

LE TIR

Introduction

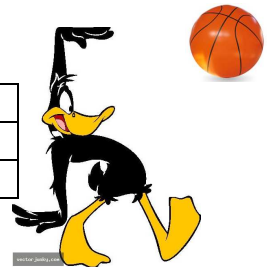
Le tir est la seule façon de marquer un panier. L'enfant a une motivation naturelle à apprendre ce mouvement. D'ailleurs, la première chose que fait l'enfant lorsqu'il rentre sur le terrain et de se diriger vers le panier pour marquer.

Construction de la position des mains sur le ballon

	Principe
	<ul style="list-style-type: none"> • Les doigts sont naturellement écartés • Les 2 pouces forment un T sur la balle • Selon la taille des mains et du ballon, le T est plus ou moins écarté sur la balle • Le creux de la paume ne touche pas le ballon • L'intégralité des doigts touche le ballon • Le coude sous la balle

Jeu 1 : Le canard

<i>Matériel</i>	Un ballon par joueur. Des cônes.
<i>Technique travaillée</i>	La main du tir (coude, bras, poignet)
<i>Motricité/Coordination</i>	Equilibre, stabilité du tir.



Explications

Disposer 5 cônes à l'intérieur de la raquette, des deux côtés du terrain, très proches du panier. Numéroté les cônes.

Former deux équipes. Un panier pour chaque équipe.

Départ depuis la ligne médiane du terrain.

Au signal de l'entraîneur, le premier joueur de chaque équipe part en dribble. Il s'arrête face au premier cône, met sa balle dans la main, bras semi fléchi devant lui, puis tire au panier d'une seule main en faisant le cou et le bec du canard. Il reste dans cette position jusqu'à ce que le ballon soit retombé par terre. S'il rate, il revient en dribble et le joueur suivant recommence l'exercice au même cône. Si le joueur a marqué, le joueur suivant continue l'exercice au cône suivant.

La première équipe qui a marqué à tous les cônes a gagné.

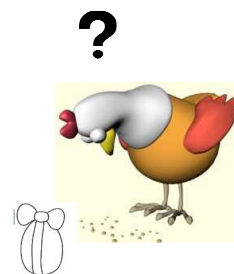
Variantes

- le joueur a droit à deux tentatives.
- de manière individuelle



Jeu 2 : Les œufs dans le poulailler

<i>Matériel</i>	6 ballons par équipe
<i>Technique travaillée</i>	La main du tir (coude, bras, poignet)
<i>Motricité/Coordination</i>	Equilibre, stabilité du tir.



Explications

Deux équipes, placées au milieu du terrain, chacune face à leur panier. Un cerceau pour chaque équipe (poulailler)

6 ballons, les œufs, sont dans la raquette.

Les deux premiers joueurs de chaque équipe partent en courant au signal de l'entraîneur.

Ils choisissent un ballon posé par terre et tirent d'une main au panier.

Si le panier est réussi, le joueur ramène l'œuf dans son équipe et le pose dans le poulailler

Ainsi de suite avec les deux joueurs suivants.

La première équipe qui a ramené tous ses œufs a gagné.

Variante

Un renard dans chaque équipe se positionne sur le terrain adverse et essaie de toucher les poules qui vont chercher les œufs. Si la poule est touchée, elle doit retourner au poulailler.

Jeu 3 : L'éléphant

<i>Matériel</i>	1 ballon par joueur
<i>Technique travaillée</i>	le tir sous le panier à 45 degrés
<i>Motricité/Coordination</i>	Equilibre, stabilité du tir.



Explications

Deux équipes.

On part en dribble depuis le milieu du terrain. Chaque équipe a son panier.

Le premier joueur va tirer « en foulée » sous la panier.

2 points si le panier est marqué. 1 point si le ballon touche le cercle.

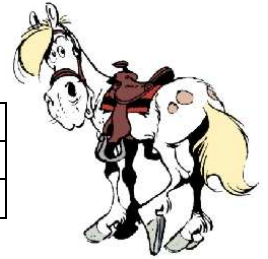
Chaque fois que l'on marque un panier on peut rapporter une lettre.

La première équipe qui a formé le mot « **Efelant** » a gagné.



Jeu 4 : Le horse

<i>Matériel</i>	1 ballon par joueur
<i>Technique travaillée</i>	Après arrêt un ou deux temps
<i>Motricité/Coordination</i>	équilibre



Explications

Former des paires ou des triplettes de joueurs.

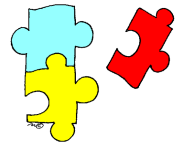
Le premier joueur dribble s'arrête en un ou deux temps et tire au panier. S'il marque, les deux autres joueurs doivent faire exactement la même chose et marquer aussi. Le joueur qui rate prend un lettre (du mot H O R S E).

Le premier joueur peut continuer aussi longtemps qu'il réussit. Quand il rate, c'est au joueur suivant de choisir.

Le premier qui a formé le mot « **HORSE** » a perdu.

Jeu 5 : Le puzzle

<i>Matériel</i>	2 ballons par équipe minimum, 1 puzzle pour chaque équipe (changer les couleurs)
<i>Technique travaillée</i>	Tir mi distance
<i>Motricité/Coordination</i>	équilibre



Explications

Former des équipes

Placer des cônes dans ou autour de la raquette.

Au pied de chaque cône se trouve une pièce de puzzle de chaque équipe.

Le premier joueur de chaque équipe va tirer derrière un cône de son choix.

En cas de réussite, il peut ramener une pièce dans son équipe. S'il rate il revient dans la colonne. Le joueur suivant part dès que le tir a eu lieu.

La première équipe qui a reconstitué le puzzle a gagné.



Jeu 6 : La grenouille et les nénuphars

<i>Matériel</i>	2 ballons par équipe, cerceaux ou marquage au sol
<i>Technique travaillée</i>	Position de tir et stabilité, écart des appuis.
<i>Motricité/Coordination</i>	équilibre



Explications

Chaque joueur est une grenouille.

Disposer dans la raquette, trois marquages au sol. (rond ou carré) ou des cerceaux.
Ils peuvent être face au panier ou sur le côté.

La grenouille part en dribble depuis le milieu de terrain et vient s'arrêter devant le premier nénuphar(1^{er} marquage ou cerceau). Elle prend la position de tir et effectue un saut dans chaque nénuphar. Au 3^e, elle tire au panier. Chaque panier réussit lui rapporte 1 point.
La première grenouille qui arrive à X points.

Variante

Jouer par équipe.

Remarque

Tous les tirs à 45 degrés se font avec la planche !!!

Jeu 7 : Le carrousel à 21

<i>Matériel</i>	6 ballons au sol sous chaque panier
<i>Technique travaillée</i>	La fluidité du tir
<i>Motricité/Coordination</i>	Orientation, équilibre



Explications

Deux équipes depuis le milieu de terrain.

Le premier joueur de chaque équipe court et va se saisir du 1^{er} ballon posé par terre.
Il tire et reste en canard jusqu'à ce que le ballon soit retombé par terre. Il le récupère et le pose au même endroit. Puis il passe au ballon suivant et ainsi de suite. Chaque panier marqué vaut deux points. Chaque cercle touché vaut 1 point.

Quand il a tiré tous les ballons, il revient. Le deuxième joueur commence dès qu'il a effectué son 2^e tir.

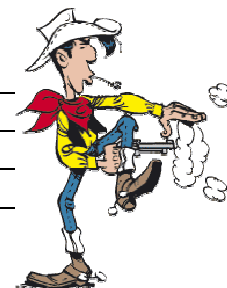
La première équipe qui a marqué 21 point a gagné.





Jeu 7 : Le Lucky Luke

Matériel	2 ballons
Technique travaillée	Tir et tir après rebond
Motricité/Coordination	Orientation dans l'espace



Explications

C'est le jeu du «  » .

Les joueurs se positionnent en colonne sur la ligne des lancers francs. Les deux premiers ont un ballon. Le premier joueur tire. Dès son tir parti, le 2^e joueur placé juste derrière lui tire aussi et essaie de marquer avant lui. S'il y parvient, il élimine le joueur devant lui. Quand un joueur rate son tir. Il prend le rebond et essaie de marquer avant le suivant ! Dès qu'il marque, il passe son ballon au joueur en tête de colonne et qui attend son tour. Le vainqueur est celui qui élimine l'avant dernier joueur.

Jeu 8 : La course contre la montre

Matériel	Marquages au sol ou cônes ou cerceaux. 1 ballon par équipe. Petits cartons avec 1 ou 2 points.
Technique travaillée	Tir après la passe
Motricité/Coordination	Orientation dans l'espace



Explications


Placer autour de la raquette et dans la raquette des marquages au sol. Attention, choisir des positions de jeu !

Il doit y avoir une ou deux positions de jeu de plus que le nombre de joueurs.

Deux équipes. Un panier pour chaque équipe. Les joueurs se font des passes. Après chaque passe, le joueur doit aller occuper une autre position laissée vide.

Quand l'entraîneur siffle, le joueur qui a la balle en main à ce moment précis, doit tirer au panier. Le panier marqué vaut 2 points, toucher le cercle vaut 1 point. Le joueur va chercher chaque fois un carton correspondant au nombre de points.

Temps de jeu : 3 minutes

	Pour tous les jeux où les enfants doivent compter leurs points, comme cela est parfois difficile selon l'âge des joueurs entraînés, prévoir des objets (billes, legos, cartes avec points) que les enfants peuvent prendre après chaque panier marqué. Ainsi on fait le décompte total à la fin du jeu
---	--