

	11.12 – Dextérité - Coordination –	N 2
Habiletés complémentaires	Agilité - Orientation	
Consignes techniques	Groupe de 3 : 1 joueur, 1 passeur, 1 rebondeur. Le joueur part en dribble vers un premier plot, il tire. Il enchaîne sa course vers le second plot réceptionne une passe et tire. Idem vers le troisième plot. Le tireur devient rebondeur, le rebondeur devient passeur et le passeur devient tireur. Une manche permet aux 3 joueurs de passer à chaque rôle. Chaque joueur compte ses points.	
Matériel	Par groupe : 3 plots – 2 ballons : utiliser différentes textures et tailles (initiation – traditionnel)	
Evolution	Varier la distance de tir et de passe. Faire un concours entre plusieurs groupes.	
Difficulté	Modérée	
Travail	Membres supérieurs – Membres inférieurs	
Précautions particulières	Tir : Appuis et corps face au cercle. Passe : Appuis et corps face au coéquipier.	