



Par Sébastien LEGROS, CTF Yonne Basket

Historique et Valeurs du Basket

Ce sport a été créé en 1891 par un prêtre chargé du sport dans une Université des Etats-Unis (M. James NAIMSMITH à Springfield, USA), et le jeu développe toujours des valeurs fondées sur le **respect mutuel** :

Respect de l'adversaire (règle du non contact...)

Respect des partenaires (sport collectif)

Respect de l'arbitre (contestation d'arbitrage sanctionnée)

Ainsi, plusieurs principes de base sont essentiels à la pratique de ce sport :

La notion de sport collectif : **JOUER ENSEMBLE**

La notion de **NON-VIOLENCE**

Règles du Basket

Ce sport cherche à allier la course, l'endurance, les sauts et l'adresse en tentant de marquer plus de paniers que son adversaire. 5 règles principales sont mises en place pour organiser le jeu :

1. Les sorites : Ne pas sortir de l'aire de jeu

2. Le « Marcher » : Dribbler pour se déplacer avec le ballon

3. La reprise de dribble : Ne pas dribbler, arrêter, puis reprendre son dribble ou dribbler à 2 mains

4. La règle de non-contact : **Ne pas entrer en contact avec ses adversaires**

5. Le pied : Ne pas agir **volontairement** sur le ballon avec le pied

Règles de vie

Les règles de vie sont les règles que vous devrez respecter lors des activités pour que les séances se déroulent au mieux et pour que vous vous amusiez le plus possible.

Ces règles évitent les pertes de temps qui réduisent les moments où vous pouvez jouer et permettent également de préserver le matériel des détériorations :

Ponctualité (arriver à l'heure)

Etre présent à toutes les séances

Ne pas parler et dribbler lorsque l'animateur explique les consignes

Se regrouper rapidement à chaque coup de sifflet

Ne pas s'asseoir sur les ballons

Ne pas shooter au pied dans les ballons

Faire le cri de fin de séance

Objectifs et présentation

Ces cycles sont proposés et animés par les animateurs départementaux du Comité de L'Yonne de Basket-ball en relation étroite avec les instituteurs et professeurs des classes concernées. Le but est bien entendu de promouvoir le Basket dans le département et de développer sa pratique dans les écoles.

Pourquoi faire du basket à l'école ?

Parce que sa pratique développe chez l'enfant :

- Les qualités athlétiques de bases (courir, sauter, lancer....)
- La coordination motrice (enchaînement d'actions)
- La dissociation segmentaire
- La maîtrise corporelle et l'équilibre
- La prise d'information au niveau visuel, auditif et tactile
- La structuration spatio-temporelle (apprendre à se situer dans l'espace en fonction de ses partenaires, de ses adversaires, du panier, prendre conscience de la notion de durée, de vitesse et de rythme).
- Des valeurs de vie en société (jeu collectif) et respect de règles

Le cycle s'articule sur 3 axes de progression :

- la passe et le développement du jeu collectif
- le tir
- le dribble

On pourra ainsi se rendre compte que les aspects principaux du jeu offensif seront abordés au cours de ce cycle. L'aspect défensif a été volontairement minimisé pour laisser cours à des principes offensifs simples et plus plaisant pour l'enfant.

Chaque chapitre sera traité de façon analytique puis replongé dans la globalité du jeu.

Tout cycle débutera par la présentation de l'activité aux enfants sous la forme suivante :

- Présentation du sport et des connaissances générales du basket (historique, joueurs équipes, clubs et associations avoisinantes.....)
- Présentation brève des règles du jeu (marchers, règle de non-contact, reprises de dribble, pieds, sorties et remises en jeu) et de l'espace de jeu.
- Présentation des règles de vie : règles qui vont s'appliquer au groupe ou à la classe pour éviter les pertes de temps et la dégradation du matériel.

Signalétique



Tir



Passe



Dribble



Mouvement d'un joueur



Attaquant



Attaquant porteur de balle

La passe

Travail de dextérité : **rattraper correctement le ballon**

1. LES POMPIERS :

Par 2 dos à dos / 1 ballon

Se passer le ballon de gauche à droite et de main à main sans le faire tomber au sol.

Concours en 15 échanges, si le ballon tombe au sol, recommencer à 0.

Variantes : De droite à gauche, puis alterner le sens à chaque coup de sifflet
De haut en bas (entre les jambes et au dessus de la tête)

2. LES CERCLES :

1 ballon par joueur

Effectuer des cercles avec le ballon autour de soi sans que le ballon ne tombe au sol :

Autour de la taille,
Autour de la tête,
Autour des jambes,
En 8 autour des jambes

3. LE PISTOLERO : Réflexes et réception

1 ballon pour 2

Un pistolero avec les main sur les « colts » (le long des cuisses) et un porteur de balle qui lui maintient derrière la tête. Lorsque le porteur laisse tomber le ballon, le pistolero doit le rattraper derrière lui avant qu'il ne tombe au sol. Inverser les rôles tous les 3 passages.

Variantes :

Claquer dans ses mains devant soi avant de rattraper le ballon

4. LA RECEPTION PERILLEUSE : Lancer et réception

1 ballon par joueur

Lancer le ballon verticalement au dessus de soi et le rattraper sans bouger ses pieds

Même chose en claquant dans ses mains devant soi 1 fois / 2 fois / 3 fois / 4 fois

Même chose en claquant 1 fois devant et 1 fois derrière soi

Même chose en touchant le sol avec ses 2 mains avant de rattraper le ballon

Même chose en faisant 1 tour sur soi

1 ballon par joueur

Se lancer la balle d'avant en arrière en la faisant passer par dessus la tête, puis d'arrière en avant :

Par 2, lancer le ballon verticalement et rattraper celui du partenaire

Travail de lancer : **passer correctement le ballon**

Sous forme de concours précédés d'une phase d'expérimentation :

1 ballon pour 2 face à face à 3 ou 4 mètres de distance

Si le ballon tombe au sol : compteur de passes à 0

5. 20 PASSES FUSEE réussies (ou passes directes ou passes sèches : à trajectoire rectiligne)

Critères de réussite :

Ballon poitrine, main derrière le ballon avec les doigts écartés, jambes fléchies

Tendre les bras vers son partenaire d'une façon énergique et finir avec les doigts pointés vers le receveur avec les paumes orientées vers l'extérieur, possibilité de lancer le pied arrière vers l'avant en même temps que les bras se tendent.

6. 20 PASSES ARC EN CIEL (en cloche ou lobées)

Critères de réussite :

Même chose que précédemment sauf que les bras se tendent vers le ciel.

La trajectoire du ballon est arrondie et retombe directement dans les mains du receveur (au niveau de sa poitrine)

7. 20 PASSES BONDISSANTES (à terre ou à rebond)

Critères de réussite :

Même chose que précédemment sauf que les bras se tendent vers le sol : environ aux 2/3 de la distance qui séparent les deux joueurs.

La trajectoire du ballon est en V et arrive directement dans les mains du receveur (au niveau de sa poitrine)

Le ballon ne doit pas être jeté mais propulsé / poussé dans les mains du coéquipier

Le receveur doit préparer ses mains qui sont serrées, placées au niveau de sa poitrine avec les 2 paumes orientées vers le ballon.

Variantes :

Mêmes concours avec :

Faire un tour sur soi après avoir fait sa passe : donner le ballon quand le coéquipier est prêt

Aller contourner un plot qui se trouve à 3/4 mètres derrière soi : enchaîner deux actions

8. LA MITRAILLETTE DE PASSES : Enchaîner passes et réceptions

Faire plus des équipes de 4 /5 ou 6 joueurs

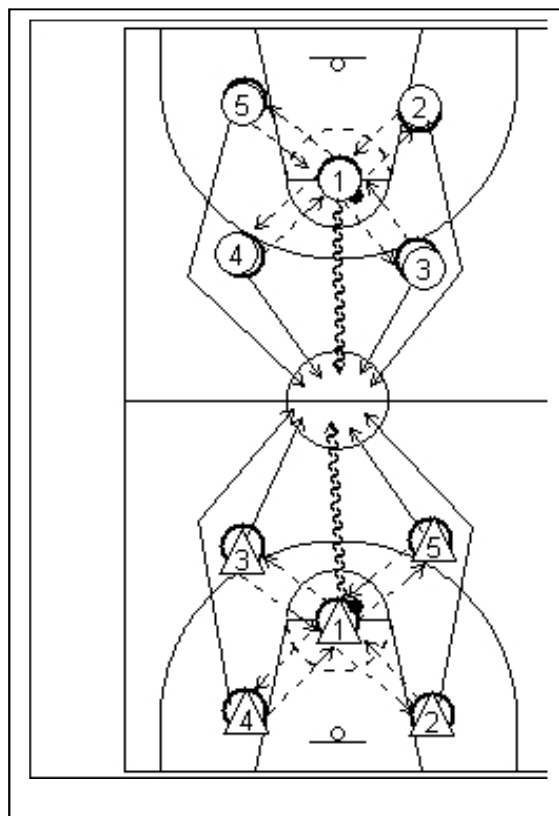
Autant de cerceaux que de joueurs

Au départ, les joueurs sont dans le rond central par équipe sur le terrain, 5 cerceaux disposés avec un central et les autres plus ou moins écartés.

Au signal, chaque porteur dribble jusqu'au cerceau central et passe successivement le ballon à chacun de ses coéquipiers placés dans les autres cerceaux et qui lui renvoient la balle. Quand tout le monde a effectué au moins une passe, le porteur dribble jusqu'à la touche.

Si le ballon tombe au sol au cours d'une passe, cette passe doit être recommencée jusqu'à ce qu'elle soit réussie.

La première équipe de retour marque 1 point. Continuer jusqu'à X points et changer le « mitrailleur » à chaque passage.



Variantes :

Variation des distances des cerceaux et variation des types de passes (arc en ciel, bondissantes).

Possibilité d'insérer un ou plusieurs défenseurs chargés de retarder les attaquants.

Travail collectif : faire progresser le ballon en tenant compte de l'opposition

9. PAC MAN : Passer au joueur libre

4 joueurs minimum / 1 ballon

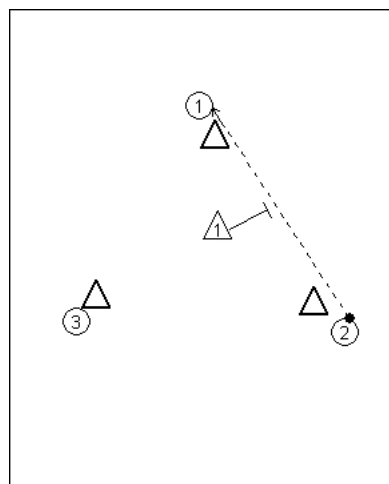
3 joueurs fixes disposés en triangle avec un défenseur au milieu.

Effectuer 10 passes sans que le ballon ne sorte du triangle et sans que les mangeurs de ballons ne le touche.

10 passes réussies = 1 points pour les 3 passeurs.

Si le mangeur touche la balle, il remplace le mauvais passeur.

Premier joueur à x points.



10. LA CHASSE AU TRESOR : Progresser en passe

1 ballon pour 2 ou 3

But du jeu : Ramener un maximum de pièces d'or (chasubles) dans son coffre fort (cerceau) pour être élu meilleur équipage de pirates.

Chaque couple démarre derrière la ligne de fond et possède un coffre fort symbolisé par un cerceau. Les pièces d'or sont placées dans la raquette adverse et on ne peut en transporter qu'une seule par équipe à chaque voyage.

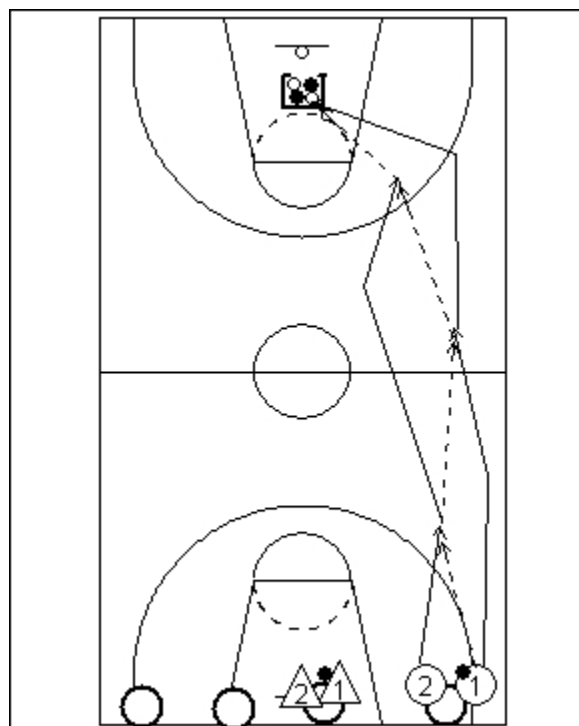
Le moyen de déplacement utilisés est la passe : dribbles et marchers interdits et balle tombant au sol = retour au départ et abandon de la pièce d'or.

Le jeu se termine quand il n'y a plus de chasubles dans la raquette.

Le couple gagnant sera le couple qui aura ramené le plus de chasubles.

Critères de réussite :

Passer correctement et se déplacer rapidement vers l'avant, trouver la bonne distance de passe.



Variantes :

- Mettre en place des douaniers : Désigner un ou deux couples chargés d'intercepter les ballons des chasseurs de trésors et de les retarder le plus possible (lancer leur ballon au plus loin).
- Marquer avant de pouvoir ramasser une pièce d'or (ex : une tentative pour chaque membre de l'équipe).

11. PASSE A DIX : Passer avec opposition, se démarquer

Dans un espace restreint, une équipe doit effectuer 10 passes sans perdre le ballon (balle sortie ou à terre ou interceptée par un défenseur).

On peut effectuer ce jeu sans opposition ou avec une faible opposition (4 contre 1 par exemple) ou avec une forte opposition (5 contre 5).

Variante :

Demander à chaque joueur ayant passé le ballon de venir toucher un coin du terrain (enchaînement de mouvements et difficultés supplémentaires pour les attaquants.)

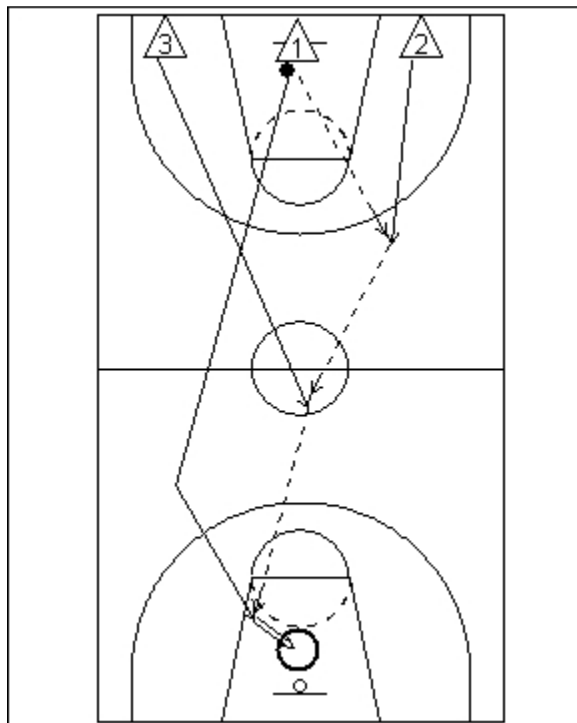
12. LE DEMINEUR : S'organiser rapidement dans la progression du ballon

Par équipe de 5 maxi / 1 ballon / 1 couleur

But du jeu : Désamorcer une bombe sans la faire exploser : traverser le terrain en passes sans faire tomber le ballon et sans marcher avec la balle.

Sur le terrain de Basket, une équipe disposée sur la ligne de fond doit traverser le terrain en passes pour désamorcer la bombe/ballon en la jetant dans un puit/cerceau. La bombe explose lorsque le ballon tombe au sol ou lorsqu'on se déplace avec elle dans les mains (marcher). L'équipe marque 1 point lorsqu'elle désamorce une bombe et elle perd le gain de son passage lorsque la bombe explose.

Possibilité de travailler dans le sens de la largeur sur un demi terrain pour multiplier les terrains.



Critères de réussite :

Réagir rapidement et passer le ballon à la personne la plus proche de la raquette (vers l'avant).
 Se déplacer devant le ballon et trouver les bonnes distances de passes pour empêcher que le ballon ne tombe au sol.
 Occuper toute la largeur du terrain.

Variantes :

- Laisser le cerceau et tirer au panier à partir de celui-ci : balle cheminée correctement jusqu'au cerceau = 1 pt et panier marqué du premier coup = 2 pts.
- Supprimer le cerceau et compter 1 pt lorsque l'équipe a bien traversé le terrain et marqué le panier.
- ajouter une zone de tir (ex : la raquette) et un ou plusieurs défenseurs. Dans un premier temps, les défenseurs ne peuvent entrer dans la zone de tir. puis, dans un second temps, ils y seront ensuite autorisés : Travail sur la Gestion du surnombre offensif : trouver le joueur libre.

13. LE JOUEUR BUT : Passer avec opposition, se démarquer et faire progresser le ballon

2 équipes sur un terrain de Basket / 1 ballon

La cible est représentée par un joueur mobile dans la raquette. Zone que seul ce joueur peut occuper.

2 équipes se font des passes pour se rapprocher du joueur but et lui lancer le ballon pour qu'il l'attrape (1 point est alors marqué).
 Changer le joueur but à chaque point marqué.

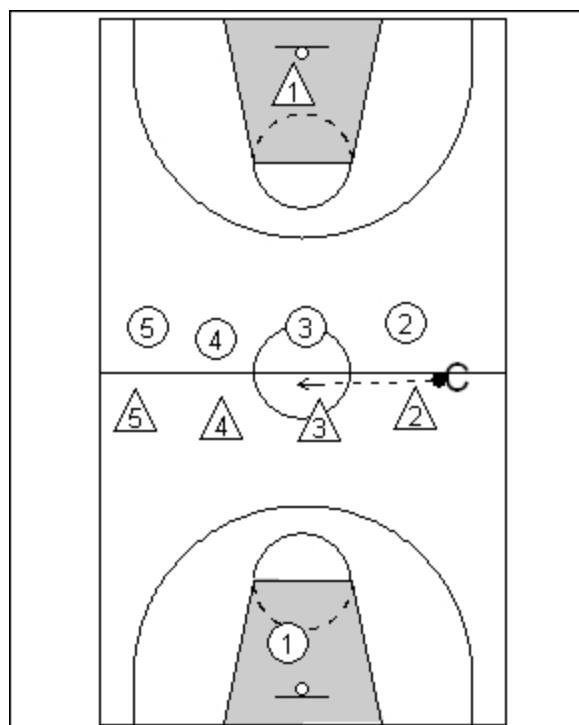
Quelques notions défensives pourront être abordées lors de cet exercice (prendre chacun son joueur...)

Interdit de marcher avec le ballon dans les mains, de dribbler et de passer vers l'arrière et interdit de rentrer en contact avec ses adversaires (fautes).
 Remise en jeu sur les touches.

Variantes :

Autoriser un dribble de dégagement lorsqu'on est pris par un défenseur.
 Tous les joueurs doivent toucher le ballon avant de pouvoir marquer.

Même consignes sans joueurs but où le but est de marquer un panier à partir d'une zone de tir (raquette) : cette zone sera interdite aux défenseurs au début.



*On tendra petit à petit de se rapprocher de la situation de match, même si nous préconisons chez les plus jeunes **de faire des matchs en 3 contre 3 sur des terrains réduits** (en travers par exemple).*

La raison pour laquelle nous aborderons la passe en premier est la suivante : nous voulons faire prendre conscience aux enfants que l'on peut jouer au Basket sans dribbler et que le dribble, lorsqu'il est mal utilisé, peut nuire à la notion de jeu collectif.

Après avoir abordé la progression du ballon vers la cible, il nous semble désormais important de savoir concrétiser ces actions offensives : c'est à dire savoir tirer au panier.

Le tir

14. INITIATION : Découvrir le geste du tir et synchroniser membres inférieurs et supérieurs

Par 2 un ballon

Un tireur avec le ballon et un réceptionneur en hauteur (sur un muret, un banc ou une chaise) :

Décomposition du geste :

Positionnement des appuis (Côte à côte et écartés autant que la largeur des épaules), jambes fléchies.

Positionnement des mains et des bras :

- Une main qui tire, sous le ballon, renversée vers l'arrière, coude directement sous le ballon, et bras / avant-bras formant un angle droit
- Une main qui guide, sur le côté du ballon en position verticale.

Mécanique du geste :

Pousser sur les jambes pour sauter et finir en extension complète des jambes.

Tendre les deux bras au dessus de la tête (accompagner le ballon au plus haut)

Casser le poignet de la main qui tire (« mettre les doigts dans le cercle »)
Figer le geste bras tendu poignet cassé

Le réceptionneur observe et corrige les défauts de son partenaire.

Possibilité de commencer l'exercice avec une seule main, puis l'autre pour décomposer chaque mouvement.

Variantes :

Même exercice sur un panier avec 1 tireur et un rebondeur / correcteur

Même exercice en effectuant trois petits sauts sur place avant de tirer tout en conservant l'armé du tir (main qui tire, main qui guide avec le ballon devant soi au dessus de l'œil) : insister sur la dernière extension qui doit être plus importante que les précédentes.

15. CONCOURS : **Enchaîner actions + tir**

Etablir des groupes homogènes (de 2 / 3 / 4.....) et les disposer chacun sur une partie de panier. Varier les angles d'attaque du panier ($45^\circ / 0^\circ$.. ; à gauche, à droite....)

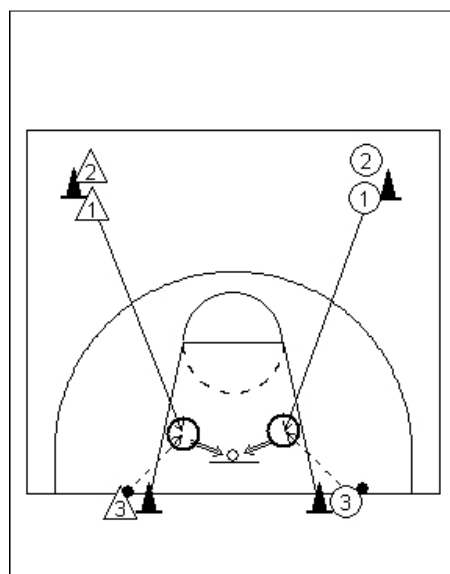
Concours 1 :

Se déplacer / recevoir le ballon / tirer

Première équipe à X paniers

1 passeur / un tireur : le tireur récupère son ballon.

Après le tir et devient passeur pour le partenaire suivant.



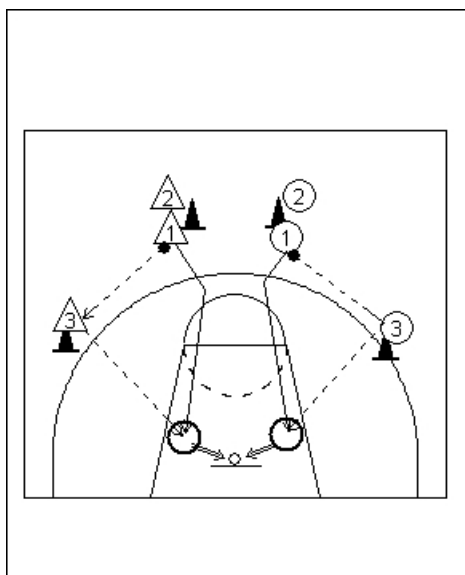
Concours 2 :

Passer / courir / recevoir le ballon et tirer (passe et va)

Première équipe à X paniers

1 passeur / un tireur : le tireur récupère son ballon après le tir et devient passeur pour le partenaire suivant.

C'est le tireur qui possède le ballon au début.



Concours 3 :

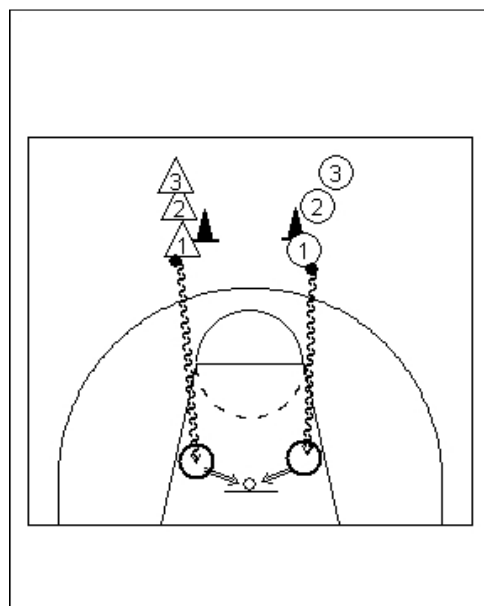
Dribbler / s'arrêter / tirer

Faire attention aux arrêts : 2 pieds simultanément

Dribbler main gauche à gauche du panier et inversement

Possibilité de matérialiser une zone de tir

Le tireur récupère son ballon et le passe au suivant.



Variante :

Ajouter un défenseur d'une équipe adverse qui arrive en retard : notion de rapidité et de tir pressé.

16. L'ECHELLE : Tirer de distances différentes

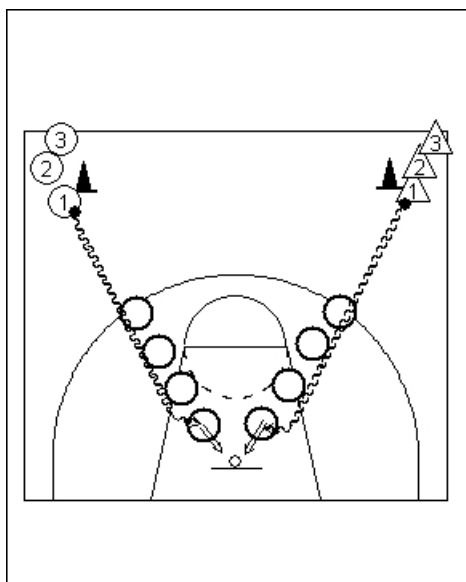
Etablir des groupes homogènes (de 2 / 3 / 4.....) et les disposer chacun sur une partie de panier. Varier les angles d'attaque du panier (45° / 0° .. ; à gauche, à droite....)

Commencer à tirer en bas de l'échelle et monter d'un échelon lorsque le panier est marqué.

Panier manqué = passe au suivant. *Tant qu'on marque, on tire !!*

Panier marqué = points correspondants à l'échelon pour l'équipe

Première équipe à X points



17. LE LUCKY-LUKE : Tirer vite

Etablir des groupes et leur attribuer un panier et 2 ballons

But de jeu : tirer plus vite que son ombre, c'est à dire marquer avant la personne qui nous succède.

La première personne tire. Si elle n'a pas marqué elle doit retirer jusqu'à ce qu'elle marque (le premier tir s'effectue d'un point donné alors que les suivants peuvent se faire de sous le cercle) ; la seconde peut tirer dès que le ballon quitte les mains de la première.

Si elle marque avant son prédécesseur, elle l'élimine du jeu.

Chaque fois qu'un panier est marqué, on passe son ballon rapidement au suivant e et ainsi de suite. Les éliminations se suivent jusqu'à une finale qui désignera un vainqueur.

18. LES DUELS : Tirer rapidement

Deux joueurs avec un ballon s'affrontent dans un duel :

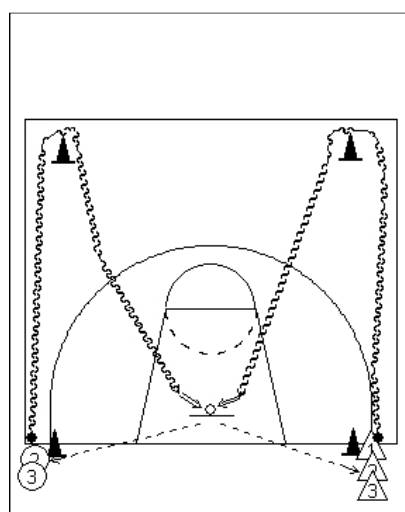
Contourner les plots en dribblant et tirer au panier

Le premier qui marque gagne.

Si le panier est manqué il faut contourner de nouveau le plot.

Possibilité d'effectuer le concours par équipe

Avec première équipe à X paniers.

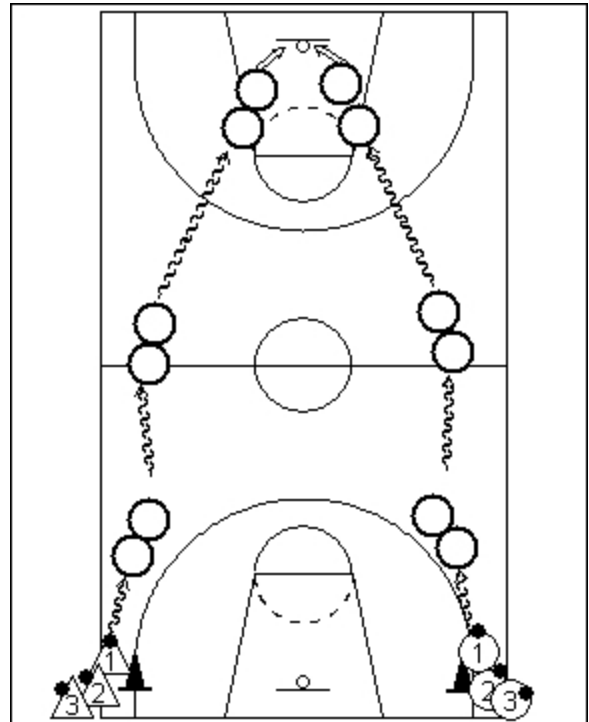


19. LE TIR EN COURSE OU DOUBLE PAS : Tirer sans s'arrêter au plus près du panier

Distinguer les gauchers des droitiers (on verra leur main forte lors des précédents exercices de tir : main qui tire)

Effectuer un parcours pour les droitiers et un pour les gauchers en disposant des groupes de 2 cerceaux disposés bout à bout. Les enfants doivent se déplacer en courant sur le parcours et mettre pied droit dans le premier cerceau et pied gauche dans le second pour les droitiers et pied gauche dans le premier cerceau et pied droit dans le second pour les gauchers sans perdre de vitesse.

Au bout de 5 passages, ajouter un obstacle (plots, banc) à la sortie des cerceaux, que les enfants devront sauter sans reprise d'appui : pied d'impulsion dans le dernier cerceau (droit pour les gauchers et gauche pour les droitiers) : recherche de la verticalité.



Variantes :

Ajouter un ballon par élève sans dribble et ensuite avec dribble entre les cerceaux (stopper son dribble avant d'entrer dans les cerceaux.)

But : intégrer la notion de **Droite gauche + extension (droitiers)**
Gauche droite + extension (gauchers)

20. CONCOURS : Mise en pratique sur les paniers (chaque concours sera précédé d'une séquence d'expérimentation) :

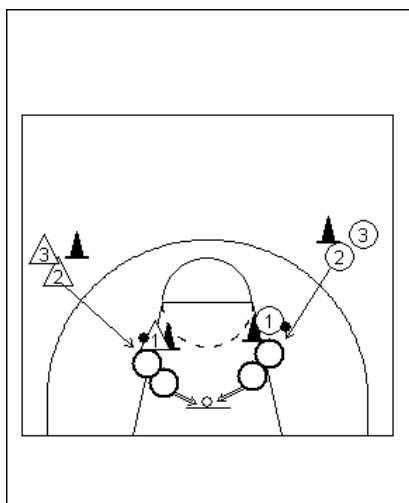
Les gauchers partent à gauche du panier et inversement pour les droitiers

Les gauchers tireront main gauche tandis que les droitiers tireront main droite (main forte)

Concours 1 : Courir / saisir le ballon / double pas / tir

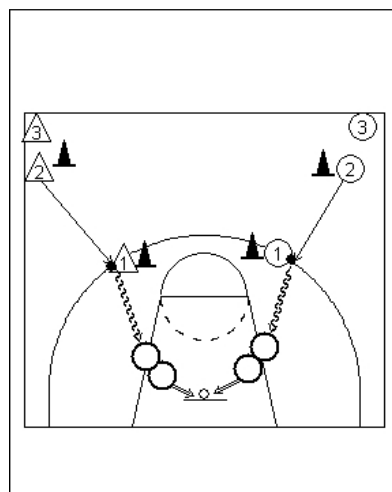
1 tireur + 1 porteur de balle qui tend le ballon à son partenaire

Appuis :
Saisir le ballon + Droite/ gauche (droitiers)
Saisir le ballon + Gauche / droite (gauchers)



Concours 2 : Saisir le ballon / dribbler / double pas / tir

Même chose que précédemment sauf que le porteur se trouve plus loin de la cible et implique donc 1 ou 2 dribbles avant de tirer.

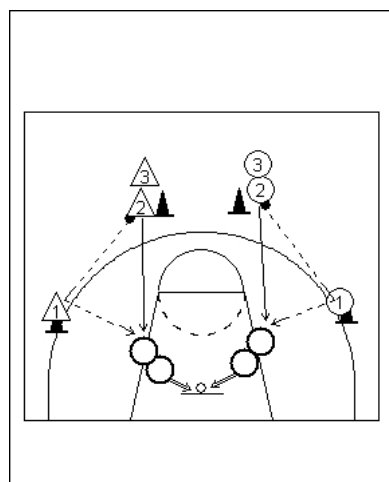


Concours 3 : Dribbler / Double pas / tir

Même chose sans passeur. Démarrer du plot en haut.

Concours 4 : Passe et va + tir en couse

1 passeur / 1 tireur : enchaîner passer / courir / recevoir une passe et tirer en couse sans dribbler et sans marcher.



*Concours 5 : La poursuite : **Tir pressé***

Mettre un défenseur en retard qui doit toucher le tireur avant qu'il ne marque.

Variantes :

Départs en dribblant ou en passe et va

Concours 6 : Duels et jeu du béret/ tir en course

Le dribble

21. TRAVAIL DE DEXTERITE : Dribbler dans tous les plans

1 ballon par enfant

Dribbler main gauche, main droite avec des grands dribbles (dribbles de girafe), des dribbles moyens (dribble d'hommes) et des petits dribbles (dribbles de souris), dribbles en sautant (dribble de kangourous), dribble en tournant sur soi (tourbillon)

Variantes :

Apporter un caractère de vitesse et d'itinéraire en leur faisant suivre les lignes d'une couleur donnée.

Détacher les yeux du ballon en désignant des objets dans le gymnase que les enfants doivent citer : ils doivent regarder l'éducateur au lieu de regarder leur ballon et doivent toujours continuer de faire des variations sur le dribble.

Dans le même exercice, demander aux enfants de se mettre assis ou de se mettre à genoux ou de s'allonger sans arrêter leur dribble.

22. LE MUR : Découvrir le timing et le toucher du dribble

Dribbler sur le mur avec 1 ballon : petits et grands dribbles puis avec 2 ballons : simultanément puis alternativement

S'accroupir pendant le dribble.

23. CONCOURS DE VITESSE : Rapidité et dextérité

Tous les concours avec 1 ballon se feront 1 fois main droite et 1 fois main gauche ou l'aller main droite et le retour main gauche pour travailler également sur chaque main.

Par binôme ou par 3 : au moins 2 ballons

Concours 1 : Vitesse / dribble de contre-attaque

Aller – retour de terrain le plus vite possible : pousser son ballon loin devant

Variante :

Possibilité de rajouter des obstacles sur le parcours (plots, bancs, contourner les cercles de Basket, défenseurs qui retardent.....)

Concours 2 : Equilibre dans le dribble

Comité Départemental de l'Yonne de Basket-Ball

Maison des Sports - Bâtiment A - 10 avenue du 4^{ème} Régiment d'Infanterie - BP 11 - 89010 AUXERRE Cedex

☎ 03.86.52.37.49 ✉ secretariat@yonnebasketball.org 🌐 www.yonnebasketball.org 📘 Yonne BasketBall

2 ballons par joueur (1 dans chaque main)
1 ballon qui dribble et l'autre tenu bras tendu au dessus de la tête

Concours 3 : Désynchronisation main droite / main gauche

2 ballons par joueur (1 dans chaque main)
1 ballon qui dribble et l'autre qui sautille dans la main

Concours 4 : Dextérité 2 mains

2 ballons par joueur (1 dans chaque main)
Les 2 ballons rebondissent en même temps.

Variante :

Changer les ballons de main au coup de sifflet (dans le dribble)

Concours 5 : Dextérité 2 mains

2 ballons par joueur (1 dans chaque main)
Les 2 ballons rebondissent alternativement.

Variante :

Changer les ballons de main au coup de sifflet (dans le dribble)

24. CHASSE AU TRESOR : Vitesse / lever les yeux du ballon

Plusieurs équipes avec un coffre fort (cerceau) placé sur la ligne de fond du terrain de basket.
De l'autre côté du terrain, les trésors sont représentés par des plots disposés derrière la ligne de fond.
But du jeu : ramener le plus de plots de son coffre fort en dribblant
Ne ramener qu'un plot par passage.

1 ballon par joueur ou un ballon par équipe et relais.

Variante :

Ajouter des obstacles (slalom, banc, parcours en canard, marche arrière.....)
Ajouter de l'opposition : une équipe avec un ballon par joueur va jouer le rôle des gardiens du trésor et devront retarder les assaillants en leur envoyant leur ballon au plus loin : ils ne devront jamais cesser de dribbler.

25. CIRCUIT EN RELAIS EN DRIBBLE : Changer de main dans le dribble/ lever les yeux du ballon/ dribbler dans tous les plans.

Plusieurs équipes s'affrontent sur un circuit en relais identique : les obstacles peuvent être un slalom, un banc (passer par dessus sans arrêter le dribble, dribbler en étant debout sur le banc...), des haies (passer en dessous ou au dessus), de la marche arrière, du sprint, de la marche en canard, des sauts de kangourous (pieds joints), des tourbillons (1 tour sur soi en touchant un plot).....effectuer un tir en course après le dribble.

26. HIGHLANDER : conserver son ballon

1 ballon par enfant

Délimiter une zone de jeu, et y insérer tous les enfants.

Le but du jeu est de dribbler et de chasser le ballon des adversaires avec la main libre, il ne doit en rester qu'un.

Celui dont le ballon sort est Soit éliminé (il peut encore tenter de chasser le ballon des autres en restant à l'extérieur du terrain mais ne peut plus gagner)

Soit doit subir un gage (faire 1 tour de terrain en dribblant ou marquer 4 paniers...)

Important : **mettre son ballon à l'opposé des adversaires, faire des petits dribbles et regarder d'où vient le danger et pas son ballon.**

27. L'EPERVIER BALLON : **Conserver son ballon**

Même principe que l'épervier sauf que chaque joueur a un ballon et doit traverser le terrain en dribblant sans se le faire subtiliser par les chasseurs.

Les chasseurs peuvent évoluer avec ou sans ballon.

Le rescapé : **conserver son ballon / vitesse / lever les yeux du ballon**

1 ballon par joueur

Même principe que le jeu de la chaise musicale avec des plots : exemples 19 plots posés au sols pour 20 enfants.

Au signal, aller chercher un plot en dribblant : celui qui n'en a pas devient loup : il devra toucher les autres. But du jeu être le dernier rescapé

28. LE BERET BALLON : **Rapidité / duels**

Même principe que le jeu du béret avec un ballon par équipe :

Plusieurs équipes de chaque côté du terrain avec un numéro par joueur.

A l'appel de son numéro chaque joueur va aller chercher le ballon et tenter de marquer un panier : le premier qui marque fait remporter 1 point à son équipe

Variante :

Possibilité de ne mettre qu'un seul ballon : celui qui a la ballon attaque et celui qui ne l'a pas défend (empêche l'autre de marquer), le jeu s'arrête lorsqu'un des 2 a marqué.

Possibilité d'appeler plusieurs numéros.

29. 1.2.3 FEU ROUGE : **S'arrêter avec le ballon**

1 Ballon par joueur sauf 1 (gendarme)

Même principe que 1.2.3 Soleil avec les dribbleurs qui doivent s'arrêter et stopper leur dribble au moment où le gendarme annonce feu rouge et se retourne : toutes personnes encore mobile doit reculer de 3 pas

But du jeu : franchir la ligne de fond en premier

Conclusion

Tous ces jeux doivent être ponctués de situations globales (matches ou situations de jeu) pour replonger l'enfant dans le contexte et lui faire prendre conscience de ses progrès.

A noter que tous ces jeux pourront être adaptés au niveau des enfants et pourront être effectués dans un ordre différent que celui proposé dans ce document.