

L'horloge

Jeu combiné

Matériel :

2 équipes, 2 ballons, 2 plots, cerceaux ou pastilles.

Déroulement du jeu:

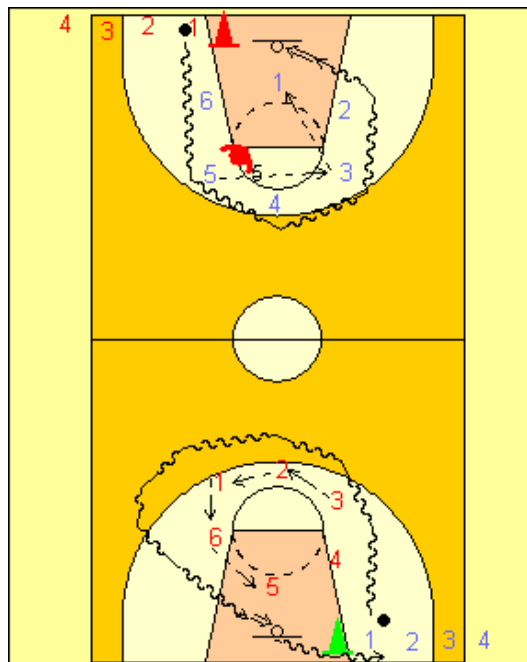
Une équipe disposé en cercle se fait des passes pour réaliser le plus de tours possibles. Si le ballon touche le sol, le tour ne compte pas.

Pendant ce temps, l'autre équipe effectue, sous forme de relais, un parcours de dribble autour du cercle de la première équipe et finit par un tir au panier. Quand le relais est fini, on retient le nombre de tours réalisés duquel on déduit le nombre de paniers réussis par l'autre équipe et on inverse les rôles des 2 équipes.

L'équipe ayant marqué le plus de points a gagné.

Durée : Faire deux manches en 10'

EVOLUTION



CLASSIQUE

Evolutions possibles:

- Varier les formes de tir : tir en course, de plein pied, extérieur raquette.
- Accepter que le ballon touche le sol mais un seul rebond (passe à terre).
- Varier le sens de rotation des dribbleurs et les formes de dribbles.
- Faire faire deux passages à chaque relayeur de l'équipe qui dribble.
- Ne plus compter les tours mais les passes (tout le monde peut passer à tout le monde)
- Ajouter un défenseur de l'équipe adverse (voir jeu passe à 10)