

LES RÈGLES ESSENTIELLES DU BASKET

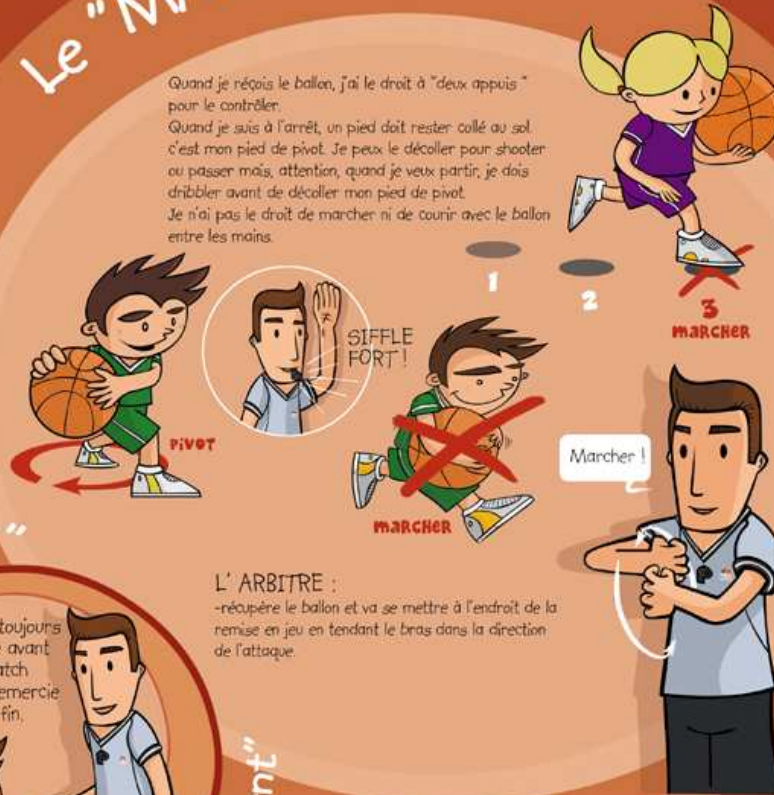
La "SORTIE"

Le terrain de Basket est délimité par des lignes. Il y a sortie :
 - lorsque le ballon touche la ligne ou le sol de l'autre côté de la ligne qui délimite le terrain.
 - lorsqu'un joueur touche la ligne ou le sol de l'autre côté de la ligne qui délimite le terrain.



Le "MARCHER"

Quand je reçois le ballon, j'ai le droit à "deux appuis" pour le contrôler.
 Quand je suis à l'arrêt, un pied doit rester collé au sol. C'est mon pied de pivot. Je peux le décoller pour shooter ou passer mais, attention, quand je veux partir, je dois dribbler avant de décoller mon pied de pivot. Je n'ai pas le droit de marcher ni de courir avec le ballon entre les mains.



Le "SALUT"

Je salue toujours l'arbitre avant le match et je le remercie à la fin.



Le "CONTACT"

Quand j'attaque ou quand je défends, je n'ai pas le droit de tenir, pousser, bousculer... mon adversaire.



Le "remerciement"

Le "DRIBBLE"

Je ne peux pas dribbler à deux mains. Lorsque j'arrête le dribble, je ne peux pas repartir en dribble. Je dois faire une passe ou un tir.



Le coup de sifflet de l'arbitre arrête le jeu,

je respecte toujours sa décision !

