

SITUATION SANS CONTACT



AVEC OPPOSITION

Situation 3c3 :

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.
- 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)
- 3 ou 4 équipes de 4 ou 5 par ½ terrain

FONCTIONNEMENT :

- Pour chaque équipe 1 remplaçant (2 pour les équipes de 5) et 3 joueurs sur le terrain, 3 attaquants pour l'attaque et 2 défenseurs puis 1 gardien pour la défense. (8 à 11 joueurs)
- Le tireur sort ou il veut du côté de son partenaire, le remplaçant entre une fois que son partenaire est sorti.
- Si 3 équipes (12 à 15 joueurs), la 3^{ème} arbitre et compte les points, si 4 équipes (16 à 20 joueurs) faire jouer sur les 2 ½ terrains et faire de l'auto-arbitrage, si 5 équipes (20 à 24 joueurs) la 5^{ème} arbitre et compte les points et si 6 équipes (24 à 30 joueurs)
- Faire des matchs au temps (10' maximum) ou au nombre de points (si 2 terrains la première équipe à X gagne)

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 :
 - Mettre rapidement un gardien (le plus près de la cible)
 - Anticipation du repli défensif lorsque mon partenaire est en situation de tir
 - Jouer sur les trajectoires
 - Jouer sur les interceptions et subtilisations

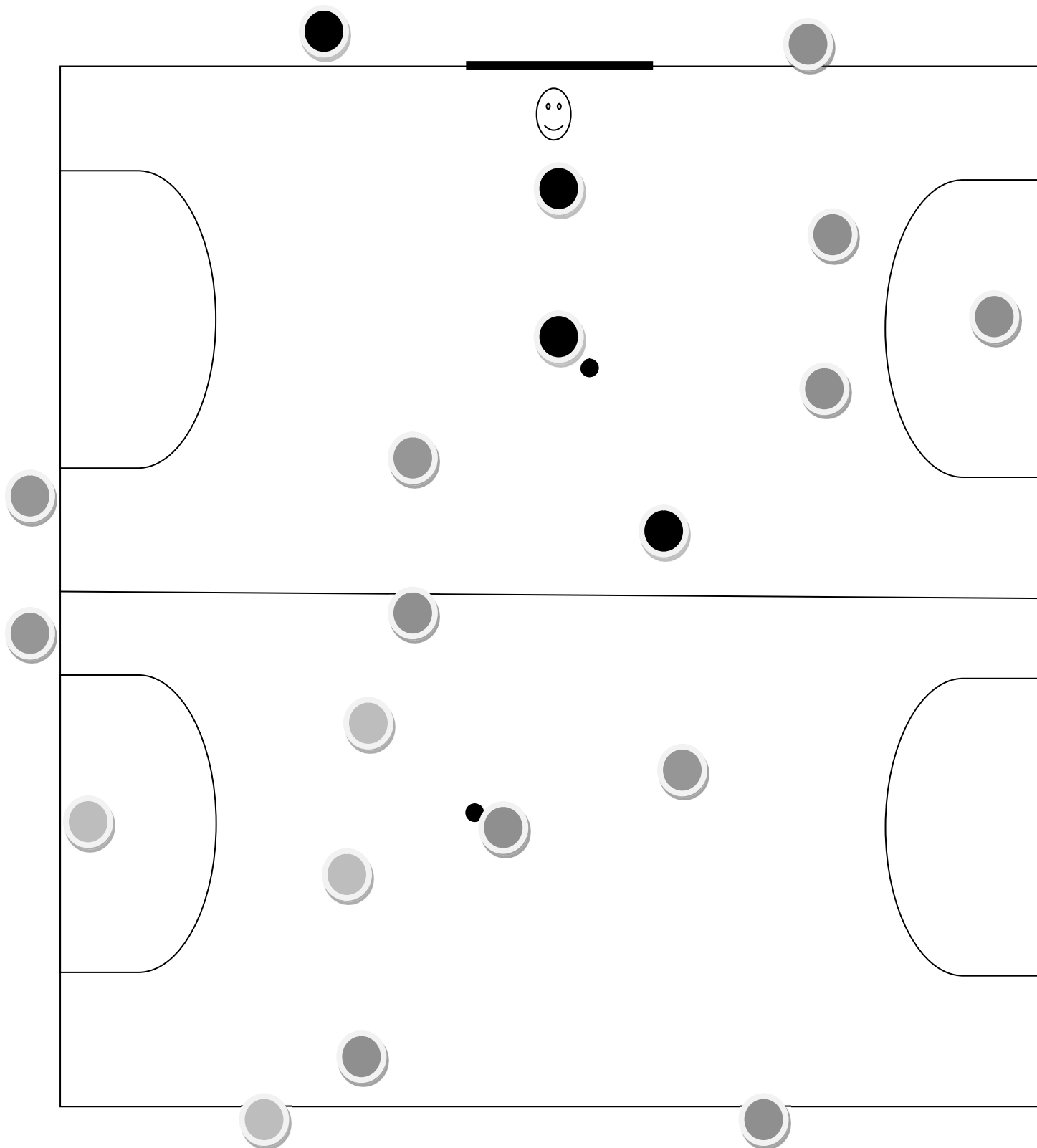
SITUATION SANS CONTACT

COMITÉ DRÔME
ARDÈCHE
FFHANDBALL



AVEC OPPOSITION

Schéma 3c3



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



MINISTÈRE DES SPORTS,
DE LA JEUNESSE,
DE L'ÉDUCATION
POPULAIRE ET DE
LA VIE ASSOCIATIVE

CNDS
CENTRE NATIONAL
POUR LE
DÉVELOPPEMENT
DU SPORT