



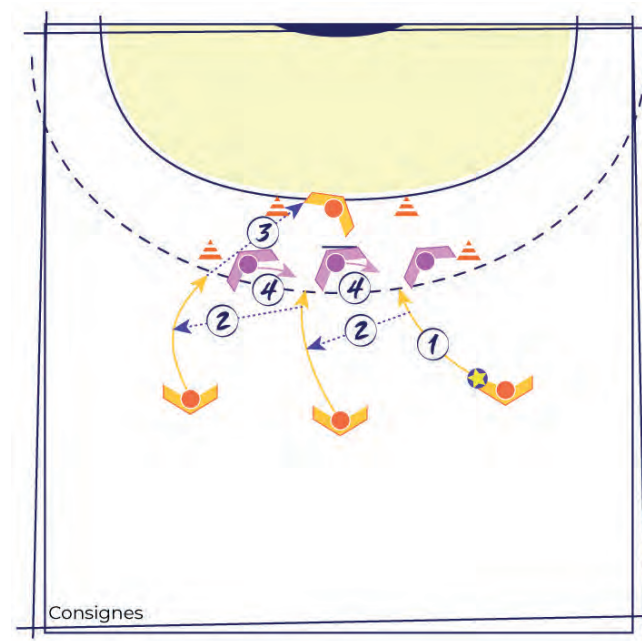
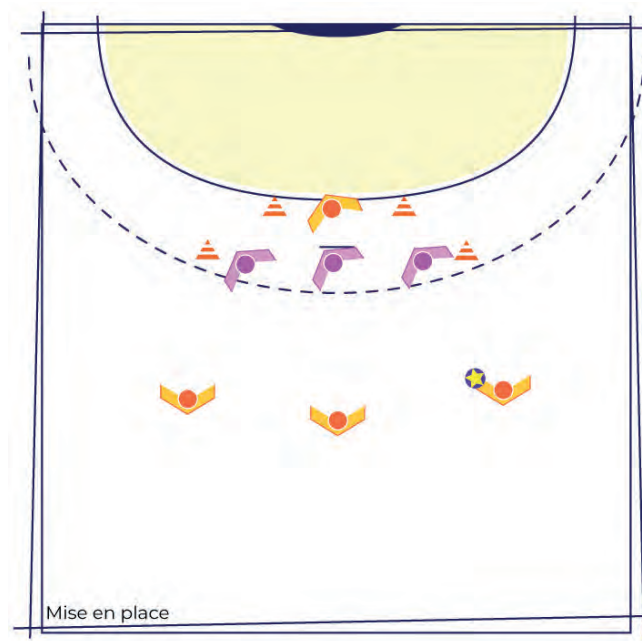
DEFENSE

Savoir Faire Collectif en défense

# EMPECHER LA PASSE AU PIVOT PAR LE FLOTTEMENT DEFENSIF



Exercice 73



**L'objectif est de mettre les défenseurs en situation, par leur déplacement collectif, d'empêcher la passe au Pivot**

## MISE EN PLACE

On dispose :

- 2 plots pour délimiter l'espace du Pivot (2m)
- 2 plots pour délimiter la distance de déplacement (6/8m) des 3 défenseurs
- 3 Attaquants avec 1 ballon

## CONSIGNES

Après avoir marqué un engagement vers le but (1), les 3 attaquants se font des passes (2) et cherchent l'ouverture pour adresser une passe directe ou à rebond au Pivot (3) qui ne doit pas aller au delà de l'espace qui lui est défini.

Les défenseurs flottent ensemble (4) de façon à rendre la passe vers le Pivot impossible

## RÉGULATION

- La régulation se fait par le niveau d'intensité demandé et le nombre de répétitions.
- On peut élargir l'espace d'intervention du pivot

## CONSEILS

- Bien veiller au respect de l'entraide dans la première partie de l'exercice et à la répartition des rôles dans l'évolution de l'exercice
- Surveiller les attitudes des défenseurs et leur mode déplacement



## Gardiens

Les Gardiens de But peuvent travailler leur motricité sur le bord du terrain à l'aide d'une échelle de rythme par exemple



## POSTES

Arrières  
Demi-centre  
Pivots



## CATÉGORIES

De - 14 ans à seniors



## Matériel

1 ballon pour 3 attaquants  
4 plots



## participants

Au moins 8 joueurs



## Temps

15 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)

