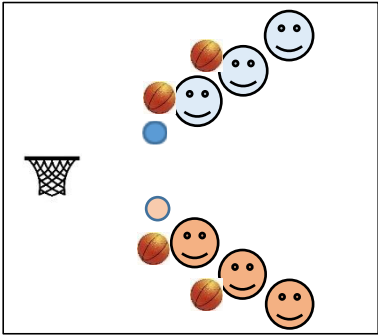
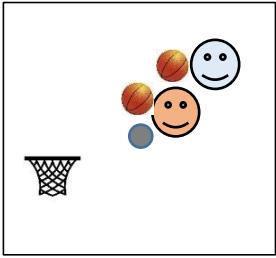


 FÉDÉRATION FRANÇAISE DE BASKETBALL	5.3 - Maîtrise Equilibre - Concentration
TEMPS Quand et combien de temps jouons-nous ?	☐ Echauffement ☒ Corps de séance ☐ Fin de séance Durée : 1^{ère} équipe à 21 points <i>ou</i> 2'30
ESPACE Où jouons-nous ?	  - Zone(s) de tir initiale(s) définie(s)
Matériel	Ballons (traditionnels ou initiation) : 2 pour 3 joueurs ou 1 par joueur /<i>pastilles si nécessaire</i>
ACTIVITE Comment jouons-nous ?	Sur le principe du jeu "Le 21" 2 équipes Pour gagner : Marquer 21 pts avant l'autre équipe <i>Marquer plus de pts que l'adversaire (si personne n'atteint 21 pts avant le temps maximal imparti)</i> ➔ Arriver précisément à 21 pts : Si dépassement, soustraire les pts supplémentaires L'animateur : -Définir une zone de tir initiale -Préciser le moment d'entrée en action pour le joueur suivant Les joueurs : -Tirer de la zone définie -Récupérer son ballon avant qu'il ne touche le sol, que le panier soit marqué ou raté, et retirer -> 1^{ère} tentative réussie = 2 pts -> 2^{ème} tentative réussie = 1 pt <i>Autres possibilités :</i> -Commencer à jouer en opposition simple ("1 contre 1"), en réduisant le nombre de points à marquer, en tirant : chacun son tour de la même zone initiale puis en symétrie -Autoriser un rebond au sol pour la 2^{ème} tentative, si besoin -Faire jouer une seule équipe par panier (sécurité)