



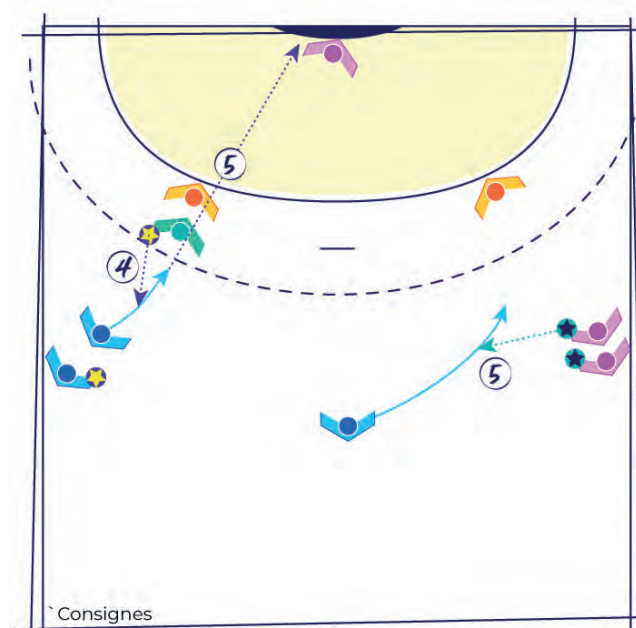
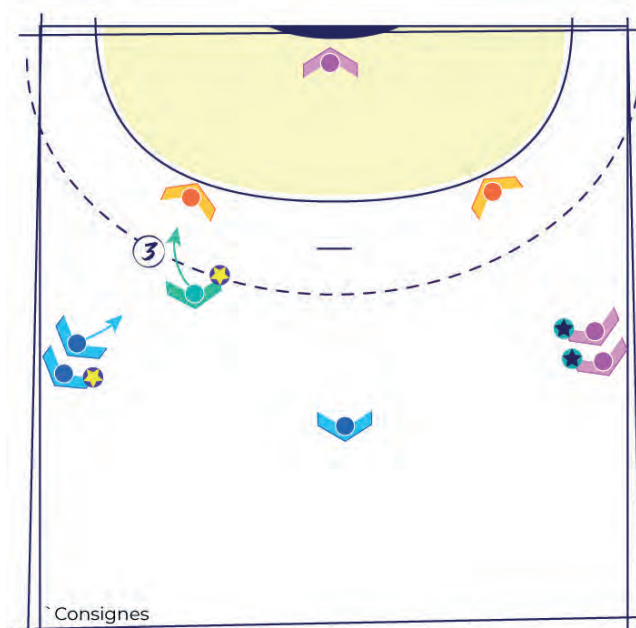
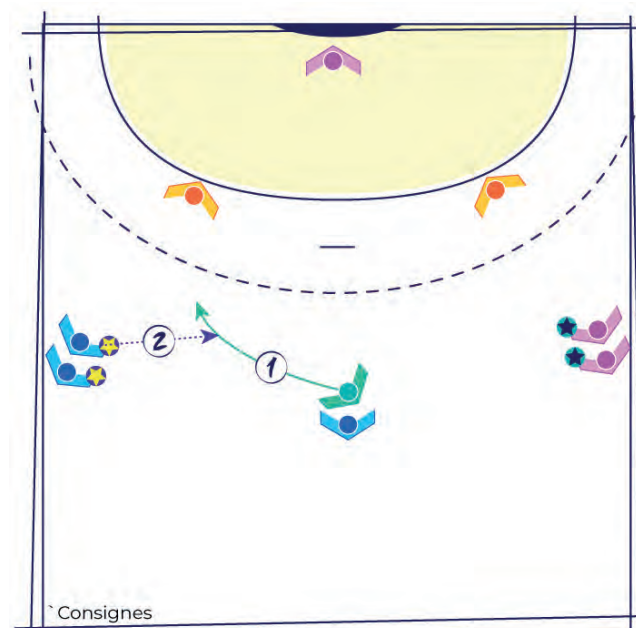
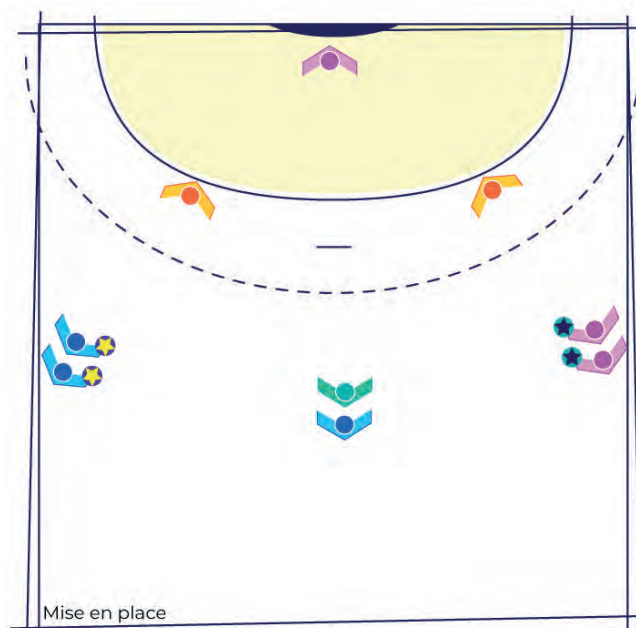
ATTAQUE

Savoir Faire Collectif

L'ÉCRAN À PARTIR D'UNE RENTRÉE DU DEMI-CENTRE EN 2E PIVOT



Exercice 201



L'objectif de l'exercice est travailler l'écran pour protéger le tireur. Ici, c'est le Demi-Centre qui rentre en 2^e Pivot pour faire un écran à l'un des Arrières

MISE EN PLACE

On positionne :

- 2 défenseurs à 6 mètres face aux Arrières
- 2 colonnes d'Arrières avec 1 ballon chacun
- 1 colonne de Demi-Centre sans ballon
- 1 Gardien de But dans son but

CONSIGNES

Le Demi-Centre s'engage sans ballon (1) pour recevoir la passe de l'Arrière vers lequel il s'est engagé (2)

Le demi-Centre poursuit sa course vers le défenseur afin d'aller faire un écran pour l'Arrière (3)

Il lui refait alors la passe (4) pour que ce dernier puisse aller tirer tout en étant protégé de la montée du défenseur (5)

Au moment où l'Arrière va tirer, le Demi-Centre suivant engage l'action de l'autre côté (5)

RÉGULATIONS

- Changer l'organisation des passes et/ou des entrées en 2^e Pivot.
- Alternier des entrées avec ou sans ballon

CONSEILS

- Soyez attentif timing des engagements. Encore une fois, dans le travail avec les Pivots, le timing est décisif et déterminant



GARDIENS

les Gardiens de But participent à l'exercice



POSTES

Arrière
Demi-Centre



CATÉGORIES

de moins de 14 ans à Séniors



MATÉRIEL

1 ballon pour chaque Arrière
des chasubles pour différencier les attaquants des défenseurs



PARTICIPANTS

au moins 7 joueurs



TEMPS

20 minutes



Retrouvez nos contenus sur les réseaux et sur www.entrainement-handball.fr
Tous droits de reproduction interdits. © www.entrainement-handball.fr

Découvrez handXPrience
par entrainement-handball.fr

