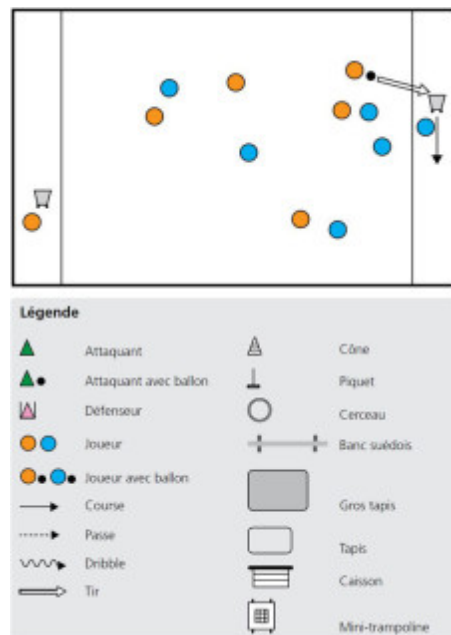


Balle à la corbeille – Mise en train: Chariots mobiles

Cet exercice améliore le jeu de passes et la capacité à se démarquer. Il se rapproche de la forme finale qui consiste à tirer le ballon dans le panier.

Deux équipes s'affrontent. Un joueur par équipe se tient dans une zone délimitée vers la ligne de fond avec un chariot à ballons. Le but est de viser le chariot adverse en développant un jeu de passes habile.

Le gardien peut bouger son chariot le long de sa zone (sans le faire basculer) afin d'empêcher le ballon d'y entrer.



Cliquer sur l'illustration pour l'agrandir.

Variante

plus difficile

Les deux gardiens sont neutres. Les équipes peuvent donc marquer aussi bien d'un côté que de l'autre. Si un but est marqué, il faut que le ballon franchisse la ligne médiane (par un jeu de passes) avant que l'on puisse marquer à nouveau dans le même chariot.

Matériel: Un ballon, deux chariots de ballons

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