

Activité proposée : Lancer au panier

→ Aménagement :

- Plusieurs équipes de 3 à 5 personnes (handicapés et valides mélangés).
- Un panier par équipe.
- Deux ballons par équipe.

→ Mise en situation :

Les uns derrière les autres, chaque membre des équipes se positionnent devant leur panier. Le premier et le deuxième de la file possèdent un ballon. Au sol, des zones sont tracées (au moins 3). Chaque membre de l'équipe va effectuer un lancer de la balle dans le panier ou la cible à partir de chacune des zones tracées au sol (celles-ci s'éloignent progressivement du panier mais pas trop non plus pour permettre une meilleure réussite). Après chaque tir, l'équipe gagnante sera celle qui aura marqué le plus de paniers et/ou qui aura touché le plus de fois la cible.

→ Nombre d'encadrants :

Le nombre d'animateurs va dépendre du nombre de participants et de leur niveau de handicap. Toutefois 1 animateur pour 2 ou 3 équipes est nécessaire.

→ Public handicapé concerné :

- Paraplégiques, tétraplégiques et assimilés. Pratique en fauteuil roulant.
- Amputés et assimilés. En fonction du niveau et du nombre d'amputations, pratique debout ou en fauteuil.
- Malvoyants et non voyants (accompagnés d'un guide ou non).
- Sourds et malentendants.
- Infirmes moteurs cérébraux (IMC). En fonction du degré du handicap, pratique debout ou en fauteuil roulant.
- Personnes de petite taille.
- Handicap mental et psychique.

→ Matériel :

- Des ballons de basket-ball.
- Des paniers de basket-ball (pouvant être positionnés à une faible hauteur).
- Des fauteuils roulant pour les valides qui veulent se mettre en situation de handicap.
- Des tracés au sol pour matérialiser des zones de tirs.



→ Aménagement :

- Un ballon par personne.
- Prévoir de l'espace pour que les personnes ne se rentrent pas dedans.
- Plusieurs équipes de 3 à 5 personnes (handicapés et valides mélangés).
- Plusieurs parcours matérialisés par des plots.

→ Mise en situation :

Dans un premier temps, sur place, chaque personne doit effectuer des dribbles. Dans un second temps, lorsque le dribble sur place est maîtrisé, les joueurs vont pouvoir se déplacer librement en dribblant d'un point à un autre du terrain.

Ensuite, former des équipes de 3 à 5 personnes en mélangeant valides et handicapés. Chaque équipe se positionne devant un parcours. Les plots du parcours doivent être suffisamment espacés pour permettre aux personnes en fauteuil roulant de circuler librement. Une fois que le premier joueur a réalisé le parcours en dribblant, le deuxième part à son tour, et ainsi de suite.

L'équipe gagnante sera celle qui aura fait passer tous ses membres le plus rapidement possible.

→ Nombre d'encadrants :

Le nombre d'animateurs va dépendre du nombre de participants et de leur niveau de handicap. Toutefois 1 animateur pour 2 ou 3 équipes est nécessaire.

→ Public handicapé concerné :

- Paraplégiques, tétraplégiques et assimilés. Pratique en fauteuil roulant.
- Amputés et assimilés. En fonction du niveau et du nombre d'amputations, pratique debout ou en fauteuil.
- Malvoyants et non voyants (accompagnés d'un guide ou non).
- Sourds et malentendants.
- Infirmes moteurs cérébraux (IMC). En fonction du degré du handicap, pratique debout ou en fauteuil roulant.
- Personnes de petite taille.
- Handicap mental et psychique.

→ Matériel :

- Des ballons de basket-ball.
- Des fauteuils roulant pour les valides qui veulent se mettre en situation de handicap.
- Des plots pour matérialiser les parcours.



→ Aménagement :

- Deux équipes de 2 à 6 personnes (handicapés et valides mélangés).
- Une équipe qui attaque, une équipe qui défend.
- Un terrain avec un panier.
- Trois cerceaux pour matérialiser les zones de tir. Celles-ci doivent être proche du panier afin d'optimiser les chances de réussite.

→ Mise en situation :

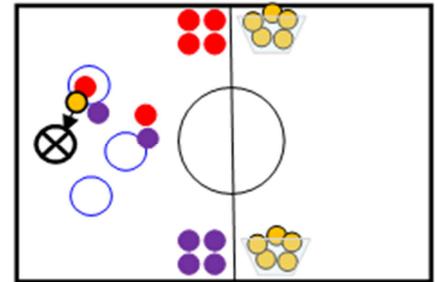
Les attaquants sont placés en binôme et passent à tour de rôle. Ils doivent atteindre la zone de tir pour lancer leur ballon dans le panier. Les défenseurs doivent tenter d'intercepter le ballon avant que l'un des attaquants soit dans un cerceau.

Lorsqu'un attaquant est dans un cerceau, les défenseurs ne peuvent plus les gêner, et cela leur donne le droit de tirer. En cas de réussite du lancer au panier, le ballon retourne dans la réserve de l'équipe.

Si le ballon est intercepté, les adversaires le mettent dans leur réserve. Quand tous les binômes sont passés, on compte les ballons dans chaque réserve.

Le but est de réussir à évoluer en dribblant, en partant du centre du terrain jusqu'au panier pour marquer en évitant les défenseurs.

Les Rouges attaquent



Réserve de ballons

→ Nombre d'encadrants :

Le nombre d'animateur va dépendre du nombre de participants et de leur niveau d'handicap. Toutefois 1 ou 2 animateurs sont nécessaires.

→ Public handicapé concerné :

- Paraplégiques, tétraplégiques et assimilés. Pratique en fauteuil roulant.
- Amputés et assimilés. En fonction du niveau et du nombre d'amputations, pratique debout ou en fauteuil.
- Malvoyants et non voyants (accompagnés d'un guide ou non).
- Sourds et malentendants.
- Infirmes moteurs cérébraux (IMC). En fonction du degré du handicap, pratique debout ou en fauteuil roulant.
- Personnes de petite taille.
- Handicap mental et psychique.

→ Matériel :

- Des ballons de basket-ball.
- Des fauteuils roulant pour les valides qui veulent se mettre en situation de handicap.
- Trois cerceaux pour les zones de tir.
- Des chasubles pour identifier les équipes.