

Fondamentaux individuels principaux en U13-U15

Evidemment les fondamentaux U9-U11 doivent être également acquis

PLACEMENT		
Je connais les spots de jeu extérieur	Je connais les spots de jeu intérieur et peux rester un post up	Je sais me replacer en fonction du mouvement des autres joueurs (CIRCLE MOVE)
DRIBBLE		
Je dribble sans regarder mon ballon	Je suis capable de jouer un 1c1	Je suis capable de changer de direction avec un dribble entre les jambes, un dribble dans le dos ou un in and out
Je suis capable de faire un main à main ou un chasse	Je suis capable de demander, faire et prendre un écran	
PASSES ET RECEPTIONS		
Je suis capable de faire une passe en pleine course à un joueur en pleine course	Je suis capable de faire un passe et va	Je suis capable de faire une passe de transfert
Je sais me démarquer back door	Je suis capable de faire une passe désaxée à une main	Je suis capable de faire une passe baseball
TIRS		
Je connais et applique la bonne gestuelle de tir	Je suis capable de tirer à 3 points	Je suis capable de faire un power, tir crochet ou un lay back
DEFENSE		
Je sais me positionner en défense en fonction du placement du ballon (pression/semi-interception/aide)	J'ai une attitude agressive en défense	Je suis capable de faire un écran retard