

Arrêts, pivots et départs en dribble



Objectif:

Être capable d'identifier rapidement le pied pivot et le type de pivot



Compétence(s) visée(s):

Être capable de reconnaître une violation après avoir identifié le pied pivot



BESOINS

Sifflets
Ballons
Chasubles
Plots

CONSIGNES

1. Construire la règle

L'éducateur questionne les joueurs sur les mouvements légaux ou non tout en illustrant les situations lui-même ou à l'aide d'un volontaire.

EXERCICE

2. Mise en place de l'exercice

Prévoir un ballon pour 2.
Les porteurs de balle partent de la ligne de fond par vague de 5 (base à 3 points, base raquette et base sous le cercle).

À chaque fois que le joueur rencontre une ligne du terrain, il réalise différents arrêts (prolongement lancer franc, ligne médiane, ligne de fond).

Le joueur réussit lorsqu'il identifie les bons arrêts et pivotés à chacun des passages.

Après le principe de vagues, l'éducateur peut choisir de demander aux joueurs de se déplacer en dribbles dans tout le terrain. Au coup de sifflet, le joueur se fait une auto-passe et s'oriente en triple menace face à un panier du terrain. Cela permet aussi de travailler le repérage dans l'espace de jeu.

Consignes aux joueurs



Réalisation des différents arrêts :

- X Arrêt simultané, arrêt droite/gauche, arrêt gauche/droite.
- X Arrêt après s'être fait une auto-passe face au panier en position triple menace (attitude où le joueur peut tirer, passer, partir en dribble).
- X Pivoter en engagé ou en effacé par quart de tour pour revenir à la position de base.

Consignes aux arbitres



L'arbitre est à côté de son partenaire afin de dire à voix haute le pied de pivot et le type d'engagé.