

4.3 – Anticipation – Réflexe

N 2

N 3

Habiletés complémentaires	Dextérité - Mémoire
Consignes techniques	Définir un spot de tir. La première tentative, si elle est réussie, vaut 2 points. Que le panier soit marqué ou raté, si le joueur récupère son ballon avant qu'il ne touche le sol, il retire. Si le panier est réussi, il vaut 1 point. Chaque joueur compte ses points. Objectif : Arriver à 21 points précis. Si les 21 points sont dépassés, soustraire les points supplémentaires.
Matériel	3 ballons par équipe
Evolution	Varié les types de tirs (mi-distance, en course), les spots de tir Laisser un rebond avant de récupérer le ballon Par équipe, utiliser la ligne à 3 pts pour déclencher un premier tir. Le jeu se déroule sur le même principe mais avec 3 possibilités de tirs - les points possibles 3pts, 2pts, 1pts – Augmenter le nombre de points (conseillé 60 pts).
Difficulté	Modérée
Travail	Membres inférieurs – Membres supérieurs – Capacités cognitives
Précautions particulières	Attention au ballon lors des phases de rebond. Interdire qu'un joueur intervienne sur le ballon d'un autre. Faire plusieurs manches pour avoir des tirs pris à droite, à gauche et au centre. Le compte des points se fait à haute voix.