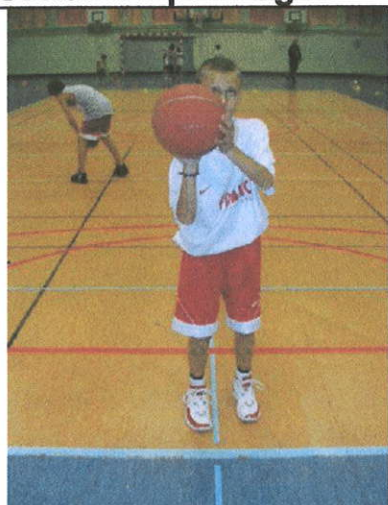


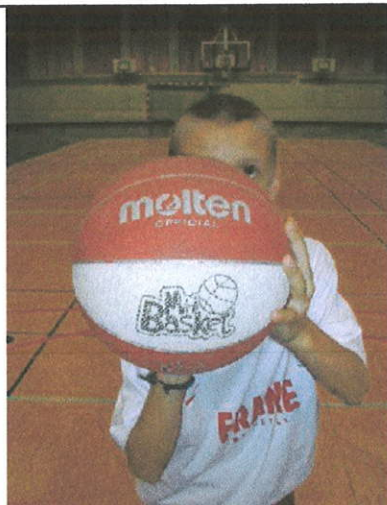
### Remarques générales

Privilégier, dès le plus jeune âge (baby), la position du ballon sur la poitrine.  
Les mauvaises attitudes sont souvent dictées par un manque de force. Veiller toujours à adapter la taille des ballons, la hauteur de la cible et son éloignement aux capacités des enfants.

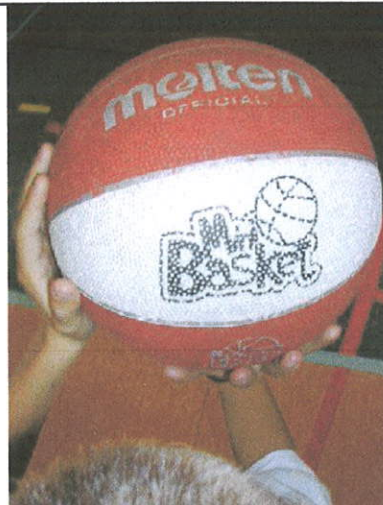
### Gestuelle à privilégier



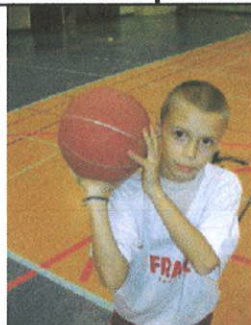
Aligner : pied, épaule, coude, poignet.



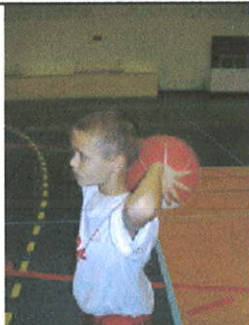
La main du bras tireur derrière le ballon, l'autre sur le côté.



### Gestuelle à proscrire dès l'initiation



Ballon, sur l'épaule.



Ballon derrière la tête.



Ballon sur la hanche.



Coudes très écartés

### Quelques conseils pour aller plus loin

- Fixer la cible (le panier) le plus longtemps possible (avant, pendant et après le tir)
- La trajectoire de la balle : en cloche
- Garder la position finale (ballon lâché) quelques instants

