

Fiche technique Mini – Basket CD58



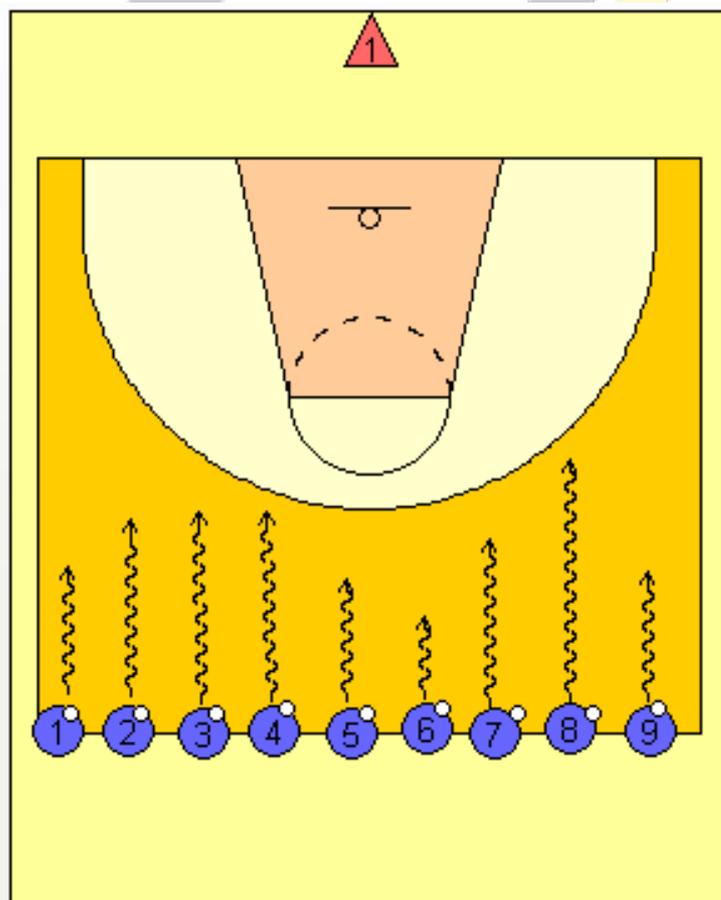
« 1, 2, 3 SOLEIL »

Déroulement

Les enfants ont chacun un ballon et sont sur une ligne à une dizaine de mètres (ou + selon la maîtrise du dribble et tête levée) de leur camarade qui est au niveau d'un mur.

Ce dernier se met face au mur et annonce le « 1, 2, 3, soleil », pendant ce temps, les enfants avancent en dribble vers le mur. Si un enfant bouge ou ne réussit pas à stopper son dribble lorsque leur camarade se retourne, l'enfant doit repartir sur la ligne de départ. Le dernier enfant (ou premier) qui arrive au mur deviendra « l'annonceur » du « 1, 2, 3, soleil ». Le premier enfant qui remporte à deux reprises le mur gagne le jeu.

Schématisation



Évolutions possibles

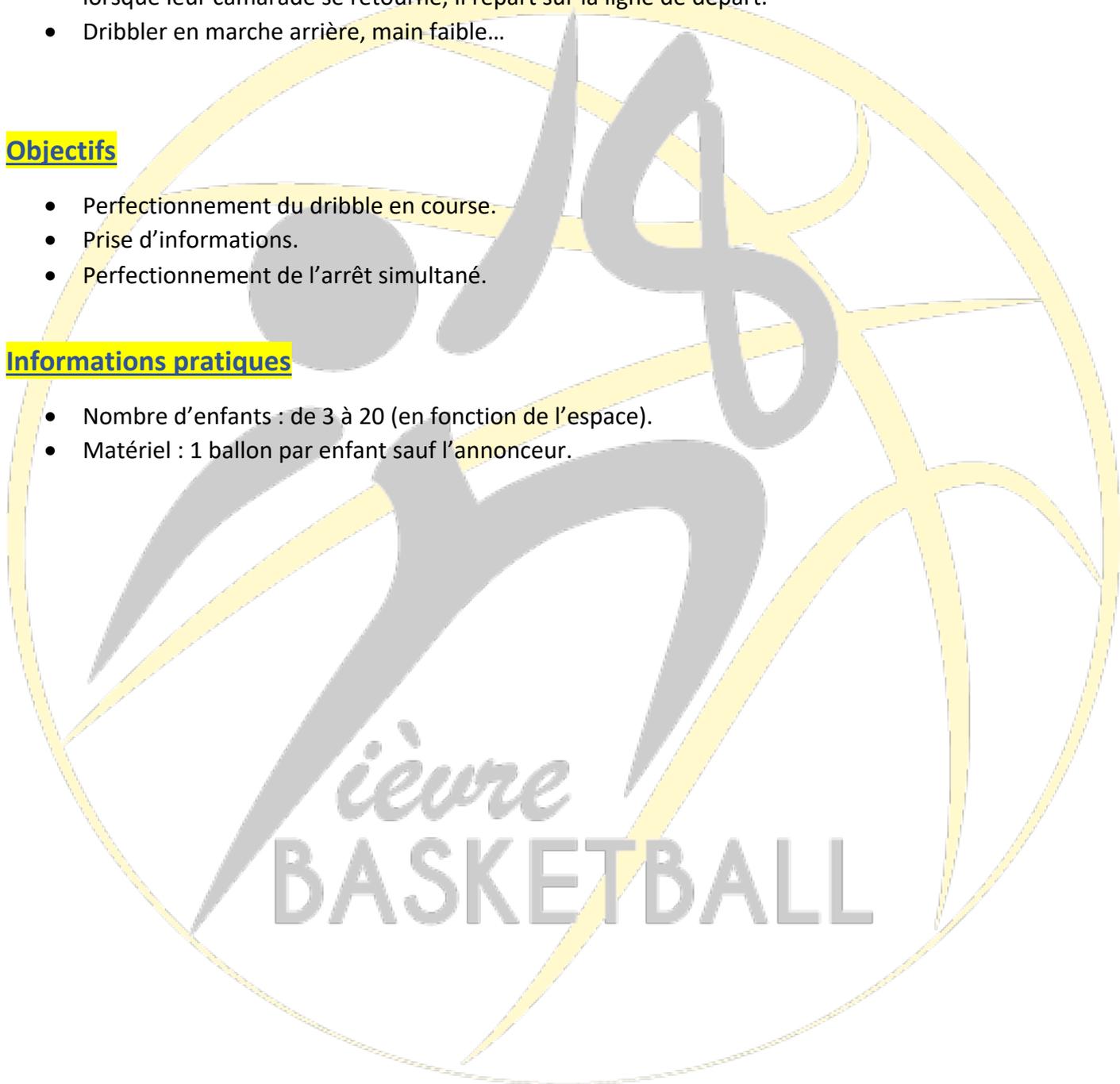
- Demander à l'enfant qui est au niveau du mur de dire plus ou moins vite le « 1, 2, 3, soleil ».
- Demander aux dribbleurs de stopper leur dribble en claquant leurs deux pieds au sol (arrêt simultané), le ballon au-dessus de la tête ou ballon dans la poche (notion de protection de balle).
- Disposer des cerceaux ou pastilles au sol, si les dribbleurs n'ont pas un pied dans un cerceau lorsque leur camarade se retourne, il repart sur la ligne de départ.
- Dribbler en marche arrière, main faible...

Objectifs

- Perfectionnement du dribble en course.
- Prise d'informations.
- Perfectionnement de l'arrêt simultané.

Informations pratiques

- Nombre d'enfants : de 3 à 20 (en fonction de l'espace).
- Matériel : 1 ballon par enfant sauf l'annonceur.



l'épève
BASKETBALL

Fiche technique Cycle 3 (CM1/CM2) CD58



« DRIBBLES + ARRÊTS »

Déroulement

Chaque enfant a un ballon, sinon travailler par groupe en fonction du nombre de ballons et d'élèves (un groupe qui travaille, l'autre groupe qui se repose)

Objectif

Au signal de l'enseignant, les jeunes dribblent sur la surface de jeu délimitée, si possible en regardant devant eux, ne pas se rentrer dedans !

Consignes

- À chaque signal de l'encadrant, les enfants doivent s'arrêter le plus vite possible en prenant le ballon à 2 mains (donner comme référence le jeu 1,2,3 Soleil).
- Au 2^{ème} signal, les enfants repartent en dribble et ainsi de suite...

Evolutions

- Proposer aux jeunes de s'arrêter techniquement avec un arrêt simultané (les 2 pieds en même temps => imaginer en parlant d'un kangourou, d'une grenouille).
- Augmenter les vitesses de changements de statut (aller plus vite dans les signaux)

Matériel

- 1 ballon par élève

Fiche technique Mini-Basket CD58



« LA COURSE AU TRÉSOR »

Déroulement

Former deux équipes égales, placer les objets dans les cerceaux (les trésors), le 2^{ème} cerceau va servir de réserve pour les trésors ramenés. Chaque équipe se place derrière un trésor.

Les joueurs sans ballon attendent derrière, ils partiront en 2^{ème} position.

Au signal, les joueurs (avec ballon), vont chercher un trésor dans la réserve adverse (un par joueur) et le ramène dans leur réserve. Ils transmettent le ballon à leur camarade (qui attendait derrière leur réserve) et à leur tour vont chercher un trésor.

Le jeu est limité à 2 minutes environ. L'équipe gagnante est celle qui a le plus de trésors dans sa réserve au bout du temps de jeu.

Ramener, en dribblant le plus de trésors possibles.

Toute reprise de dribble annule le trésor et celui-ci revient dans la réserve adverse.

Organisation

Mettre en place 2 zones avec 2 cerceaux et des réserves d'objets dans un des 2 cerceaux.

Evolutions possibles

- 1 défenseur vient gêner le retour des porteurs de trésors et peut les prendre s'il les touche (dans ce cas, le trésor ira à l'équipe du défenseur).
- Varier la taille du terrain.
- Demander à chaque dribbleur de passer des obstacles (slalom, pont, etc...) en ramenant leur trésor.

Objectifs

- Dribbler en transportant un objet.
- Se déplacer en dribblant tout en repérant les espaces libres.

Critères de réussite

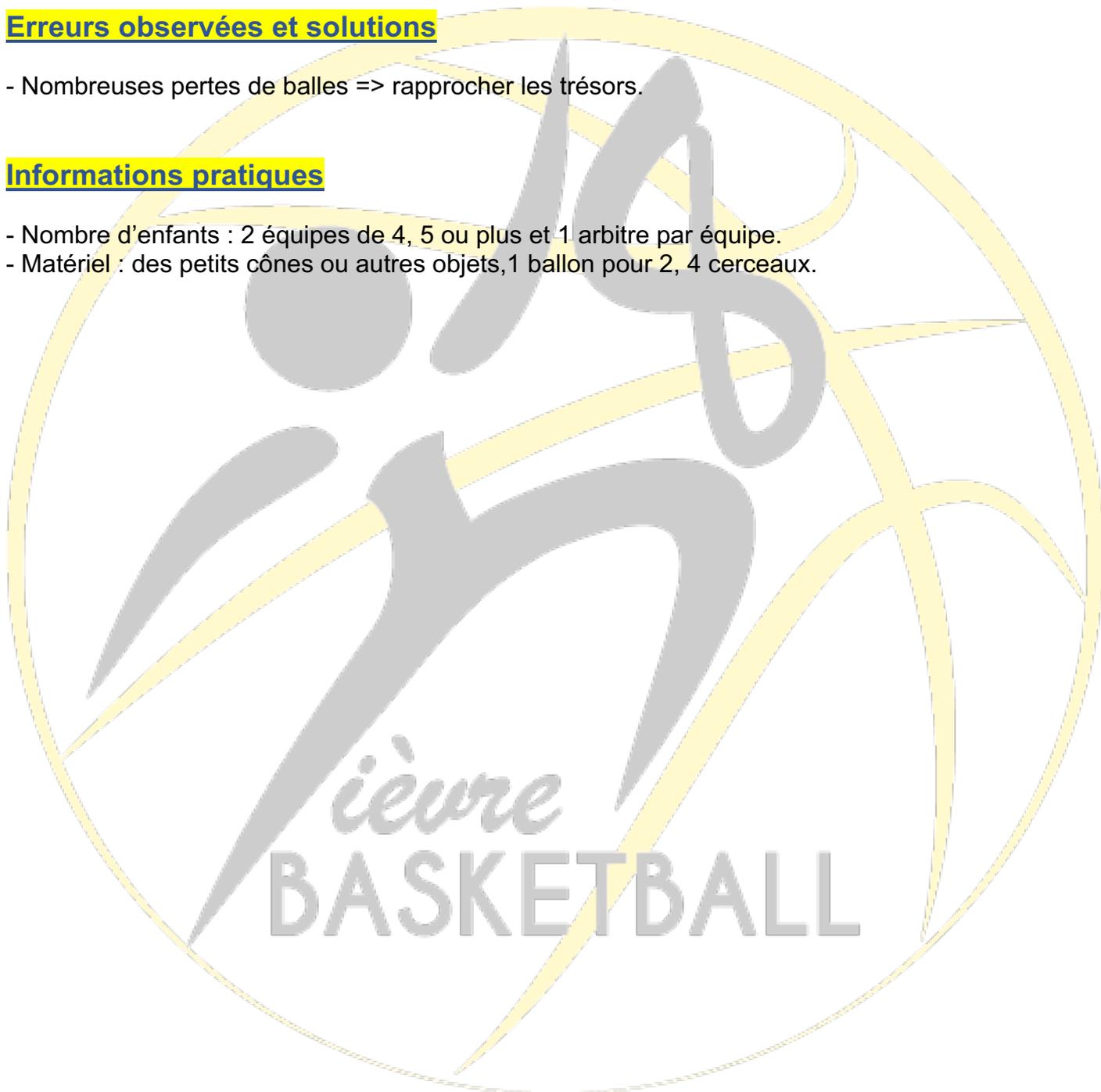
- Nombre de trésors ramenés
- Gestion du dribble avec les différentes contraintes.

Erreurs observées et solutions

- Nombreuses pertes de balles => rapprocher les trésors.

Informations pratiques

- Nombre d'enfants : 2 équipes de 4, 5 ou plus et 1 arbitre par équipe.
- Matériel : des petits cônes ou autres objets, 1 ballon pour 2, 4 cerceaux.



Fiche technique Mini-Basket CD58



« LE JEU DE L'ÉPERVIER »

Déroulement

Un joueur épervier fait face (idéalement dans le rond central) à tous les autres (les moutons) qui ont un ballon. Les moutons se trouvent ligne de fond. Les joueurs touchés deviennent épervier avec les autres.

Les moutons, au signal « Épervier en chasse », doivent traverser le terrain sans se faire toucher par l'épervier.

Tous les joueurs attrapés deviennent éperviers à leur tour.

Le dernier joueur attrapé a gagné et devient épervier le tour suivant.

Règles

=> Les moutons doivent se déplacer sur le terrain, en respectant ses limites, en dribblant et sans violations.

Consignes techniques

- Feintes et changements de rythmes
- Prise d'informations (tête levée)
- Ballon = prolongement du bras (information tactile sur le ballon => ne pas frapper le ballon mais l'accompagner)
- Tous doivent dribbler et d'une seule main

Évolutions possibles

- Épervier avec ou sans ballon suivant le niveau des joueurs.
- Au lieu de toucher les moutons, il faut prendre ou chasser leurs ballons.
- Les moutons ont le droit à l'immunité s'ils s'assoient, s'associent par 2 (main sur épaule par ex.), se mettent dos-à-dos...tout en conservant leur dribble.

Objectifs

- Amélioration de la conduite de balle
- Vision de jeu (anticipation et collaboration)

Informations pratiques

- Nombre d'enfants à volonté
- Matériel : 1 ballon par enfant



Fiche technique Cycle 3 (CM1/CM2) CD58



« LE JEU DE L'HORLOGE »

Déroulement

Les joueurs sont répartis en deux équipes de 5 à 6 joueurs : l'équipe des passeurs (l'horloge) et l'équipe des coureurs. L'équipe des passeurs se place en cercle (écartement d'un mètre entre chaque passeur). Les coureurs sont en colonne derrière une ligne de départ située à environ 7 mètres du cercle. Au signal de départ, les passeurs doivent passer la balle à leur voisin pour la faire tourner sans la faire tomber. À chaque tour, on compte une heure. Désigner l'élève qui sera le « compte-tours » et compter « le tour » à chaque fois que le ballon passe dans ses mains. Pendant ce temps, les coureurs font un relais autour du cercle des passeurs. Un premier coureur part, court autour du cercle, tape dans la main du second qui court à son tour, et ainsi de suite jusqu'à ce que tous les coureurs soient passés. Une fois que les coureurs ont terminé, on stoppe le jeu, on compte les passes des passeurs et on inverse les rôles. L'équipe gagnante sera celle qui a réalisé le plus de passes durant le relais de l'équipe adverse.

Schématisation



Objectifs

Lancer la balle, réceptionner la balle.

Repérer des partenaires de jeu, être attentif

Coopérer au sein de l'équipe

Courir vite

Actions à réaliser

L'équipe des passeurs : « Au signal, vous devez passer la balle à votre voisin sans le faire tomber, à chaque tour on compte une heure. Le joueur qui passe le 1^{er} la balle sera le compte-tours. » L'équipe des coureurs : « Vous vous mettez en colonne. Au signal le premier de la colonne doit courir le plus vite possible autour de l'horloge, puis revenir taper dans la main du second, qui à son tour courra autour de l'horloge... et ainsi de suite jusqu'au dernier coureur. »

Évolutions possibles

- Sans dribble au début, et avec dribbles en évolution
- Adapter les distances des passeurs/receveurs en fonction des compétences
- Adapter les distances pour les coureurs
- Mettre un panier à marquer pour valider la course du joueur avant de retourner dans sa colonne de relais

Critères de réussite

Les passeurs : Faire tourner le ballon le plus vite possible

Les coureurs : Courir le plus vite possible => est déclarée gagnante l'équipe qui a le plus d'heures (donc de tours réalisés)

Informations pratiques

- 1 ou 2 ballons de basket
- 1 panier de basket au besoin
- 1 plot pour déterminer le départ du relais
- Des cerceaux ou coupelles pour désigner les positions de l'horloge

Fiche technique Mini-Basket CD58



LES JEUX ET SPORTS COLLECTIFS

- Comment aborder les jeux /sports collectifs dans le premier degré.
- Comment à partir d'une situation simple, faire évoluer les élèves (du cycle I à III) en jeux collectifs/sports collectifs, en ne jouant que sur les variables.

1- Passe à dix

- Objectif :
Participer à un jeu collectif.

- But :
Faire 10 passes consécutives (ou 8, ou 6, ...) sans faire tomber le ballon

- Organisation matérielle :
Un espace délimité, un ballon mousse par groupe

- Consignes :
Au top du maître, réaliser 10 passes sans faire tomber la balle

- Critère de réussite :
Faire dix passes de suite sans faire tomber la balle

- Variables pour faciliter la situation :
- Faire moins de passes
 - Élèves plus proche les uns des autres
 - Réduire l'espace de jeu

- Variables pour complexifier la situation :
- Augmenter le nombre de passes
 - Agrandir l'espace de jeu
 - Se déplacer en courant
 - Utiliser une balle plus petite

- Autres variables :

- Deux équipes en parallèles
- Passes dans un temps donné
- Etre arrêté ou en mouvement

2- Passe à dix avec défenseurs

- Objectif :

Participer à un jeu collectif.

- But :

Faire 10 passes consécutives (ou 8, ou 6, ..) sans faire tomber le ballon et sans se faire intercepter par les adversaires

- Organisation matérielle :

Un espace délimité, un ballon mousse, un groupe qui se fait des passes, un joueur qui intercepte la balle

- Consignes :

Au top du maître, réaliser 10 passes sans faire tomber la balle, ni se faire intercepter

Pas de contact entre les joueurs

Ne pas prendre le ballon dans les mains du porteur de balle

Pas de déplacement balle en mains

- Critère de réussite :

Faire dix passes de suite sans faire tomber la balle ou se faire intercepter

- Variables pour faciliter la situation :

- Faire moins de passes
- Moins de défenseurs que d'attaquants
- Défenseurs fixes

- Variables pour complexifier la situation :

- Augmenter le nombre de passes
- Agrandir l'espace de jeu
- Utiliser une balle plus petite
- Plus de défenseurs que d'attaquants

- Autres variables :

- Passes dans un temps donné
- Etre arrêté ou en mouvement
- Balles de différentes formes, tailles
- Défense à un bras
- Défense ballon bloqué

3- Passe à cinq orientée avec défenseurs

- Objectif :
Participer à un jeu collectif.

- But :
Faire 5 passes consécutives (ou 8, ou 6, ..) sans faire tomber le ballon et sans se faire intercepter par les adversaires, à la cinquième passe on peut amener la balle dans une zone pour marquer un point.

- Organisation matérielle :
Un espace délimité, un ballon mousse, un groupe qui se fait des passes, un autre qui intercepte la balle
Une zone de marque délimitée par des plots

- Consignes :
Au top du maître, réaliser 5 passes sans faire tomber la balle, ni se faire intercepter
A la cinquième passe on peut amener la balle dans la zone de marque
Pas de contact entre les joueurs
Ne pas prendre le ballon dans les mains du porteur de balle
Pas de déplacement balle en mains

- Critère de réussite :
Faire 5 passes avant de pouvoir marquer un point

- Variables pour faciliter la situation :
- Faire moins de passes
 - Moins de défenseurs que d'attaquants
 - Défenseurs fixes
 - Zone de marque plus grande

- Variables pour complexifier la situation :
- Augmenter le nombre de passes
 - Agrandir l'espace de jeu
 - Utiliser une balle plus petite
 - Plus de défenseurs que d'attaquants
 - Zone de marque plus petite

- Autres variables :
- Etre arrêté ou en mouvement
 - Balles de différentes formes, tailles
 - Défense à un bras
 - Défense ballon bloqué
 - Ne plus imposer 5 passes mais une touche de balle minimum par élève

4- Passe à cinq orientée avec défenseurs

- Idem situation 3, mais une zone de marque par équipe

5- Passe à cinq orientée avec défenseurs et cible à toucher

- Idem situation 3, mais une fois dans la zone de marque, l'élève, sans contraintes défensives envoie la balle dans une cible (caisse, plots, ..)

