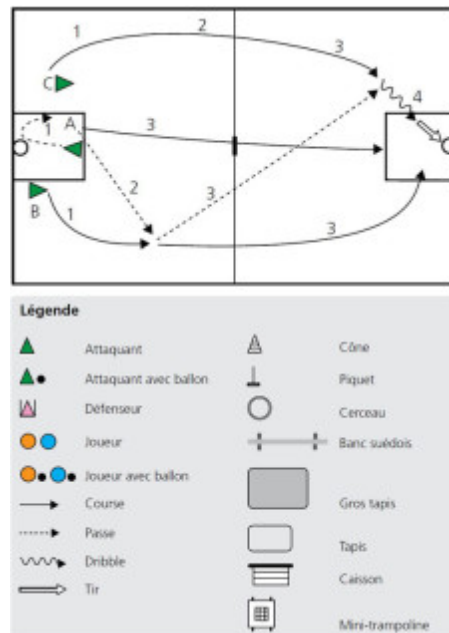


## Balle à la corbeille – Attaquer: Trois contre zéro

La contre-attaque exige des joueurs une organisation très rapide. Chacun sait quelle position il doit occuper et quand se démarquer.

Trois joueurs sont placés sous le panier. Le joueur du milieu (A) lance le ballon contre le panneau et prend le rebond. Les deux autres courent le long de leur ligne latérale et demandent le ballon.

Si B le reçoit, C sprinte vers l'avant en direction du panier et reçoit une longue passe de B. Il conclut par un tir au panier.



Cliquer sur l'illustration pour l'agrandir.

### Variantes

- Après la passe de A à B, C court vers le milieu et reçoit le ballon de B. A passe dans le dos de C en direction de la ligne latérale. A et B sont désormais disponibles pour recevoir le ballon.

### plus difficile

- Avec un défenseur semi-actif ou actif sous le panier.

**Matériel:** Ballons, un panier

Source: Saskia Zubler, enseignante d'éducation physique et experte J+S Balle à la corbeille



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

**Office fédéral du sport OFSPO**