

17.2 – Mémoire - Concentration

N 2

N 3

Habiletés complémentaires	Coopération
Consignes techniques	Principe du Cyber-basket : Déplacements : marche – course (lente, modérée, rapide). Deux cages au sol délimitées par des plots sur les lignes de fonds – pas de goal. Deux équipes – pas de ballon. Objectif : faire passer le JB (joueur ballon) dans la cage adverse. Le JB est désigné par son prénom – Au lieu de faire une passe à un coéquipier je crie son prénom et il devient le JB. La progression vers la cage adverse se fait en « cri/passes » et/ou en déplacement. Le défenseur qui touche un JB le devient à son tour et ce joueur et son équipe vont progresser à leur tour vers la cage adverse. Le début du match et la remise en jeu après un but marqué se fait au milieu du terrain. L'animateur désigne qui est le JB à chaque lancement de jeu. Pas de défenseur ni d'attaquant statiques dans la raquette.
Matériel	Des chasubles pour la moitié du groupe.
Evolution	Dimension du terrain. Rythme de course.
Difficulté	Modérée à élevée
Travail	Membres inférieurs – Capacités cognitives
Précautions particulières	En cas d'atteintes physiques, définir la (les) zone(s) à toucher.