

Challenge UGSEL 2021/2022

Challenge Basket-ball

« Je dribble, je passe, je tire »



Challenge ouvert à tous les élèves du diocèse de Cambrai de la TPS au CM2.

Description du challenge:

A l'image du challenge 2020/2021 basé sur l'athlétisme, nous vous proposons cette année un nouveau challenge autour du basket-ball. Ce challenge sera adapté en fonction du niveau d'âge. Il permettra de mettre en place dans vos écoles avec très peu de matériel, une séquence de basket-ball qui aboutira à un défi final autour de 3 ateliers principaux : Je dribble, je passe, je tire.

N'hésitez pas à vous inscrire à « l'opération basket école » avec la fédération française de basket-ball, à partir du 2 septembre, afin de pouvoir bénéficier d'aides pédagogique, matérielle et parfois humaine.



http://www.ffbb.com/jouer/hors_club/basket_scolaire/basket_ecole

<http://www.basketecole.com/>

Des séquences seront proposées afin de préparer ces épreuves sportives.

Des vidéos explicatives seront publiées sur le site de l'UGSEL.

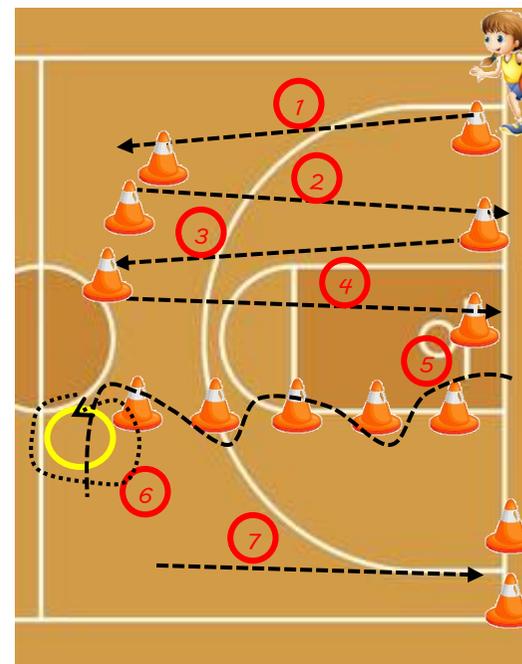
Si la situation sanitaire le permet, des rencontres pourraient être organisées

Je dribble : le parcours

Entrer dans l'activité et travailler des habiletés motrices

Disposer un parcours technique pour travailler le dribble

Cycle 2 et 3.



- 1 Dribble main droite en avant
- 2 Dribble main droite en arrière
- 3 Dribble main gauche en avant
- 4 Dribble main gauche en arrière
- 5 Slalom (mains libres)
- 6 Dribble en pivot (1 pied dans le cerceau, 1 tour complet en dribble)
- 7 Arrivée (le plus vite possible, en dribblant)

Matériel/Mise en place : une douzaine de plots, 1 cerceau, ballons

7 mètres entre chaque plot (ateliers 1/2/3/4), plots séparés de 1 m pour le slalom.

Défi final/Conditions : A réaliser par chaque élève, course chronométrée pour tout le groupe classe. Dès qu'un élève a terminé son parcours, le suivant peut démarrer.

Je passe

Les élèves acquièrent la technique de passe.

1 - Face à face : Le record

Un ballon pour deux, les joueurs se font face à une distance de trois mètres (cycle 3), 2 mètres (cycle 2).

Ils échangent leur ballon en passes directes à 2 mains.

Objectif : réaliser le record de passes en 1 minute sans chute du ballon. Le décompte redémarre à 0 à chaque chute de ballon.

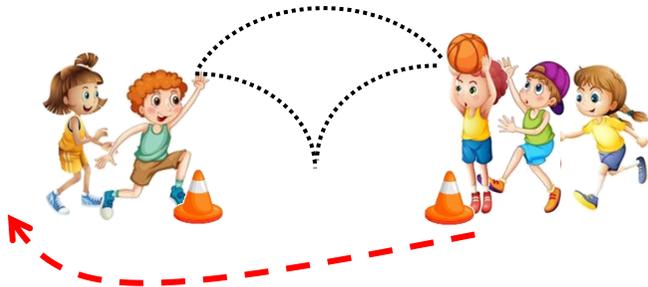


2 - Relais 100 passes : passe et va

En groupe classe, partagez les élèves équitablement en 2 groupes, en 2 colonnes, espacées de 4 mètres.

L'enfant passe au premier de la colonne située en face de lui et court se placer derrière cette même colonne. La passe peut se faire soit directe, soit à rebonds. Compter à voix haute le nombre de passes.

Objectif : réaliser 100 passes en un minimum de temps.



Je tire

Les élèves acquièrent la technique du tir.

Info : Officiellement, pour les enfants de moins de 11 ans, l'arceau doit se situer à 2m60 du sol. Pour les défis ici, l'arceau peut être placé entre 2m et 2m30.

1 - Lancer-franc : Le défi 100 lancers

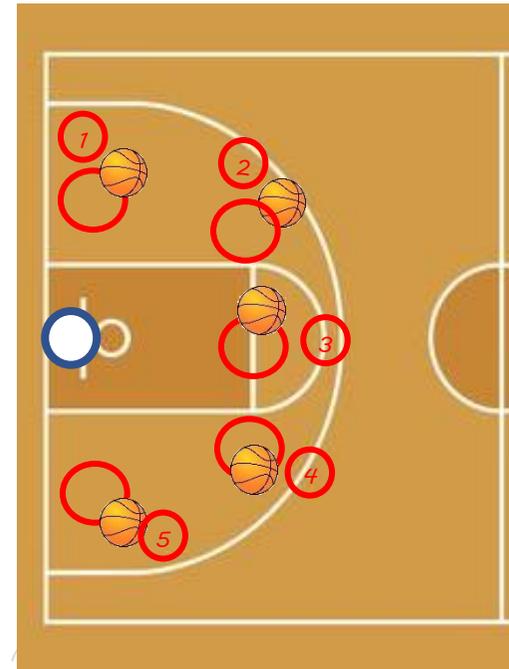
Objectif : Les élèves, chacun leur tour, passent dans le cerceau pour effectuer un lancer-franc. Le groupe doit réaliser 100 lancers. Il faut comptabiliser les paniers marqués.



Cerceau à 3 mètres du panier (vous pouvez faire varier la distance cerceau/panier en fonction de la morphologie de chaque enfant et du niveau).

2 - Le stand de tir

Objectif : Chaque élève effectuera le plus rapidement possible les 5 stands de tir. On comptabilisera le nombre de paniers marqués par élève.



Tir à l'arrêt à l'intérieur du cerceau.

Vous pouvez organiser un tournoi entre vos élèves. Exemple :

Tour 1 : Tous les élèves passent un par un. Vous ne gardez que les élèves ayant marqués 2/3/4/5 paniers pour le tour 2.

Tour 2 : On continue jusqu'à la finale.

Ateliers Cycle 1

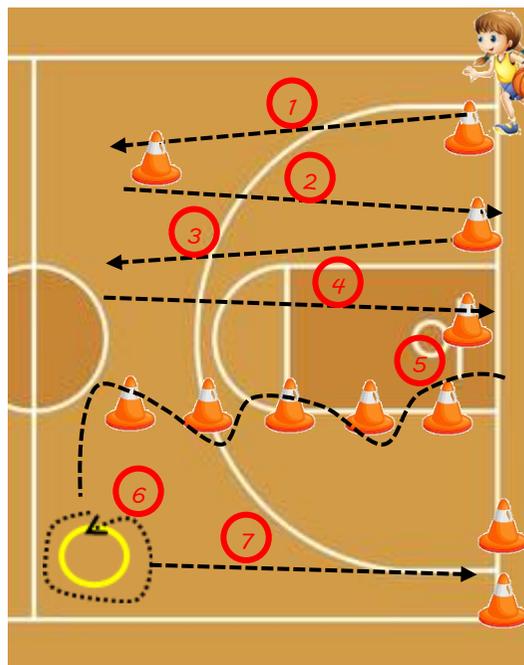
Voici quelques idées d'ateliers pour les élèves de cycle 1

Sécurité : Attention ici, les ballons de basket en cuir sont relativement durs. Vous pouvez choisir également de faire ces ateliers avec des ballons en mousse, ou en plastique.

Je dribble : le parcours

Entrer dans l'activité et travailler des habiletés motrices

Disposer un parcours technique pour travailler le dribble



- 1 main droite en avant
- 2 main droite en arrière
- 3 main gauche en avant
- 4 main gauche en arrière
- 5 Slalom (main libre)
- 6 en pivot (1 pied dans le cerceau, 1 tour complet)
- 7 Arrivée (le plus vite possible)

On adaptera ici cet atelier comme un atelier de motricité avec plusieurs niveaux de difficultés :

- 1 - ateliers sans ballon 2 - ateliers avec ballons en faisant rouler
3 - quelques dribbles à 2 mains

Matériel/Mise en place : une douzaine de plots, 1 cerceau, ballons

4/5 mètres entre chaque plot (ateliers 1/2/3/4), plots séparés de 1 m pour le slalom.

Je passe

Les élèves acquièrent la technique de passe.

Cycle 1

1 - Face à face : Le record

Un ballon pour deux, les joueurs se font face à une distance de 2 mètres. Ils échangent leur ballon en passe directe ou à rebonds à 2 mains.

Objectif : réaliser le maximum de passes. On ne comptabilisera pas ici le nombre de rebonds lors des passes.

Adaptation : Faire des passes en faisant rouler le ballon.



Je tire

Les élèves acquièrent la technique du tir. Cycle 1

1 - Lancer-franc libre

Objectif : Les élèves, chacun leur tour, passe dans le cerceau pour effectuer un lancer-franc. L'objectif ici est de marquer le maximum de paniers



Hauteur de l'anneau : entre 1m30 et 1m60. Cerceau entre 1m et 2 m du panier (vous pouvez faire varier

la distance cerceau/panier en fonction de la morphologie de chaque enfant et du niveau)

Mise en situation de jeu : le 3x3 demi terrain

Mettre en situation de jeu.

Le basket est un sport collectif, il faut donc aborder cette activité en confrontations par équipes.

Avant tout, il faudra aborder les règles essentielles de l'activité à connaître :

Défendre :

Qu'est-ce qui est permis ?

- Intercepter un ballon dribblé ou passé, ou le dévier.
- Reprendre un ballon tenu par l'adversaire en ne touchant que le ballon (dès huit ans env.).

Qu'est-ce qui est défendu ?

- Frapper sur le ballon tenu par l'adversaire.
- Toucher le bras (à partir du poignet) qui tient le ballon dans le but de le lui arracher.
- Freiner l'adversaire avec le bras, la jambe ou les hanches.
- Poser la paume de la main sur une partie du corps de l'adversaire.

La règle du marcher :

Je ne peux pas effectuer plus de 2 pas avec le ballon en main sans dribble.

La règle de la reprise de dribble :

Un joueur ne peut pas **dribbler** une seconde fois après avoir terminé son premier **dribble**

Il est essentiel d'aborder ces éléments avec vos élèves.

Forme de jeu possible : 3 contre 3 demi terrain

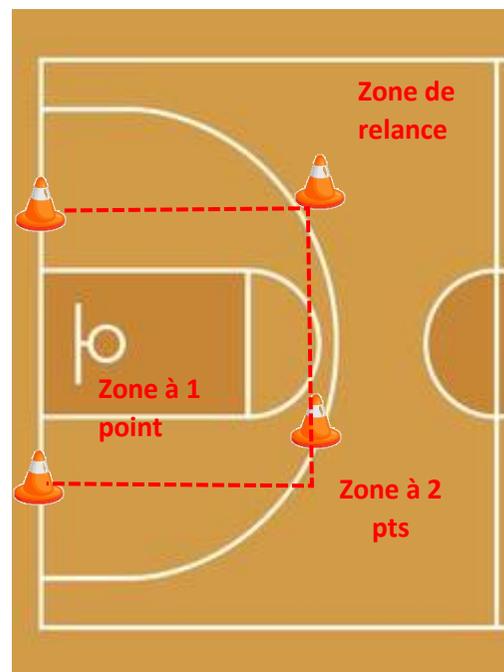
Cette forme de jeu simple engage tous les joueurs et réduit ainsi les temps d'attente.

Vous pouvez mettre en place de 1 à 4 demi-terrains, en fonction de votre effectif ou du matériel en votre possession.

Les équipes se composent de 3 joueurs (+1/2 remplaçants).

2 équipes s'affrontent sur un demi-terrain avec 1 seul panier pour les 2 équipes + 1 zone de sortie délimitée au sol.

1 équipe sur le côté qui arbitre



Possession alternée : après chaque panier marqué ou perte de balle ou sortie en touche, la balle est à l'adversaire. Pour pouvoir attaquer l'équipe adverse doit ressortir la balle dans la zone de relance (avoir 2 pieds en dehors).

α L'équipe qui attaque a **20 secondes** pour proposer son attaque. L'équipe qui arbitre compte à voix haute ces 20s.

α Match de 3 minutes

α Décompte des points : 1 point à

l'intérieur de la zone à 1 point. 2 points si panier mis depuis la zone de relance

Tournoi Basket 3x3

6 équipes (de 18 élèves (3 joueurs/équipe) à 30 élèves (3 joueurs + 2 remplaçants) · 1 ou 2 terrains - Environ 1 h

Equipes	1	2	3	4	5	6
1						
2						
3						
4						
5						
6						

Matches :

<p>↓ 1 contre 2</p> <p>↓ 3 contre 4</p> <p>5 contre 6</p> <p>1 contre 3</p> <p>2 contre 4</p> <p>1 contre 5</p> <p>3 contre 6</p>	<p>↓ 1 contre 4</p> <p>↓ 2 contre 3</p> <p>1 contre 6</p> <p>3 contre 5</p> <p>4 contre 5</p> <p>2 contre 6</p> <p>4 contre 6</p>
---	---

2 contre 5 **Entourez le vainqueur de chaque match**
Si égalité, n'entourez aucune équipe

Nombres de victoires: Equipe 1 : / Equipe 4 : /

/classement Equipe 2 : / Equipe 5 : /

Equipe 3 : / Equipe 6 : /