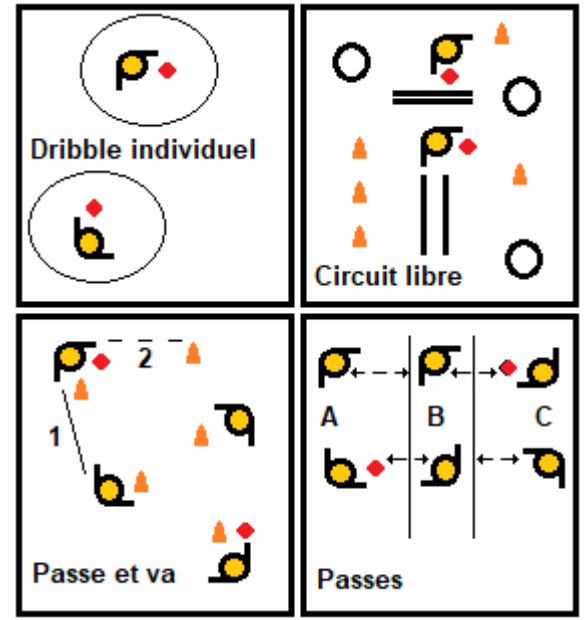


DES JEUX VERS LE HANDBALL

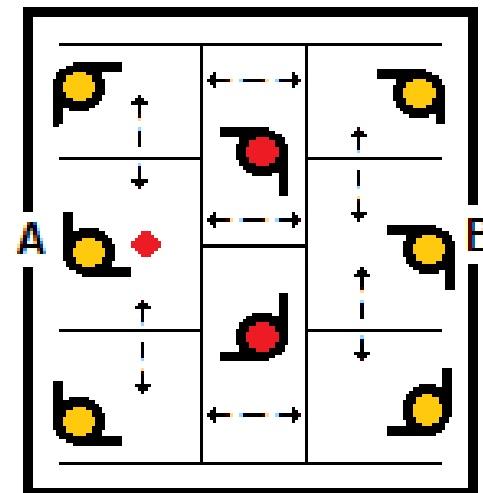
Au vu de la situation sanitaire d'aujourd'hui, il n'est pas possible de reprendre les activités de jeux vers les sports collectifs avec contacts. Les situations d'opposition seront ainsi proscrites.

Manipulation et maîtrise de balle

But du jeu	Conserver la balle dans différentes situations	
Espace	4 espaces différents, de 20m de côté	
Matériel	Balles à disposition (tous types, balles tennis, handball, football, basket, mousse, etc.)	
Organisation Déroulement	6 à 7 élèves par espace maximum. Temps imparti, rotation horaire toutes les 2 min. A chaque coup de sifflet donnée, arrêter son action, l'enseignant vérifie le degré de maîtrise des élèves.	
Variables	<p><i>Dribble individuel</i> : balle au sol, la faire circuler entre les jambes, réaliser un 8 dans un sens puis l'autre, à une main, deux mains, balle portée, autour de la taille, tête, etc.</p> <p><i>Circuit libre</i> : slalom, tourner au autour des cercles dans le sens d'arrivée, faire rebondir la balle sur un banc, conduire la barre entre les « rails », alterner les mains pour la conduite.</p> <p><i>Passe et va</i> : (mettre un plot de plus que les participants). 2 balles en circulation, tous les joueurs occupent un plot. Faire une passe puis aller occuper le plot libre et ainsi de suite (débuter avec des passes à rebond).</p> <p><i>Passes</i> : Un axe central qui limite les déplacements des joueurs relayeurs. A passe la balle à B qui réceptionne puis passe à C en restant toujours sur le même axe dans un premier temps (croiser ensuite les échanges, le relayeur doit prendre l'information pour passer la balle au joueur libre). Possibilité de mettre en concurrence les équipes.</p>	

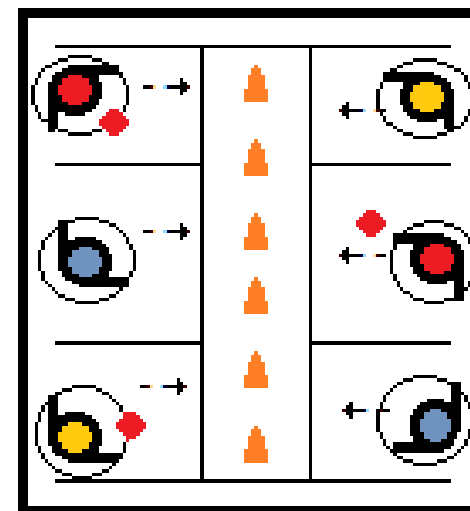
Conserver la balle à plusieurs

But du jeu	Conserver collectivement la balle le plus longtemps possible.
Espace	Un carré de 15m de côté. 5 m par joueur. Délimiter les aires de jeu pour chaque joueur. 6 attaquants jaunes contre 2 défenseurs rouges.
Matériel	Plots, ballon de handball, cordes, lattes au sol, chasubles.
Organisation Déroulement	La ligne des joueurs A peut échanger librement la balle. Au moment choisi par un joueur de cette ligne, et en fonction de la position des défenseurs rouges, une passe (à rebond ou sous la ligne d'épaules) est effectuée vers la ligne B. L'opération se répète en fonction des consignes données par l'enseignant. Chaque aller-retour offre des points aux attaquants. Chaque interception fait gagner des points aux défenseurs ou retranche des points aux attaquants. Système de marque à définir.
Variables	Réduire le nombre de défenseurs en conservant cette surface, Réduire le nombre d'attaquants, passer à une main, imposer une passe à l'autre ligne dans un temps limité (ex : 10 sec).

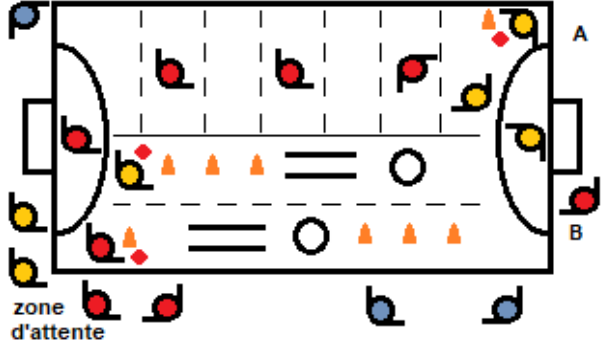


Atelier Tir de précision

But du jeu	Gagner le jeu en faisant tomber le plus de plots possible
Espace	Un carré de 15m de côté. 5 m par joueur. Délimiter les aires de jeu pour chaque joueur. 3 équipes de 2 joueurs.
Matériel	Plots, 3 ballons de handball en jeu, cerceau, cordes, lattes au sol, chasubles.
Organisation Déroulement	Les cerceaux sont positionnés à la même distance des plots. Au top, et à l'arrêt dans le cerceau, lancer les ballons et essayer de toucher (3 points) ou faire tomber le plot (5 points). Lorsque le plot est tombé, ce dernier ne permet plus de collecter des points. Lorsque tous les plots sont tombés, on réalise le décompte des points avant de renouveler la séquence.
Variables	Pour simplifier, rapprocher les cerceaux si la réussite est faible, choisir des objets à toucher plus gros. Pour complexifier ne plus comptabiliser les plots touchés, obligation de prendre d'avoir une course d'élan avant de tirer depuis le cerceau, etc.



Progresser collectivement – Conduire la balle pour tirer au but

But du jeu	Gagner le jeu en marquant le plus de points possibles	
Espace	Sur un terrain de handball, séparé en 2 dans sa longueur. 5 m par joueur en zone A. 5 m de largeur de circuit en zone B. 3 équipes de 8 joueurs. 1 équipe (bleue) observe et comptabilise les points marqués.	
Matériel	Plots, 7 ballons de handball en jeu, cerceaux, cordes, lattes au sol, chasubles.	
Organisation Déroulement	<p>Les jaunes sont opposés aux rouges. Durée limitée à 4 min avant une rotation des équipes.</p> <p>Sur la partie A, les jaunes doivent progresser et doivent passer la balle à leur partenaire à chaque fois qu'ils entrent dans une zone défendue. Passe à rebond ou à hauteur d'épaules, Le défenseur doit rester à minima à distance de bras tendu et ne peut qu'intercepter la balle. La progression se termine par un tir au but.</p> <p>A chaque zone franchie, les jaunes marquent 5 points, le but marqué en fin de progression offre également 5 points soit (3*5 points + 5 points = 20 points possibles)</p> <p>Sur la partie B - Duel entre un jaune et un rouge. Départ simultané</p> <p>Le circuit réalisé en intégralité apporte 5 points, le but s'il est inscrit également.</p>	
Variables	<p>Pour simplifier, retirer des défenseurs, contraindre davantage leur déplacement en zone A et retirer des obstacles en zone B.</p> <p>Pour ajouter de la difficulté, demander de réaliser la progression ou le circuit dans un temps limité.</p>	