

21.1 - Prise de décision - Orientation

N 2
N 3

Habiletés complémentaires	Analyse de la situation
Consignes techniques	Principe du Pac-Man. 1 ou 2 volontaires (Pac Man). Déplacements : marche ou course (lente ou rapide). Utiliser l'ensemble du terrain ou ½ terrain. Les déplacements se font uniquement sur les tracés du terrain de basket. Interdiction de se croiser. Les participants et les Pac-Man se déplacent. Les Pac-Man doivent toucher les autres joueurs. Un joueur touché renforce l'équipe de Pac-Man. Le jeu s'arrête quand il n'y a plus de joueur.
Matériel	1 ballon par personnes (d'initiation ou traditionnel)
Evolution	Idem avec dribble Varier les dribbles : main faible, changement de main. Idem, croisement toujours interdit mais possibilité de déplacement en arrière. Varier la taille du terrain.
Difficulté	Modérée
Travail	Membres inférieurs – Capacités cognitives
Précautions particulières	Position : - Ne pas regarder les lignes, ni le ballon, - Dos dans l'axe vertical, - Limiter les torsions, - Tête droite, utiliser la vision périphérique, - La touche se fait avec la main.