



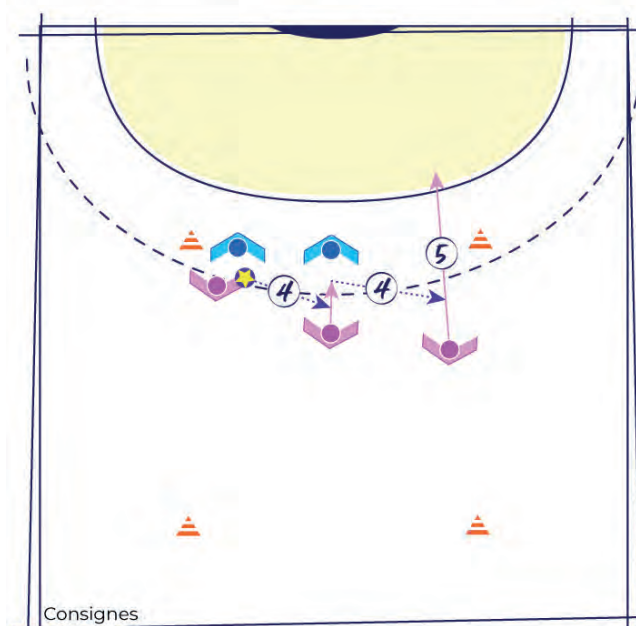
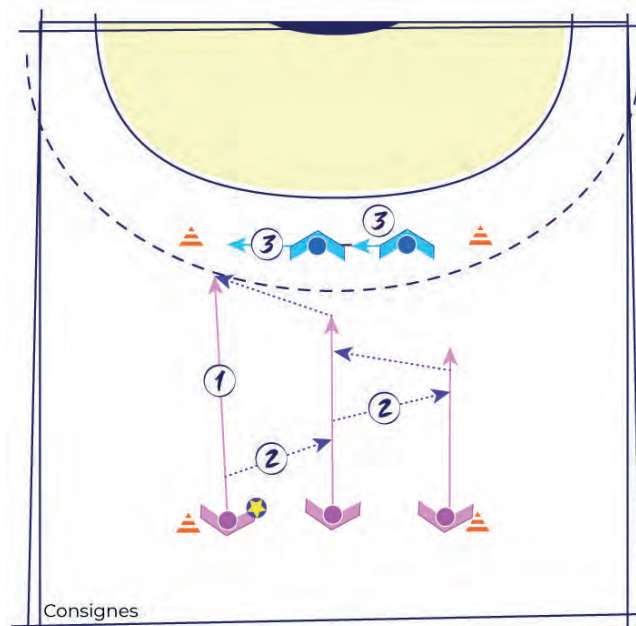
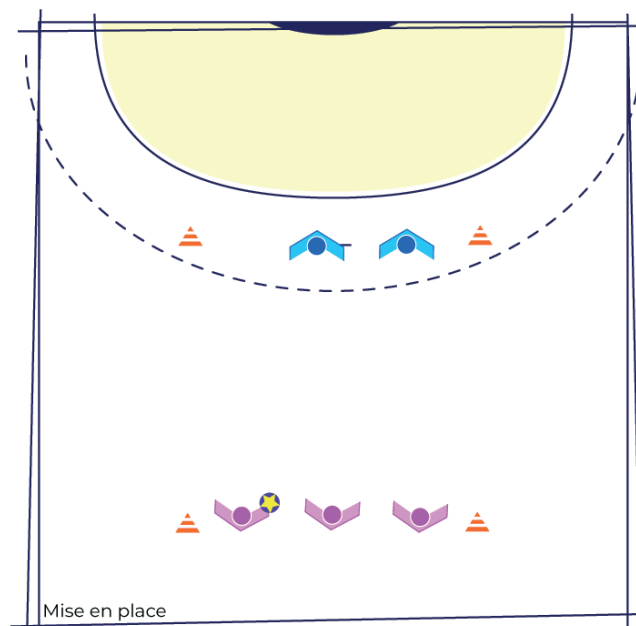
## ATTAQUE

## Savoir Faire Collectif

# LE BABY FOOT DU HAND



Exercice 297



**L'objectif de cet exercice est de permettre aux joueur(se)s de reconnaître et d'identifier l'espace libre et de jouer en continuité**

### MISE EN PLACE

On délimite des carrés à l'aide de 4 plots

On positionne :

- 3 attaquants avec un ballon pour 3 sur l'un des côté du carré
- 2 défenseurs sur le côté opposé des attaquants

### CONSIGNES

Les attaquants vont devoir aller poser la balle dans le dos des défenseurs

Pour cela ils doivent avancer tout droit (1) en se faisant des passes (2)

Les défenseurs ne peuvent se déplacer qu'ensemble latéralement sur la ligne du bord du carré (3)

Les attaquants continuent à avancer en se faisant des passes (4) jusqu'à trouver l'espace pour parvenir à poser la balle derrière la ligne (5)

### RÉGULATIONS

- Agrandir ou réduire la taille des carrés pour modifier la taille des espaces
- Demander aux défenseurs de se tenir la main si les attaquants peinent à trouver l'espace libre
- Changer régulièrement les défenseurs

### CONSEILS

- Veillez à ce que les attaquants attaquent en ligne droite et qu'ils se désengagent si ils sont trop près des défenseurs afin de pouvoir se réengager ensuite pour les prendre de vitesse
- Les défenseurs ne doivent se déplacer que latéralement



### GARDIENS

les Gardiens de But peuvent travailler leurs déplacements dans les buts



### POSTES

Ailier  
Arrière  
Demi-Centre  
Pivot



### CATÉGORIES

de moins de 14 ans à Séniors



### MATÉRIEL

1 ballon pour 3 joueurs  
4 plots par groupes de 5



### PARTICIPANTS

au moins 5 joueurs



### TEMPS

10 minutes



Retrouvez nos contenus sur les réseaux et sur [www.entrainement-handball.fr](http://www.entrainement-handball.fr)  
Tous droits de reproduction interdits. © [www.entrainement-handball.fr](http://www.entrainement-handball.fr)

Découvrez handXPrience  
par [entrainement-handball.fr](http://entrainement-handball.fr)

