Niveau	Débutant	Moyen	Confirmé	Expert		
		$\boxtimes$				
Objectif	Adresse en situation de jeu réelle					
Matériel	Nbre de joueurs : 12 (2 équipes x 6 joueurs) - 2 groupes x 3 joueurs par équip					
Situation(s)	3 contre 2 - 1/2 Terrain					
Schéma(s)	Rotation: Des gro	upes à chaque fin de	droit d'attaque et des	s 2 défenseurs.		
Consignes	Au signal, 3 attaquants partent, contournent un plot pour aller tirer (Tir à 3 points ou intérieure zone restrictive uniquement), dans le même temps, 2 défenseurs viennent défendre.  Droit d'attaque jusqu'à la perte de balle.  Jouer pendant 3 minutes puis inversion des rôles de chaque équipe.					
Variante(s)	<ul> <li>- Autoriser le tir à 2 points extérieur zone restrictive</li> <li>- 4 contre 3</li> <li>- Augmenter le temps de jeu</li> </ul>					
Critères de réussite	- Réussir 3 panier	s au minimum par att	aque.			

Niveau	Débutant	Moyen	Confirmé	Expert		
			$\boxtimes$			
Objectif	Adresse en situation de fatigue					
Matériel	4 ou 6 ballons (2 ou 3 groupes)  Nbre de joueurs : 2 groupes. 4 à 6 joueurs par équipe					
Situation(s)	1 contre 0					
Schéma(s)	Rotation: Tireur -	Au repos - Tireur				
Consignes	Les joueurs porteurs de balle, font jeu de jambes défensif jusqu'à la ligne médiane ; partent en dribble ; tirent et récupèrent leur ballon et enchaînent 3 fois. 1ère équipe à x panier (A définir par l'entaîneur).					
Variante(s)	- Concours individuels (1er joueur x panier). - Imposer un contrat (ex. : réussir 2 tirs à 3 points) à réaliser par joueur 2 ou 3 fois.					
Critères de réussite	- Réussir 2 paniers au minimum sur contrat non imposé.					

Niveau	Débutant	Moyen	Confirmé	Expert		
		$\boxtimes$				
Objectif	Adresse - Lancer Franc (en situation de fatigue) - Tir à 3 points					
Matériel	5 ballons		Nbre de joueurs : 10 (1 groupe de 4 joueurs - 1 groupe de 6 joueurs)			
Situation(s)	1 contre 0					
Schéma(s)	Rotation: Toutes I vice-versa.	Group Gr		dans le groupe B et		
Consignes	Groupe A: Le joueur tire 2 Lancer Franc: Si 2 tirs réussis: 1 course Aller retour - longueur du terrain Si 1 tir réussi: 2 courses Aller retour - longueur du terrain Si 0 tir réussi: 3 courses Aller retour - longueur du terrain Groupe B: 1 ballon pour 2 joueurs (1 tireur, 1 rebondeur - passeur). Réussir 2 tirs à 3 points consécutifs.					
Variante(s)						
Critères de réussite						