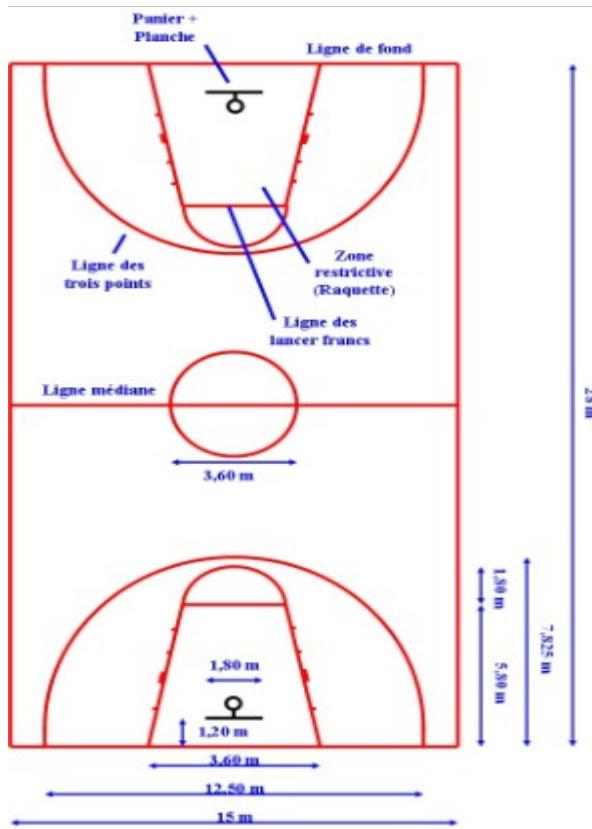


# Le basketball

## A°) le règlement:

### 1°) le terrain:

-28 m de longueur, 15 m de largeur, le panier est avancé à 1,20m dans le terrain, en hauteur il est placé à 3,05m au dessus du sol. le filet a pour diamètre 45 cm.



### 2°) le ballon:

-le ballon de basket pèse en moyenne entre 567 et 624 g et un diamètre compris entre 23,8 et 24,8 cm.

### 3°) Le match:

-Il y a deux arbitres, une table de marque ; chaque mi-temps

dure 2 quart temps de 10 minutes, soit 40 minutes au total pour une rencontre. Sont opposées deux équipes de 5 joueurs.

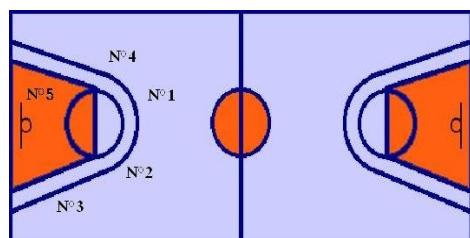
#### **4°)Les fautes**

La faute est la moins grave, il s'agit des infractions par rapport au ballon, elle est sanctionnée par la perte du ballon ; toutes les fautes sont remises en jeu à l'extérieur du terrain.

**les principales fautes sont :** Faute technique : écart de langage, 2 lancers francs si le joueur est sur le terrain ; si le joueur est sur le banc, il y a en plus la balle au centre du terrain.

Faute d'attaquant : passage en force (jamais sanctionné par un lancer franc), reprise de dribble, dribble à deux mains, ballon porté, dribble en l'air, les sorties de balle (la balle sort quand elle touche l'extérieur de la ligne ou dans les mains d'un joueur qui a un pied hors du terrain.**les lignes sont en dehors du terrain**), retour en zone (lorsqu'une équipe est en secteur d'attaque, « zone avant » la balle ne peut plus revenir dans le secteur défensif, « zone arrière »).

**5°)La valeur des points:** Chaque panier vaut 2 points, sauf les lancers francs 1 point, et les paniers qui sont lancés de derrière la ligne des 3 points.



**6°)Les poste des joueurs:** Le numéro 1 : le meneur de jeu

C'est le meneur de jeu, le chef d'orchestre de l'équipe. Il remonte la balle en attaque et annonce les tactiques. En plus de

bonnes capacités de dribble, il doit avoir une excellente vision du jeu pour pouvoir distribuer le ballon à ses coéquipiers. Il doit également être habile et résister à la pression pour prendre des shoots dans les moments importants de la partie.

### Le numéro 2:l'arrière

C'est l'arrière. Son jeu est principalement orienté à l'extérieur de la raquette. Il est aussi bien capable de shooter en pénétrant dans la raquette ou de l'extérieur de la raquette. Il doit avoir des qualités de dribble et de vitesse.

### Le numéro 3:l'ailier

C'est l'ailier. Son jeu est principalement orienté à l'extérieur de la raquette. Il doit faire preuve d'agilité et de rapidité pour shooter à 3 points. Il peut aussi venir aider les intérieurs au rebond. Généralement de grande taille, il doit faire preuve de détente. Ce joueur passe fréquemment d'une position de l'extérieur vers l'intérieur de la raquette ( vice versa).

### Le numéro 4:l'ailier "fort"

C'est l'ailier "fort". Il forme avec le pivot le secteur intérieur de la raquette. Son rôle est donc similaire au pivot. Il est généralement plus petit que le pivot mais son gabarit reste tout de même imposant pour récupérer les rebonds. Il peut également évoluer en dehors de la raquette.

### Le numéro 5:le pivot

C'est le pivot et celui qui présente le plus gros gabarit (grande taille, très musclé). En défense, il se positionne près de son panier et protège le secteur intérieur de la raquette, avec des bonnes capacités au rebond et au contre. En attaque, il est chargé de récupérer les rebonds au de mettre les paniers en lay-up.