

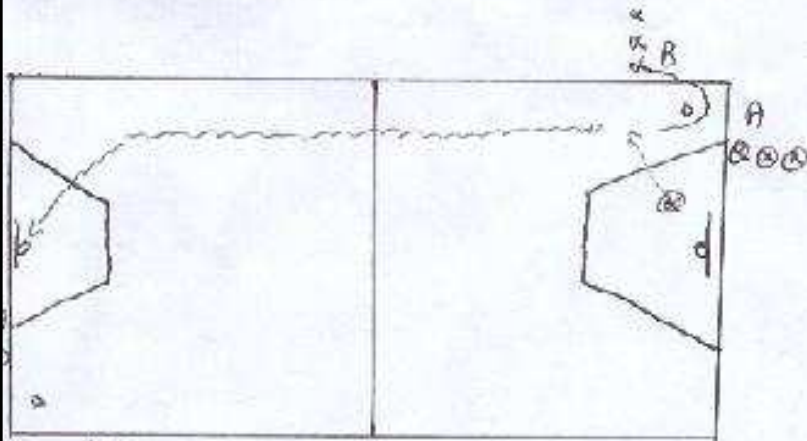
- Jeu RAPIDE chez les JEUNES.

INTRO: ALLER MARQUER le plus RAPIDEMENT possible
DÈS LA RÉCUPÉRATION DU BALLON. IL S'ÉTEND DE
L'ENTRÉE EN POSSESSION DU BALLON JUSQU'À LA
SITUATION TEMPORAIRE DE SURNOMBRE OU D'EFFECTIF
RÉDUIT. IL PEUT SE CONCLURE PAR UN TIR, FAUTE
PROVOQUÉ, PERTE DE BALLE OU PAR LE RENONCEMENT.
(TEMPORISATION ET ORGANISATION COLLECTIVE.)

COMMENT ENTRER EN POSSESSION DU BALLON:

- Remise en jeu
- Rebond DEF
- Rebonds Aux - L.F
- INTERCEPTION

1 Co:



A LANCE LA BALLE CONTRE
LA PLANCHE. B FAIT TOUT
DU PLOT, VIENT CHERCHER
LA BALLE ET PART AU PANIER
OPPOSÉ FAIRE UN LAQ. OP.

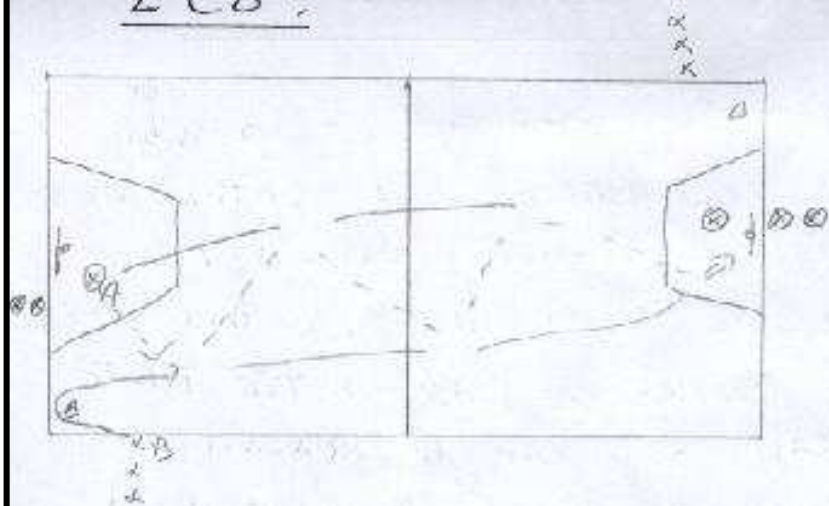
- CONSIGNES: - A PASE DE LA COURSE
- B pousse BALLE EN AVANT
(2 FOUKÉ EN 1 DROITE)
 - LEVER LA TÊTE
(DISSOCIA RETARD DU BALLON)
 - FINITION DU TIRS
 - A VA COLONNE SANS
BALLON (COTÉ)

- 45° TIR

EVOL. D P A GAUCHE

- COURSE A 2
le 1^{er} qui MARQUE
(L'AUTRE JOUEUR 3 PASSES)

2 C 0 :



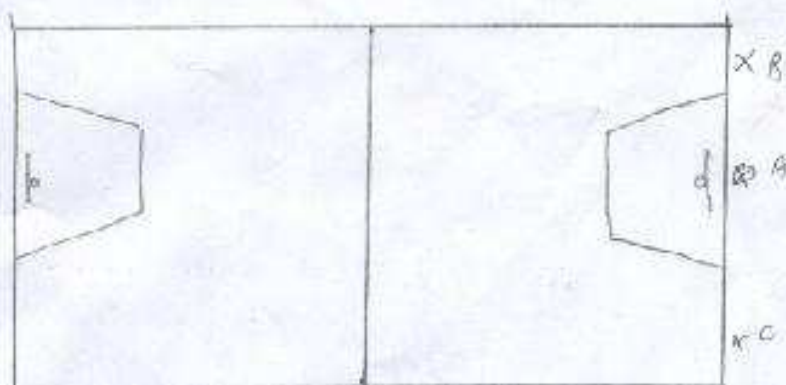
A LANCER LA BALLE CONTRE LA PLANCHE, B PART FAIRE LE TOUR DU PLOT U VIENS CHERCHER LA BALLE. B ENCHAÎNE PASSÉ REDOUBLÉ AVEC A JUSQU'AU PANIER OPPOSÉ POUR FINITION LAY-UP.

Evos: TIR 45°

A GAUCHE

- CONSIGNES: A REBOND HAUT ET ORIENTATION VERS B
- PASSÉ DS LA COURSE
 - A ET B VITESSE DE PASSÉ
 - FINITION TIRS

2 C 1 :



A, B, C PARTENT EN PASSÉ REDOUBLÉS (4 PASSÉS) FINITION LAY-UP LE MARQUEUR DÉFEND CONTRE LES 2 AUTRES JOUEURS SUR LE RETOUR.

- CONSIGNES: - PASSÉS SÈCHE (SANS DRIBBLE, PAS DE PASSÉ A TERRE)
- DE MANÈRE DE BALLE
 - DISSOCIE REGARD
 - OCCUPATION COULOIRS LATÉRAL, MILIEU
 - FIXATION / FINITION

AU RETOUR: - 2 ATT C 1 DEF

- Remise en jeu
- ATT. LARGE, MONTER vite en passé.
- LAY-UP

3 C 0 A / R

- MÊME CONFIGURATION que le 2 C 1
- 4 PASSES Aller / Retour.

Le TIREUR CONTINUE SA COURSE

- Si C TIRS REBOND DE B
- A se Décale DANS L'AILE LIBRE.

EVO: DONNER UN NOMBRE Aller / Retour
OU UN NOMBRE DE PASSES MARQUÉS (2, 4, 6...)

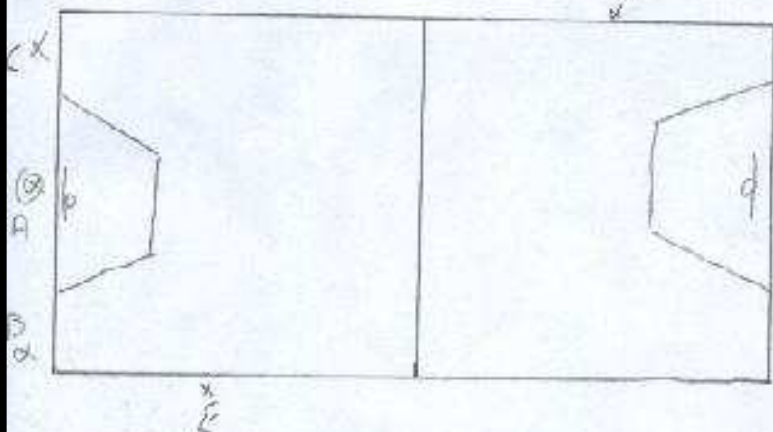
- CONSIGNES: - PAS DE DRIBBLE
- PAS DE PASSE A TERRE
 - COURSE RAPIDE
 - VISION
 - FINITION.

3 C 1

MÊME EXO que le 3 C 0 + 1 JOUEUR qui
ATTEND PROLONGEMENT LIGNE L.F. - Le TIREUR DÉFEND
CONTRE A, B et D.

C A TIRER, D VIENT CHERCHER LA BALLE et ATT AVEC A et B,
EXO en CONTINUITÉ.

Le DÉFENSEUR APRÈS AVOIR DÉFENDU SORT et se
PLACE DANS LA COLONNE CÔTÉ



- C - TIR
- B - REBOND
- A - PREND COULOIR LIBRE DE B
- D - PREND COULOIR LIBRE DE C.

Si PAS possible DP - TIR
45° - REBOND opposé

- CONTRAT - 10 MARQUÉS.

3 C 2 : EN CONTINUITÉ

Même EXO MAIS EN RAJOUTANT 1
AUTRE JOUEUR PROLONGEMENT DES L.F. -
A, B, C PARTENT EN 4 PASSES. LE TIREUR
REPART EN ATTAQUE AVEC LES 2 JOUEURS SUR
LES CÔTÉS DE L.F. CONTRE LES 2 ANCIENS ATT
QUI DEVIENNENT DEF.

- Minimum DE DRIBBLE

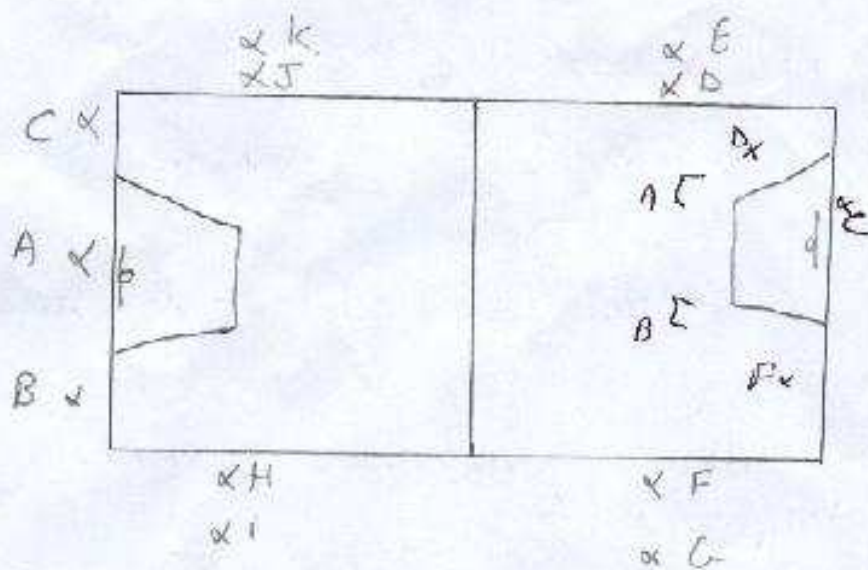
- DISSOCIE REGARD, BALLE

- FIXATION

- FINITION

LAY-UP / TIR 45°

10 ATTAQUES.



QUAND LES 2 DEF ON DEFENDU,
IL SORT. LE TIREUR REPART AVEC
JOUEUR CÔTÉ CONTRE LES 2 ANCIENS ATT
QUI DEFENDENT.