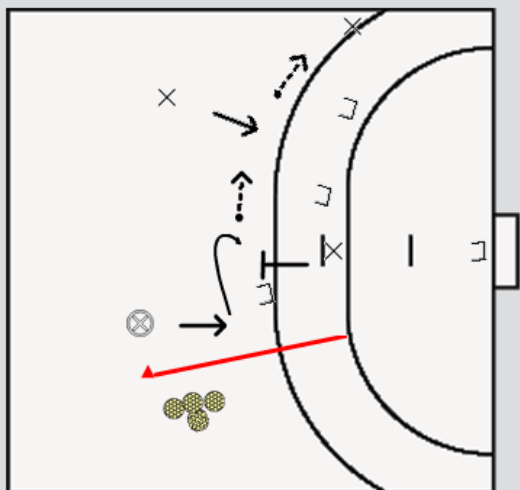


Séance :

Discipline : Handball

MAITRISE COLLECTIVE

Niveau :
- de 14 ans



But : Recevoir dans un espace libre ou libéré pour marquer.

Pour l'(es) attaquant(s) :

- ne pas s'engager dans l'intervalle occupé par le pivot.
- jouer avec le pivot : prendre le bloc, possibilité de passer.

Pour l'(es) défenseur(s) :

Harceler le porteur de balle.

Variables :

Contrainte défensive (sans les bras) si échec flagrant de l'attaque.
Possibilité de passer au pivot qui tire (bloc / remise).

Matériel à prévoir :

ballons, maillots, coupelles, chronomètre.

Descriptif :

4 contre 3 + 1 gardien de but. Les joueurs restent en attaque pendant 6 '. Un but consécutif à un bloc du pivot vaut 2 points.

CE QUE JE VEUX FAIRE APPRENDRE :

A(ux) l'attaquant(s) :

- prise d'informations sur placement défenseurs et pivot.
- s'engager dans un espace libre et recevoir en mouvement.
- savoir utiliser le bloc en adaptant son action : déborder / tirer, déborder / passer.
- coordonner les actions.

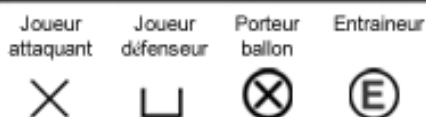
Au(x) défenseur(s) :

- vitesse de déplacement.
- défendre en infériorité numérique.

CRITÈRES DE RÉUSSITE :

Marquer le plus de points possible.

JOUEURS



OBJETS



ACTIONS

