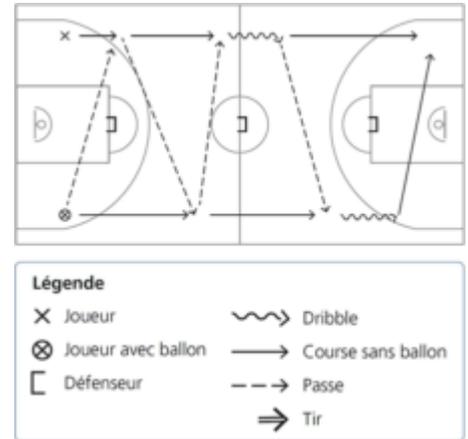


Basketball à l'école – Passe: Pirates

Dans cet exercice, les attaquants, par deux, traversent la salle tout en évitant les défenseurs placés sur leur chemin.

Trois pirates (défenseurs) font la loi sur leur portion de mer (terrain délimité). Des marins (par deux) tentent de traverser sans perdre leur ballon (passes et dribbles).

S'ils réussissent leur traversée, ils reviennent par les côtés et recommencent. Si le ballon sort ou est intercepté par un pirate, le joueur fautif prend sa place.



Cliquer sur l'illustration pour l'agrandir.

Variantes

- Imposer un nombre de dribbles maximal.
- Modifier la taille du terrain.
- Varier le nombre de pirates.
- Définir une tâche pour le retour.

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