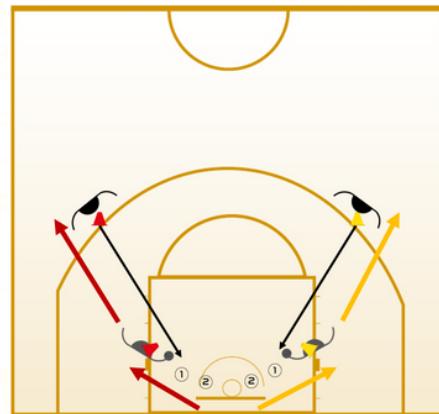
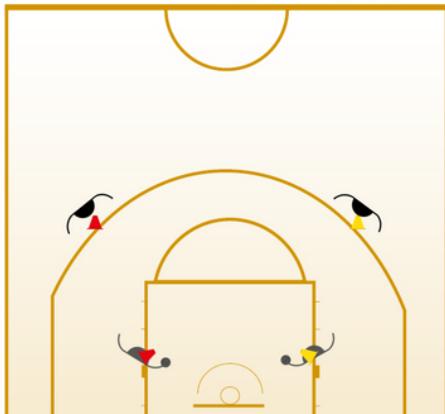


RÉALISER UN ENCHAÎNEMENT : ATTRAPER-1-2-TIRER

BUT DU JEU

MARQUER UN PANIER APRÈS AVOIR ATTRAPÉ LE BALLON

ORGANISATION



PRÉPARATION :

- 2 plots debout à 6m de chaque côté du panier (plots de départ) avec 1 enfant sur chaque plot (rouge à droite, jaune à gauche du panier).
- 2 plots couchés près du cercle (environ 3 pas) de chaque côté du panier, et 1 enfant avec ballon, 1 pied de chaque côté du plot couché (rouge à droite, jaune à gauche).
- Doubler la colonne de ballons si plus de 2 joueurs.

POSITION DE DÉPART :

- Ballon tenu par le PB, main à plat et bras tendu pour présenter le ballon au futur tireur.
- 1 pied de chaque côté du plot de départ pour le tireur.

DÉROULEMENT :

L'enfant démarre et va attraper le ballon à 2 mains. Il enchaîne avec un tir en course, sans dribble, récupère son ballon et va dans la colonne des ballons.



MATÉRIEL PAR PANIER

- 1 ballon/2 joueurs
- 2 plots rouges
- 2 plots jaunes
- 1 panier

ROTATION :

Le PB va dans la colonne des tireurs, le tireur va dans la colonne des PB.

Alternance des tirs à droite et à gauche.

Chaque enfant réalise 3 tirs à droite avant de passer à gauche.

L'enfant suivant démarre dès que le tireur a libéré l'espace sous le panier.

SÉCURITÉ :

Après le tir, libérer rapidement l'espace sous le panier en passant par les côtés.

Départ à droite, puis à gauche : pas de départ en même temps (risque de choc).

TIR EN COURSE

REPÈRES OBSERVABLES



VIDÉO !

Se préparer à faire le geste :

Préparer ses mains pour attraper le ballon.

A droite (plot rouge), la main droite vient se placer à l'arrière du ballon, poignet cassé, doigt vers le plafond et l'autre main sur le côté du ballon les doigts vers l'avant.

Jeter l'appui droit (rouge) en même temps que l'on attrape le ballon.

Même chose à gauche avec la main gauche et le pied gauche.

Faire le geste :

Enchaîner « attraper-1-2-Tir » avec le pied côté PB en 1er, et en montant le ballon à côté de l'oreille.

Passer le coude sous le ballon après le capter pour monter le ballon au panier.

Tir Main droite à droite – main gauche à gauche.

Finir le geste :

Se grandir en lançant le genou côté ballon vers le haut.

Viser et déposer le ballon sur la planche (Milieu du trait vertical).

ÉVOLUTIONS

Pour se préparer à faire le geste :

- Le Coucou : Avant de démarrer sa course, faire coucou avec la main et le pied côté tir (rouge : main droite et pied droit, jaune : main gauche et pied gauche).
- Marcher puis trottiner puis courir avant d'enchaîner « Attraper-1-2-Tir ».

CRITÈRES DE RÉUSSITE

Proposition d'échantillonnage :

Sur 10 passages, compter le nombre de :

- Attraper/tirer en course en respectant les repères de placement des mains sur le ballon.

CONSEILS PÉDAGOGIQUES

Utiliser des images pour aider les enfants à visualiser.

- **Piétiner pour attraper le ballon sur le bon appui :** Petits pas de fourmis.
- **Pour le poignet cassé lors de la prise du ballon :** le poignet doit former un angle droit.
- **Finition du tir :** Sur le saut, rechercher la verticalité en retombant là où l'enfant a pris son appui pour pouvoir rattraper son ballon avant qu'il ne tombe par terre.