

Basketball à l'école – Dribble: Chasse forestière

Ce jeu oblige aussi les joueurs à quitter leur ballon des yeux afin de fuir les chasseurs qui les traquent.

Tous les joueurs ont un ballon. Deux à quatre chasseurs (avec sautoirs) poursuivent les joueurs qui dribblent dans le terrain (sans jamais interrompre le dribble).

Celui qui est touché se transforme en sapin: il s'immobilise, jambes écartées et ballon tenu à bout de bras au-dessus de la tête.

Un camarade peut le libérer en faisant rebondir son ballon entre ses jambes (mouvement de dribble correct).



Cliquer sur l'illustration pour l'agrandir.

Variantes

- Imposer la main qui dribble.
- Varier la taille des terrains.
- Modifier le nombre de chasseurs.
- Pour libérer un camarade, ramper sous le «sapin».

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