

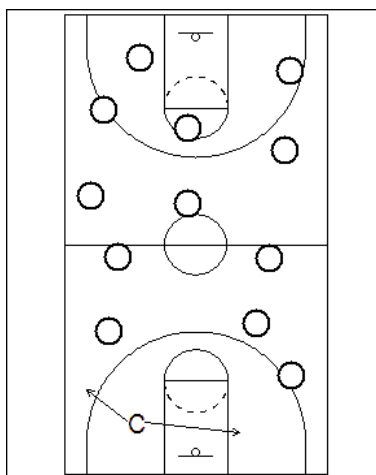
## N°3.

**Thème****LA PASSE.****Matériel**

- 1 ballon par joueur.
- cônes, cerceaux, matériel pour faire des marques au sol.
- chasubles ou dossards.

**1. Echauffement :**

5'.

**1. Le jeu des maisons :****Objectifs :**

- travail des appuis.
- utilisation du pied pivot.
- réaction.

**Organisation :**

- autant de marques au sol que de joueurs.
- les joueurs en dispersion sur le terrain.
- occupation maximale de l'espace.

**Déroulement :**

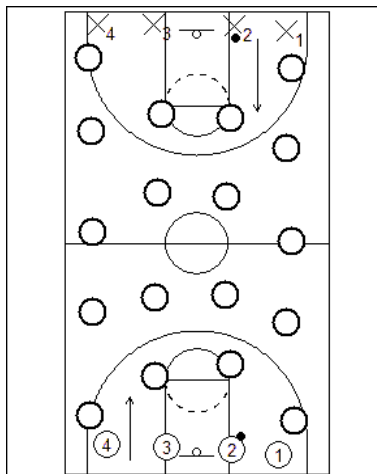
- les joueurs trottinent en dispersion sur le terrain ;
- au signal (visuel ou auditif) de l'éducateur, les joueurs rejoignent une marque au sol (maison).
- ils doivent s'arrêter avec un pied à l'intérieur et un pied à l'extérieur.
- ils doivent s'orienter face à l'éducateur en utilisant le pied pivot.
- l'éducateur change de place et le jeu continue.

**Evolution :**

- le jeu peut s'organiser sous forme de concours : enlever une marque au sol.
- même déroulement.
- le joueur qui n'est pas entré dans la maison perd un point.
- il peut se faire par équipe. Quand un joueur (ou plus) n'a pas de maison, l'équipe perd un point.

10'.

## 2. Utilisation de l'espace.



### Objectifs :

- jeu en mouvement.
- coopération.
- passer vers l'avant.
- se rapprocher de la cible pour le tir.

### Organisation :

- 2 équipes, 1 ballon par équipe.
- les équipes sont placées ligne de fond.
- placer des marques au sol (nombre supérieur par rapport au nombre de joueurs), dont certaines sont des zones de tir.
- attaquer à l'opposé.

### Déroulement :

- au signal, les joueurs sans le ballon courent et se placent sur une marque.
- le porteur du ballon fait une mise en jeu par une passe.
- le jeu de passes et de déplacements commencent.
- lorsque chaque joueur a au moins touché une fois le ballon, l'équipe s'organise pour tenter un tir.
- panier réussi, l'équipe reprend sa place de départ et recommence une nouvelle attaque.
- manche de 10 points.

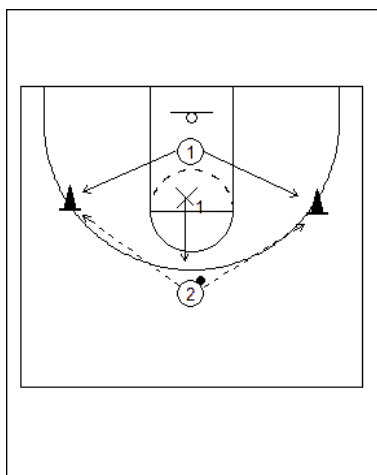
### Evolution :

- enlever des marques pour obtenir un jeu vers l'avant.
- introduire des voleurs de ballons (défenseurs).

5'.

## 3. Habileté :

- *passer malgré de l'opposition.*



### Objectifs :

- déplacement et réception.
- passer le ballon sous pression avec précision.
- travail des appuis et pied pivot.

### Organisation :

- 2 attaquants face à face, 1 ballon.
- 1 défenseur.
- 2 cônes.

### Déroulement :

- X1 gêne la passe : pression sur le ballon.
- O1 choisit un côté (aller vers un cône).
- sur 5 essais, compter le nombre de passes réussies.

### Evolution :

- X1 est porteur de balle, il passe à O2 et joue défense.
- X1 pourra jouer défense sur la seconde passe et O1 passe à O2 avant de reprendre le point de départ.

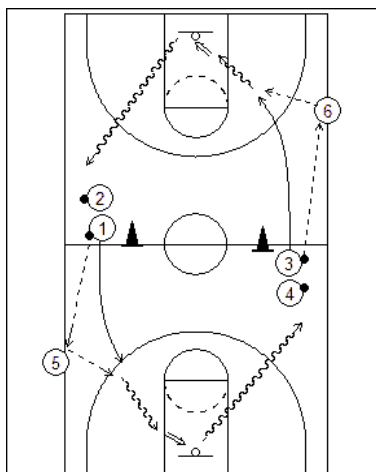
## 2. Corps de la séance.

2 x 5'.

### 1. Approche du tir :

- combiner différents types de gestuel :

- la passe.
- le dribble.
- le tir.



### Objectifs :

- concentration sur différents gestes à réaliser.
- timing, passe en mouvement.
- appel de balle.
- enchaîner une action.

### Organisation :

- 2 files de joueurs avec 1 ballon chacun au niveau des cônes.
- 2 passeurs (ligne latérale) : O5, O6.
- changer les passeurs après X passages.

### Déroulement :

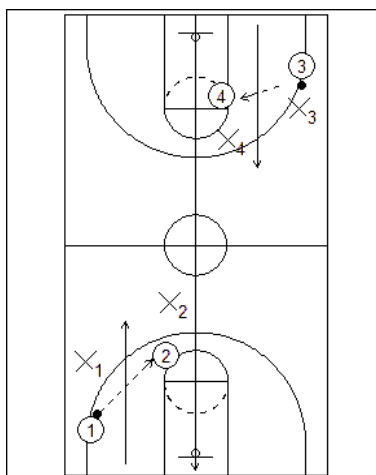
- O3 passe à O6, court vers la cible.
- O6 passe à O3, réception et enchaîner le dribble, le tir : le joueur choisit.
- O3 dribble vers la file O2.
- Idem pour O1.

### Evolution :

- O6 varie les types de passes pour rendre la réception plus difficile : à rebond, en l'air, un peu sur le côté.
- l'éducateur impose un tir précis.
- placer des cônes pour changer de file : slalom.
- travail en symétrie.

5'.

### 2. 2C/2 tout terrain :



### Objectifs :

- évaluer le démarquage et la qualité du jeu de passes.

### Organisation :

- le terrain divisé en 4 minis terrains.
- 1 ballon pour 2.
- 2C/2 par mini terrain.
- mise en jeu de la ligne de fond et de la ligne médiane.

### Déroulement :

- les attaquants à l'aide de passes doivent déposer le ballon derrière ligne de fond opposée ou la ligne médiane opposée.
- ils marquent 1 point.
- le dribble est interdit et pas de fautes agressives.
- faute agressive donne droit à un point.

### Evolution :

- augmenter la surface de jeu : tout terrain.
- augmenter le nombre de joueurs.
- placer un cerceau pour y déposer le ballon.

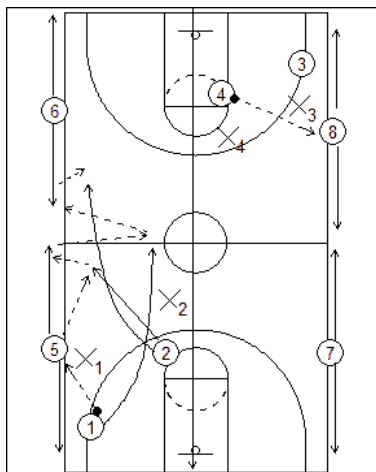
15'.

### 3. Démarquage et jeu vers l'avant :

- utilisation de relais pour marquer un panier.

### Objectifs :

- le démarquage, coopération.
- espace.
- les appuis et pied pivots.



### **Organisation :**

- le terrain est divisé en deux sur la longueur.
- 1 passeur placé sur la ligne latérale par demi-terrain : O5, O6, O7 et O8.
- 2C/2 par demi-terrain.

### **Déroulement :**

- les joueurs à l'intérieur ne peuvent pas se passer le ballon, ils doivent utiliser les passeurs latéraux.
- les joueurs latéraux peuvent se déplacer sur une demi-longueur et se passer le ballon.
- le ballon va de l'intérieur vers l'extérieur et vice-versa.
- le dribble est interdit, respecter la règle du « marcher ».
- après 5 minutes de jeu, inverser les équipes (changer les passeurs latéraux).

### **Evolution :**

- limiter le nombre de passes pour attaquer la cible.
- recherche en priorité du lay-up.
- limiter le temps pour arriver au tir.

### **3. Le retour au calme.**

8'.

### **1. Approche du tir à l'arrêt :**

- *Jeu du 21.*

### **Organisation :**

- groupe de 3 joueurs avec 1 ballon.
- l'équipe choisit un spot.
- le tir est réussi : en filet = 5 points, en utilisant la planche = 3 points, en touchant le cercle = 2 points.
- le tir est raté, le joueur joue le rebond avant que le ballon ne touche le sol et a droit un second tir (pas de dribble pour se rapprocher lors du second essai) = 2 points si marqué.
- le premier groupe à 21 points gagne la partie.
- le vainqueur choisit le spot suivant.