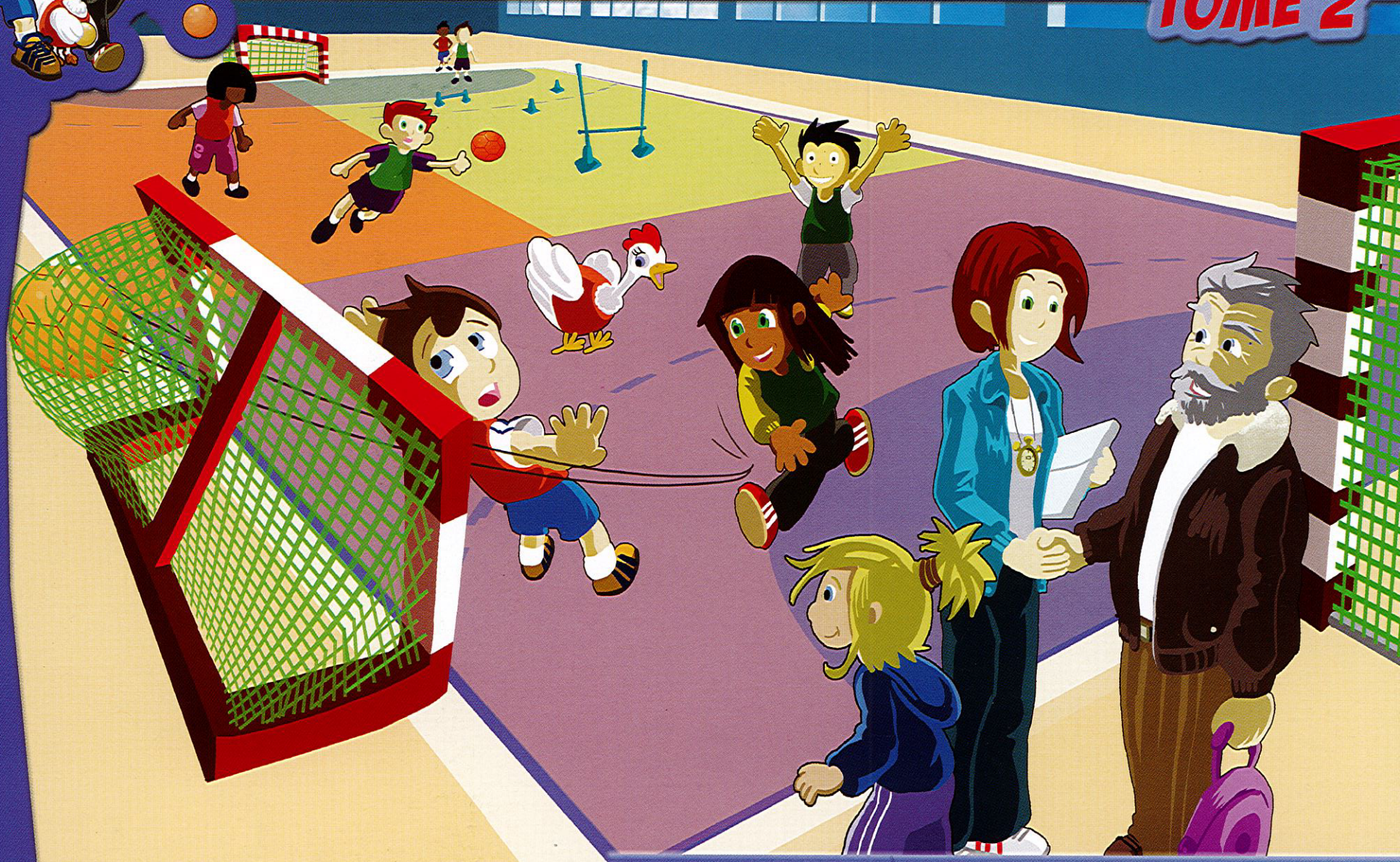


HANDBALL 1^{ER} PAS

une conception de la séance et des rencontres pour les jeunes débutants

TOME 2



SOMMAIRE

AVANT-PROPOS

Un continuum à comprendre
Conseils d'ordre pédagogique

ESPACE AISANCE CORPORELLE

1. Débarrassez-moi de ces souris
2. Les singes tapageurs
3. Alerte au volcan
4. La course des poules
5. La course des chevaux
6. Les lapins 1
7. Les lapins 2
8. Les macaques
9. Les pingouins et les ours

ESPACE DUELS

1. Merles et canaris
2. La mousse au chocolat
3. Le feu sacré
4. La bataille des écureuils
5. Les grenouilles et les crapauds
6. Les écureuils et les renards

ESPACE CONFRONTATIONS COLLECTIVES

1. Les phoques et les otaries
2. Le match des ouistitis
3. Les manchots et les pingouins
4. La conquête des planètes
5. Du chamboule-tout au mini-hand
6. Les attaquants et les défenseurs

ESPACE DETENTE

Les rencontres
Un exemple d'organisation
Pour en savoir plus

AVANT-PROPOS



CETTE nouvelle brochure sur le « **Handball 1^{ers} Pas** » veut répondre à une double demande :

♦ proposer de nouvelles situations quatre ans après la sortie du premier document.

♦ proposer une présentation qui permette de faire durer l'activité Premiers Pas au sein du club pendant au moins deux saisons.

Ainsi, il ne s'agit pas d'une suite au numéro 1 mais d'un complément.

Vous verrez dans l'article « un continuum à comprendre » pourquoi nous pensons que deux années sont nécessaires dans ce type d'activité avant de passer au Mini handball.

Vous trouverez des conseils d'animations des séances et des situations issues de l'expérience des uns et des autres dans cette activité. Ce sont des hommes et des femmes de terrain qui parlent aux futurs hommes ou femmes de terrain.

Bonne lecture, merci de votre engagement auprès de nos plus jeunes.

Je ne voudrais pas terminer cet avant-propos sans remercier tous ceux et celles qui nous ont permis de finaliser cette brochure.

LISTE DES PARTICIPANTS

BIGLIOMINI	Didier	Thor HBC	FATHI	Hamid	Ligue du Languedoc-Roussillon
BRAULT	Philippe	UGSEL National	GALLET	Bernard	FFHB
BRUXELLES	Lucile	Comité Gironde	GLEIZES	Jean-Pierre	FFHB
COLSENET	Jérémy	Ligue du Lyonnais	LE MOINE	Yann	Ligue de Bourgogne
CRISTOFARO	Carine	Ligue de Lorraine	MERIT	Michelle	Comité Loire-Atlantique
CROIZET	Béatrice	Comité Puy-de-Dôme	MILHE	Aurélie	Ligue d'Aquitaine
DECLERCQ	Thomas	Ligue Midi-Pyrénées	PERRIN	Jérémy	Ligue du Centre
DELORD	Nathalie	FFHB	REAULT	Jérémy	Ligue d'Auvergne
DESRENTE	Héloïse	Ligue du Poitou-Charentes	RESSEGUIER	Céline	Ligue du Limousin

5-16 ANS UN CONTINUUM A COMPRENDRE

LE HANDBALL est un sport énergétique demandant, d'une part, des qualités physiques (force, vitesse, endurance, explosivité) et physiologiques qui amènent l'expression d'une activité psychomotrice maîtrisée, et d'autre part, des qualités perceptives et décisionnelles qui permettent une prise d'information rapide et pertinente afin d'apporter une réponse adaptée grâce à ses capacités du moment dans le match et à ses propres savoir-faire.

DEVELOPPEMENT DE L'ENFANT

Nous nous intéresserons ici à l'enfant à partir de 5 ans car, avant cet âge, on ne peut lui demander de répondre à une spécificité de pratique. Il est bien évident que, si on peut marquer des repères liés à l'âge, le développement moteur et cognitif de chaque enfant peut présenter des différences notables.

Néanmoins, ce qui est commun à tous les enfants de cet âge, c'est le fonctionnement presque toujours individuel et l'incapacité à prendre en compte l'autre dans ses réponses motrices.

La pratique du **Handball 1^{ers} Pas** permettra de développer les compétences motrices, cognitives et relationnelles du jeune pratiquant.

Tout en privilégiant l'individu et son développement psychomoteur et psycho-affectif, l'activité va favoriser chez l'enfant un début de coopération et de prise en compte de l'autre dans ses actions, permettant ainsi de faire évoluer, très progressivement et en sécurité, le jeune joueur d'une pratique individuelle à une pratique collective.

DEVELOPPEMENT DES QUALITES

Il faut toujours garder à l'esprit que l'organisation de la fédération en terme de détection trouve son point d'orgue à 14 ans au moment des

inter-comités et de l'entrée dans la filière du Parcours d'Excellence Sportive. Cela signifie que, sur les catégories d'âge de 5 à 14 ans, l'objectif principal est d'amener le maximum d'enfants à la découverte de l'activité dans toutes ses dimensions et au développement optimal des qualités de chacun. Pour cela, il est important de concevoir un accueil le plus convivial possible tant du côté des enfants que des parents et de bien comprendre les mécanismes mis en jeu dans la réponse à une situation de handball.

Un savoir-faire ou une réponse motrice une situation peut se schématiser ainsi :

- 1** Compréhension par l'enfant de ce qui lui est demandé. Quelle est sa tâche ? Que doit-il faire ?
- 2** Prise d'information (consciente ou non) sur la situation. Qui est où ? Que fait-il ? etc.
- 3** En fonction de ses propres capacités motrices et de son expérience, trouver une solution pour réaliser son action et atteindre le but fixé.
- 4** Se réaliser au travers de ses propres qualités, mentales, physiques et de coordination.

On comprend bien dès lors qu'il n'existe pas une réponse toute faite, impossible à chacun mais que c'est la situation de jeu proposée qui permettra à chaque enfant de se construire à partir de ce qu'il est sur le moment.

Il est intéressant pour les encadrants de repérer les âges au cours desquels les différentes compétences se construiront plus aisément. Nous pouvons affirmer qu'un développement non harmonieux des capacités favorisant la pratique du Handball pourrait être un obstacle à la construction du futur joueur et à ses réponses motrices.

Nous repérons traditionnellement 4 grandes capacités utilisées dans le handball :

- ◆ Les capacités motivationnelles
- ◆ Les capacités perceptives et décisionnelles
- ◆ Les capacités motrices
- ◆ Les capacités énergétiques

Nous sommes persuadés que dans son développement l'enfant mobilise :

1 ses capacités motrices dès le plus jeune âge et que le moteur de ces acquisitions se situe dans l'intérêt et la motivation. C'est cette idée qu'il faut garder en tête lorsque l'on utilise l'outil « Handball Premiers Pas » entre 5 et 7 ans.

2 ses capacités motrices générales et spécifiques. Celles-ci méritent d'être continuellement entretenues et améliorées mais, de 7 à 11 ans, il nous semble que c'est le moment le plus propice pour développer les qualités perceptives mais aussi décisionnelles du jeune. C'est à cet âge qu'il va se construire en acteur de plus en plus autonome capable de prendre des décisions qui lui sont propres. C'est cette idée qu'il faut avoir en tête lorsque l'on utilise l'outil « Mini handball » entre 8 et 11 ans.

DEVELOPPEMENT MENTAL

Une première étape peut se situer jusqu'à 6 ans. L'enfant à cet âge peut s'investir totalement dans une action déclenchée par le jeu et l'imaginaire qui lui permet de se protéger et de trouver les solutions motrices ou tactiques pour résoudre les problèmes posés. Cela reste à un niveau inconscient qu'il faut garder.

Enfin vers 7 ans l'enfant sera capable d'objectiver les choses et de manier les concepts réels pour trouver une solution.

L'aide de l'encadrant au travers des feed-backs ou du questionnement commence à se mettre en place. Il faut cependant garder à l'esprit que tout faire passer au niveau conscient n'est pas une bonne chose, cela surcharge et freine la réactivité du joueur ou même simplement son investissement dans la situation. Il est toujours important de garder une partie réactive intuitive. En revanche, mettre les enfants en situation d'observateurs leur permet de mettre à distance, d'évaluer les réponses motrices proposées et de poser l'écart par rapport aux critères de réussite posés dans la situation initiale. Cela évite aussi aux encadrants d'imposer une voie et chacun peut ainsi construire des réponses individualisées au regard de ses compétences et capacités.

CROISSANCE ET ADOLESCENCE

Dans la première phase de la puberté (11-13 ans pour les filles et 13-15 ans pour les garçons), on assiste à une importante poussée de croissance. Cette croissance s'achèvera lorsque les cartilages de conjugaison seront ossifiés, c'est-à-dire généralement 2 à 3 ans après la puberté. Parfois on observe des décalages par rapport à ce développement dit normal (différence entre l'âge chronologique et l'âge biologique). Certains sujets ont un développement précoce, d'autres tardif. Les diverses parties du squelette subissent une poussée de croissance à des moments différents : les pieds et les mains d'abord, puis les jambes et avant-bras, puis les cuisses et les bras.

La croissance met en jeu un métabolisme de construction qui élève le métabolisme de base et qui peut diminuer la capacité à faire un effort. Les besoins en vitamines, minéraux et aliments sont augmentés, particulièrement pour les protéines.

La capacité de l'appareil osseux, tendineux et ligamentaire à supporter un effort est un facteur limitatif dans l'entraînement de l'enfant et de l'adolescent, car les structures du système locomoteur passif sont en pleine croissance et n'ont pas encore la résistance de celles des adultes. Cependant dans l'ensemble, on constate qu'un effort sous maximal, adapté à la croissance, diversifié, ne sollicitant pas unilatéralement l'appareil locomoteur, représente un stimulus approprié tant pour la croissance que pour l'amélioration des structures passives (os, cartilages, tendons, ligaments). Néanmoins, les adaptations de ces structures étant plus lentes que pour les structures musculaires, il est fondamental de respecter une progression rigoureuse dans le dosage de la charge de travail, et d'observer des temps de récupération suffisants entre les entraînements.

Lors de cette phase de développement, l'enfant est sujet à une activité hormonale importante (hormone de croissance, hormones sexuelles, testostérone notamment). La différenciation entre les filles et les garçons s'opère sur le plan morphologique.

L'ensemble de ces modifications brutales est déstabilisant sur bien des points. La précision du contrôle gestuel diminue et sur le plan psychique, les intérêts sportifs peuvent être remis en cause.

Pourtant, cette première phase de la puberté représente la période où « l'entraînabilité » des déterminants de la condition physique est maximale. Ces données nouvelles exigent une orientation correspondante de l'entraînement dans les limites énoncées ci-dessus.

Dans la deuxième phase de la puberté (13 à 17-18 ans pour les filles et 14 à 18-19 ans pour les garçons), on observe un ralentissement de tous les paramètres de la croissance et du développement. La rapide croissance en longueur est remplacée par une croissance plus marquée

en largeur. Les proportions s'harmonisent et facilitent l'amélioration des coordinations. Ce nouvel équilibre, tant physique que psychique, la maturation intellectuelle et l'affinement de la capacité d'observation font de l'adolescence un deuxième âge d'or de l'apprentissage. L'augmentation de la capacité physique et psychique permettant de supporter de plus grandes charges d'entraînement et la grande plasticité du système nerveux central, typique de toute la période de croissance, permettent de soutenir un entraînement volumineux et intense.

PRECONISATIONS FEDERALES

Les différentes étapes du développement de l'enfant présentent des caractéristiques identifiées qui orientent les contenus des entraînements.

La phase de pré-puberté doit être consacrée avant tout à l'amélioration de la capacité de coordination et à l'extension du répertoire moteur au service d'intentions tactiques.

C'est pour cela que la FFHB préconise l'utilisation de l'outil « Premiers Pas » de 5 à 8 ans, puis l'outil « Mini Hand » de 8 à 10 ans avant un jeu sur la longueur du terrain avec des règles adaptées et enfin le handball tel que le jouent les adultes.

Il est inutile et contre-productif de vouloir brûler les étapes. En effet il est plus cohérent d'aller le plus loin possible dans le développement des différentes composantes de la performance plutôt que de passer à autre chose sans même être certains d'avoir atteint son maximum pour chacun. Le zapping en terme de formation n'est pas rentable même s'il est parfois difficile de garder intacts la motivation et l'investissement.



L'alternance de la séance passe par une phase de retour au calme, qui permet à l'enfant de se ressourcer (il s'hydrate, il se restaure), il se repose et il découvre des activités connexes complémentaires à l'activité physique.

Sur cet espace, votre imagination peut laisser la place à de nombreux jeux en rapport avec l'activité handball (quizz, jeu de l'oie), un espace dessin ou tout simplement un endroit où l'enfant pourra s'isoler tranquillement pour récupérer. Ce lieu est également propice au retour sur la séance avec l'enfant, pour stabiliser les acquis et échanger sur ce que l'enfant vient de « vivre ».

Pour vous aider à réaliser des jeux ludiques pour les enfants, rendez-vous sur le site de la fédération <http://www.ff-handball.org> qui vous donnera des outils prêts à imprimer.



LA SITUATION HANDBALL PREMIERS PAS

GENERALITES

Toutes les situations présentées dans cette brochure ont été expérimentées dans des classes, dans des clubs dans lesquels les enfants avaient un certain vécu, une certaine expérience ou pas. Il est possible de présenter les situations qui sont proposées sous trois aspects (qui correspondent aux trois moments du développement de l'enfant de 5 à 7 ans – cf. Continuum).

1. Une présentation par l'imaginaire dans laquelle on parle essentiellement d'animaux pour les plus jeunes.

2. Une présentation par les « héros » dans laquelle les personnages sont humains.

3. Une présentation technique où l'on emploie les termes de partenaires, adversaires, etc., pour les enfants de 7-8 ans.

Les problèmes à résoudre dans les situations sont les mêmes quelle que soit la présentation mais l'investissement de l'enfant est différent et sa réflexion aussi.

LA SITUATION ELLE-MEME

Il est possible que la situation que vous avez choisie présente quelques difficultés de compréhension, de mise en place ou d'investissement pour l'enfant. Ne pas hésiter à la simplifier pour que les enfants se mettent très vite en activité pour éprouver du plaisir tout en se dépensant sur le plan physique, et tout en se transformant. C'est le but de la colonne évolution / protocole de mise en place au verso de la fiche.

De ce qui a été dit, la situation présentée dans la fiche peut être l'aboutissement de deux ou trois séances de travail, en fonction du niveau de départ des enfants.

COMMENT AMENER LA SITUATION ?

1. Commencez toujours par l'histoire dans sa globalité, n'évoquez pas les réponses attendues du type : « *Alors là, voilà ce qu'il va falloir faire...* »

La situation pose un problème que l'enfant doit résoudre seul dans un premier temps. L'enfant doit être l'acteur de ses apprentissages. C'est lui qui doit trouver la solution au problème posé et non l'adulte qui la lui donne.

2. Le but est donc donné mais pas les modalités d'action.

3. Ne donnez qu'une consigne (« *les écureuils préparent leur réserve pour l'hiver les noisettes dans leur arbre malgré les renards* »).

4. Mettez très vite les enfants en activité.

5. Rajoutez petit à petit les différents éléments les uns après les autres :

♦ « *Pour aller chercher les noisettes, il faut sauter par dessus l'arbre* »

♦ « *Les renards ne peuvent pas rentrer dans la réserve des écureuils* »

♦ « *Les renards touchent l'écureuil avec leur griffe sans la lancer sur l'écureuil* »

♦ « *L'écureuil qui est touché par la griffe ramène la noisette dans le noisetier* »

Une fois que la situation est comprise dans sa globalité, le jeu se déroule ; il vous reste à contrôler les temps de départ. C'est à partir de ce moment et seulement à partir de ce moment que vous allez observer les réponses apportées par les enfants et utiliser la partie « Ce qu'il faut surveiller pendant l'action ». Nous pouvons maintenant nous concentrer sur l'attitude de l'entraîneur.

L'ATTITUDE DE L'ENTRAÎNEUR

Après avoir réussi à faire apparaître le problème à résoudre, l'entraîneur va **RÉGULER**.

Il va jouer sur les paramètres suivants :

- ◆ l'espace (éloigner, resserer les plots),
- ◆ le temps (temps de départ des uns et des autres, actions à effectuer avant de...),
- ◆ le rapport de force (seul, avec une perturbation légère, etc.),
- ◆ la vitesse de réalisation (notion d'urgence, de stress).

Vous trouverez des conseils au verso de la fiche.

Les modes d'intervention de l'entraîneur

- ◆ Il fait verbaliser l'action si nécessaire, notamment en cas d'échec.
- ◆ Il repose un problème plus simple en jouant avec les paramètres.
- ◆ Il rappelle la consigne.
- ◆ Il fait prendre conscience de l'action peu réussie ou bien réussie.
- ◆ Il utilise le questionnement.

Les conseils sont utiles pour aider l'enfant à trouver une solution qu'il peut exécuter dans ce moment de la formation, mais il ne faut pas oublier l'attitude première.

Accepter les échecs ou les erreurs, les tâtonnements. Il est courant de dire « se tromper une fois est naturelle, se tromper deux fois est un manque d'intelligence. » Attendez donc la deuxième erreur consécutive avant d'intervenir. Ce qui implique des interventions individualisées.

L'objectivation par l'enfant de ce qu'il produit n'est pas nécessaire tout le temps, l'échec dans les tentatives de réponses peut être déclencheur de l'objectivation.

Souligner les bonnes réponses est sans aucun doute la meilleure manière d'inciter l'enfant à regarder, peut-être comprendre et reproduire un comportement positif.

Une fois que la réponse au problème est acquise, que cette réponse est utilisée dans des situations diversifiées, il convient de poser un autre problème ou le même problème mais plus complexe.

L'entraîneur fait alors **ÉVOLUER** la situation pour développer le savoir faire (courir) en le complexifiant (courir dans des directions variées à des vitesses variées) ou en l'associant à un autre savoir-faire (courir et sauter ou lancer), ou bien il passe à une autre situation pour poser un nouveau problème (attraper).

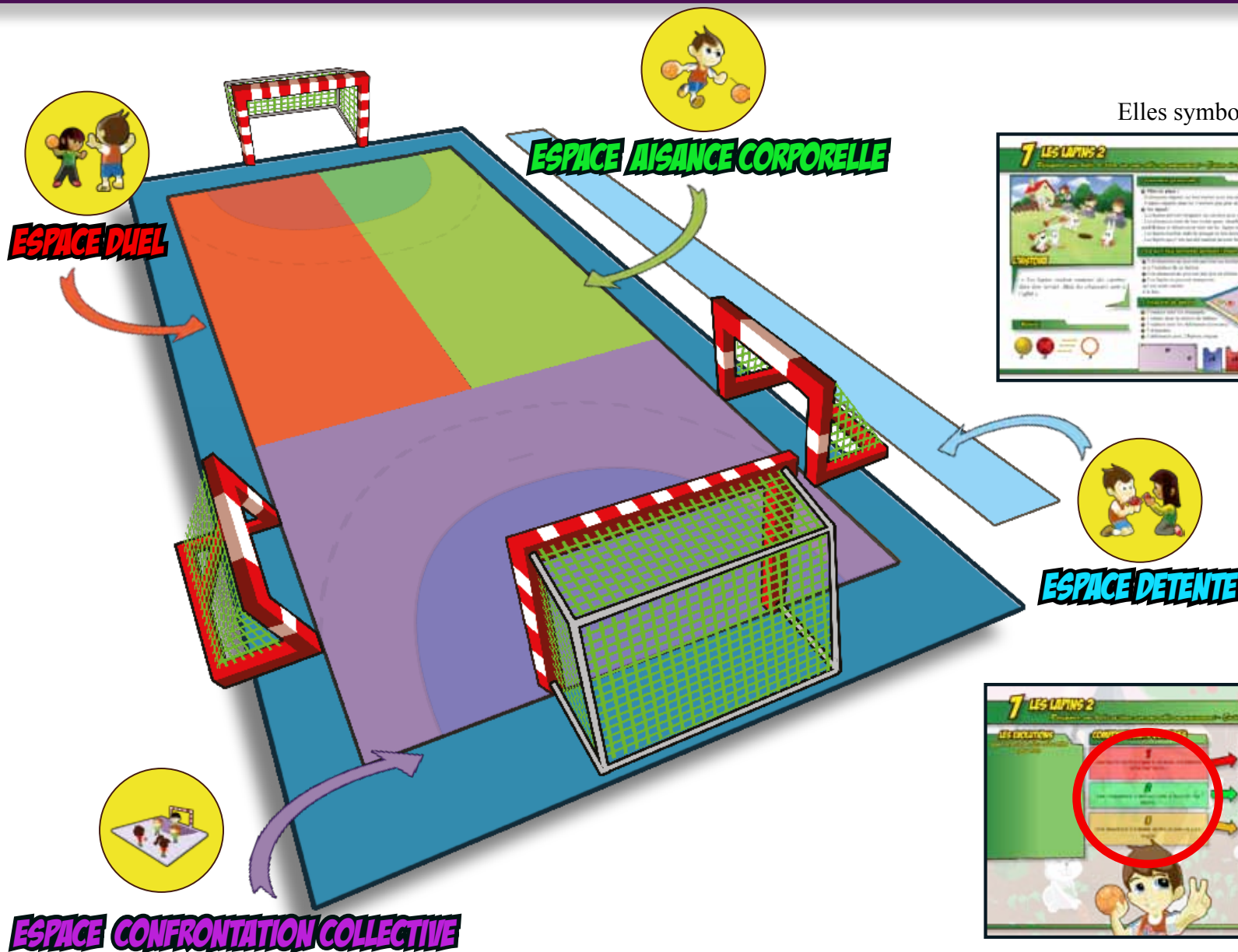
EN CONCLUSION

Il est important de garder pendant deux ou trois séances la même situation pour explorer toutes les réponses possibles et les variantes que vous pouvez amener. **Les enfants aiment refaire les jeux connus.** Lorsque l'enfant ne s'investit plus, cela doit être un signal pour vous non pas de changer de situation mais de la modifier pour poser une nouvelle contrainte au problème posé.

N'oubliez pas que l'enfant utilise ses propres savoir-faire et que si ceux-ci évoluent, alors les réponses évoluent aussi. C'est pour cela qu'il n'est pas inutile de revenir à des situations déjà étudiées pour vérifier les ajustements de comportements. La présentation ne se fera peut-être plus par l'histoire.

C'est pour cela que la fédération préconise de maintenir l'enfant dans l'activité premier pas pendant deux années car c'est l'enrichissement personnel de l'enfant qui compte. Passez trop vite d'une situation à une autre ou d'un niveau à un autre n'est pas suffisamment formateur pour l'enfant.

ORGANISATION DE L'ACTIVITE

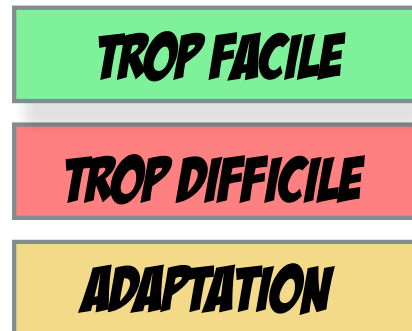
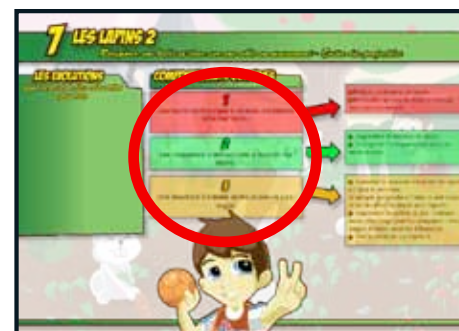


ETOILES

Elles symbolisent l'intensité de l'engagement physique.



SCHEMAS



1 DEBARRASSEZ-MOI DE CES SOURIS !

Lancer à bras cassé

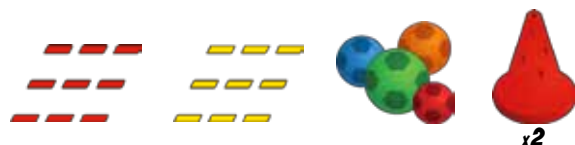
★
6-12 JOUEURS




L'HISTOIRE

« Un village est envahi par des souris. Les habitants s'en débarrassent en envoyant ces petits rongeurs chez les voisins. »

Matériel

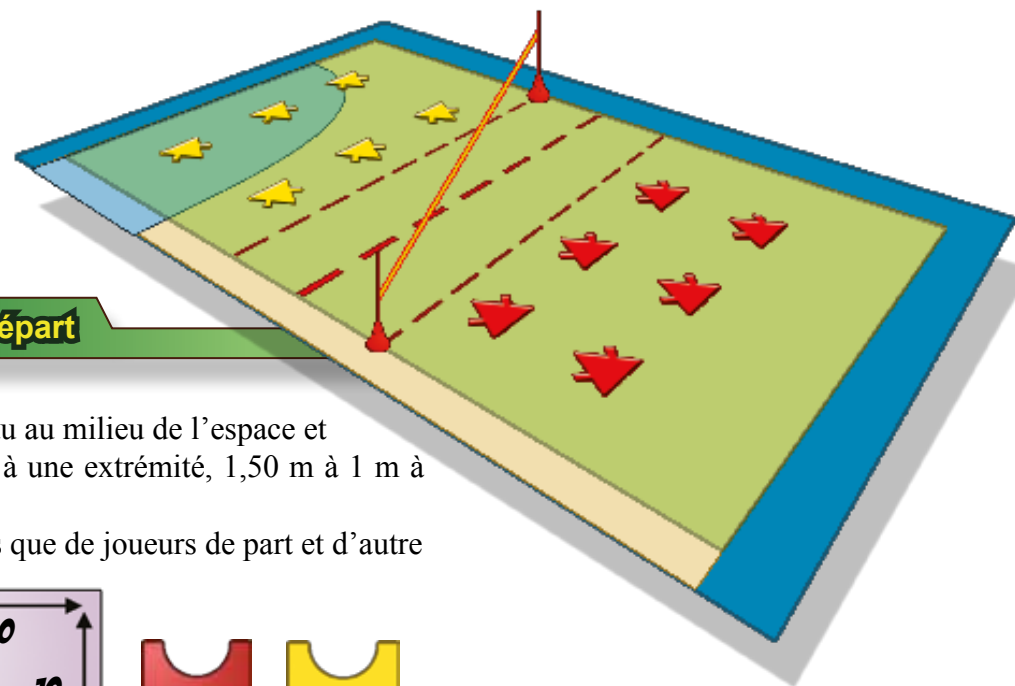


Comment ça marche ?

- ♦ Au premier signal les 2 équipes lancent leurs souris (ballons) dans l'autre camp.
- ♦ Au 2^e signal : arrêt du jeu et l'équipe qui a le moins de ballons dans son camp a gagné. Et ainsi de suite... (2^e manche).

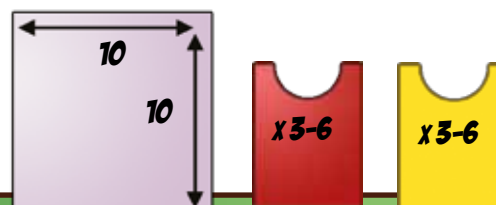
Ce qu'il faut surveiller pendant l'action

- ♦ Ne pas pénétrer dans le camp adverse.
- ♦ Arrêter de jouer impérativement au signal.
- ♦ Respecter la forme de lancer imposée.



Dispositif de départ

- ♦ 2 équipes de 6
- ♦ Un élastique tendu au milieu de l'espace et en oblique (2,50 m à une extrémité, 1,50 m à 1 m à l'autre)
- ♦ Autant de ballons que de joueurs de part et d'autre



1 DEBARRASSEZ-MOI DE CES SOURIS !

Lancer à bras cassé



6-12 JOUEURS

LES EVOLUTIONS

*pour amener le jeu
et/ou aller plus loin*

1^{ER}

temps :

Introduire une zone interdite devant le fil (à l'oblique du fil pour une pédagogie différenciée)

2^E

temps :

Lancer non pas au-dessus du fil mais entre 2 fils tendus. Notion de précision

3^E

temps :

Lancer au travers de cerceaux suspendus (toujours des cerceaux plus élevés que certains autres)

COMPORTEMENTS OBSERVES

1

Si difficultés à atteindre l'objectif
difficultés à lancer



◆ Faire prendre conscience des différentes formes de lancer.

2

Si c'est la même équipe qui gagne toujours



◆ Il faut lancer le plus loin possible pour gêner la récupération et gagner du temps, donc lancer fort (comment ? placement du ballon ? appuis décalés...)

◆ Multiplier les situations de lancers avec des balles et ballons de différents volumes.

◆ Augmenter la zone du côté de l'équipe qui gagne le plus.



2 LES SINGES TAPAGEURS

Lancer à bras cassé - Tirer

★
6-10 JOUEURS



L'HISTOIRE

« Dans la jungle, terrible jungle, les singes font la fête et jouent à lancer des noix de coco contre les rochers. »

♦ Matériel

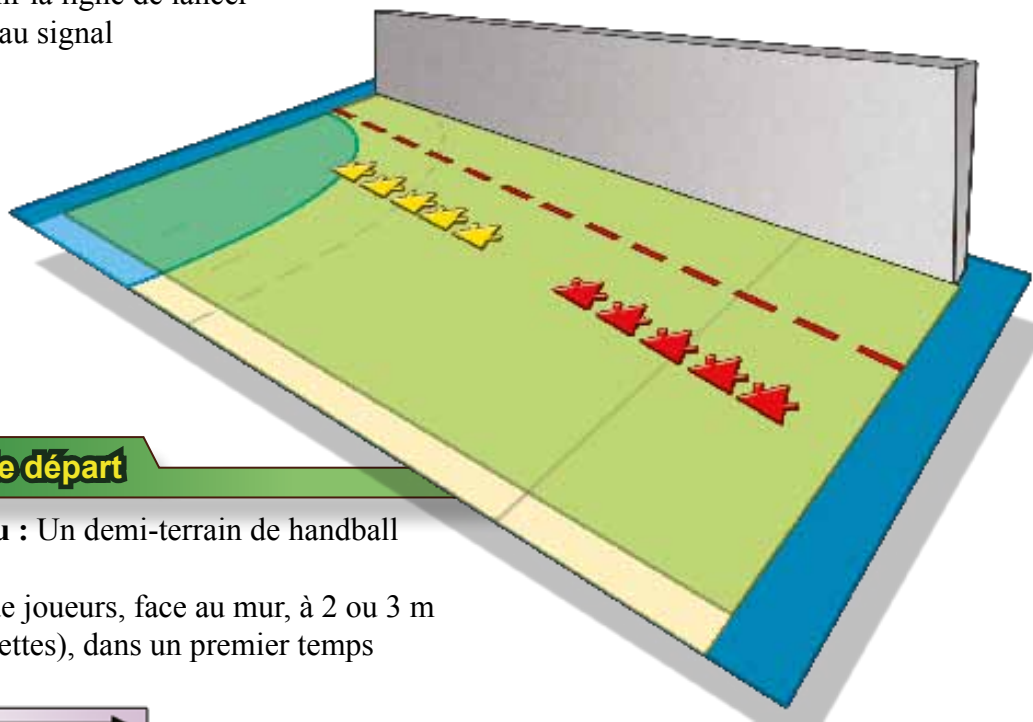


♦ Comment ça marche ?

Au premier signal, les singes lancent leur noix de coco contre le mur.
Au second signal, éventuellement, les singes vont récupérer leurs ballons.

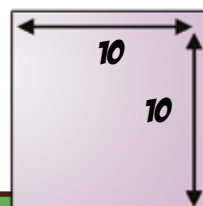
♦ Ce qu'il faut surveiller pendant l'action

- ♦ Respecter les consignes
- ♦ Ne pas franchir la ligne de lancer
- ♦ Ne lancer qu'au signal



♦ Dispositif de départ

- ♦ Espace de jeu : Un demi-terrain de handball
- ♦ Un mur
- ♦ Une dizaine de joueurs, face au mur, à 2 ou 3 m (ligne de bandelettes), dans un premier temps



2 LES SINGES TAPAGEURS

Lancer à bras cassé - Tirer

★
6-10 JOUEURS



LES EVOLUTIONS

*pour amener le jeu
et/ou aller plus loin*

1^{ER}

temps :
Accepter toutes les formes de lancer.

2^E

temps :
Se reculer et lancer loin pour devoir lancer
à bras cassé.

3^E

temps :
Autoriser les lancer après des pas d'élan en
appui ou en suspension.

COMPORTEMENTS OBSERVES

1

Si difficultés à réussir un lancer correct (ballon
au-dessus de l'épaule, coude écarté du corps,
appuis décalés...)

2

Si réussite

- ◆ Jouer sur les effets produits par la balle
- ◆ Faire beaucoup de bruit contre le mur
- ◆ "Faire tomber le mur"

- ◆ Faire prendre conscience de la position du corps (« tes pieds... ton coude... ») par questionnement ou comparaison

- ◆ Agrandir la zone de lancer
- ◆ Imposer la forme de lancer (bras cassé au-dessus de l'épaule)
- ◆ Imposer une zone d'impact

- ◆ Changer de ballons, ne pas donner que les ballons de mini-hand, des balles de tennis, voire de tennis de table, et s'éloigner de plus en plus du mur

- ◆ Aller vers le lancer avec élan... et la suspension... Lancer le jeu sous forme de course relais (rapidité d'exécution des actions motrices)

- ◆ Demander aux joueurs de rattraper leur balle avant qu'elle ne tombe par terre



3 ALERTE AU VOLCAN

Manipuler la balle - lancer - se déplacer

4 - 10 JOUEURS



L'HISTOIRE

« Poséidon, Dieu des mers et des océans, est chargé d'amener la lave jusqu'au torrent pour éviter qu'elle ne détruise le village. »

Matériel



Comment ça marche ?

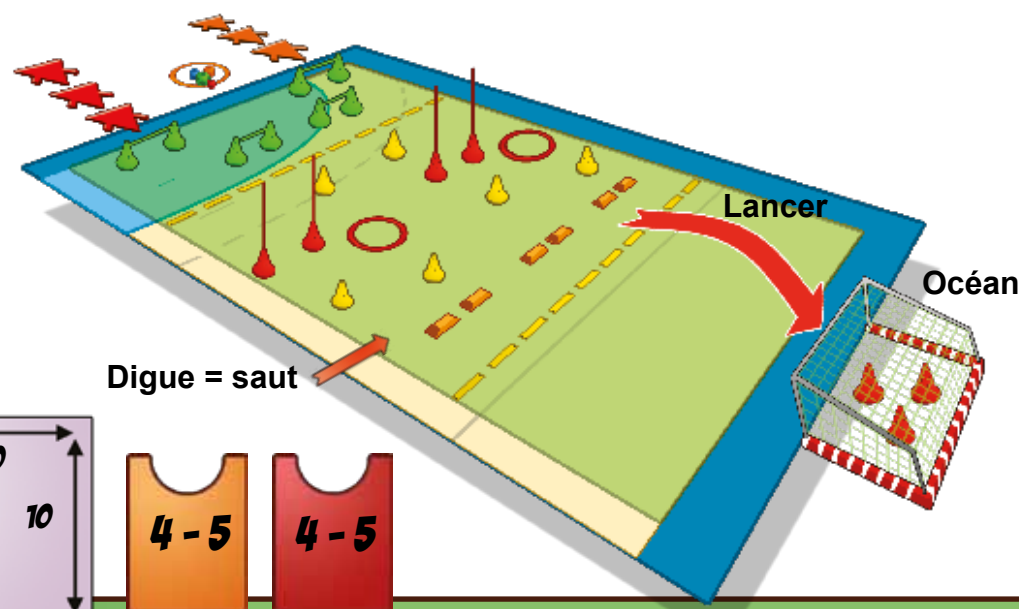
Chaque Poséidon récupère une boule de lave et traverse le terrain pour aller lancer cette boule de lave dans l'océan.

Ce qu'il faut surveiller pendant l'action

- ◆ Temps de pratique pour tous et compréhension de la situation.
- ◆ Inciter les joueurs à explorer tous les modes de manipulations et de déplacements (valoriser par 1 point la succession de manipulations ou déplacements différents).

Dispositif de départ

- ◆ Le matériel installé.
- ◆ Ballons = prévoir 2 ballons par joueurs.



3 ALERTE AU VOLCAN

Manipuler la balle - lancer - se déplacer

4 - 10 JOUEURS



LES EVOLUTIONS

pour amener le jeu et/ou aller plus loin

1^{ER}

temps : découverte du parcours

Si la boule de lave atteint l'océan : 1pt.
Celui qui a le plus de point gagne.

Variante: idem mais comptage par équipe.

2^E

temps :

Donner des contraintes avec le matériel en place : slalom, passer dessous, sauter par-dessus...

3^E

temps :

Utiliser les contraintes précédentes et varier les déplacements: en dribble, marche arrière, de côté...

4^E

temps :

Respecter les déplacements en faisant des passes.

COMPORTEMENTS OBSERVES

1

Difficultés à lancer le ballon dans le but

2

Facilité à atteindre le but

3

Facilité à atteindre le but

◆ Rapprocher la ligne qui délimite la zone.

- ◆ Varier les modes de déplacements et de manipulations de balle.
- ◆ Faire partir les joueurs par 2, l'un derrière l'autre. Le 1^{er} mène et le 2^e le suit en mimant (décentrage du ballon).
- ◆ Lancer le jeu sous forme de course relais (rapidité d'exécution des actions motrices).
- ◆ Faire partir un poursuiveur derrière les joueurs (gestion du stress).

- ◆ Varier les formes des tirs.
- ◆ Remettre le but normalement et rajouter un gardien de but ou rajouter des cibles dans le but.



4 LA COURSE DES POULES

Attraper et passer un ballon dans un milieu aménagé



6-12 JOUEURS



L'HISTOIRE

« Deux familles de poules font la course pour mettre le maximum d'œufs dans leur nid. Mais les nids sont de l'autre côté des rivières. »

Matériel



Comment ça marche ?

Les poules ne peuvent pas traverser les rivières. Elles doivent lancer les œufs à leurs partenaires. Les œufs bien attrapés par les poules sont placés dans le nid de l'équipe. Les œufs cassés sont jetés au canard dans la rivière.

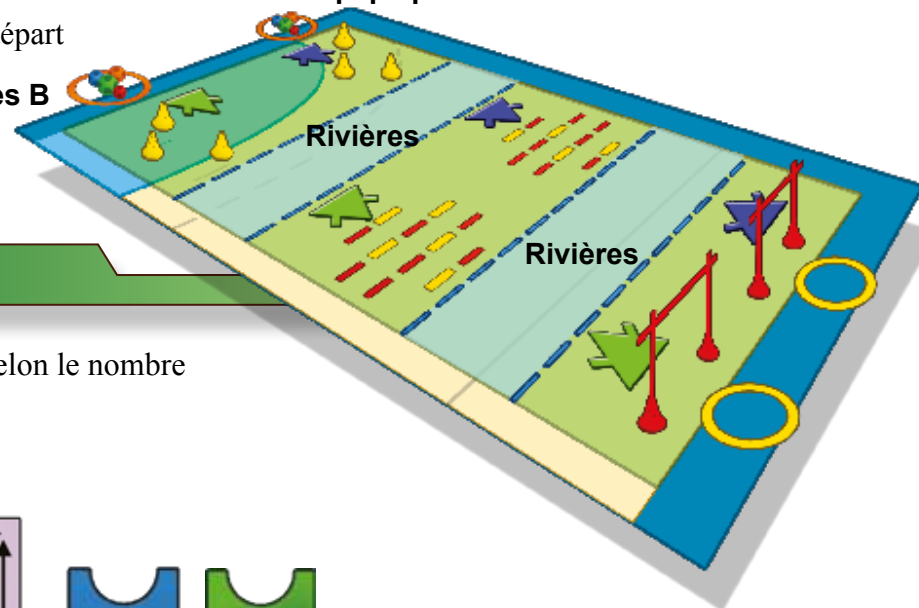
Ce qu'il faut surveiller pendant l'action

Avant de lancer leur œuf, les poules doivent traverser des obstacles (exemple : slalom, poser les pieds sur les lattes de même couleur, passer par-dessous et par-dessus des barres...). Le type de lancer est libre et les poules peuvent faire plusieurs pas pour s'approcher de la rivière pour faire leur passe.

- ◆ Les enfants doivent passer aux 3 postes
- ◆ 1 seul œuf à la fois
- ◆ Respecter le temps de départ

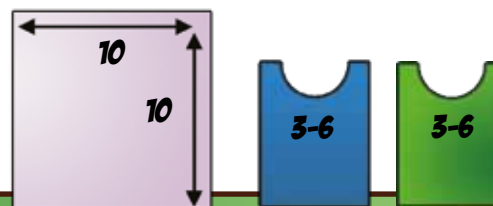
Equipe poules B

Equipe poules A



Dispositif de départ

2 équipes de 3 à adapter selon le nombre d'enfants.



4 LA COURSE DES POULES

Attraper et passer un ballon dans un milieu aménagé



LES EVOLUTIONS

pour amener le jeu et/ou aller plus loin

1^{ER}

temps :
Libre pour découvrir la situation

2^E

temps :
Course contre un adversaire

3^E

temps :
Course par équipe (relais)



COMPORTEMENTS OBSERVES

1

Si les poules n'arrivent pas faire des passes



♦ Diminuer la largeur des rivières.

2

Si les poules arrivent à faire des passes



♦ Augmenter la largeur des rivières.

3

Si les poules ont des difficultés à traverser les obstacles



♦ Alléger le parcours afin qu'il soit plus facile à réaliser (exemple sur le parcours central : possibilité de poser les pieds sur toutes les bandes).

4

Si les poules traversent trop facilement les obstacles



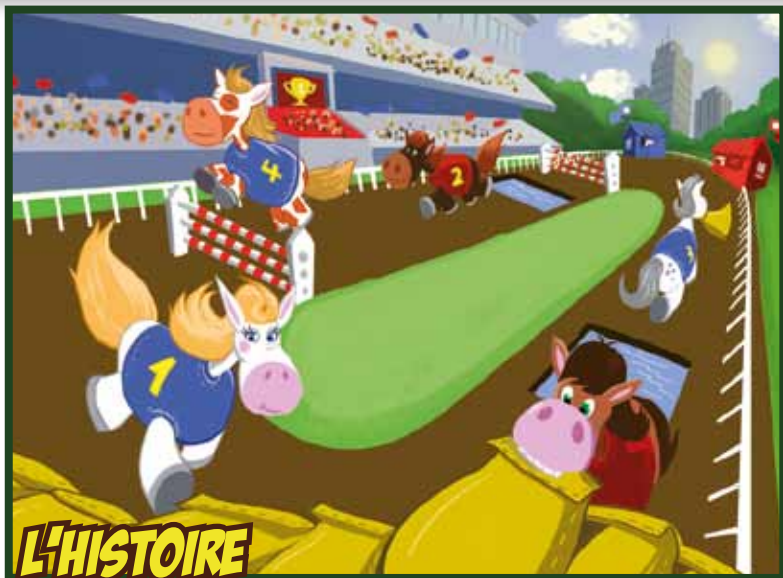
♦ Ajouter une consigne sur le maniement du ballon (ex : utilisation du dribble, passe en l'air, faire tourner le ballon autour de sa taille...)



5 LA COURSE DES CHEVAUX

Sauter de différentes façons - Tirer dans une cible fixe

6-10 JOUEURS



L'HISTOIRE

« 2 groupes de chevaux réalisent une course d'obstacles pour gagner des sacs d'avoine. Les gagnants sont ceux qui ont ramené le plus de sacs d'avoine. »

Matériel



Comment ça marche ?

Au signal, le premier cheval de chaque colonne part à l'aveugle entre les rochers de départ.

Les chevaux doivent :

- ◆ Franchir la rivière à cloche-pied sur les rochers matérialisés par des cerceaux
- ◆ Sauter d'un côté à l'autre de la haie
- ◆ Sauter à pieds joints les 2 barrières
- ◆ Lancer le ballon à travers le cerceau pour le transformer en sac d'avoine.

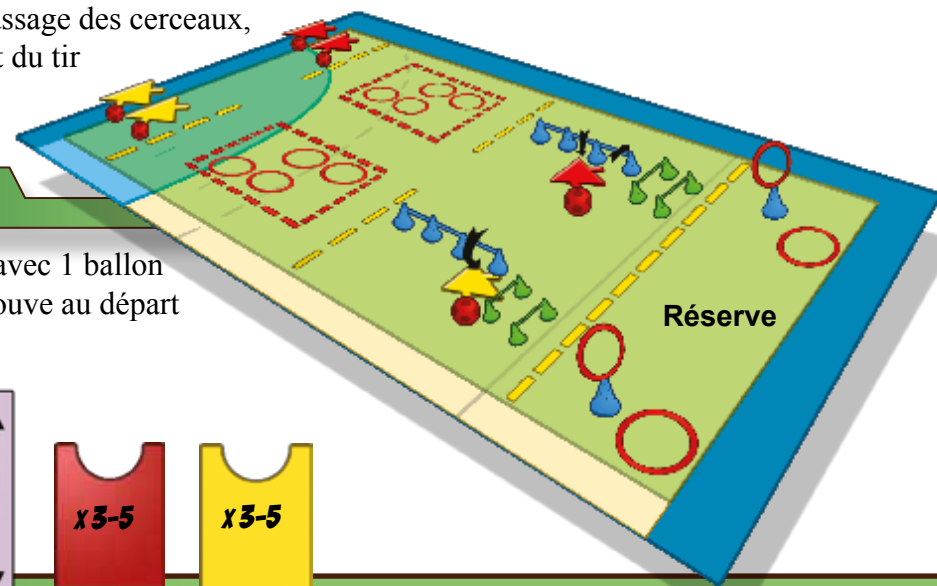
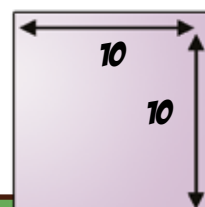
Après le passage, chaque cheval remet le matériel en place et récupère la balle du suivant puis va se replacer dans la colonne par les extérieurs. Une fois transformé, le sac d'avoine est déposé dans la réserve, sinon le cheval ramène le ballon à son équipe. La première équipe qui a transformé tous ses sacs d'avoine a gagné.

Ce qu'il faut surveiller pendant l'action

- ◆ Réalisation correcte des sauts en fonction des obstacles (impulsion, réception, appuis au sol...)
- ◆ Être vigilant entre la précision des ateliers de motricité et la vitesse d'exécution
- ◆ Être équilibré dans le passage des cerceaux, des barrières et au moment du tir

Dispositif de départ

2 équipes en file indienne avec 1 ballon chacun sauf celui qui se trouve au départ derrière la cible.



5 LA COURSE DES CHEVAUX

Sauter de différentes façons - Tirer dans une cible fixe

6-10 JOUEURS



LES EVOLUTIONS

pour amener le jeu et/ou aller plus loin

1^{ER}

temps :

Laisser les chevaux aller marquer dans le cercle sans donner de consignes sur les parcours

2^E

temps :

Faire passer les chevaux en donnant des consignes sur le parcours

3^E

temps :

Course des chevaux

Démarrer la course sous forme de relais avec un seul ballon. Chaque ballon envoyé dans le cerceau compte un point et l'équipe qui finit 1^{re} du relais marque deux points de bonus.

Mettre une cible centrale seulement (cerceau sur plot, mini-but couché, mini-but avec gardien) : le premier des 2 qui envoie son ballon dans la cible ou marque un but gagne un sac d'avoine.

COMPORTEMENTS OBSERVES

1

Les joueurs réalisent facilement les sauts.

2

Les joueurs ne parviennent pas à viser la cible.



- ♦ Tenir le ballon à 2 mains
- ♦ Tenir le ballon en l'air à une main



- ♦ Rapprocher les cibles
- ♦ Agrandir la cible (ex : mini-but couché) mais l'éloigner légèrement par rapport à la position initiale de la 1^{ère} cible



6 LES LAPINS 1

Courir - Éviter un « projectile » en se déplaçant - Lancer sur une cible en mouvement

★ ★
5-10 JOUEURS



L'HISTOIRE

« Afin de faire leurs réserves pour l'hiver, une "meute" de lapins pillent les jardins des villageois pour trouver des carottes. Mais attention, des chasseurs vont essayer de les en empêcher. »

Matériel

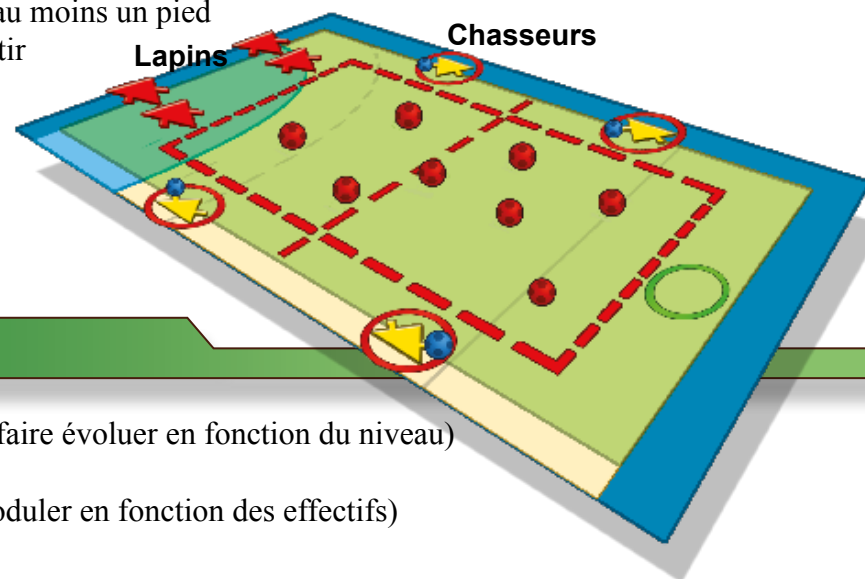


Ce qu'il faut surveiller pendant l'action

Au signal, les lapins (attaquants) partent 2 par 2 en courant et doivent aller chercher les carottes une par une le plus vite possible. Ils les ramènent dans le cerceau en évitant de se faire toucher au retour par les balles en mousse des chasseurs. Si le lapin est touché, il doit rapporter la carotte dans le jardin et retourner au point de départ en passant sur le côté avant de repartir. Les défenseurs n'ont pas le droit de sortir du cerceau pour tirer sur les attaquants. Compter le nombre de carottes rapportées à la fin du temps (1 min 30).

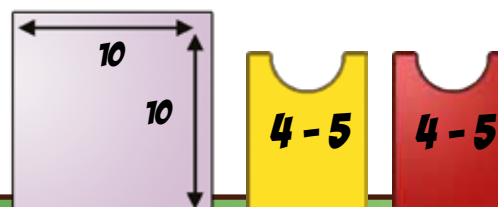
Ce qu'il faut surveiller pendant l'action

- ◆ Les attaquants doivent avoir une seule carotte à la fois
- ◆ Les chasseurs doivent poser au moins un pied dans un cerceau au moment du tir
- ◆ Retour au point de départ sur le côté par les lapins



Dispositif de départ

- ◆ 1 espace de 7 x 15 mètres (à faire évoluer en fonction du niveau)
- ◆ 4 attaquants minimum
- ◆ 4 défenseurs maximum (à moduler en fonction des effectifs)



6 LES LAPINS 1

Courir - Éviter un « projectile » en se déplaçant - Lancer sur une cible en mouvement

☆☆
5-10 JOUEURS



LES EVOLUTIONS

pour amener le jeu et/ou aller plus loin

Ce jeu fait suite au jeu des étoiles filantes (voir première malette)

1^{ER} temps:
Jeu libre

2^E temps :
Départ avec un ballon en dribble, au pied...

COMPORTEMENTS OBSERVES

1

Les défenseurs ne parviennent pas à toucher les attaquants.



- ◆ Réduire la distance de lancer
- ◆ Demander un type de déplacement au lapin pour le ralentir

2

Les attaquants ont des difficultés à ramener les objets dans le cerceau.



- ◆ Augmenter la distance de lancer
- ◆ Faire partir 3 attaquants (ou plus) en même temps

3

Pour faire évoluer la situation (taux de réussite équivalent entre attaquants / défenseurs)



- ◆ Autoriser le chasseur à toucher les lapins à l'aller et au retour.
Si le lapin est touché à l'aller, il doit toucher un des plots de départ pour repartir.
- ◆ Augmenter la surface de jeu : déplacements plus longs pour les attaquants ; tirs à longue distance pour les défenseurs.
- ◆ Voir la situation Les lapins 2



7 LES LAPINS 2

Récupérer une balle et tirer sur une cible en mouvement - Eviter des projectiles



L'HISTOIRE

« Les lapins veulent ramener des carottes dans leur terrier. Mais les chasseurs sont à l'affût... »

Matériel



Comment ça marche ?

Mise en place :

- . 3 chasseurs répartis sur leur rocher avec une réserve de 2 ballons à 1,5 m de ce dernier
- . 5 lapins répartis dans les 3 terriers (pas plus de 2 par terriers)

Au signal :

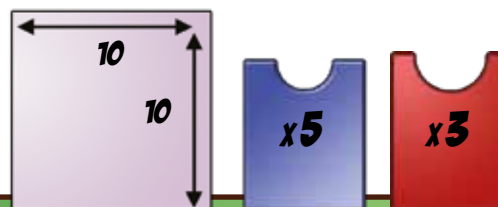
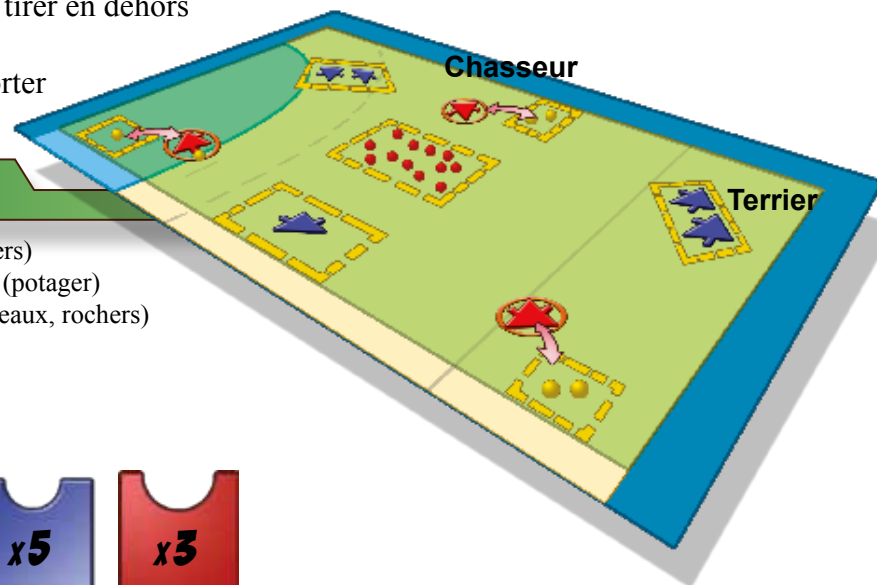
- . Les lapins doivent récupérer les carottes pour les ramener dans un des 3 terriers.
- . Les chasseurs sortent de leur rocher pour chercher une balle dans leur réserve et reviennent un pied dedans et dehors pour tirer sur les lapins en possession d'une carotte.
- . Les lapins touchés entre le potager et leur terrier déposent leur carotte au pied du chasseur.
- . Les lapins qui n'ont pas été touchés laissent leur carotte dans leur terrier.

Ce qu'il faut surveiller pendant l'action

- ◆ Les chasseurs ne peuvent pas tirer sur les lapins dans les terriers lors du trajet vers le potager et à l'intérieur de ce dernier.
- ◆ Les chasseurs ne peuvent pas tirer en dehors de leur rocher.
- ◆ Les lapins ne peuvent transporter qu'une seule carotte.

Dispositif de départ

- ◆ 3 espaces pour les attaquants (terriers)
- ◆ 1 espace pour la réserve de ballons (potager)
- ◆ 3 espaces pour les défenseurs (cerceaux, rochers)
- ◆ 5 attaquants
- ◆ 3 espaces avec 2 ballons chacun



7 LES LAPINS 2

Récupérer une balle et tirer sur une cible en mouvement - Eviter des projectiles



6-10 JOUEURS



LES EVOLUTIONS

pour amener le jeu et/ou aller plus loin

1^{ER}

temps:
Jeu libre

2^E

temps :
Ramener le ballon en dribble

3^E

temps :
Ramener le ballon à 2. Le joueur sans ballon ne peut pas se faire tirer dessus.

4^E

temps :
Autoriser le chasseur à sortir de son rocher et de toucher le lapin balle en main.

COMPORTEMENTS OBSERVES

1

Les lapins n'arrivent pas à ramener les ballons dans leur camp

2

Les chasseurs n'arrivent pas à toucher les lapins



- ◆ Augmenter la distance de lancer
- ◆ Faire partir 3 attaquants (ou plus) en même temps
- ◆ Ne donner qu'une munition

- ◆ Réduire la distance de lancer
- ◆ Demander un type de déplacement au lapin pour le ralentir



8 LES MACAQUES

Courir - Changer de direction - Dribbler

6-10 JOUEURS



L'HISTOIRE

« Deux familles de macaques s'amuse à se voler les fruits qu'elles ont récoltés. La famille vainqueur est celle ayant le plus de fruits dans sa réserve à la fin du temps imparti. »

Matériel



Comment ça marche ?

Au signal, les macaques doivent voler les fruits dans la réserve adverse et les ramener en courant dans leur propre réserve (un par un).

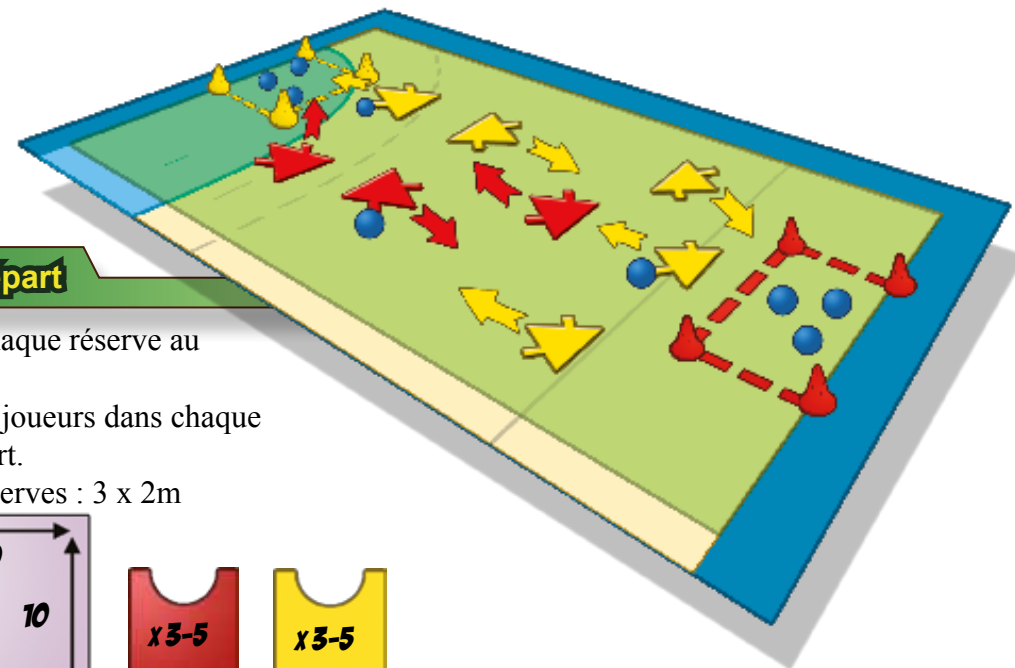
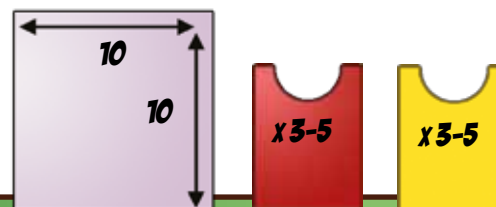
- ♦ Il est interdit de bousculer son adversaire, de lui prendre la balle des mains.
 - ♦ Il est autorisé de ramasser un ballon étant au sol.
- Faire 3 passages d'une minute maximum.
Compter les fruits de part et d'autre.

Ce qu'il faut surveiller pendant l'action

Les joueurs ne prennent qu'un ballon à la fois.
Pas de contact entre les joueurs dans un premier temps.

Dispositif de départ

- ♦ 5 ballons dans chaque réserve au départ.
- ♦ 2 équipes de 3 à 5 joueurs dans chaque demi-terrain au départ.
- ♦ Dimension des réserves : 3 x 2m



8 LES MACAQUES

Courir - Changer de direction - Dribbler

6-10 JOUEURS



LES EVOLUTIONS

pour amener le jeu et/ou aller plus loin

1^{ER}

temps :
Libre pour découvrir la situation

2^E

temps :
Imposer le dribble dans les déplacements.

3^E

temps :
Inclure des obstacles (lattes...)

4^E

temps :
Ramener le ballon en se faisant des passes.

COMPORTEMENTS OBSERVES

1

Les joueurs parviennent facilement à transporter les ballons d'une zone à l'autre en évitant les joueurs de l'autre équipe



- ◆ Les joueurs doivent ramener les ballons en dribblant.
- ◆ Si un joueur se fait toucher avec le ballon en main, il doit retourner dans sa zone pour pouvoir repartir.

2

Les joueurs rencontrent des difficultés à ne pas s'éviter



- ◆ Mettre 2 petites zones dans chaque coin au lieu d'une grande centrale.

3

Pour faire évoluer la situation



- ◆ Les joueurs doivent se faire des passes pour amener les ballons d'une zone à l'autre (pas de dribble, pas de marcher).
- ◆ Même principe que ci-dessus mais les joueurs qui n'ont pas de ballon dans les mains peuvent intercepter les ballons (lecture des trajectoires, anticipation, feinte...)



9 LES PINGOUINS ET LES OURS

Lancer - Intercepter un ballon - Se démarquer - Attraper

★ ★
8 - 12 JOUEURS



L'HISTOIRE

« Une famille de pingouins pêche pour nourrir ses petits, mais des ours polaires sont là pour leur voler les poissons. »

Matériel



Comment ça marche ?

Mise en place :

- . 3 pingouins pêcheurs (côté réserve de poissons)
- . 3 pingouins et 2 ours de l'autre côté de la crevasse

Au signal :

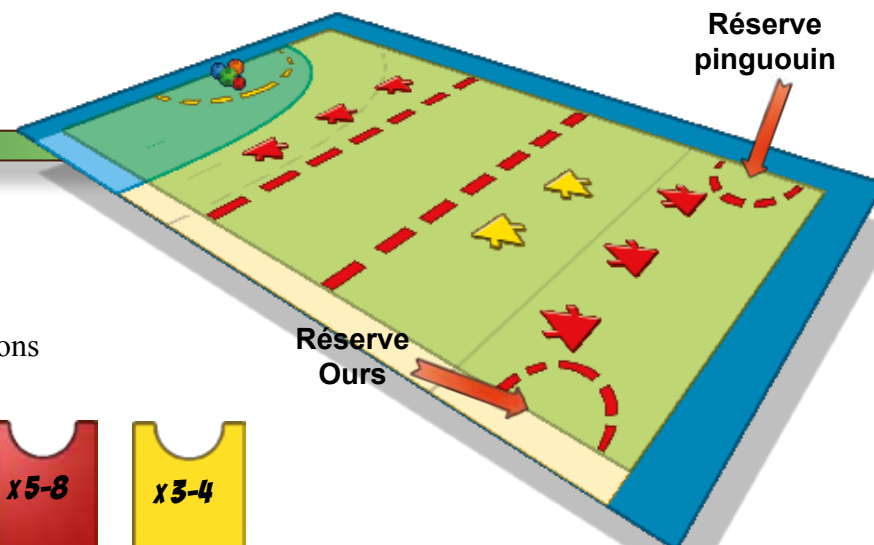
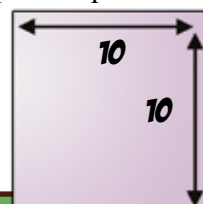
- . Les pingouins pêcheurs doivent lancer les poissons (ballons) à leurs petits sans qu'ils ne tombent dans la crevasse.
- . Les jeunes pingouins doivent récupérer les poissons pour les mettre dans leur réserve.
- . Les ours tentent d'intercepter les poissons lancés pour les mettre dans leur réserve à eux.

Ce qu'il faut surveiller pendant l'action

- ◆ Les ours ne peuvent pas prendre les poissons dans la main des jeunes pingouins.
- ◆ Les poissons tombés dans la crevasse sont perdus.
- ◆ Les pingouins pêcheurs ne peuvent prendre qu'un poisson à la fois.
- ◆ Si les poissons sortent de l'espace de jeu, ils sont gagnés par les ours

Dispositif de départ

- ◆ 3 passeurs
- ◆ 3 réceptionneurs
- ◆ 2 défenseurs
- ◆ 1 réserve de ballons
- ◆ 2 cibles pour déposer les ballons



9 LES PINGOUINS ET LES OURS

Lancer - Intercepter un ballon - Se démarquer - Attraper

★ ★
8-12 JOUEURS



LES EVOLUTIONS

pour amener le jeu et/ou aller plus loin

1^{ER}

temps:

Réaliser un concours entre les ours pour savoir quelle paire a attrapé le plus de poissons.

2^E

temps :

Les attaquants doivent marquer un but dans un mini but gardé par un gardien au lieu de poser la balle dans le cerceau. On peut alors placer cette situation dans l'espace Duel.

COMPORTEMENTS OBSERVES

1

Les attaquants gagnent systématiquement

2

Les attaquants perdent à chaque fois

3

Les défenseurs n'arrivent pas à intercepter les ballons

◆ Augmenter le nombre de défenseurs

◆ Augmenter la taille de la zone neutre (crevasse) pour allonger la distance de passe
◆ Modifier le mode de déplacement des attaquants dans la 2^e zone (dribble puis passe entre les attaquants de la même zone)

◆ Augmenter le nombre d'attaquants
◆ Diminuer le nombre de défenseurs.

◆ Augmenter le nombre de défenseurs

◆ Augmenter la taille de la zone neutre pour allonger la distance de passe.



1 LES MERLES ET LES CANARIS

Se démarquer

★
6-10 JOUEURS



L'HISTOIRE

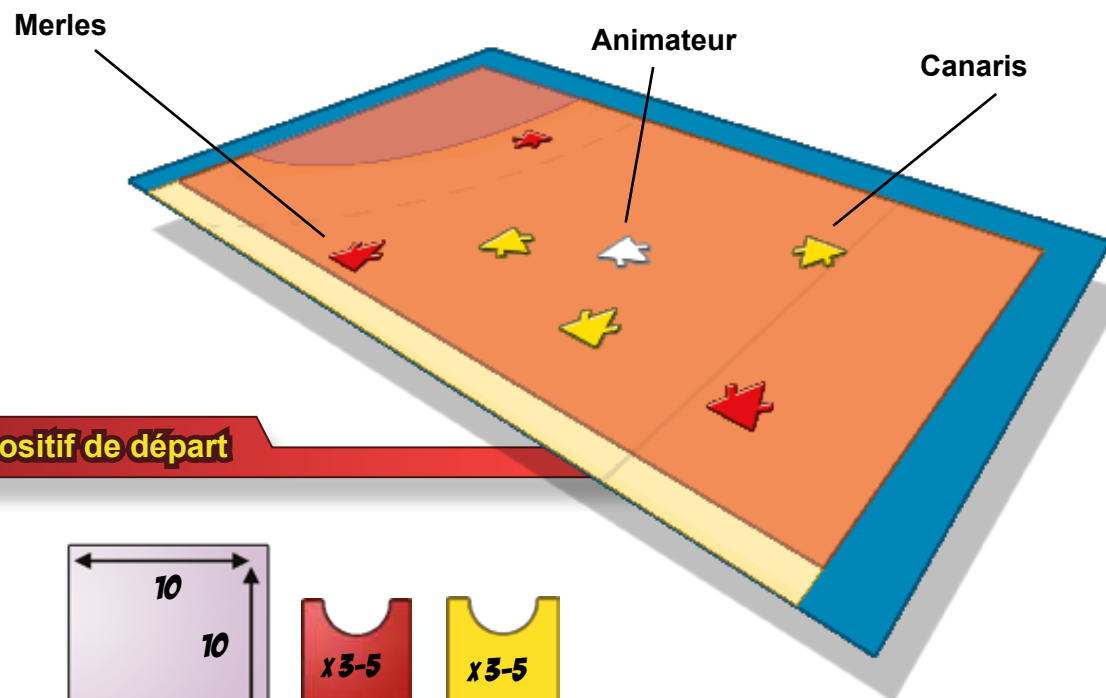
« Un dresseur d'oiseau a groupé merles et canaris par couple.

♦ Comment ça marche ?

- ♦ Un dresseur d'oiseau (l'animateur) joue tantôt avec les merles, tantôt avec les canaris. Il ne lance qu'au « merle qui s'est démarqué du canari »... Le merle reçoit et relance à l'oiseleur, et le jeu continue, toujours avec les merles.
- ♦ Après quelques minutes, l'animateur joue avec les canaris...

♦ Ce qu'il faut surveiller pendant l'action

Exiger que les couples « merle-canari » ne se défassent pas.



♦ Dispositif de départ

♦ Matériel



1 LES MERLES ET LES CANARIS

Se démarquer

★
6-10 JOUEURS



LES EVOLUTIONS

pour amener le jeu et/ou aller plus loin

1^{ER}

temps :

L'animateur se place à différents endroits de l'espace de jeu, utilise diverses formes de passes.

2^E

temps :

Un enfant prend la place de l'animateur.

3^E

temps :

Comptabiliser le nombre de réception dans un temps donné (3 mn).

COMPORTEMENTS OBSERVES

1

Si les enfants ne se démarquent pas

2

Les enfants ont bien compris et mettent tout en œuvre le démarquage



♦ Répéter la consigne « *je donne la balle au merle qui le mérite* ». Ne pas hésiter à donner plusieurs fois au même merle. Utiliser le questionnement : « *Pourquoi a-t-il le ballon ?* »



♦ Installer des obstacles.

REMARQUES

Lorsque vous constatez dans un jeu quelconque des difficultés à se démarquer, il est possible de remettre en place rapidement cette situation : reprendre le 1^{er} jeu et voir les effets produits.



2 LA MOUSSE AU CHOCOLAT

éviter, contourner un défenseur

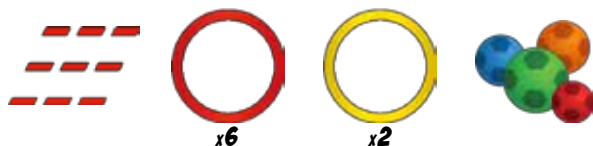
★
8-12 JOUEURS



L'HISTOIRE

« Une équipe de pâtissiers prépare une mousse au chocolat géante. Mais les fourmis vont tenter de les en empêcher car elles sont très gourmandes. »

♦ Matériel

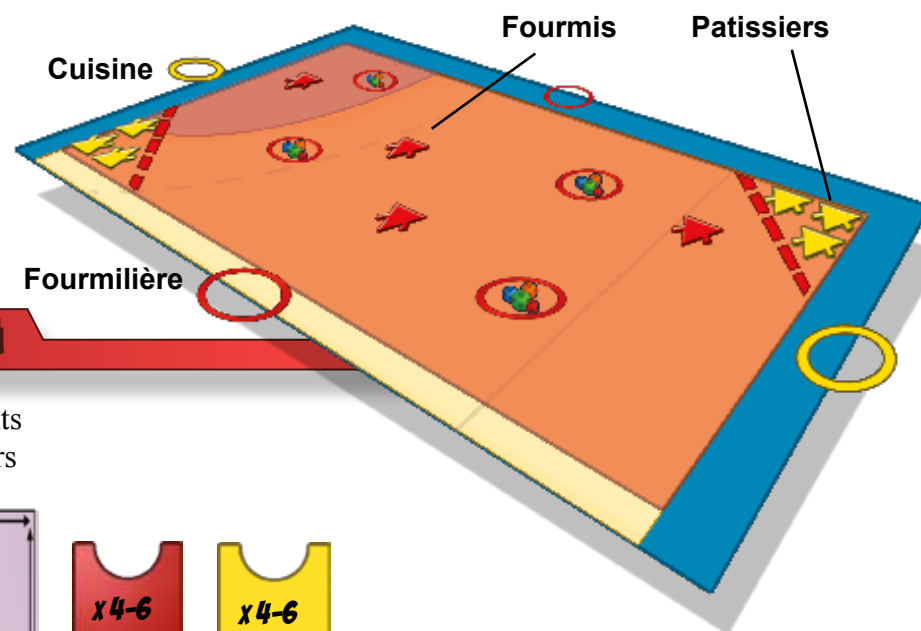


♦ Comment ça marche ?

- ♦ Au signal, les pâtissiers doivent récupérer les œufs, le sucre et les morceaux de chocolat (ballons) dans les réserves et les amener dans la cuisine sans se faire toucher par les fourmis. Dans le cas où une fourmi touche un pâtissier, elle lui prend son ingrédient et le porte dans sa fourmilière.
- ♦ Tous les enfants passent aux différents rôles (fourmis, pâtissiers).

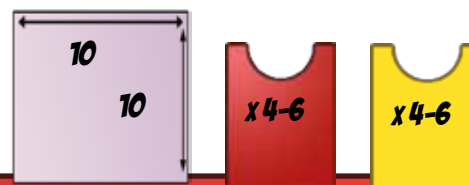
♦ Ce qu'il faut surveiller pendant l'action

- ♦ Ne prendre qu'un ingrédient à la fois
- ♦ La cuisine est interdite aux fourmis ainsi que la fourmilière est interdite aux pâtissiers
- ♦ Tous les enfants passent aux différents rôles (fourmis, pâtissiers)



♦ Dispositif de départ

- ♦ 2 équipes de 3 attaquants
- ♦ 1 équipe de 4 défenseurs



2 LA MOUSSE AU CHOCOLAT

éviter / contourner un défenseur

8-12 JOUEURS



LES EVOLUTIONS

pour amener le jeu et/ou aller plus loin

1^{ER}

temps :

Ne pas donner de contraintes aux défenseurs ni aux attaquants.

2^E

temps :

En fonction de la réussite des attaquants ou des défenseurs, rajouter des contraintes.

Attaquant : utilisation du dribble, parcours pour amener le ballon à la cible, plus de cibles pour amener les ballons / plus ou moins de défenseurs.

3^E

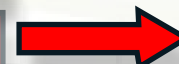
temps :

Donner des points différents selon les ingrédients (couleur des ballons...).

COMPORTEMENTS OBSERVES

1

Si les défenseurs restent devant les cibles et bloquent le jeu



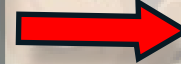
2

Les attaquants arrivent facilement à amener les ballons dans leurs cibles



3

Les attaquants arrivent difficilement à amener le ballon dans leurs cibles



4

Les attaquants arrivent difficilement à amener le ballon dans leurs cibles



◆ Elargir les réserves où les pâtisseries prennent leurs ingrédients : au lieu de mettre des cerceaux, faire des réserves plus grandes avec des plots.

◆ Rajouter une réserve de ballons.

◆ Demander aux attaquants de dribbler pour ramener le ballon dans leur cible.

◆ Augmenter le nombre de défenseurs

◆ Diminuer le nombre de défenseurs pour permettre aux attaquants de repérer les espaces libres.

◆ Diminuer le nombre de défenseurs pour permettre aux attaquants de mieux se repérer.



3 LE FEU SACRE

Eviter un défenseur

★
6 - 10 JOUEURS



L'HISTOIRE

« Les hommes préhistoriques veulent ramener le feu chez eux, malgré leurs ennemis qui tentent de le leur voler. »

Matériel



Comment ça marche ?

Le joueur prend un ballon (le feu), traverse le territoire de ses ennemis sans se faire « attraper la vie » (symbolisée par la chasuble accrochée à sa ceinture) et le lance dans sa caverne.

Ce qu'il faut surveiller pendant l'action

- ◆ le positionnement de la vie (chasuble).
- ◆ le moment d'entrée de l'ennemi.
- ◆ un seul porteur à la fois.

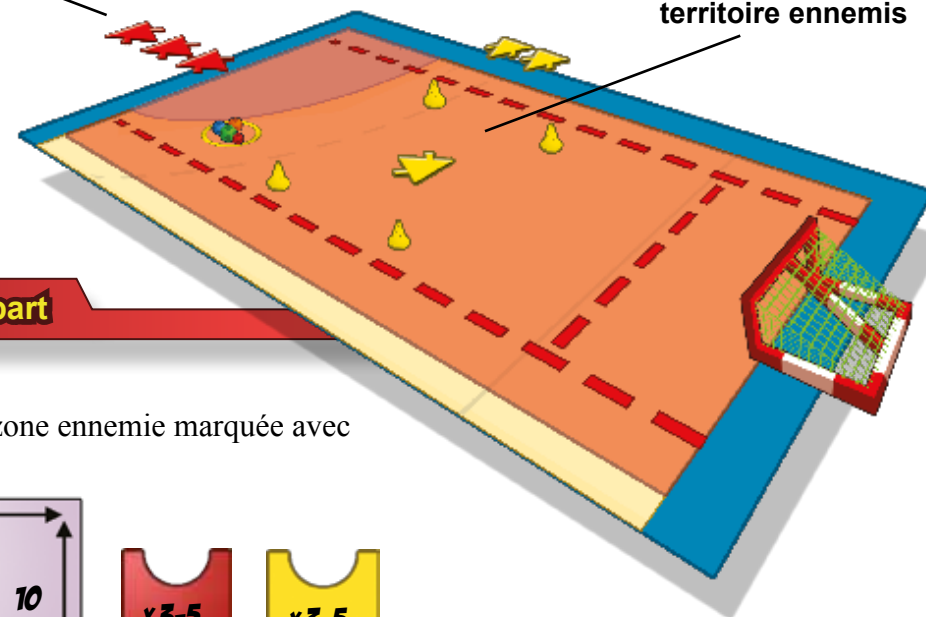
2 points : l'attaquant parvient à atteindre la cible et est toujours en possession de sa chasuble.

1 point : l'attaquant a perdu sa chasuble mais est parvenu à atteindre la cible.

1 point : le défenseur a réussi à piquer la chasuble.

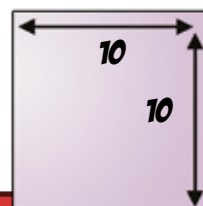
voleur de feu

territoire ennemis



Dispositif de départ

- ◆ 1 but couché
- ◆ 1 zone de lancer, 1 zone ennemie marquée avec des plots.



3 LE FEU SACRE

Eviter un défenseur

★
6 - 10 JOUEURS



LES EVOLUTIONS

pour amener le jeu et/ou aller plus loin

1^{ER}

temps :

Le joueur traverse le terrain en dribble et lance dans le but.

2^E

temps :

Introduire un voleur de feu et peut-être enlever le dribble.

Varié le point de départ du voleur de feu.

Au signal, le voleur va toucher un plot avant d'agir.

3^E

temps :

Possibilité de mettre un ennemi devant le but pour empêcher le feu d'entrer dans la caverne.

4^E

temps :

Mettre un passeur neutre sur lequel s'appuie le porteur de feu.

5^E

temps :

Mettre un deuxième défenseur dans la deuxième partie de terrain pour empêcher le tir.

6^E

temps :

Permettre un deuxième attaquant.

COMPORTEMENTS OBSERVES

1

Si les porteurs de feu arrivent facilement à passer



- ◆ Rapprocher les plots jaunes pour réduire l'espace de passage obligatoire.
- ◆ Rajouter le dribble en acceptant les reprises.

2

Si les porteurs de feu ont du mal à passer sans perdre leur vie



- ◆ Le chasseur va toucher un plot au moment du départ du porteur de feu.
 - ◆ Augmenter l'espace de passage obligé (plots jaunes).
- Passer la zone ennemie sans le feu, il doit le récupérer à la sortie de la zone.



4 LA BATAILLE DES ECUREUILS

Marquer malgré un défenseur

★
6-12 JOUEURS



L'HISTOIRE

« Des écureuils espiègles font leur provision de noix pour l'hiver. »

♦ Comment ça marche ?

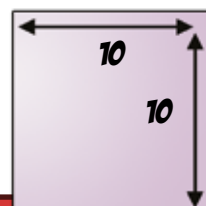
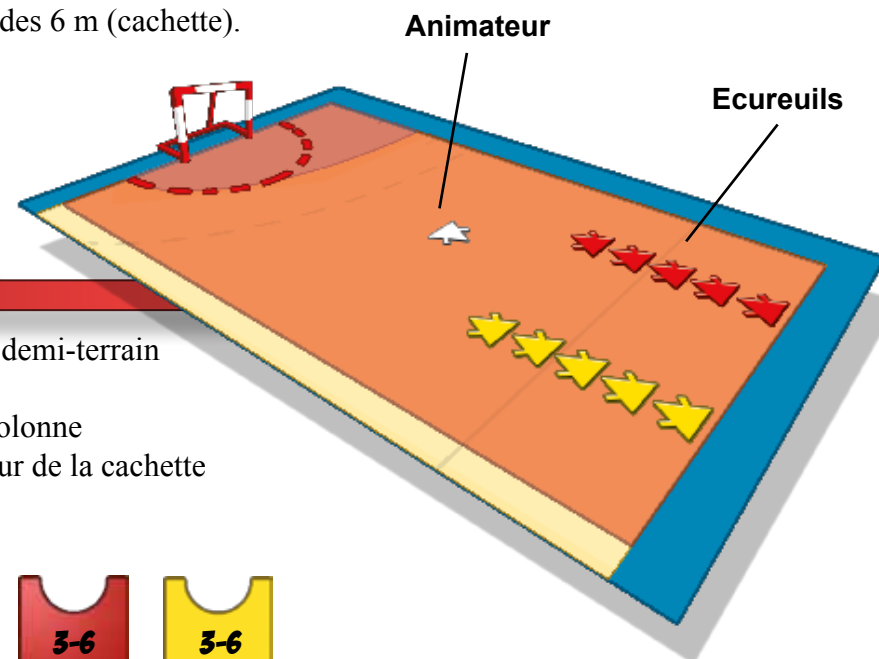
Les écureuils sont par 2, en colonne, dos à l'animateur. Une noix tombe d'un arbre (lancée par l'animateur). Un des 2 écureuils s'en saisit et va la lancer dans sa cachette protégée par un écureuil voleur. L'autre écureuil essaie de l'en empêcher.

♦ Ce qu'il faut surveiller pendant l'action

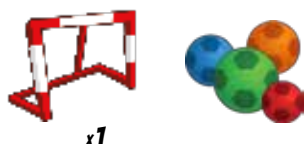
- ♦ Le couple d'écureuils en action est dos à l'animateur.
- ♦ Bien lancer la balle pour faciliter le jeu.
- ♦ Les fautes des défenseurs.
- ♦ Les fautes de l'attaquant (à introduire petit à petit).
- ♦ Ne pas rentrer dans la zone des 6 m (cachette).

♦ Dispositif de départ

Espace de jeu : Un demi-terrain de handball
Ecureuils par 2 en colonne
Un écureuil défenseur de la cachette



♦ Matériel



x1

4 LA BATAILLE DES ECUREUILS

Marquer malgré un défenseur

★
6-12 JOUEURS



LES EVOLUTIONS

pour amener le jeu et/ou aller plus loin

1^{ER}

temps :
Accepter les courses balle en main.

2^E

temps :
Introduire les règles pour l'attaquant (zone, marcher, reprise).

3^E

temps :
Varier les positions de départ des écureuils assis, allongés...

4^E

temps :
Rajouter des écureuils partenaires ou adversaire sur le bord du terrain.

5^E

temps :
Mettre un écureuil devant le but.

COMPORTEMENTS OBSERVES

1

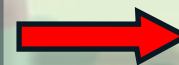
Si les enfants ont des difficultés à marquer



N'introduire les règles de hand que petit à petit en fonction des progrès des joueurs : marcher, reprises de dribble, accrochages...

2

Si les enfants ont trop de facilité à marquer



Demander au porteur de balle de toucher un plot pour permettre le duel.



Rajouter un gardien de but.



5 LES GRENOUILLES ET CRAPAUDS

Récupérer un ballon - Protéger un espace

★
4-10 JOUEURS



♦ Comment ça marche ?

Les 2 équipes s'affrontent en duels.

Au signal, les joueurs doivent sauter à pieds joints d'un cerceau à l'autre, puis tenter de récupérer la balle lancée par le passeur.

Celui qui a attrapé le ballon doit le déposer dans sa réserve.

L'autre doit le gêner, en récupérant la balle dans le dribble ou en touchant l'adversaire s'il n'y a pas de dribble.

♦ Ce qu'il faut surveiller pendant l'action

Les joueurs n'ont pas le droit d'arracher le ballon des mains de l'adversaire.

Le défenseur n'a pas le droit de pénétrer dans le cerceau « réserve ».

Les joueurs doivent franchir les cerceaux correctement, et sans poser les pieds en dehors.

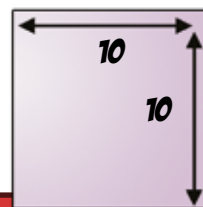
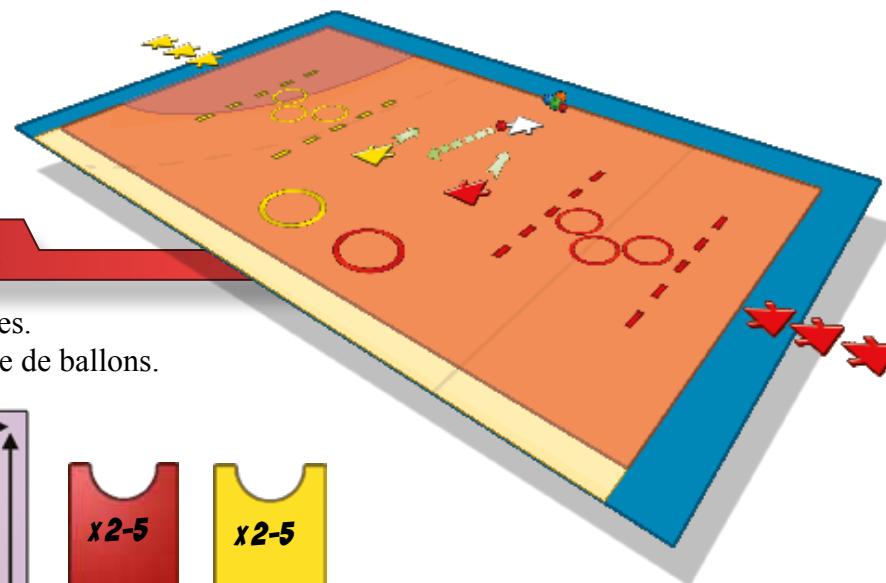
Veiller à ce que les duels soient les plus équilibrés possible.

Les ballons lancés doivent être différents.

♦ Dispositif de départ

2 équipes en files indiennes.

1 passeur avec une réserve de ballons.



♦ Matériel



5 LES GRENOUILLES ET LES CRAPAUDS

Récupérer la balle / Protéger un espace

★
4-10 JOUEURS



LES EVOLUTIONS

pour amener le jeu et/ou aller plus loin

1^{ER} temps :

Remplacer les réserves par des buts de mini-hand couchés ; tirer dans les buts.

2^E temps :

Redresser les buts de mini-hand et mettre un gardien de but.

COMPORTEMENTS OBSERVES

1

Les joueurs franchissent trop vite les cerceaux

2

Les joueurs ont des difficultés à franchir les cerceaux

3

Un joueur attrape trop facilement les ballons

4

Un joueur n'attrape jamais la balle

5

Le joueur qui a récupéré le ballon a du mal à le déposer dans sa réserve

6

La réserve est trop facilement accessible

7

Le défenseur n'est pas efficace

Elargir la rivière et augmenter la distance entre les cerceaux **OU** Augmenter le nombre de cerceaux **OU** Franchir les cerceaux à cloche-pied.

Réduire la largeur de la rivière et la distance entre les cerceaux **OU** Aligner les cerceaux.

Proposer des balles et des lancers plus difficiles à saisir.

Proposer des balles et des lancers plus adaptés **OU** Lancer la balle vers le joueur en difficulté.

Comment faire pour contourner le défenseur ? Comment le piéger ? **OU** proposer 2 réserves par équipe.

Remplacer le grand cerceau par un plus petit.

Où doit se placer le défenseur ? Comment doit-il se déplacer ?



6 LES ECUREUILS ET LES RENARDS

Accélérer et changer de direction

★
8-12 JOUEURS



L'HISTOIRE

« Les écureuils préparent leur réserve pour l'hiver mais les renards veulent les en empêcher. »

♦ Comment ça marche ?

Au départ, un écureuil et deux renards sont cachés derrière leur arbre (plot rouge).

Au signal, l'écureuil va chercher une noisette (dans le noisetier), saute par-dessus son tronc d'arbre à pieds joints. De leur côté, les renards munis d'une griffe (ballon) sautent à pieds joints leurs troncs d'arbres respectifs.

L'écureuil tente d'apporter sa noisette dans sa réserve sans se faire toucher par les renards. Les renards n'ont pas le droit de rentrer dans la réserve.

Les renards doivent le toucher avec leur griffe. Ils n'ont pas le droit de tirer.

L'écureuil qui a réussi est celui qui met sa noisette au centre de la réserve.

Celui qui se fait toucher ramène sa noisette dans le noisetier.

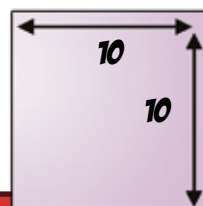
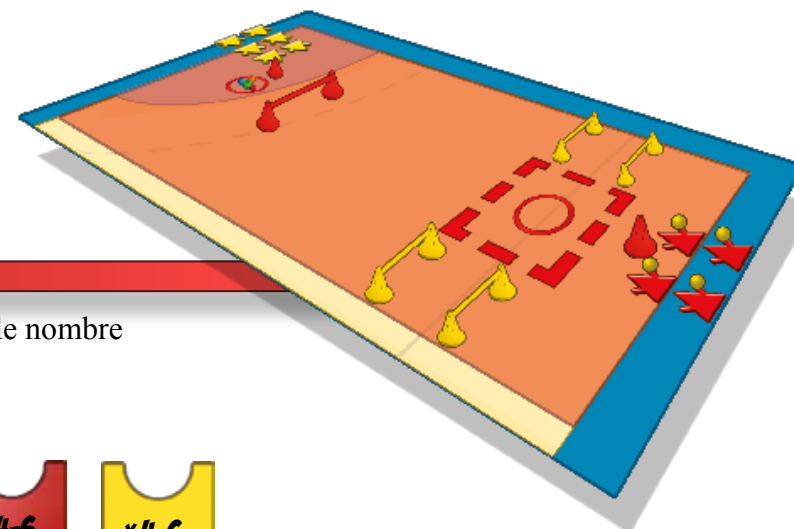
Tous les enfants doivent être écureuils et renards.

♦ Ce qu'il faut surveiller pendant l'action

- ♦ Interdiction de prendre deux noisettes à la fois.

♦ Dispositif de départ

- ♦ 2 équipes de 4 (à adapter selon le nombre d'enfants)



♦ Matériel



6 LES ECUREUILS ET LES RENARDS

Accélérer et changer de direction

★
8-12 JOUEURS



LES EVOLUTIONS

pour amener le jeu et/ou aller plus loin

1^{ER}

temps :

Faire partir 1 attaquant pour 2 défenseurs.

2^E

temps :

Equilibrer le nombre d'attaquants et de défenseurs (rajouter un tronc d'arbre pour les attaquants et faire 2 colonnes côte à côte).

3^E

temps :

Les attaquants doivent atteindre leur réserve en dribble et les défenseurs doivent leur faire perdre la balle en respectant la règle.

4^E

temps :

Faire partir un défenseur devant (confrontation) et un défenseur derrière (poursuite).

COMPORTEMENTS OBSERVES

1

Si les attaquants se font toucher à chaque fois



♦ Ecarter les obstacles des défenseurs.

♦ Introduire un renard pour deux écureuils.

2

Si les attaquants apportent facilement



♦ Enlever un obstacle des défenseurs.

♦ Eloigner le plot de départ.



7 LES TIGRES ET LES LIONS

Courir et enchaîner des duels : attaquant / défenseur et Tireur / Gardien

★
6-10 JOUEURS



L'HISTOIRE

« Tigres et lions font la course pour récupérer les poulets lancés par le dompteur. Le premier qui saisit un poulet doit essayer de l'envoyer dans sa réserve. »

♦ Matériel

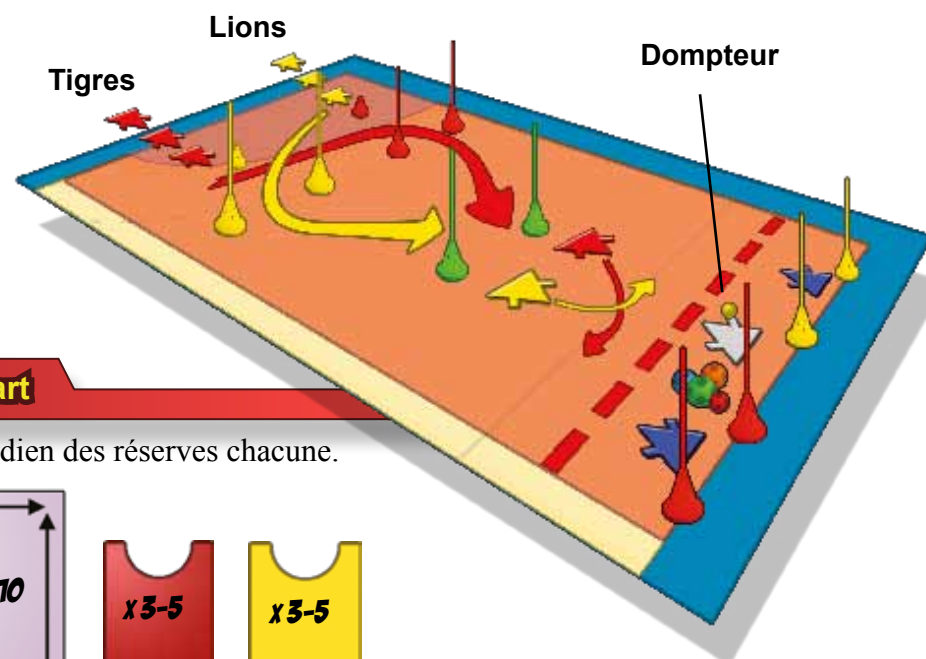


♦ Comment ça marche ?

Départ d'un tigre (rouge) et d'un lion (jaune) au signal du dompteur. Ils doivent passer par la porte correspondant à leur couleur puis par une porte centrale pour rattraper le poulet lancé par le dompteur. Le premier qui se saisit du ballon doit marquer dans le but adverse. Les gardiens doivent empêcher la balle de rentrer dans le but.

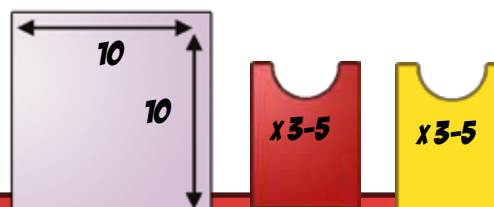
♦ Ce qu'il faut surveiller pendant l'action

- ♦ Le respect du passage entre les portes.
- ♦ La récupération du ballon sans accrocher et sans bousculer.
- ♦ Tirer dans le but libre puis tirer dans le but adverse.
- ♦ **Attention** : lancer la balle avant le passage dans la même porte pour éviter tout problème de sécurité.



♦ Dispositif de départ

- ♦ 2 équipes avec 1 gardien des réserves chacune.



7 LES TIGRES ET LES LIONS

Courir et enchaîner des duels : attaquant // défenseur et Tireur // Gardien

★
6-10 JOUEURS



LES EVOLUTIONS

pour amener le jeu et/ou aller plus loin

1^{ER} temps:

Départ au signal d'un tigre (rouge) et d'un lion (jaune). Ils doivent ensuite passer par une porte centrale et rattraper un ballon lancé par l'entraîneur. Le premier qui se saisit du ballon doit essayer de l'envoyer dans la réserve libre sans rentrer dans la zone. Le gardien des réserves doit empêcher la balle de rentrer dans la réserve.

2^E temps :

Modifier le lancer de l'animateur pour un duel attaquant / défenseur différent. Ajouter un gardien devant chaque but.

COMPORTEMENTS OBSERVES

1

Si les attaquants arrivent facilement à lancer la balle dans leur réserve

2

Si les attaquants arrivent difficilement à envoyer le ballon dans leur réserve

3

Si c'est le même joueur qui récupère le ballon lancé par l'entraîneur

♦ Intégrer le dribble.

♦ Reculer la ligne de zone.

♦ Réduire la largeur des réserves.

♦ Avancer la ligne de zone.

♦ Elargir la largeur des réserves.

♦ Equilibrer les rapports de forces entre les attaquants en modifiant les binômes.



1 LES PHOQUES ET LES OTARIES

Se démarquer – Attraper – Passer – Gêner – Intercepter

★
8 JOUEURS



L'HISTOIRE

« Une équipe de phoques joue contre une équipe d'otaries, chacune tentant de garder le ballon le plus longtemps possible. »

♦ Matériel

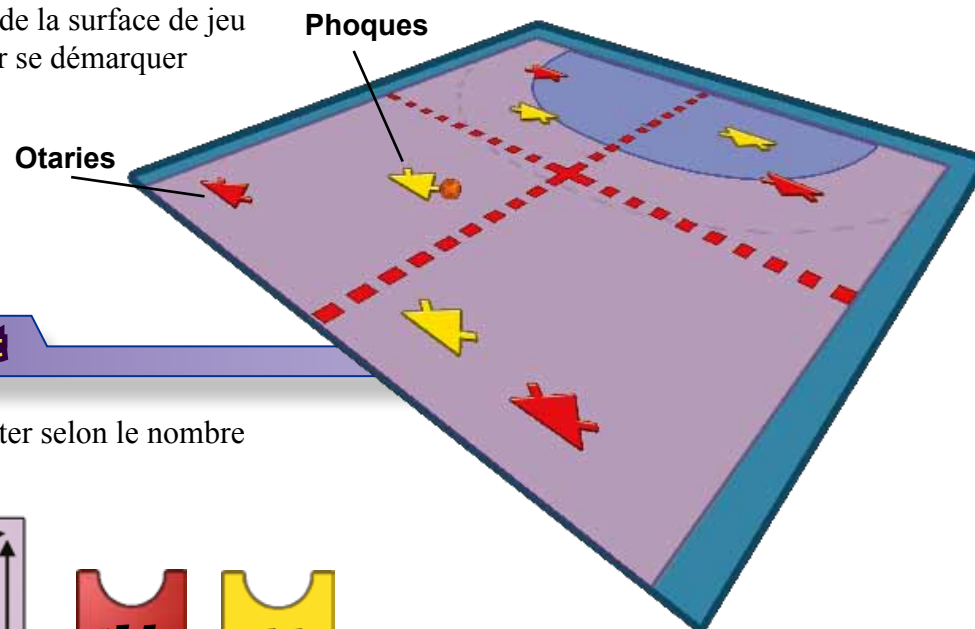


♦ Comment ça marche ?

- ♦ La première équipe qui arrive à se faire 5 passes marque 1 point.
- ♦ 1 phoque et 1 otarie sont positionnés dans chacun des 4 bassins.
- ♦ Il est interdit de changer de bassin.
- ♦ Le ballon peut tomber dans l'eau.
- ♦ L'équipe qui n'a pas le ballon doit tenter de le récupérer.
- ♦ Il est interdit de prendre le ballon des mains de l'adversaire.
- ♦ Si le ballon sort des bassins, il est rendu à l'équipe adverse.

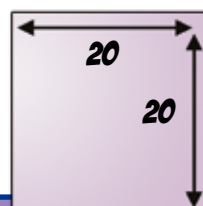
♦ Ce qu'il faut surveiller pendant l'action

- ♦ Tous les enfants doivent recevoir la balle
- ♦ Le respect des limites de la surface de jeu
- ♦ Les déplacements pour se démarquer



♦ Dispositif de départ

- ♦ 2 équipes de 4 (à adapter selon le nombre d'enfants)



1 LES PHOQUES ET LES OTARIES

Se démarquer – Attraper – Passer – Gêner – Intercepter

LES EVOLUTIONS

pour amener le jeu et/ou aller plus loin

Remarque : le jeu de la passe à 5 est incomplet car l'espace n'est pas orienté. Mais il permet les actions citées dans le titre. Pour former des handballeurs, il convient de passer par les étapes 2 & 4.

1^{ER} temps :

Mettre en place la situation sans cible à atteindre après la passe à 5.

2^E temps :

Supprimer les secteurs et lancer le jeu sur tout le terrain.

3^E temps :

Rajouter des cibles (cerceaux, etc.) une fois la passe à 5 effectuée (point supplémentaire pour l'équipe qui aplatit la balle dans la cible).

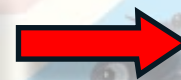
4^E temps :

Une fois la passe à 5 effectuée, les attaquants doivent progresser vers le but adverse pour aller marquer (point si but). Les défenseurs doivent récupérer le ballon, un des défenseurs doit aller très rapidement dans le but.

COMPORTEMENTS OBSERVES

1

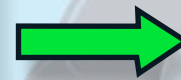
Si la balle circule entre deux mêmes secteurs



Interdire de passer le ballon à celui qui l'a envoyé.

2

Si une seule équipe arrive à marquer



Quand le ballon tombe dans l'eau, il revient à l'équipe adverse.
Donner le ballon à l'équipe adverse quand il touche le sol.

3

Si le nombre de joueurs est impair



Utiliser un des joueurs comme joker qui peut servir de soutien pour aider les attaquants à faire leurs 5 passes. Il peut également jouer le rôle de gardien sur la montée de balle (cf 4^e temps).



2 LE MATCH DES OUSTITIS

Courir et enchaîner des duels : attaquant / défenseur et T / Gb

★
6-10 JOUEURS



L'HISTOIRE

« Deux familles de ouistitis se disputent des noix de coco. Elles doivent tenter de les rapporter dans leur arbre. »

Matériel



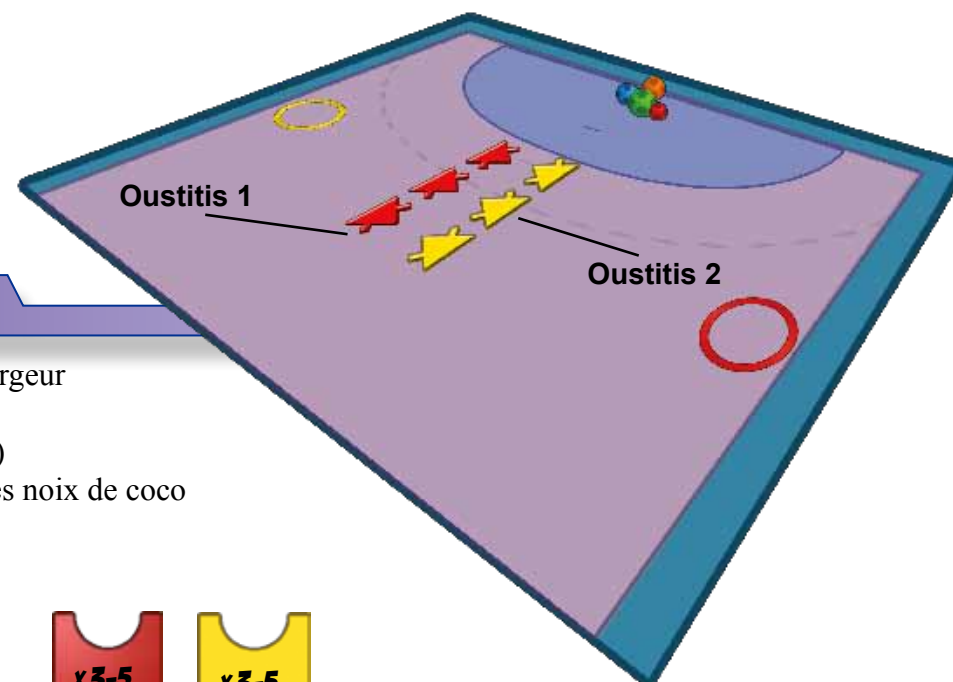
x2

Comment ça marche ?

- ♦ Au signal, l'animateur lance la noix de coco. Les ouistitis doivent apporter la noix de coco récupérée dans leur arbre (même couleur) en se faisant des passes.
- ♦ L'équipe qui n'a pas la noix de coco doit la récupérer.

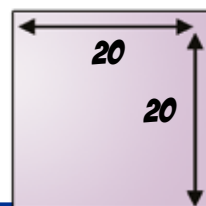
Ce qu'il faut surveiller pendant l'action

- ♦ Il est interdit de prendre la noix de coco des mains de l'équipe adverse.
- ♦ Si la noix de coco sort des limites, elle est rendue à l'équipe adverse.



Dispositif de départ

- ♦ 1 demi-terrain dans la largeur
- ♦ équipe de 3 joueurs (si plus, faire des rotations)
- ♦ 1 animateur qui lance des noix de coco



2 LE MATCH DES OUISTITIS

Courir et enchaîner des duels : att / déf et T / Gb

★
6-10 JOUEURS



LES EVOLUTIONS

pour amener le jeu et/ou aller plus loin

1^{ER}

temps :

Jeu libre en introduisant progressivement les règles du mini-hand.

2^E

temps :

Rajouter un partenaire dans chaque zone à qui on lance la balle.

3^E

temps :

Remplacer les réserves par des buts de mini hand couchés.

4^E

temps :

Redresser les buts de Mini hand et mettre un gardien de but.

COMPORTEMENTS OBSERVES

1

Si les ouistitis attaquants courent avec le ballon (plus de 4 pas)

2

Si les ouistitis attaquants sont agglutinés

3

Si les ouistitis amènent facilement leur noix de coco dans leur arbre

4

Si les ouistitis réussissent facilement la passe à leur équipe dans leur zone

Accepter dans un premier temps... Puis perte de la noix de coco. On peut commencer à introduire la règle du marcher.

Proposer un espace avec 3 couloirs, 1 couple dans chaque couloir et défense d'en sortir. Intervenir oralement par questionnement : « est-ce facile de te lancer la balle ? ») (cf. merles et canaris, espace duel) Accepter le changement de couloir.

Rajouter un ouistiti dans l'arbre. On doit toujours amener sa noix de coco dans son arbre mais il faut maintenant faire une passe au ouistiti qui, lui, reste dans cet arbre. On joue à 4 contre 4 avec 3 ouistitis sur le terrain et un ouistiti dans l'arbre.

Interdire de passer la noix de coco à celui qui l'a envoyée.

Ajouter un gardien ouistiti de l'équipe adverse et coucher le but mini-hand. A chaque but, le ouistiti qui a marqué devient gardien.



3 LES MANCHOTS ET PINGOUINS

Jouer en profondeur / Monter la balle – Défendre / Récupérer la balle – Recevoir

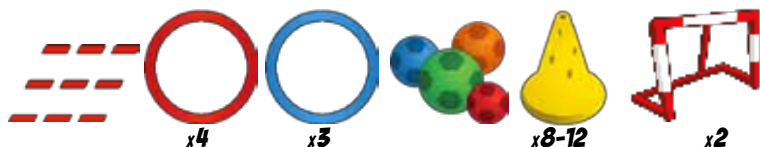
8-10 JOUEURS



L'HISTOIRE

« Les manchots et les pingouins jouent à lancer des boules de glace dans leur congélateur. L'équipe vainqueur sera celle qui aura jeté le plus de boules dans son congélateur. »

Matériel



Comment ça marche ?

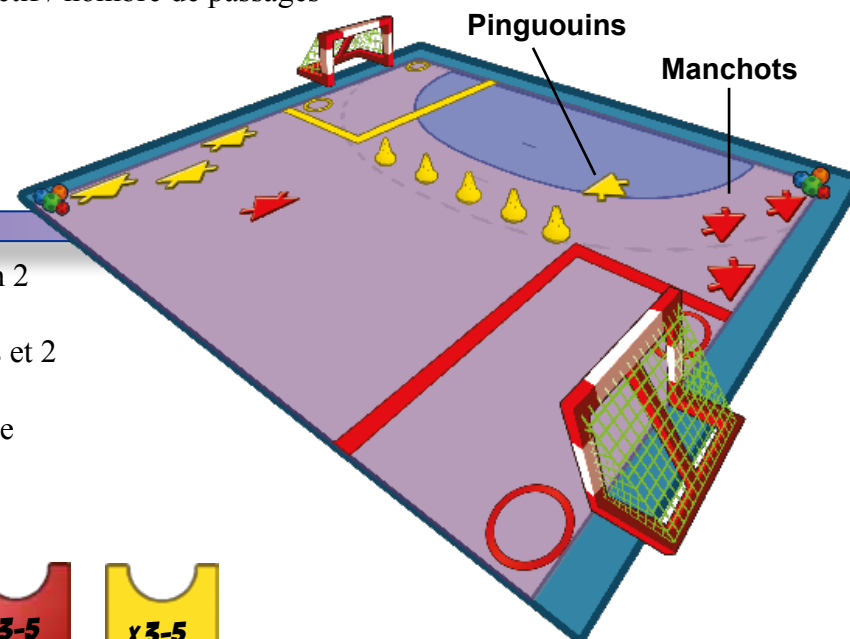
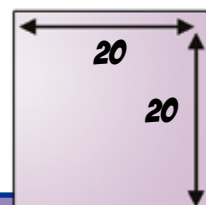
- ♦ Au signal, les manchots récupèrent une boule de glace et doivent aller la jeter dans leur congélateur.
- ♦ Le pingouin cherche à récupérer la boule de glace.
- ♦ Quand les manchots lancent dans leur congélateur, la boule de glace est placée dans le cerceau de leur équipe, sinon elle est placée dans celui des adversaires.
- ♦ L'équipe vainqueur est celle qui compte le plus de boules de glace dans son congélateur.

Ce qu'il faut surveiller pendant l'action

- ♦ Veiller à ce que les règles du handball soient respectées
- ♦ Augmenter le temps de jeu effectif / nombre de passages

Dispositif de départ

- ♦ Un espace 10 x 20 m partagé en 2 sur la longueur
- ♦ Sur chaque espace, 3 attaquants et 2 défenseurs, dont un gardien
- ♦ 4 ballons par grands cerceaux de réserve



3 LES MANCHOTS ET PINGOUINS

Jouer en profondeur / Monter la balle – Défendre / Récupérer la balle – Recevoir

8-10 JOUEURS



LES EVOLUTIONS

pour amener le jeu et/ou aller plus loin

1^{ER}

temps :

Départ du défenseur (poursuivant) derrière les attaquants au signal (passe ou dribble).

♦ Départ du défenseur à partir d'un plot sur le côté (varier les positions).

2^E

temps :

Départ du défenseur à partir d'un plot sur le côté (varier les positions).

Du 3 contre 1 au 3 contre 3 en passant par :

- 3 contre 1 puis 3 contre 2

- 2 contre 1+1 (1 défenseur par zone en profondeur)

- 3 contre 1+1+1 (1 gardien devant le but)

- 3 contre 3 (jeu final)

Du ½ terrain au terrain entier.



COMPOTEMENTS OBSERVES

1

Pas assez de passes, trop de dribbles.

2

Les attaquants n'accèdent pas ou mettent trop de temps à accéder au but.

3

Les attaquants ne jouent qu'à deux.

4

Les attaquants ne parviennent pas à marquer.

5

Les attaquants marquent trop de buts.

6

Les attaquants accèdent trop facilement au but.

Interdire le dribble et n'autoriser qu'un rebond pour déborder **OU** Passe obligatoire pour l'attaquant qui est touché lors d'un dribble.

Questionnez les attaquants pour qu'ils trouvent eux-mêmes la solution.
S'éloigner du porteur et du défenseur.
Faire des passes vers l'avant.

Interdire de redonner à celui qui a donné la balle.

Réduire la distance de tir
OU Imposer une contrainte au gardien (tenir un ballon à deux mains...)
OU Enlever le GB et réduire le but.

Augmenter la distance de tir
OU Imposer un tir à 2 mains.

Ajouter un défenseur
OU balle est perdue dès qu'elle touche le sol.

4 LA CONQUÊTE DES PLANÈTES / LE RETOUR

Jouer vers l'avant – Occuper l'espace – Recevoir lancer / tirer

★
6-10 JOUEURS



L'HISTOIRE

« Au fin fond de l'univers, des planètes veulent s'envahir les unes les autres, en transportant leurs habitants à bord de vaisseaux. Quelle planète va réussir à envahir l'autre la première ? »

♦ Matériel

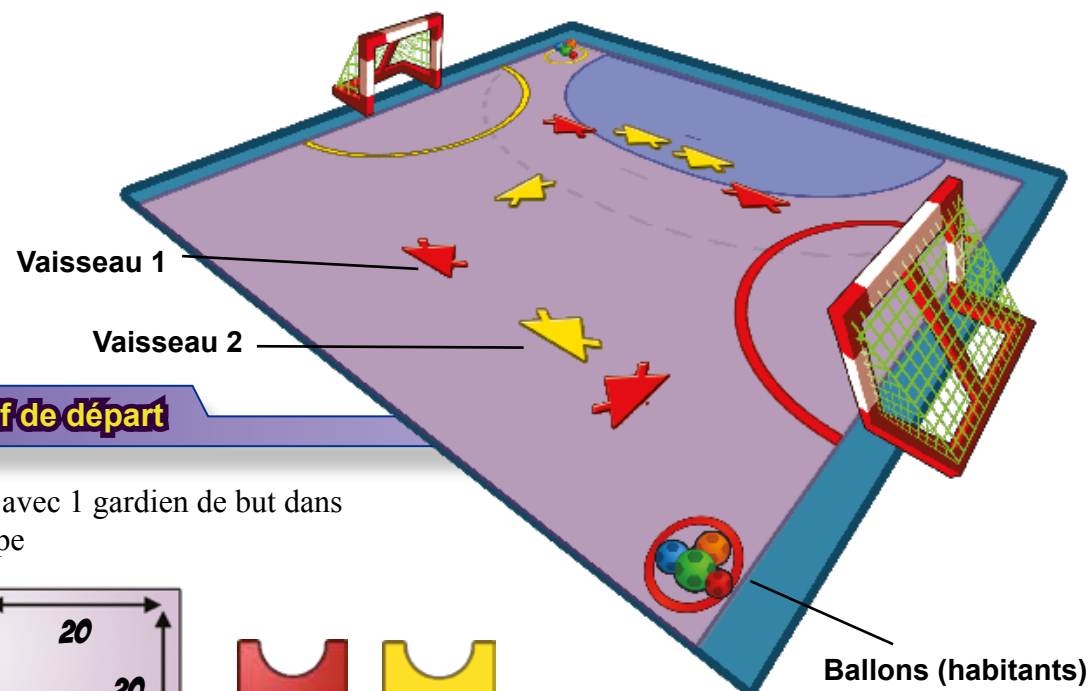


♦ Comment ça marche ?

Un vaisseau (joueur) récupère un habitant (ballon) dans sa réserve et l'emmène, en faisant des passes, rapidement vers la cible. Dès que tous les habitants ont été transportés, on compte les points et on recommence. Jouer 1 ballon à la fois par équipe sur le terrain.

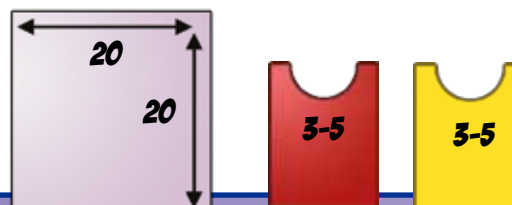
♦ Ce qu'il faut surveiller pendant l'action

- ♦ Orientation du jeu (notion de camp) pour que les joueurs aillent vers la bonne cible.
- ♦ Rechercher la vitesse vers l'avant.



♦ Dispositif de départ

- ♦ 2 équipes avec 1 gardien de but dans chaque équipe



4 LA CONQUETE DES PLANETES / LE RETOUR

Jouer vers l'avant – Occuper l'espace – Recevoir lancer / tirer

★
6-10 JOUEURS



LES EVOLUTIONS

pour amener le jeu et/ou aller plus loin

DEMARRAGE :

- ◆ Faire commencer la situation avec le minimum de consignes.
- ◆ Au signal, récupérer 1 balle par équipe et l'amener le plus rapidement possible dans la cible.

1^{ER} temps :

Amener le plus rapidement possible la balle vers la cible (dans le but), sans opposition ni gardien.

Ex: pour générer une meilleur organisation collective faire partir en parallèle un joueur en dribble et une équipe.

L'équipe devra atteindre la cible en premier.

2^E temps :

Ajouter 1 gardien de but.

Avec la règle de comptage de point du Recto

3^E temps :

Ajouter des actions défensives :

- ◆ uniquement 1 ou 2 joueurs chargés de retarder l'autre équipe
- ◆ jusqu'à 1 opposition classique (tout le monde défend et attaque)

COMPORTEMENTS OBSERVES

1

Les joueurs ont des difficultés pour attraper le ballon



Changer le type de ballon.

2

Les joueurs ne reconnaissent pas leur cible, se trompent de cible / de cage



Rajouter une chasuble de couleur sur le mini but (repère visuel).

3

Les joueurs jouent seuls ou à 2 (tout le monde ne participe pas à la progression de la balle)



Interdire le dribble.
Interdire le redoublement de passes.

4

Il y a peu de but (avec gardien)



Remplacer le gardien de but, mettre des cibles à atteindre **OU** mettre une contrainte au gardien (aller toucher un plot...).



5 DU CHAMBOULE TOUT AU MINI-HAND

Jouer au mini hand

★
6-10 JOUEURS



L'HISTOIRE

« C'est la fête foraine. Deux équipes s'affrontent pour faire tomber les quilles de l'équipe adverse. »

♦ Matériel

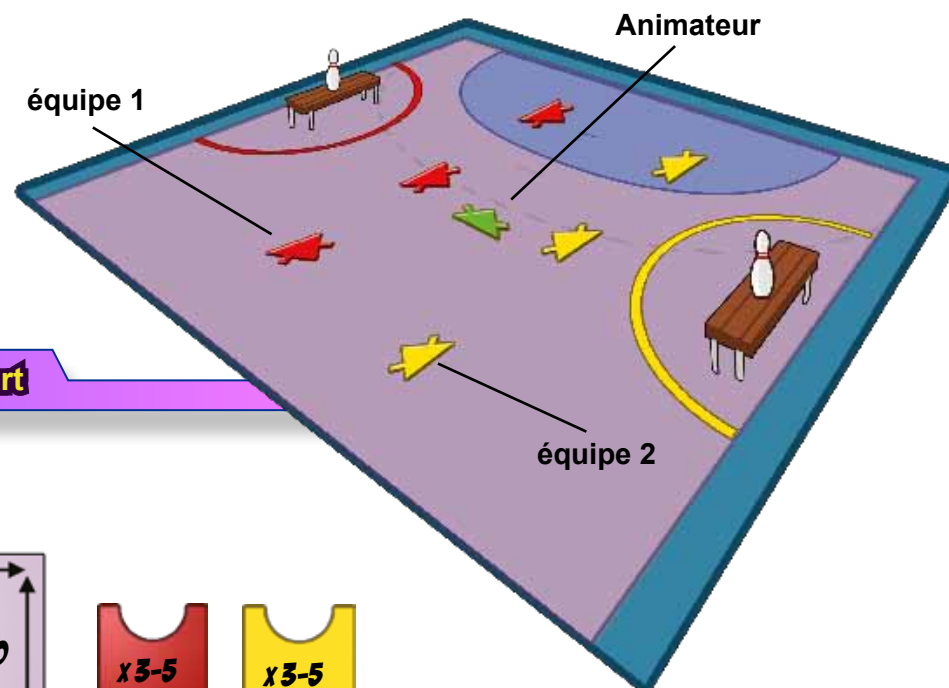


♦ Comment ça marche ?

Au signal, l'animateur donne une balle à une équipe qui s'organise pour faire tomber une quille située sur un banc au milieu d'un bassin / piscine.
Il est interdit de rentrer dans la piscine.
Après un tir, la balle est donnée à l'équipe en défense.

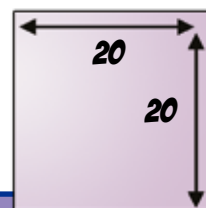
♦ Ce qu'il faut surveiller pendant l'action

- ♦ Respect des consignes.
- ♦ Respecter la zone interdite.
- ♦ Les accrochages, surveiller les mauvais gestes.



♦ Dispositif de départ

- ♦ Terrain de mini hand



5 DU CHAMBOULE TOUT AU MINI-HAND

Jouer au mini hand

★
6-10 JOUEURS



LES EVOLUTIONS

pour amener le jeu et/ou aller plus loin

REMARQUES

Ce jeu est la suite logique des singes tapageurs (espace aisance corporelle) et des Merles et des canaris (espace duel).

1^{ER}

temps :

Petit à petit, introduire les règles du marché, de la reprise de dribble.
Etre strict sur le jeu du défenseur.

2^E

temps :

Placer un gardien qui protège les quilles.

3^E

temps :

Remplacer les bancs et les plots par un but de mini hand.

4^E

temps :

Tracer des couloirs de jeu avec un couple attaquant / défenseur par couloir.

5^E

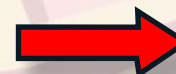
temps :

Jeu du Mini hand.

COMPOTEMENTS OBSERVES

1

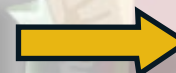
Peu de plots sont touchés



Augmenter le nombre de plots et les resserrer.
Réduire la zone interdite.

2

Les joueurs sont agglutinés autour de la balle qui n'avance pas



Arrêt sur image lors d'une action réussie. La refaire au ralenti.



6 LES ATTAQUANTS ET LES DEFENSEURS

Percevoir et occuper les espaces libres pour accéder à la cible et marquer un but

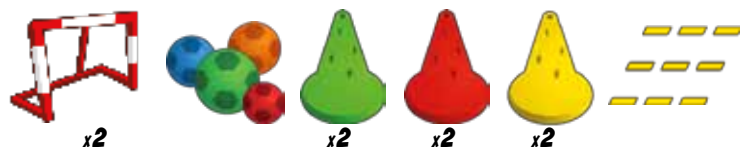
★
6-8 JOUEURS



L'HISTOIRE

« Les attaquants doivent marquer un but malgré les défenseurs. Chaque but rapportera 1 point. »

♦ Matériel



♦ Comment ça marche ?

- ♦ Les défenseurs ont chacun un ballon entre les mains.
- ♦ Au signal, un défenseur envoie 1 ballon à l'un des attaquants et le jeu démarre. Le départ se fait de plus en plus près du but.
- ♦ Après trois passages avec le même statut, on change de rôle (attaquant / défenseur).

♦ Ce qu'il faut surveiller pendant l'action

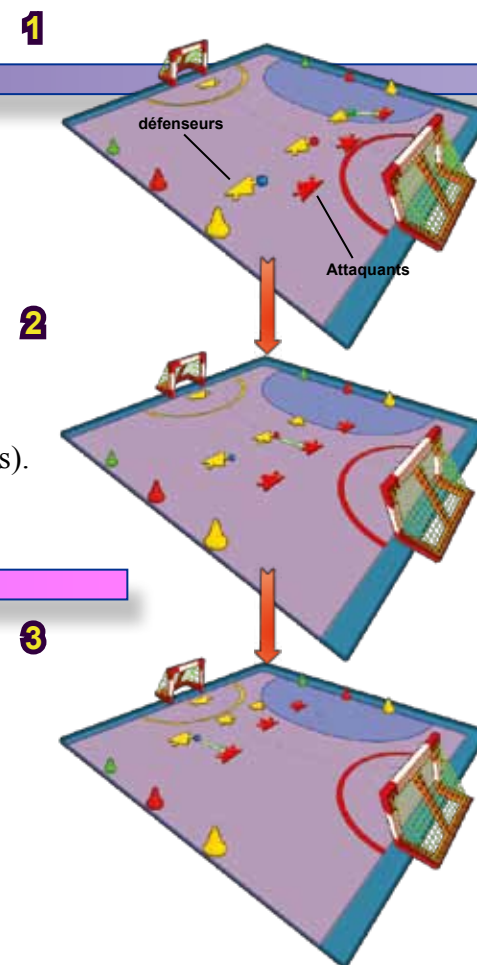
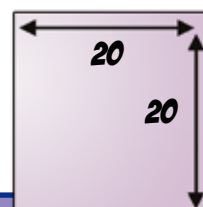
- ♦ Avant chaque mise en jeu, exiger que les défenseurs soient positionnés à la bonne hauteur (entre deux plots).

- 1 - premier ballon : positionnement plot jaune
- 2 - second ballon : positionnement plot rouge
- 3 - troisième ballon : positionnement plot vert

Surveiller les mauvais gestes (accrochages, poussettes).

♦ Dispositif de départ

- ♦ 1 ballon par défenseur (= 3 ballons).
- ♦ 1 équipe de 4 attaquants.
- ♦ 1 équipe de 4 défenseurs dont 1 GB.



6 LES ATTAQUANTS ET LES DEFENSEURS

Percevoir et occuper les espaces libres pour accéder à la cible et marquer un but.

★
6-8 JOUEURS



LES EVOLUTIONS

pour amener le jeu et/ou aller plus loin

CE jeu nécessite d'avoir compris le démarquage, la progression vers le but. Il demande une maîtrise du ballon ; il faut donc le faire en fin de formation premiers pas, juste avant le jeu global du Mini hand.

Il est possible, lorsque le jeu est compris, d'enchaîner les tâches sur le 3^e ballon. Cela fait travailler le changement de statut, permet de jouer la montée de balle et se rapproche du jeu global.



COMPOTEMENTS OBSERVES

1

Difficultés à atteindre le but.

2

Facilité à atteindre le but.

3

Les attaquants jouent latéralement.

4

Les attaquants dribblent beaucoup.

Autoriser le marcher.

Permettre les reprises de dribbles.

Interdire le redoublement de passe : je ne peux pas redonner le ballon à celui qui me l'a envoyé.

Passer à 3 contre 3 + 1 gardien dans le but.
L'animateur donnera les ballons.
Augmenter le nombre de joueurs ou diminuer l'espace.

Augmenter la densité de joueurs.

Passe vers l'avant (1^{er} et 2^e ballon).

Le joueur, touché en train de dribbler, est obligé de faire une passe.