

SÉANCE DE BASKET EN ÉCOLE MATERNELLE

TARMAK



CADRE DU JEU

Commencez la séance avec une vingtaine d'enfants. Le niveau de difficulté est à moduler en fonction de la classe. La séance se pratique dans la cour de récréation ou sur un terrain de basket.



TEMPS DE JEU

environ 30 à 45 min de séance.



LES BIENFAITS DU JEU

Cette séance permettra de travailler l'esprit d'équipe, l'adresse ainsi que l'endurance.

DÉROULEMENT DE LA SÉANCE

SUR LE TERRAIN



Exercice d'endurance et d'adresse

- > Cet exercice s'exécute avec 10 à 14 enfants sur deux paniers de basket. L'idée est de créer un parcours avec des plots, des paniers et une échelle.
- > L'objectif est d'apprendre à dribbler correctement à travers le parcours.



Exercice de passe

Cet exercice s'exécute par groupe de 3 enfants.

L'objectif est d'apprendre à faire des passes de différentes façons :

- direct = poitrine à poitrine
- sol = avec rebond
- lobée = vers le haut

PRÊTS À TESTER LA SÉANCE ? À VOUS DE JOUER !

MATÉRIEL NÉCESSAIRE



79€

Panier de basket enfant B200 réglable

Réf. 2924934



9€

Ballon de basket pédagogique wizzy

Réf. 2707515



20€

Echelle d'entraînement modular 4 m

Réf. 153197



15€

Lot de 40 coupelles essential 4 couleurs

Réf. 2591438



Séance développée
par Rémy Debrumetz