


Le Mini - Basket

Sans déjà parler de la forme finale, on peut introduire des notions (dribble, tir de précision, marquage-démarquage) qui seront développées progressivement dans les jeux et qui aideront à mieux introduire les grands jeux.

1. **Dribbler** : seul, en se suivant par 2, en dessinant une figure, un animal, en se suivant par 2, utiliser main droite et main gauche, etc... (**technique de base**)

Dribbler et slalomer autour de piquets, cônes, franchir de petits obstacles (haies, cônes ou piquets renversés, traverser un banc, etc...)

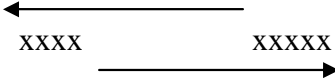
Dribbler ; au signal poser son ballon, en prendre un autre ou aller se placer vers un cône placé dans la salle (chercher une place) ou toucher 1 – 4 parois et reprendre un ballon. (**orientation**)

Dribbler et franchir des portes défendues par un gardien (**mobilité latérale**) 

Jeu : Dribbler dans une surface donnée réduite. 2 – 4 chasseurs dribblent également et essaient de toucher leurs camarades avec la main libre. Touché : cloué sur place, jambes écartées et bras levés. Pour sauver un camarade, passer son ballon entre ses jambes.

Le roi du dribble : dribbler et essayer de pousser le ballon des autres. Jouer dans 3-4 zones (terrain de volley). Je perds mon ballon : je descends ! Je pique un ballon, je monte !

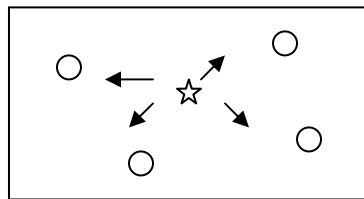
2. **Passer** : Se déplacer par 2 dans la salle en se faisant des passes (directes ou avec rebond). Réussir 10 passes consécutives sans erreur.

Passer et suivre sa balle 

La mouche : 2 contre 1 puis 3 ou 4 contre 1. Se faire des passes et la mouche doit toucher la balle. Limiter la surface de jeu de chaque équipe (5m X 5m env.).

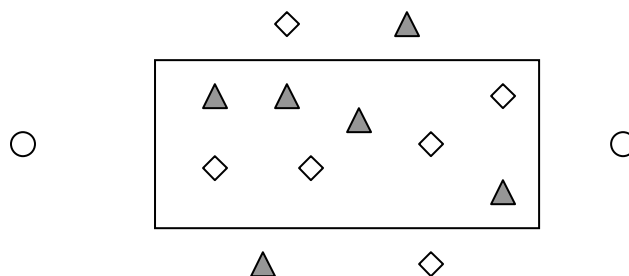
Variante : toucher le joueur qui a le ballon dans la main pour se sauver (**anticipation**).

Variante 2: idem mais 6-8 joueurs contre 2 mouches (**travail d'équipe dans la défense**).



La passe à 5 : Equipes de 4 à 5 joueurs : Réussir 5 passes consécutives pour marquer 1 pt.

Jeu avec relais : balle au roi : Se faire des passes pour donner au roi qui se trouve sur un banc ou dans un cerceau. Chaque équipe bénéficie d'un joueur-relais au bord du terrain à qui l'on peut donner la balle en cas de difficulté.



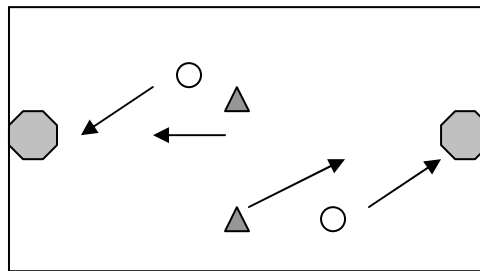
3. **Tirer** : On peut déjà entraîner le tir. Il est plus facile de le faire dans les salles équipées de paniers qui se baissent. Mais on peut aussi utiliser différentes cibles ou simplement essayer de toucher le cercle, par exemple. Mais il faut adapter la hauteur de la cible aux élèves. Tous les exercices de dribble peuvent être complétés par un tir, mais il faut également entraîner le tir de précision sans mouvement.

Le tour du monde : Placer des cônes en demi-cercle autour de la cible ou du panier. L'élève doit réussir à marquer ou à toucher la cible pour passer au poste suivant. Qui termine son Tour du monde en premier (**précision**) ?

Dribbler et tirer : Les élèves dribblent dans la salle ; au signal ils doivent aller marquer 1-4 paniers pendant que l'enseignantE décompte un temps (par exemple : 20 secondes).
Variante : Les élèves ont chacun un numéro ; 4 – 8 élèves ont le même numéro. Lorsque l'enseignantE annonce un numéro, les élèves concernés doivent essayer de marquer le plus rapidement possible. Les autres continuent à dribbler.

Passer et tirer : Se faire des passes directes ou au sol par 2 et tirer au panier en fin de parcours.

Tirer sous pression : Un élève part en dribble pour aller tirer. Lorsqu'il franchit une marque donnée, son partenaire démarre pour défendre sur lui.



Référence : Jeux de Basketball à l'école, C. Pecqueux, Ed. Revue EPS
Le Mini Basket pour les enfants, C. Malfois, Amphora