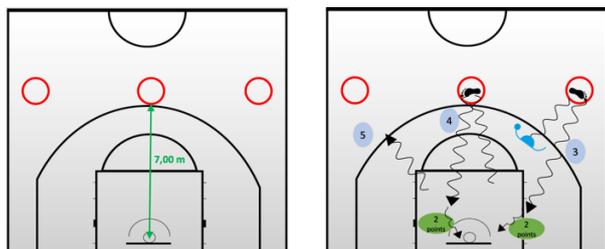


1 | EPREUVE BENITEZ - TIRS EN COURSE



L'enfant **alterne les tirs en course à droite, dans l'axe et à gauche** après avoir mis un pied dans le cerceau correspondant.

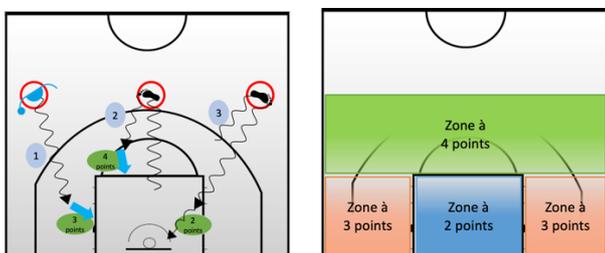
Temps de l'épreuve
45 sec.

Valeur du tir
2 pts

Il doit **se déplacer en dribble** sans faire de reprise de dribble ; dribbler et tirer **main droite à droite, main gauche à gauche, et au choix dans l'axe** ; tirer avec les **appuis droite-gauche à droite et gauche-droite à gauche**. Le panier peut être refusé dans les cas suivants :

- Tir effectué avec la mauvaise main et/ou les mauvais appuis
- Marché lors du tir en course
- Si l'enfant fait une reprise lors des dribbles précédent le tir.

2 | EPREUVE CAVALIERE - TIRS ET REBONDS



L'enfant a **le choix de tir** après avoir mis un pied dans un cerceau. Il a **le choix sur un tir extérieur ou un tir en course**. En cas d'échec, il réalise **un seul tir après rebond** puis continu au cerceau suivant.

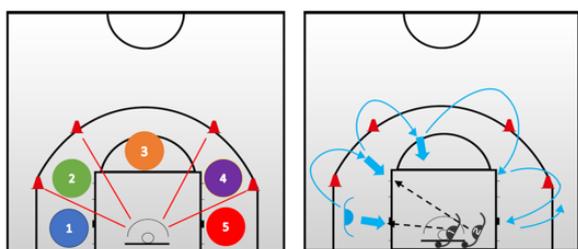
Temps de l'épreuve
45 sec.

Valeur du tir
2, 3 ou 4 pts en fonction de la zone de tir
2pts après rebond

Le marché ou la reprise de dribble précédent un tir annule les points de ce tir.

Le terrain **est déterminé en 4 zones**, dès qu'il y a un panier marqué l'enfant gagne le nombre de points correspondant à la zone de tir (tir initial ou tir après rebond).

3 | EPREUVE LACAN – RECEPTION TIRS



L'enfant doit passer derrière chaque plot avant d'aller **prendre un tir dans la zone correspondante** (entre la zone restrictive et la ligne à 6m75).

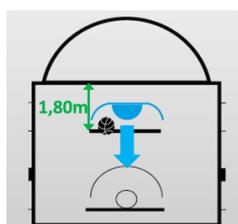
Temps de l'épreuve
45 sec.

Valeur du tir
3 pts

Les enfants « passeurs » doivent faire une passe à terre au tireur après que ce dernier a demandé le ballon.

Il doit attraper le ballon et tirer, Il peut faire un arrêt simultané ou un arrêt alternatif.

4 | EPREUVE TURCINOVIC – LANCERS FRANCS



L'enfant doit tirer 2 lancers francs à la fin de chaque épreuve.

Temps de l'épreuve
5 sec. pour chaque LF

Valeur du tir
2 pts
Si l'enfant fait 2/2 = +1 pt de bonus

L'enfant tire les deux lancers francs à la fin de chaque épreuve soit 6 tirs de LF à effectuer. Quand un enfant finit une épreuve (BENITEZ, CAVALIERE, LACAN) il doit effectuer 2 LF.

Attention si l'enfant dépasse la ligne le LF est refusé.

Panier d'OR

40 pts

Panier d'ARGENT

33 pts

Panier de BRONZE

26 pts