

# J+S-Kids: Introduction au basketball – Leçon 3

## La passe 1

### Group d'auteurs

Yves Zufferey, moniteur J+S et instructeur mini-basket, Michel Chervet, chef de discipline sportive J+S Basketball

### Conditions cadres

Durée de la leçon	60 minutes
Niveau	<input checked="" type="checkbox"/> simple <input type="checkbox"/> moyen <input type="checkbox"/> difficile
Âge recommandé	8 à 10 ans
Taille du groupe	6 à 20
Env. du cours	Salle de sport ou terrain extérieur, équipés de deux paniers au minimum (un équipement de 4 paniers latéraux est idéal).
Aspects de sécurité	Equiper les enfants de souliers de gymnastique. Ranger les ballons et le matériel non utilisé durant l'exercice ou le jeu.

### Objectifs/But d'apprentissage

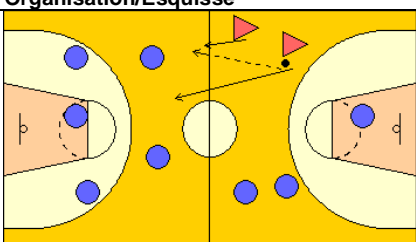
Etre capable de réceptionner le ballon et de le passer à un coéquipier.

### Indications

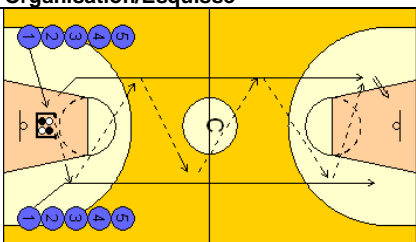
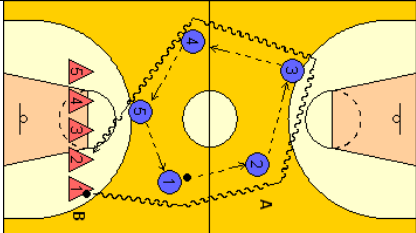
Adapter l'organisation (terrain entier, 1/2 terrain, 1/4 terrain), selon le nombre d'enfants présents.

### Contenu

#### MISE EN TRAIN

Durée	Thème/Exercice/Forme de jeu	Organisation/Esquisse	Matériel
12'	<b>Balle aux chasseurs</b> 2 joueurs essaient de toucher les autres avec des passes. Le toucher doit être effectué avec le ballon dans la main. Les joueurs chassés n'ont pas de ballon. Lorsqu'un joueur est touché il devient chasseur et celui qui l'a touché devient chassé.		1 ballon Chasubles

#### PARTIE PRINCIPALE

Durée	Thème/Exercice/Forme de jeu	Organisation/Esquisse	Matériel
13'	<b>2 contre 1</b> Chaque paire prend à tour de rôle un ballon dans la réserve et essaie de le ramener dans la maison via des passes. Un défenseur (le moniteur) essaie d'intercepter le ballon. Terminer avec un concours, la paire qui ramène le plus de ballon dans un délai défini est déclarée vainqueur.		Réserve de ballons
10'	<b>Passes contre dribble</b> L'équipe A fait un maximum de passes alors que l'équipe B fait le même parcours en dribble. Le concours s'arrête lorsque toute l'équipe A a effectué le parcours. Le moniteur note alors le nombre de passes effectuées par l'équipe A. Les rôles sont ensuite inversés. Est déclarée vainqueur l'équipe qui aura réalisé le plus de passes.		2 ballons Chasubles

10'	<p><b>Le ballon volé</b></p> <p>Les attaquants sont immobiles et essaient de se faire un maximum de passes. Le défenseur essaie d'attraper la balle durant 30 secondes puis cède sa place à un autre défenseur. Lorsque tous les défenseurs sont passés, le moniteur annonce le nombre de balles volées. L'équipe ayant volé le plus de ballon gagne la partie.</p> <p><u>Variante 1:</u> Faire le même jeu mais avec 2 défenseurs en même temps.</p> <p><u>Variante 2:</u> Limiter les passes retour.</p> <p><u>Variante 3:</u> Varier le nombre d'attaquants et de défenseurs selon le niveau des enfants.</p>		1 ballon Chasubles
-----	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--	-----------------------

#### PARTIE FINALE

Durée	Thème/Exercice/Forme de jeu	Organisation/Esquisse	Matériel
15'	Match 5 contre 5 sur tout le terrain. Si des paniers latéraux sont à disposition, jouer à 3 contre 3 sur la largeur du terrain.		1 ballon Chasubles