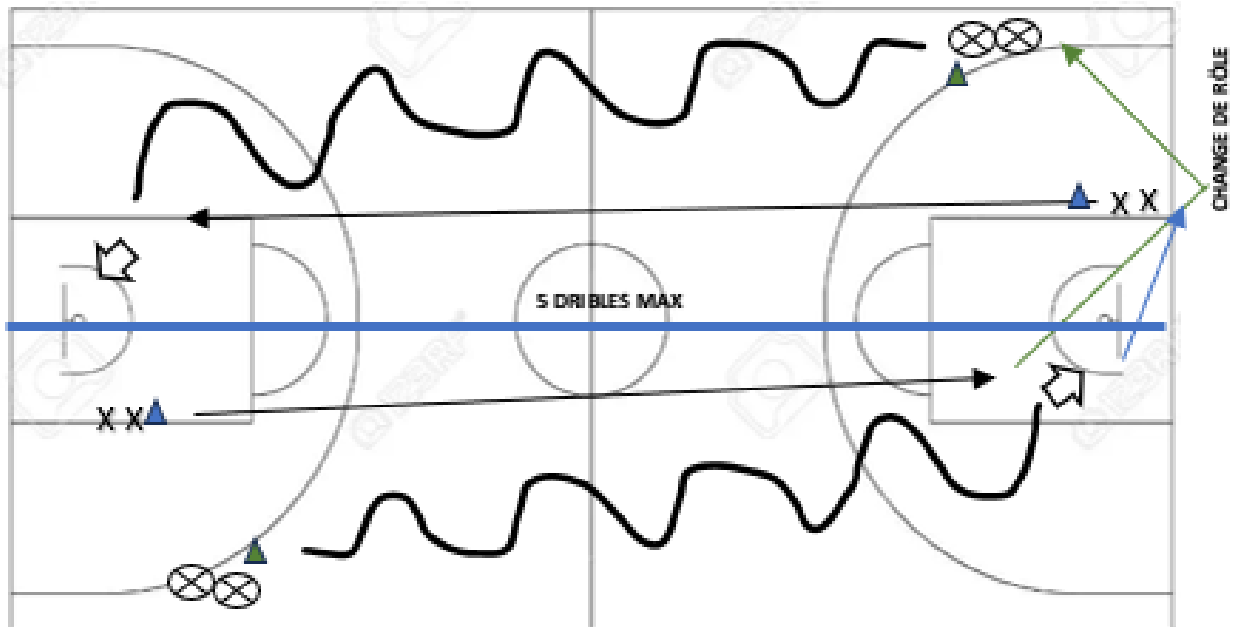


# SA : Tir

## Course poursuite

FSP 2



### Travail du tir en course :

Le PB part du plot et doit traverser le terrain pour aller tirer sur le panier opposé en faisant 5 dribbles maximum. Lorsque le PB commence à courir, c'est le signal pour le défenseur de le poursuivre.

Le défenseur gagne lorsqu'il passe devant le PB, il n'a bien évidemment pas le droit de le pousser ni de lui prendre la balle des mains par contre il peut lui enlever la balle lorsque le PB dribble.

Le PB doit apprendre à dribbler en courant vite mais surtout apprendre à ralentir grâce à son double pas pour finir vers le panier en hauteur et non vers l'avant.

Après son tir, les joueurs changent de rôle et recommencent en partant de l'autre côté