

No du cours: FSBA 3/09

**Module Technique/Tactique
Basketball**

Date: 29.11.2009

Groupe Jeunesse et Mini-Basket

Programme du, 29.11.2009	
0830 - 0900	Lieu Ecole Robert Hainard Bernex
<p>Ouverture du cours et infos J+S</p> <p style="text-align: right;">Théorie</p>	
<p>0900-1200 Travail en salle Module Jeunesse: Technique générale du travail d'attaque de zone : Technique, position, réception et vitesse du shoot Travail sur les différents départs avec et sans balle Travail sur les passes au poste, de changement de côté, intérieures, skip passes Organisation du rebond Jeu d'attaque en générale sur la zone (document J+S) Questions-réponses</p>	
<p>0900-1200 Travail en salle Module Mini-Basket: Le Tir et les arrêts Planification d'une saison, d'un cycle et d'un entraînement</p>	
12h30- 13h30 Diner à	
<p>13h30-16h30 Travail en salle Module Jeunesse: Technique générale du travail de défense de zone : Technique générale de défense sur son homme Technique générale de défense dans sa zone de défense Travail sur les rotations défensives (avantage-faiblesses) Organisation du rebond Questions-réponses</p>	
<p>13h30-16h30 Travail en salle Module Mini-Basket: La coordination dans le cadre de l'entraînement Workshop : Le tir et les arrêts, la coordination dans le cadre de l'entraînement</p>	
1645 - 1715	Lieu: Ecole Robert Hainard Bernex Responsable: P-A Landenbergue
<p>Evaluation et clôture du cours Remise des certificats</p> <p style="text-align: right;">Théorie</p>	

Direction du cours: P-A Landenbergue

Chefs de classe: - Jean-Daniel Picchiottino
 - Yves Zufferey