

LE VIVRE ENSEMBLE

PRATIQUES NON COMPETITIVES

Le **Vivre Ensemble** regroupe l'ensemble des **pratiques non compétitives** de la FFBB. Toutes les activités du **Vivre Ensemble** se servent du basket comme d'un support pour travailler autour de certains objectifs.

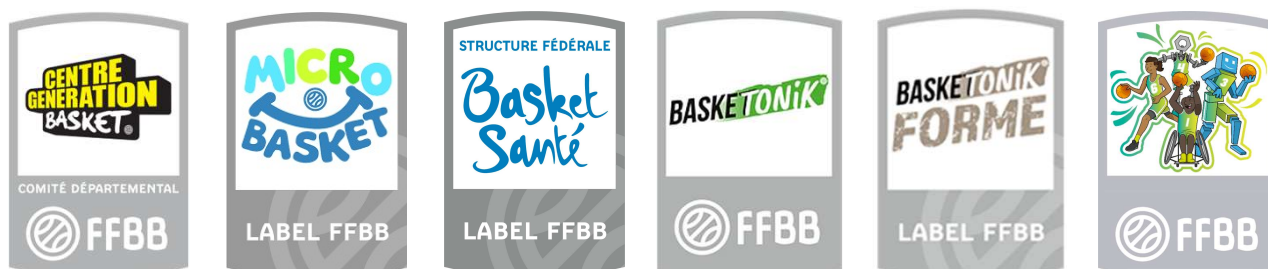
→ Pourquoi développer le Vivre Ensemble?

- Trouver un nouveau public potentiel.
- Fidéliser l'entourage des licenciés en proposant des activités adaptées (pour les enfants, pour les parents, grands-parents, les jeunes enfants, les personnes en situation de handicap ou souffrant de certaines pathologies...).
- Développer son implication sur son territoire.
- Participer à des missions de santé, d'intégration, d'éducation.
- Mettre en avant le rôle et l'importance du point de vue social du club.
- Développer de nouvelles relations avec des partenaires différents.

→ Comment développer le Vivre Ensemble?

- Définir son projet** : Il faut au préalable définir son projet, en recherchant les moyens à la disposition de la structure (moyen humain, matériel...), les possibilités, le contexte. Le Comité peut vous aider en proposant un accompagnement dans la définition de votre projet.
- Se former** : L'ensemble des nouvelles pratiques du Vivre Ensemble nécessite souvent une formation dispensée par la FFBB.
- Se faire labelliser** : Ces pratiques nécessitent d'obtenir un label accordé par la FFBB, via une demande de Pack Vivre Ensemble.
- Organiser et développer la pratique** : Trouver des pratiquants, les fidéliser pour maintenir et développer la pratique.

→ Les différentes pratiques du Vivre Ensemble



LE VIVRE ENSEMBLE

LES DIFFERENTES PRATIQUES



Les **Centres Génération Basket (CGB)** sont des espaces éphémères de construction à la citoyenneté à travers la pratique basket. Ce sont de lieux de rencontres sportives et humaines, gratuits et ouverts à tous (licenciés ou non) à partir de 8 ans pendant les vacances scolaires.

→ **Fiche pratique FFBB**



Le **Micro Basket** est une pratique ludique et non compétitive destinée aux enfants de 3 à 5 ans. C'est une pratique d'éveil composée d'ateliers adaptés pour faciliter la découverte de leurs possibilités. Le **Micro Basket** est un outils d'accompagnement au développement des capacités motrices et sociales des pratiquants.

→ **Fiche pratique FFBB**



Le **Basket Santé** est un programme adapté à tous, conçu pour la santé et le bien-être. C'est une pratique construite en fonction de la mobilité et des compétences de chacun. L'objectif de cette activité est le maintien et l'amélioration des capacités physiques, mentales et sociales. Le **Basket Santé** est intégré dans le programme national Sport Santé et peut être prescrit par ordonnance.

→ **Fiche pratique FFBB**



LE VIVRE ENSEMBLE

LES DIFFERENTES PRATIQUES



Le **BaskeTonik** est une pratique labellisée, non compétitive et ludique. Cette activité physique est basée sur la répétition de mouvements basket au rythme de la musique avec des variations d'intensité. Les exercices sont répétés par séries ou réalisés dans des enchainements chorégraphiés. Accessible à tous à partir de 13 ans, elle se propose sous un format court, modulable et adaptable selon l'environnement dont le club dispose (gymnase / salle).

→ **Fiche pratique FFBB**



Le **BaskeTonik Forme** est une pratique labellisée et non compétitive. Cette activité physique est basée sur des ateliers de renforcement musculaire utilisés couramment dans la préparation physique généralisée des basketteurs. Elle est plus engagée que le BaskeTonik et sollicite d'avantage de groupes musculaires selon les exercices proposés. Accessible à tous à partir de 15 ans.

→ **Fiche pratique FFBB**



Le **Basket Inclusif** est un programme qui regroupe des activités à destination de personnes en situation de handicap ou non, qui souhaitent partager une pratique basket accessible à tous, indépendamment de leurs capacités physique, mentale, sociale ou de leur déficience.

→ **Fiche pratique FFBB**

