

SITUATION SANS CONTACT



AVEC OPPOSITION

Situation 2c1 :

OBJECTIF : travailler le perceptif et les changements de statuts pour toutes les catégories de moins 9 à moins de 18

MISE EN PLACE :

- Sur ½ terrain de handball dans le sens de la largeur qui sera coupé dans la longueur
- 2 zones (tracées avec des lattes ou plots ou autres), 2 cibles (cages de minihand, piquets en hauteur ou autre)
- Ballons normaux ou de beach ou de babyhand (orange sea)
- Faire des groupes de 2 avec 1 ballon pour 2

FONCTIONNEMENT :

- Mettre 1 gardien dans chaque cage et 1 défenseur sur une partie du terrain dans la longueur
- Les groupes de 2 se répartissent derrière la ligne du but sur le côté gauche de chaque cage soit par ½ terrain (2 gardiens, 2 défenseurs et 2 à 3 groupes de 2 par cage = 12 à 16 joueurs par ½ terrains)
- Le groupe ayant le défenseur dans son espace commence à jouer le 2c1, la partenaire de la joueuse qui tire ou perd la balle va défendre dans l'autre partie du terrain, la tireuse ou perdeuse de balle composera un nouveau groupe de 2 avec la défenseuse, elles se positionnent à côté de la cage avec un ballon
- La première équipe attendant à côté de la cage ou il y a eu tir ou perte de balle, commence à jouer au moment de la perte de balle ou du tir

CONSIGNES de REALISATION :

- Contact interdit donc duel offensif interdit

COMPORTEMENTS ATTENDUS DE L'ATTAQUANT :

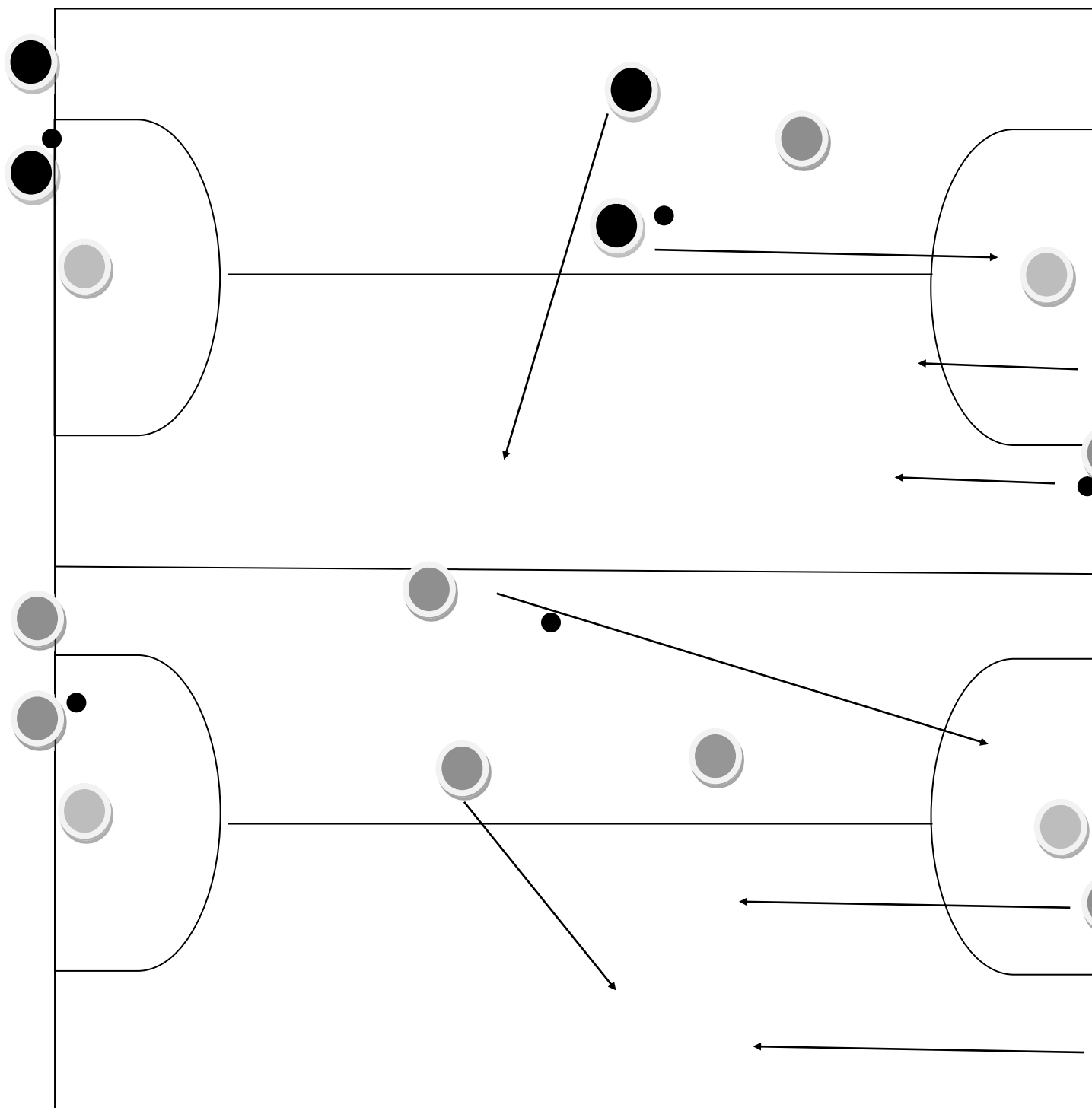
- En attaque :
 - Non porteur de balle : écartement
 - Porteur de balle : Utilisation du tir, du dribble et de la passe adapté à la situation
- En défense :
 - Anticipation du repli défensif lorsque mon partenaire est en situation de tir
 - Jouer sur les trajectoires
 - Jouer sur les interceptions et subtilisations

SITUATION SANS CONTACT

AVEC OPPOSITION

Schéma 2c1

COMITÉ DRÔME
ARDÈCHE
FFHANDBALL



ardèche
LE DÉPARTEMENT

Maison des Bénévoles du Sport
71 rue Latécoère 26000 Valence
04 75 75 47 75 5126000@ffhandball.net
Siret 32828736200037 Ape 9312Z
Activités de clubs de sports



CNDS
CENTRE NATIONAL
POUR LE
DÉVELOPPEMENT
DU SPORT