

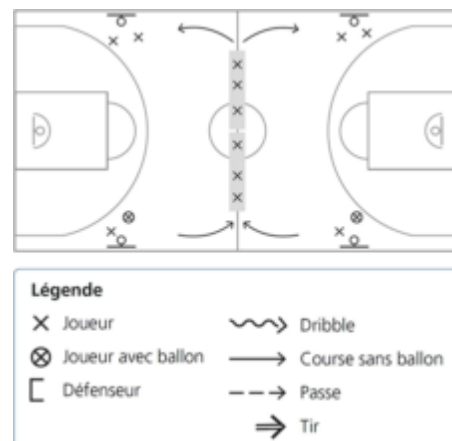
Basketball à l'école – Jeux et concours: 2 contre 2: nouveaux duos

Très dynamique et variée, cette forme de jeu met en mouvement beaucoup de joueurs et réduit les temps d'attente. Si le panier n'est pas marqué, on peut aussi valoriser d'autres cibles (planche, anneau).

Délimiter deux terrains sur la largeur de la salle. Deux matchs en deux contre deux se déroulent en parallèle. Les joueurs en attente sont assis sur deux bancs posés sur la ligne médiane.

L'équipe qui marque la première reste sur le terrain, l'autre s'assied. Deux joueurs entrent et forment deux nouvelles équipes (un nouveau + un gagnant).

Les perdants se placent au bout du banc et avancent au fur et à mesure que les joueurs précédents rejoignent un des terrains.



Cliquer sur l'illustration pour l'agrandir.

Variantes

- Pour gagner, marquer un ou deux paniers.
- Jouer sur un seul panier (s'il n'y en a pas assez).
- Jouer à quatre contre quatre.

Age	Panier	Ballon	Joueurs	Règles de jeu
4-9	1,90-2,10m	Soft Touch ou 4	3	Sans contact physique Ne pas arracher le ballon Introduire progressivement les règles du double dribble et du marcher, ainsi que les limites du terrain Sans la règle du retour en zone Sans la règle des trois secondes
8-13	2,60m	4 ou 5	3-4	Sans la règle du retour en zone

Sans la règle des trois secondes

12 et plus

3,05m

5 ou 6

3-5

Introduire progressivement la règle des trois secondes et du retour en zone

Variante: en cas de faute sur le tireur, on donne un point et la possession de balle à son équipe

Source: Daniel Frey, chef formation Swiss Basketball et J+S; Oliver Berger, expert J+S et enseignant d'éducation physique



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Office fédéral du sport OFSPO