

"FICHE DE PRÉPARATION"

Matériel	N° séance	Niveau scolaire	APS support	Famille d'APS	Module d'enseignement
Ballons de basket + plots	2	9 ^{ème} année fondamentale	Basket – ball	SPT – Co de démarquage	
Objectif terminal d'intégration	- maîtriser les solutions nécessaires en utilisant l'espace pour pouvoir atteindre la cible adresse et marquer.				
Compétence visée	- l'utilisation d'un espace libre d'une manière efficace afin d'accéder à la cible.				
Objectif de la séance	- alterner jeu direct / jeu indirect (coté ballon/coté aide).				
Objectif de la séance	<ul style="list-style-type: none"> • occuper rationnellement l'espace par des déplacements coordonnés un utilisant des couloirs de jeu indirect. 				
étapes	Durée	Contenu			
Préparatoire	10' à 15'	<ul style="list-style-type: none"> • une course légère en utilisant les lignes délimitants 4 terrains • des exercices de musculation naturelle des membres supérieurs et inférieurs et du tronc + exercices d'étirement. • Des progressions par ballon sur demi -terrain (desceante) 			
		<ul style="list-style-type: none"> • But : se placer et se replacer dans les espaces libres en fonction du déplacement du ballon. • Conditions de réalisation : 		Critères de réussite	Critère de réalisation
		<ul style="list-style-type: none"> - jeu à trois contre trois sur demi – terrain divisé en quatre zones dans les quelles sont traces des " espaces – clés" favorables pour se démarquer et / au recevoir la balle près de la cible. - 2 attaquants occupent chacun une zone arrière, le troisième occupe un des deux au tris espaces libres. Il ne peut y avoir qu'un attaquant par zone. - Chaque défenseur a la responsabilité d'un attaquant - Un attaquant est " chassée" de sa zone si un partenaire y entre. 		<ul style="list-style-type: none"> - terminer six à sept attaques sur dix par une tentative de tir. - Respecter les principes règles enfonces dans le dispositif pour les attaquants. 	P.B : - Ne dribbler que pour aller dans un espace libre. - être prioritaire pour jouer dans le couloir de jeu direct. Dif :- essayer d'intescepter las balle N.P.B1- offrir toujours une solution de passe cote ballon
				Consignes	Variables de régulation
				<ul style="list-style-type: none"> -Le tir est validé si 3 passes ont été faites ou si le tireur est seul. -L'équipe attaquante en chaîne 10 attaques avant de permuter -Chacune commence avec le 	<ul style="list-style-type: none"> C- jour à 4 C 4 avec les mêmes principes et règles énonces dans les conditions de réalisation C- limiter le nombre de dribble et introduire la règle de 5s .

			ballon dans l'une des deux zones arrière.	S- jouer à 3 C 2 permet de trouver plus facilement une solution de tir.
		<ul style="list-style-type: none"> • But : Amener les partenaires du porteur de balle à utiliser les couloirs de jeu indirect • conditions de réalisation : <ul style="list-style-type: none"> - 3 attaquants sont à une extrémité du terrain. - Le P.B est dans le couloir central et chaque partenaire dans un couloir latéral. - L l'opposé se trouvent deux défenseurs, l'un place au-dessus de la ligne de lancer – franc, l'autre dans la raquette. - Les attaquants progressent par redoublement de passe dans la première moitié de terrain. - Chaque joueur situé dans le couloir latéral, après avoir effectuer sa passe au joueur central, court vers le premier tandis que le porteur progresse en dribblant. 	Critères de réussite	Critère de réalisation
			- réussir sept fois dix à faire tenter le tir pour un attaquant seul dans la raquette.	P.B : - Progresser en dribblant jusqu'au 6,25 - fixer le premier défenseur. - rechercher le partenaire démarqué NPB : - courir dans le couloir après avoir fait la passe au joueur central et entrer dans le couloir de jeu direct tracé au sol.
			Consignes	Variables de régulation
			- Le tir est autorisé uniquement dans la raquette et s'il n'y a pas défenseur qui s'interpose.	C- augmenter la pression en ajoutant un défenseur au niveau de la ligne médiane place à coté. - laisser les défenseurs libres S- diminuer la pression en désignant un seul défenseur.
Finale	10'	<ul style="list-style-type: none"> • Retour au calme et régulation sur l'ensemble des événements de la séance + annonce de l'objectif de la leçon suivante. 		