



Nb joueurs(ses) : 20

Date : 16/03/25

Equipe : 2013M CD30

Thème : **Changement de statut Défenseur => Attaquant vers un jeu rapide**

Objectifs et comportements attendus : S'organiser individuellement et collectivement pour permettre un jeu rapide en montée de balle

Raphaël GESLAN (Handball Bagnols Gard Rhodanien)

Echauffement (+Echauffement GB) : 15min Préparer les GB et récupérer la balle après l'arrêt du GB

A FAIRE... Mise en place :

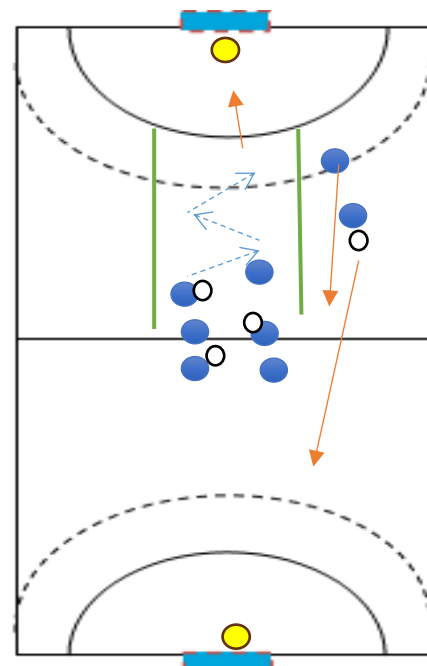
- Par 2 avec un ballon
- 1 gardien dans chaque but
- Tous les joueurs au centre
- Un couloir central sépare le terrain en 3 parties.

A DIRE... Consignes de réalisation :

- En passe, chaque doublette va au but et tire selon l'impact demandé
- Le Gardien doit essayer de renvoyer la balle au joueur qui n'a pas tiré sinon il la jette n'importe où autour de la zone
- Celui des 2 qui n'a pas tiré la récupère et part en Contre-Attaque (tir à 2 mains et uniquement dans les couloirs extérieurs)
- L'autre joueur défend
- 1 point par ballon récupéré et 1 point par but.

A VERIFIER... Comportements attendus :

- S'organiser autour de la zone pour récupérer la balle après l'arrêt du GB
- Se projeter vers le but adverse
- Anticiper ses courses pour changer de rôle rapidement
- Pour l'attaquant : Partir à l'opposé du tireur



A MODIFIER...

Evolutions / Régulations :

- Varier les situations de tirs
- Varier les formes de passes
- Ajouter des ateliers de motricité ou gainage sur le retour

Situation 1 : 15-20min

A FAIRE...

Mise en place :

- Par 3 avec un ballon
- 3 défenseurs (dans les 9m)
- 3 joueurs en position d'attaque (hors des 9)
- 1 gardien
- L'éducateur (noir) lance la balle : le GB va la chercher, les attaquants doivent toucher la ligne du fond avant de replier

A DIRE...

Consignes de réalisation :

- Le jeu démarre au lancé du ballon
- Le gardien fait la remise en jeu vers les attaquants
- Les futurs défenseurs (rouge) doivent toucher la ligne de fond avant de replier.
- But = 2 points, si un défenseur touche le porteur de balle = perdu
- L'équipe qui a le + de points gagne
- Quand on a tiré on passe défenseur (rouge)

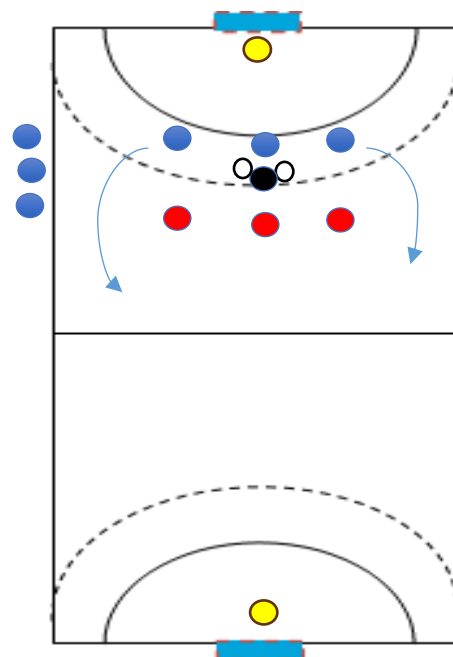
A VERIFIER...

Comportement observé :

- Les joueurs partent rapidement en Contre-Attaque sans se soucier de la balle

Comportements attendus :

- Le joueur le plus proche va chercher la balle pour que le GB puisse faire la remise en jeu
- Les autres s'étagent pour assurer les passes
- Organisation des attaquants : Un attaquant en contre avant le retour du repli
- Occupation de l'espace.



A MODIFIER...

Evolutions / Régulations :

- Varier le temps avant le repli
- Faire la même chose avec balle aux attaquants qui tirent au coup de sifflet (avec comptage si but = 1 points)
- Organisation de l'engagement rapide (mettre un relai si la relance directe n'est pas faisable)

Jeu à thème : 15-20min

A DIRE...

Consignes de jeu :

- 3 équipes de 5
- 2 en jeu et une sur le côté
- Règles de handball avec engagement du GB sauf lors du changement d'équipe
- La première équipe qui marque 2 buts sort du jeu
- Les points sont comptés comme suit : 1 point par victoire – 2 points par but en Contre-Attaque (pas de défenseurs) – 3 points par but sur Engagement rapide (Gardien ou équipe défensive pas remplacé et pas de faute)

A VERIFIER...

Comportements attendus :

- S'organiser pour récupérer la balle le plus vite possible
- Occuper l'espace
- Organisation collective pour engager rapidement et profiter du changement d'équipe. (Possibilité de tir direct)