

Ballon Capitaine

Organisation

4 équipes de 6 joueurs :

Les équipes jouent sur des demi-terrains de hand-ball.

La zone du capitaine correspond à la zone du gardien, chaque zone est « protégée » par une zone de 1m délimitée par la ligne des 9 mètres.

But du jeu : envoyer la balle au capitaine de son équipe.

- Les joueurs doivent passer le ballon à leur capitaine pour marquer un point.
Les joueurs n'ont pas le droit de pénétrer dans la zone du capitaine.
- Les joueurs n'ont pas le droit de bousculer le porteur du ballon.
- On peut placer le capitaine dans un cerceau pour rendre l'exercice plus difficile.

Règles à ajouter en cours si nécessaire :

Le porteur du ballon ne peut effectuer que 3 pas au maximum. (si un enfant monopolise la balle)

Interdiction de s'approcher à un bras du joueur arrêté possédant la balle, respecter une distance de un mètre (si le porteur du ballon à l'arrêt peut toucher d'une main l'adversaire, celui-ci doit s'asseoir ! Effet garanti ;)

Réduire le nombre de joueurs pour offrir plus de mobilité est aussi une solution.

Variante :

Ajouter un passeur dans la zone des neuf mètres

Rugby en salle !

Organisation

4 équipes de 6 joueurs :

Les équipes jouent sur des demi-terrains de hand-ball dans le sens de la largeur.

Un ballon ovale ou une balle de hand-ball

But du jeu : emporter la balle derrière la ligne adverse (extérieur du terrain).

Les joueurs doivent se déplacer **avec** le ballon et le porter de l'autre côté pour marquer un point.

Si le porteur du ballon, est **touché** par un joueur adverse, pendant son déplacement il doit lâcher le ballon immédiatement et le rendre à l'adversaire.

Le porteur du ballon qui est à l'arrêt ne peut pas repartir mais ne peut pas être touché.

Règles à ajouter en cours si nécessaire :

Le porteur du ballon ne peut effectuer que 3 pas au maximum. (si un enfant monopolise la balle)

Interdiction de s'approcher à un bras du joueur arrêté possédant la balle, respecter une distance de un mètre (si le porteur du ballon à l'arrêt peut toucher d'une main l'adversaire, celui-ci doit s'asseoir ! Effet garanti ;)

Variante :

Réduire le nombre de joueurs pour offrir plus de mobilité est aussi une solution.

Épervier-ballon

Organisation

2 équipes de 6 joueurs :

Les équipes jouent sur des demi-terrains de hand-ball.

Chaque équipe désigne un épervier, facilement repérable (plusieurs foulards autour de la taille).

Chaque équipe possède une caisse remplie de 5 ballons de couleur identique (milieu du terrain).

Chaque équipe possède deux cerceaux de couleurs identiques qu'ils peuvent placer où ils le souhaitent sur le terrain (ces cerceaux servent de refuge).

But du jeu : déposer la balle dans les buts adverses.

Les joueurs doivent se déplacer **avec** le ballon et le déposer (pas de lancé).

Si le porteur du ballon, est **touché** par un joueur adverse, pendant son déplacement il doit replacer le ballon dans sa propre caisse.

Le porteur du ballon qui est dans sa zone de départ, ou dans un cerceau « refuge » ne peut pas être touché.

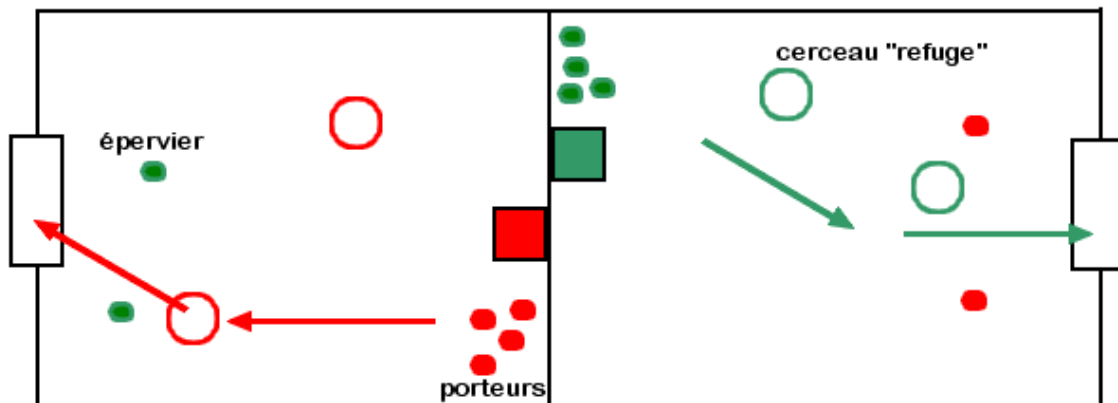
Un seul ballon par équipe en jeu.

Règles à ajouter en cours si nécessaire :

Alterner les rôles (épervier, porteur du ballon).

Si l'épervier arrache le ballon ou bouscule le porteur du ballon au lieu de simplement le toucher, le ballon est directement déposé dans la caisse adverse.

Ajouter un second épervier par équipe.



Jeux de ballon en ligne

Organisation

3 équipes de 8 joueurs :

Les équipes jouent sur la longueur d'un terrain de hand-ball.

Chaque équipe est placée en ligne en fond de terrain.

Chaque équipe possède 2 ballons, 2 cerceaux de couleur identique.

But du jeu : Echanger la balle de départ avec la balle placée en bout de ligne dans le second cerceau.

Les joueurs doivent se déplacer **avec** le ballon et l'échanger.

Puis ils doivent lancer le ballon au suivant sans dépasser la ligne du milieu.

Si le lancer est raté c'est au lanceur de récupérer la balle et de recommencer son lancé depuis la ligne du milieu, son coéquipier étant dans le cerceau de départ.

Règles à ajouter en cours si nécessaire :

Autoriser le lancé pendant la course « retour » (prise de risque)

Ajouter des « obstacles » sur le parcours.

Variante 1 :

Couper chaque équipe en deux, les placer face à face et faire traverser le porteur du ballon.

Variante 2 :

Un joueur doit réceptionner la balle, un adversaire désigné handicap la passe.

Variante 3 :

Utilisation d'un terrain de basket, tirer dans le panier (ou support), un adversaire dans la raquette.

