes âgées</b>		

# TEMPS DE PRATIQUES - ENCADREMENT

Lieux de pratique	Gymnases	Centres médicaux	Centres pour personnes âgées
Temps de pratique	<ul style="list-style-type: none"><li>- Semaine</li><li>- Hors temps scolaire</li><li>- Hors temps associatif</li><li>- Durant temps associatif</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>Semaine</li><li>Journée</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>Semaine</li><li>Journée</li></ul>
Gestion de la pratique	<ul style="list-style-type: none"><li>Collectivités</li><li>Club FFBB</li><li>Club autres</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- animateur interne</li><li>- animateur externe FFBB</li><li>- animateur externe autre</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- animateur interne</li><li>- animateur externe FFBB</li><li>- animateur externe autre</li></ul>

# PARCOURS DU PROJET

- **Définition du programme de pratiques**
- **Constitution d'un groupe d'experts**
- **Construction des argumentaires sportifs et médicaux**
- **Choix des outils et matériels**
- **Tests in situ**
- **Construction des documents supports**
- **Validations**
- **Diffusion nationale**
- **Développement terrain à partir de 09/2014**



**FFBB**

FÉDÉRATION  
FRANÇAISE DE  
BASKETBALL

117 RUE DU CHÂTEAU DES RENTIERS - 75013 PARIS  
T 01 53 94 25 00 - F 01 53 94 26 80  
[www.ffbb.com](http://www.ffbb.com)