

N°1.

Thème	LA PASSE.	
Matériel	- 1 ballon par joueur. - cônes, plots.	
1. Echauffement :	1. <u>Passes et réception.</u>	<u>Objectifs :</u> - maîtrise et contrôle du ballon.
10'.		<u>Organisation :</u> - placer les joueurs autour des cercles ou former un cercle avec des cônes. - un joueur au centre du cercle. - un joueur du cercle a le ballon.
		<u>Déroulement :</u> - 1 joueur du cercle passe le ballon au joueur central. - le passeur suit son ballon et se place derrière le joueur central. - le joueur central passe le ballon au joueur du cercle et prend la place libre dans le cercle.
		<u>Evolution :</u> - changer le sens de rotation - placer 2 joueurs au centre et 2 ballons.
2. Corps de la séance.	1. <u>La ronde</u> : jeu de passes.	<u>Objectifs :</u> - coopération. - précision de la passe et la réception. - passe en mouvement.
3 x 5'.		<u>Organisation :</u> - 2 équipes de 6 joueurs. - 5 joueurs forment un cercle et 1 joueur à l'extérieur avec un ballon.
		<u>Déroulement :</u> - le joueur extérieur passe le ballon en appelant par le prénom son partenaire. - il exécute 1 tour complet, puis le passeur extérieur change. - le jeu est terminé lorsque tout le monde est devenu passeur.
		<u>Evolution :</u> - faire 2 tours complets. - chaque passe correcte donne droit à un point, si le ballon tombe au sol, l'équipe perd un point. - règle du « marcher ».
	2. <u>L'opposition</u> : jeu de passes.	<u>Objectifs :</u> - utilisation du pied pivot. - précision de la passe face à un défenseur.

Organisation :

- par 3, 1 ballon pour 3.
- 2 attaquants face à face, 1 défenseur entre les 2.

Déroulement :

- les attaquants se font des passes.
- le défenseur gêne la passe et essaie d'intercepter le ballon.
- 3 ballons interceptés signalent le changement de rôle.

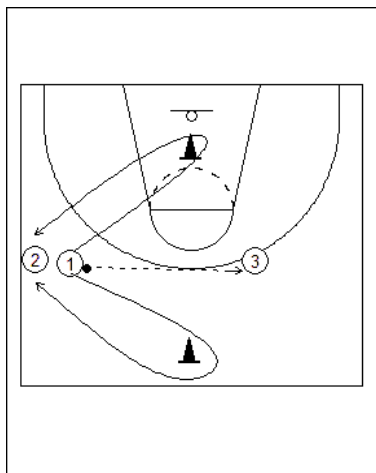
Evolution :

- augmenter le nombre d'interception.
- le passeur devient défenseur.

Objectifs :

- apprendre à bouger après la passe.
- vision sur le ballon.

3. je passe, je bouge et je regarde : jeu de passe.



Organisation :

- 2 files face à face ou par groupe de 3,1 ballon.
- inverser les rôles après X passes.

Déroulement :

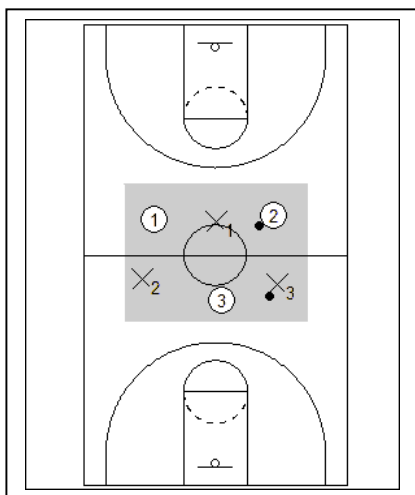
- O1 passe le ballon à O3.
- O1 se déplace autour du cône en regardant le ballon et rejoint la file de départ. Il choisit le côté.
- O3 passe le ballon à O2, lorsque O1 a repris sa position.

Evolution :

- varier le type de passe.
- position du basketballleur pour O3 à la réception du ballon.

30'.

4. L'appel de balle :



Objectifs :

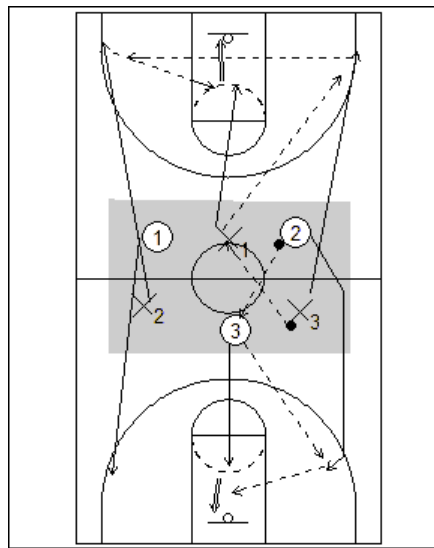
- le démarquage : temps de réaction.
- précision des passes.
- utilisation du pied pivot.

Organisation :

- 2 zones : O1, O2 et X1 dans la zone 1.
X2, X3 et O3 dans la zone 2.
- 1 ballon par équipe.

Déroulement :

- O1 et O2 se font des passes dans la zone 1, X1 essaie de toucher le ballon.
- X2 et X3 se font des passes dans la zone 2, O3 essaie de toucher le ballon.
- O3 lève la main (appel de balle), le porteur de balle de la zone 1 lui passe le ballon et change de zone.
- idem pour l'autre zone (X1).
- le jeu reprend avec les nouveaux joueurs, le joueur qui n'a pas changé de zone devient le défenseur.



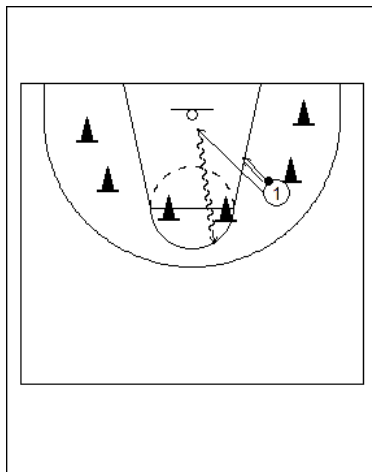
Evolution :

- les joueurs des 2 zones vont shooter à la cible opposée de leur zone.
- demander l'appel de balle en se déplaçant vers le panier.
- modifier le nombre de joueurs attaquants et défenseurs dans les zones.
- pas de « marcher », pas de dribble.
- les deux équipes comptent les paniers marqués : jouer 10 points.
- la première équipe qui marque a le point : jouer 10 points.

5'.

3. Le retour au calme :

- remarques sur le déroulement de la séance.
- questions sur le contenu
- rappel des objectifs : précision de la passe, l'appel de balle, passer et bouger.
- rangement du matériel.



Organisation :

- 1 cône par joueurs placé à mi-distance.
- 1 ballon par joueur.

Déroulement :

- les joueurs shootent.
- le joueur prend son rebond et se déplace en dribble vers un autre cône qui est libre.

Remarque :

- l'éducateur observe le déroulement de l'exercice, il note les différentes erreurs sur la technique de shoot afin de préparer les séances suivantes basées sur le thème du shoot.

