

Entrée dans la séance. Occuper l'espace.

Dans la catégorie moins de douze, l'un des premiers problèmes à résoudre est l'éclatement de la grappe. Nous vous proposons un jeu permettant d'entrer dans la séance de manière ludique tout en essayant de favoriser l'occupation de l'espace en multipliant les cibles.

→ On appelle grappe le fait que tous les joueurs se regroupent autour du porteur de balle, l'élément essentiel pris en compte étant la balle...

Public: moins de 12 ans. Une vingtaine de joueurs.
Thème: entrée dans la séance par le jeu.
Objectif: améliorer l'occupation de l'espace

ORGANISATION :

Sur ½ terrain dans la largeur : des plots, 1 ballon, 2 zones interdites.

Dédoublez le jeu sur l'autre ½ terrain. Placez 4 cibles = plots.

Composez 4 équipes de 5 joueurs . 2 équipes s'affrontent sur chaque ½ terrain

CONSIGNES :

Pour marquer un point il faut, en tirant dessus et sans rentrer dans les zones, toucher les plots adverses.

Oppositions de 5 minutes puis changement d'adversaire.

Règles du handball, sans contact.

CE QUE L'ON PEUT MODIFIER :

Pas de redoublement de passe = ne pas redonner la balle au même joueur.

Ne pas viser 2 x de suite sur le même plot.

Rajouter des cibles-plots.

Jeu sans dribble.

CE QU'IL FAUT SURVEILLER :

Les non porteurs de balle : se démarquer en appelant la balle dans les espaces libres.

L'utilisation de toutes les cibles: cela favorisera l'écartement sur le terrain et donc l'occupation maximale de l'espace.
Le porteur de balle : lève la tête pour prendre l'information et trouver ses partenaires démarqués.

