



Le ballon interdit

Objectifs

- Maîtriser l'arrêt.
- Savoir protéger son ballon en pivotant.

Matériel

1 ballon pour 2

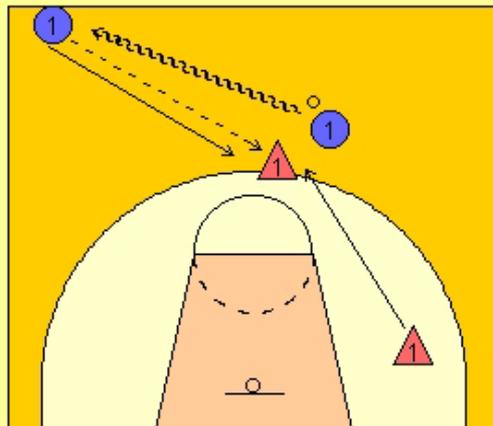
Nombre de joueurs

Par groupes de 3

Organisation

1 dribbleur, un suiveur et un arbitre

Déroulement



Au premier signal de l'éducateur, le dribbleur part suivi à 5 ou 6 mètres par son binôme. Au second signal, le dribbleur s'arrête (arrêt simultané si possible) sans marcher s'arrête et protège son ballon. Le suiveur court vers le porteur du ballon et essaie de toucher le ballon. Au bout de 5 secondes l'éducateur donne le troisième signal. Le porteur donne le ballon à son binôme qui part en dribble, etc.

Consignes

Au signal s'arrêter sans marcher et, pendant 5 secondes, protéger son ballon pour que l'adversaire ne le touche pas.

Critères de réussite

Le nombre de fois où le ballon n'a pas été touché.

Actions à réaliser

S'arrêter équilibré en attaquant par les talons et en restant fléchi.
Protéger le ballon en pivotant et en respectant toujours l'alignement : ballon / porteur / adversaire.

Erreurs observées et solutions

Ballon tout de suite touché = reprendre de façon statique, sans défenseur, la position ballon / porteur / adversaire.

Arbitrage et observations

Arbitre : un enfant juge les contacts. S'il y a contact, il lève le poing et crie « faute » mais les joueurs continuent l'exercice.

Variables

1. Augmenter le temps.
2. Demander au dribbleur, après son arrêt, de pivoter puis de passer au suiveur. Dans ce cas c'est le dribbleur qui ira essayer de toucher le ballon.
3. Jouer à 3 et demander au porteur de balle de passer au troisième au moment où celui-ci lève le bras (rotation = passeur / réceptionneur / défenseur / passeur etc.).



Le Minibasket, une façon de grandir !