

## Le Tir 4

**Sport :** Basketball

**Habiletés développées :** Tir

**Nb participants :** 6 à 24

**Durée :** 5 à 10 minutes

**Matériel requis :** 1 Ballon pour 2 joueurs

**Intensité :** Modérée à élevée

2 cônes

**Lieu(x) :** Gymnase

1 Panier

### Objectif de l'éducatif

Perfectionner le tir avec opposition.

### Déroulement de l'éducatif

Trois espaces sont délimités comme sur le schéma. Positionner deux joueurs avec un ballon sur chaque espace. Le premier tire, va chercher son rebond, passe au suivant et vient gêner son tir. Il s'agit juste d'une gêne, l'opposant ne doit pas empêcher le tir. Les joueurs doivent enchaîner vite réception-tir sans dribble intermédiaire. Les participants réalisent deux séquences de 15 tirs tentés et comptent le nombre de tirs réussis sur le nombre de tir tentés.

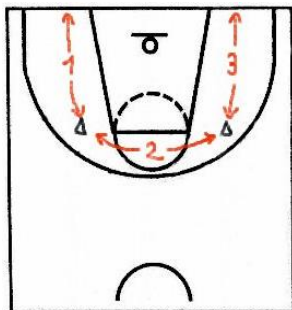
### Variantes

- Modifier le nombre de tirs à tenter.
- Avec plus de joueurs, former des équipes de trois ou quatre. Il y a alors des joueurs en attente. Pour compléter une séquence, tous les joueurs doivent tenter le nombre de tirs préalablement établi.

### Règles de sécurité

- ★ Les joueurs doivent récupérer leur ballon rapidement et ne pas rester sous le panier.

### Schéma



Source : Projet Aqua (Améliorer la Qualité de l'Animation)  
Université de Sherbrooke