

HAND

Cycle 1



VIENS DÉCOUVRIR LE MONDE AVEC HANDY

DANS LA JUNGLE

HANDY DANS LA JUNGLE

L'ENTRÉE DANS LA SÉANCE

Pour entrer dans la séance, **alignez tous les enfants** sur une ligne. **Positionnez-vous face à eux** et racontez l'histoire :

« Vous êtes des crocodiles bien installés debout sur la rive. Vous êtes prêts pour une petite séance de gym avant de partir à la chasse. Hop ! Vous sautez dans la rivière (d'un côté de la ligne) puis vous remontez vite sur la rive. Hop ! Vous sautez dans la forêt (de l'autre côté de la ligne) et vous vous replacez vite sur la rive ».

Alternez « dedans, dehors, sur la rive... » et proposez des sauts variés (pieds joints, sur un pied, en écartant les bras, accroupis...). Proposez leur aussi des positions statiques pour développer la proprioception. Si la salle a une zone, vous pouvez utiliser la ligne des 6m et indiquer de quels côtés sont la rivière et la forêt.

LE MATÉRIEL

Jeu 1 : Objets pour matérialiser la rivière, 2 ou 3 chasubles, 1 cerceau, 1 ballon par enfant pour l'évolution.

Jeu 2 : Objets pour matérialiser la rivière, 6 cerceaux, 10 ballons.

Jeu 3 : 12 cônes (2 couleurs), 2 cerceaux, 2 cages pop-up, 2 ballons.

LE THÈME DU JOUR : L'HYGIÈNE BUCCO-DENTAIRE

En fin de séance, échanger avec les enfants : « **Croco** le crocodile prend soin de ses dents pour mieux croquer. Et vous ? ».

- Se lavent-ils les dents au moins deux fois par jour ?
- Combien de temps se brossent-ils les dents ?
- Comment se brossent-ils les dents ?

LE TEMPS DES PARENTS

Pour aller plus loin dans l'échange selon les souhaits et situations...

- Possibilité de mettre en place un temps d'échanges/débat avec les parents et/ou les enfants sur le thème de l'hygiène bucco-dentaire : Ressources : <http://www.inpes.sante.fr/CFESBases/catalogue/pdf/495.pdf>

- Au besoin, contactez le **Réseau REAAP** via la **CAF du département** pour faire appel à un professionnel ou un expert afin d'animer l'échange.

LE(S) PARENT(S) et/ou le(s) assistant(s) sont : **Tarzan et/ou Jane**. Ils sont les amis des animaux et savent parler leur langage.

HAND

Cycle 1



VIENS DÉCOUVRIR LE MONDE AVEC HANDY

DANS LA JUNGLE

CROCODILES ET OUISTITIS

L'HISTOIRE

« Vous êtes **des petits singes malins** et devez envoyer toutes vos **noix de coco** à vos amis de l'autre côté de la rivière. Mais les **crocodiles affamés** vont essayer de récupérer les **noix de coco** lorsqu'elles passent au-dessus de la rivière ».

ORGANISATION

Les enfants sont répartis de part et d'autre de la **rivière** dans laquelle sont placés 2 enfants jouant le rôle de **crocodiles**.

Les **ballons** (noix de coco) sont disposés dans 2 **cerceaux** d'un côté de la **rivière** (chez les **ouistitis** passeurs).

DANS CE JEU L'ENFANT VA...

- Lancer un ballon.
- Attraper un ballon.
- Intercepter un ballon.
- Se déplacer pour viser ou pour attraper le ballon.

CONSEILS

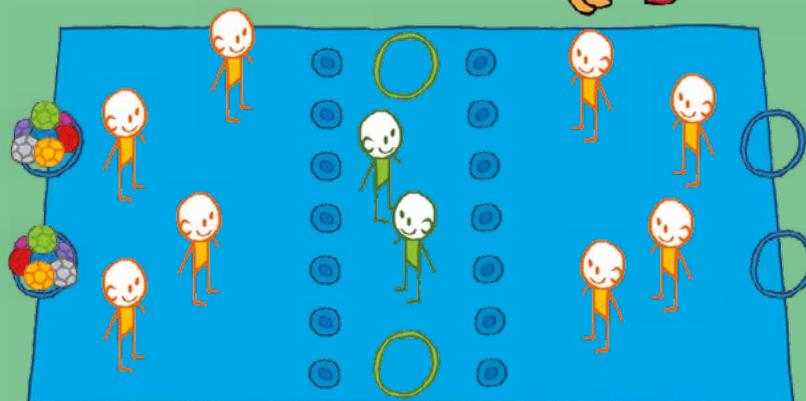
- Varier la largeur du lit de la rivière selon la force des passeurs (pour les plus petits prévoir une petite rivière...).

EXPLICATIONS

Au signal, les **passeurs** lancent les ballons aux **ouistitis** réceptionneurs placés de l'autre côté de la **rivière**, en évitant les **crocodiles** qui tentent d'intercepter et de récupérer tous les **ballons** qui passent dans la rivière.

Les **ballons** attrapés par les **crocodiles** sont placés dans leur cerceau, tandis que les **ouistitis** rangent les leurs dans leurs cerceaux.

Le jeu s'arrête lorsque les **passeurs** ont envoyé tous leurs **ballons**. **Ouistitis** et **crocodiles** comptent alors leur collecte.



RENDRE PLUS FACILE

Plus de crocodiles pour leur faciliter la tâche, moins de crocodiles pour augmenter la réussite des ouistitis.

FAIRE ÉVOLUER

En imposant une passe à rebond dans la rivière : « les ouistitis font des ricochets pour atteindre l'autre rive ». Attention : cette évolution implique d'utiliser des séparations basses pour matérialiser la rivière.

LE MATÉRIEL

- Objets pour matérialiser la rivière.
- 6 cerceaux.
- 10 ballons.

HAND

Cycle 1



VIENS DÉCOUVRIR LE MONDE AVEC HANDY

CHEZ LES PIRATES

HANDY CHEZ LES PIRATES

L'ENTRÉE DANS LA SÉANCE

Les enfants sont alignés face à l'animateur.

L'histoire peut commencer : **Bâbord – Tribord !**

Sur un bateau, à gauche se dit « **bâbord** » et à droite « **tribord** ».

Les inviter à se déplacer en leur indiquant à voix haute « **bâbord** » ou « **tribord** » pour leur indiquer le sens de la marche : déplacements en pas chassés, accroupis, en tapant les mains au-dessus de la tête...

LE MATÉRIEL

Jeu 1 : 3 grand tapis de gym (ou cônes) pour symboliser des bateaux, un grand nombre de palets, 2 cerceaux.

Jeu 2 : Matériel à disposition pour poser les cibles, cônes, ballons (au moins 10), haies, palets.

Jeu 3 : 1 cage pop-up, 2 cerceaux, haies pour matérialiser une zone de tir, 2 ballons.

LE THÈME DU JOUR : LA VUE

« Savez-vous que pour naviguer en évitant les dangers, les pirates devaient voir très loin ? Ils grimpaient en haut des mâts de leur bateau pour regarder au loin. Et donc ils devaient avoir une très bonne vue ! Et vous, voyez-vous loin et bien ? ».

- L'enfant a-t-il des difficultés à lire ?
- L'enfant cligne-t-il des yeux trop fréquemment ?
- L'enfant se cogne-t-il ou tombe-t-il fréquemment ?

LE TEMPS DES PARENTS

Pour aller plus loin dans l'échange selon les souhaits et situations...

• Possibilité de mettre en place un temps d'échanges/débat avec les parents et/ou les enfants sur le thème de la santé visuelle. Ressources : <http://asnav.org/bien-dans-ma-vue/a-lecole-la-vue-cest-lavenir/>.

• Au besoin, contactez le **Réseau REAAP** via la **CAF du département** pour faire appel à un professionnel ou à un expert afin d'animer l'échange.

LE(S) PARENT(S) et/ou le(s) assistant(s) sont : **les Capitaines** qui protègent leur bateau, surveillent la mer et encouragent leur équipage...

30

HAND

Cycle 1



VIENS DÉCOUVRIR LE MONDE AVEC HANDY

CHEZ LES PIRATES

LES PIRATES ATTAQUENT

L'HISTOIRE

«Les **Pirates** vont attaquer le bateau du **Roi** en tirant des boulets de canon. Mais les soldats du **Roi** le protègent courageusement ».

ORGANISATION

Des cônes posés sur les bancs ou les matelas serviront de cibles ; des palets délimiteront la **zone de défense** (à environ 2 mètres des cibles) ; les haies sont réparties dans la **zone d'attaque**.

Une **dizaine de ballons** dans une caisse placée à l'opposé des cibles.

Deux enfants sont placés dans la zone de défense pour protéger les cibles, ils peuvent également les relever lorsqu'elles tombent. Les autres enfants sont des tireurs, placés au départ autour de la caisse à ballons.

DANS CE JEU L'ENFANT VA...

- Se déplacer vers une cible.
- Éviter des obstacles.
- Sauter.
- Lancer en tirant fort vers une cible et dans des espaces libres.

CONSEILS

- Prévoir une distance adaptée à la force des enfants.

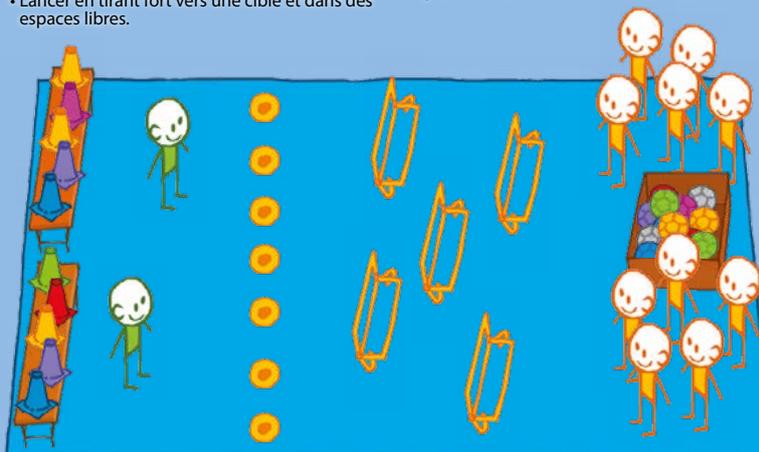
EXPLICATIONS

Au signal, les **tireurs** (pirates) vont viser les cibles en s'arrêtant à la limite après avoir sauté par-dessus les vagues.

Si le ballon revient en jeu (arrêté ou relancé par un soldat du roi), les tireurs peuvent le rejouer en allant l'échanger dans la caisse.

Si le ballon est arrêté, le soldat le conserve et le cache derrière les cibles.

Le jeu s'arrête quand il n'y a plus de ballons ou quand toutes les cibles sont tombées.



RENDRE PLUS FACILE

En variant le nombre de soldats : plus pour faciliter leur mission ; moins pour faciliter l'attaque des pirates.

FAIRE ÉVOLUER

Faire deux équipages de pirates et leur attribuer des couleurs de cibles à chacun. Les ballons sont toujours remis en jeu par les parents (ou assistants). Le premier équipage qui fait tomber toutes ses cibles a gagné.

LE MATÉRIEL

- Matériel à disposition pour poser les cibles.
- Palets pour délimiter la zone de défense
- Cônes.
- Ballons (au moins 10).
- Haies.

HAND

Cycle 1



VIENS DÉCOUVRIR LE MONDE AVEC HANDY

POUR ALLER PLUS LOIN...



TELECHARGER LE PDF

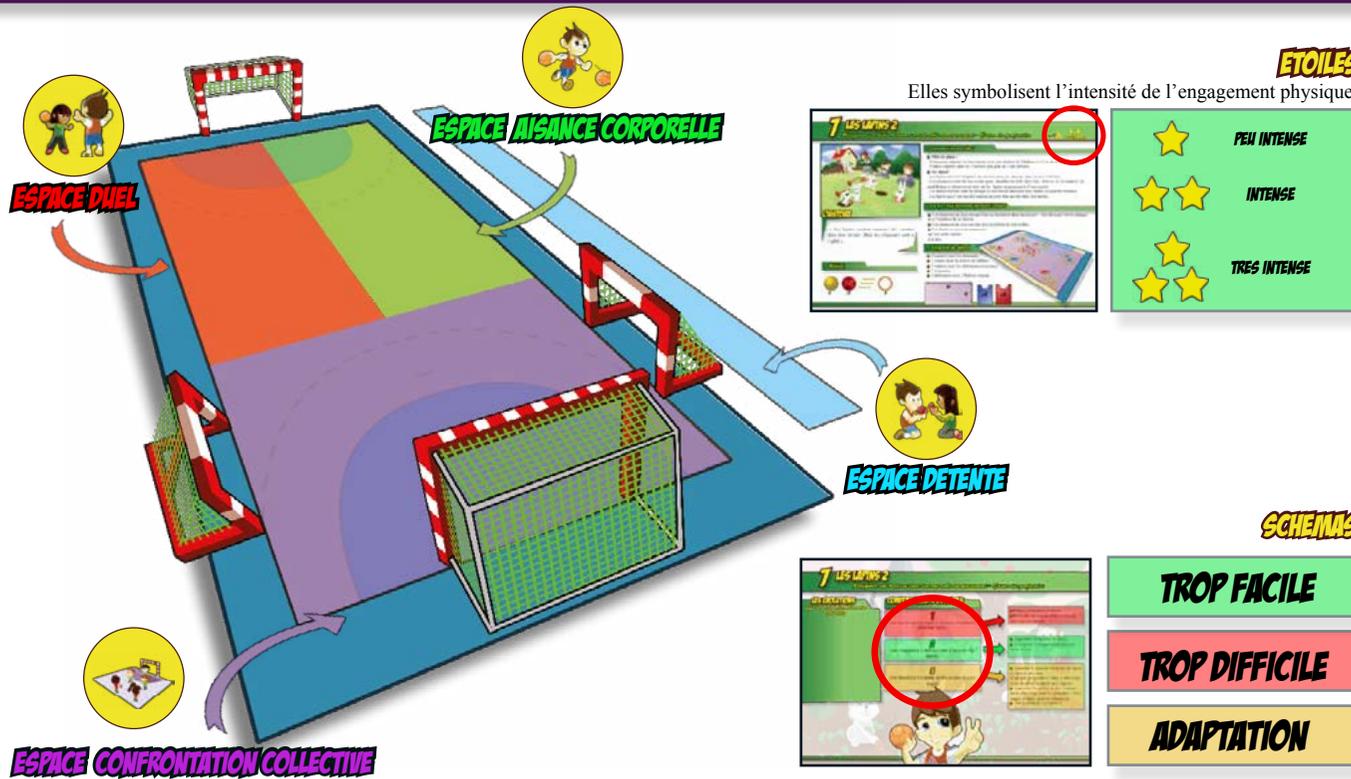
HAND

Cycle 2



LES ANIMAUX S'INITIENT AU HANDBALL : ORGANISATION DE L'ACTIVITÉ

ORGANISATION DE L'ACTIVITE



HAND

Cycle 2



LES ANIMAUX S'INITIENT AU HANDBALL : LES SINGES TAPAGEURS

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

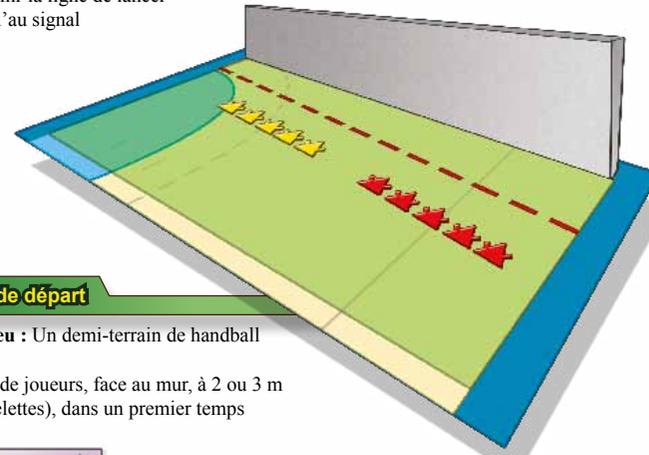


Comment ça marche ?

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

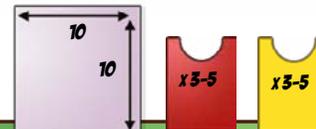
Ce qu'il faut surveiller pendant l'action

- ◆ 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

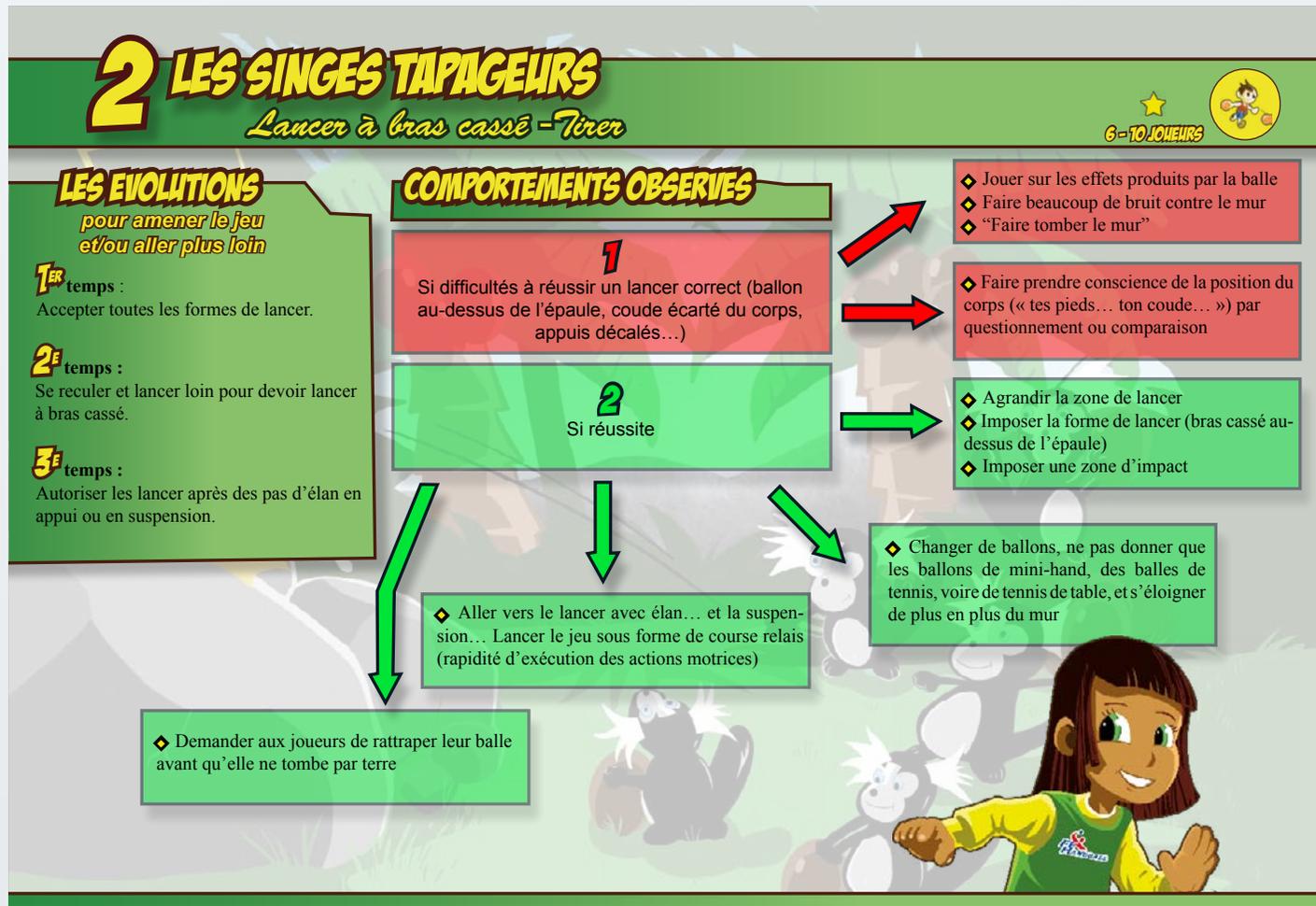


HAND

Cycle 2



LES ANIMAUX S'INITIENT AU HANDBALL : LES SINGES TAPAGEURS



HAND

Cycle 2



LES ANIMAUX S'INITIENT AU HANDBALL : LA COURSE DES POULES

4 LA COURSE DES POULES

Attraper et passer un ballon dans un milieu aménagé



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. »

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.

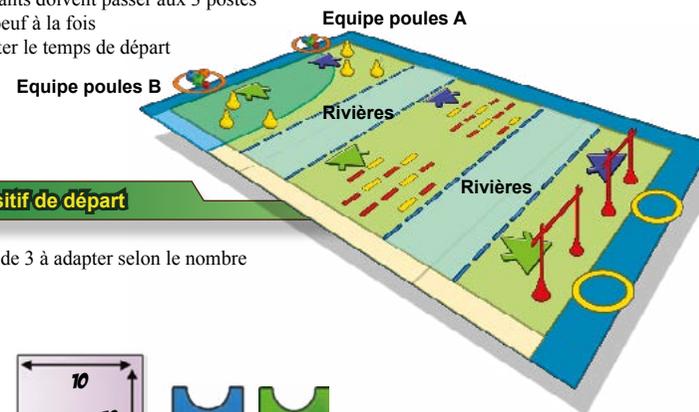
Ce qu'il faut surveiller pendant l'action

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.

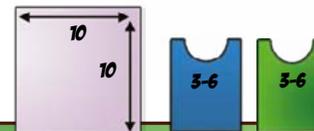
- ◆ Les enfants doivent passer aux 3 postes
- ◆ 1 seul œuf à la fois
- ◆ Respecter le temps de départ

Dispositif de départ

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



Matériel



HAND

Cycle 2



LES ANIMAUX S'INITIENT AU HANDBALL : LA COURSE DES POULES

4 LA COURSE DES POULES

Attraper et passer un ballon dans un milieu aménagé

★★★
6-12 JOUEURS 

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...)



HAND

Cycle 2



LES ANIMAUX S'INITIENT AU HANDBALL : LES MACAQUES

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 ?

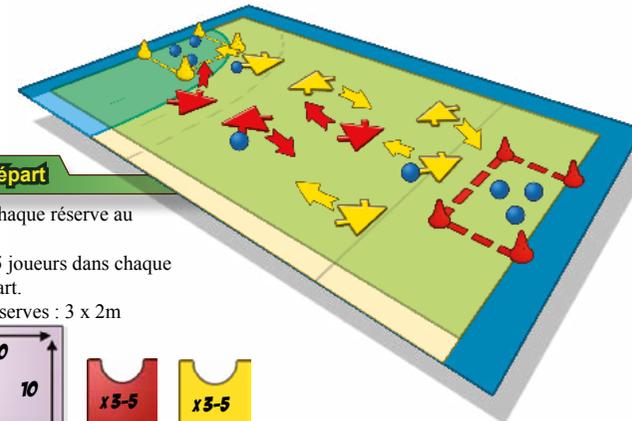
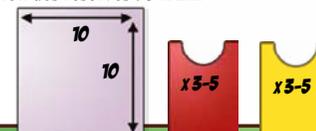
- ◆ Au signal, les macaques doivent voler les fruits dans la réserve adverse et les ramener en courant dans leur propre réserve (un par un).
 - ◆ Il est interdit de bousculer son adversaire, de lui prendre la balle des mains.
 - ◆ Il est autorisé de ramasser un ballon étant au sol.
- Faire 3 passages 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



HAND

Cycle 2



LES ANIMAUX S'INITIENT AU HANDBALL : LES MACAQUES

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.

COMPOTEMENTS OBSERVES

1
Les joueurs parviennent facilement à transporter les ballons d'une zone à l'autre en évitant les joueurs de l'autre équipe

2
Les joueurs rencontrent des difficultés à ne pas s'éviter

3
Pour faire évoluer la situation

- ◆ 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.

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

- ◆ 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...)

HAND

Cycle 2



LES ANIMAUX S'INITIENT AU HANDBALL : LES PINGOUINS ET LES OURS

9 LES PINGOUINS ET LES OURS

Lancer - Intercepter un ballon - Se démarquer - Attraper

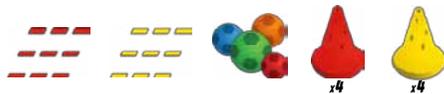
8-12 JOUEURS



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 :

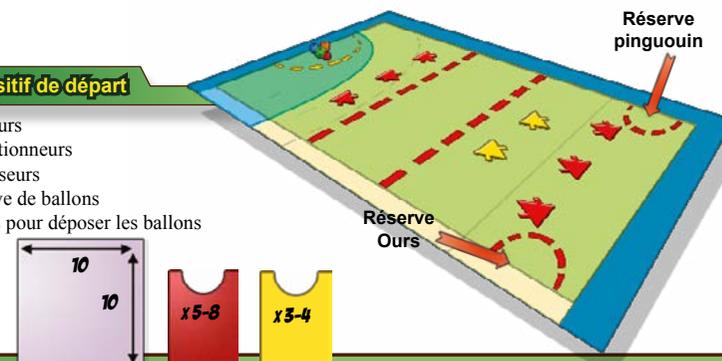
- . Les pingouins pêcheurs doivent lancer les poissons (ballons) à leurs petits sans qu'ils ne tombent dans la crevasse.
- . Les jeunes pingouins doivent récupérer les poissons pour les mettre dans leur réserve.
- . Les ours tentent d'intercepter les poissons lancés pour les mettre dans leur réserve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



HAND

Cycle 2



LES ANIMAUX S'INITIENT AU HANDBALL : LES PINGOUINS ET LES OURS

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 1 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.



HAND

Cycle 2



LES ANIMAUX S'INITIENT AU HANDBALL : LES PHOQUES ET LES OTARIES

1 LES PHOQUES ET LES OTARIES

Se démarquer - Attraper - Passer - Générer - 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. »

◆ Comment ça marche ?

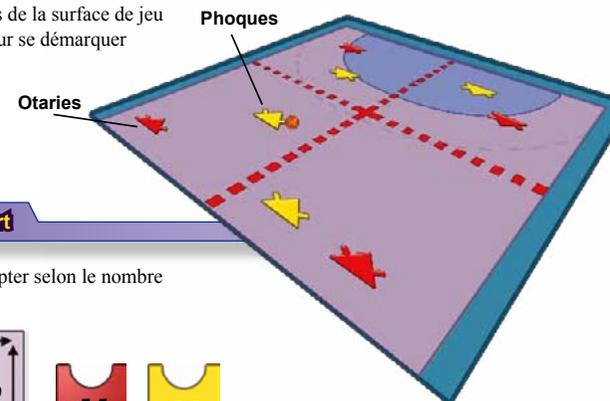
- ◆ La première équipe qui arrive à se faire 5 passes marque 1 point.
- ◆ 1 phoque et 1 otarie sont positionnés dans chacun des 4 bassins.
- ◆ Il est interdit de changer de bassin.
- ◆ Le ballon peut tomber dans l'eau.
- ◆ L'équipe qui n'a pas le ballon doit tenter de le récupérer.
- ◆ Il est interdit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

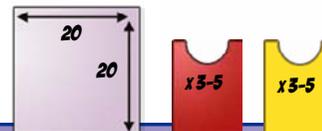
- ◆ Tous les enfants doivent recevoir la balle
- ◆ Le respect des limites de la surface de jeu
- ◆ Les déplacements pour se démarquer

◆ Dispositif de départ

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



◆ Matériel



HAND

Cycle 2



LES ANIMAUX S'INITIENT AU HANDBALL : LES PHOQUES ET LES OTARIES

7 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).

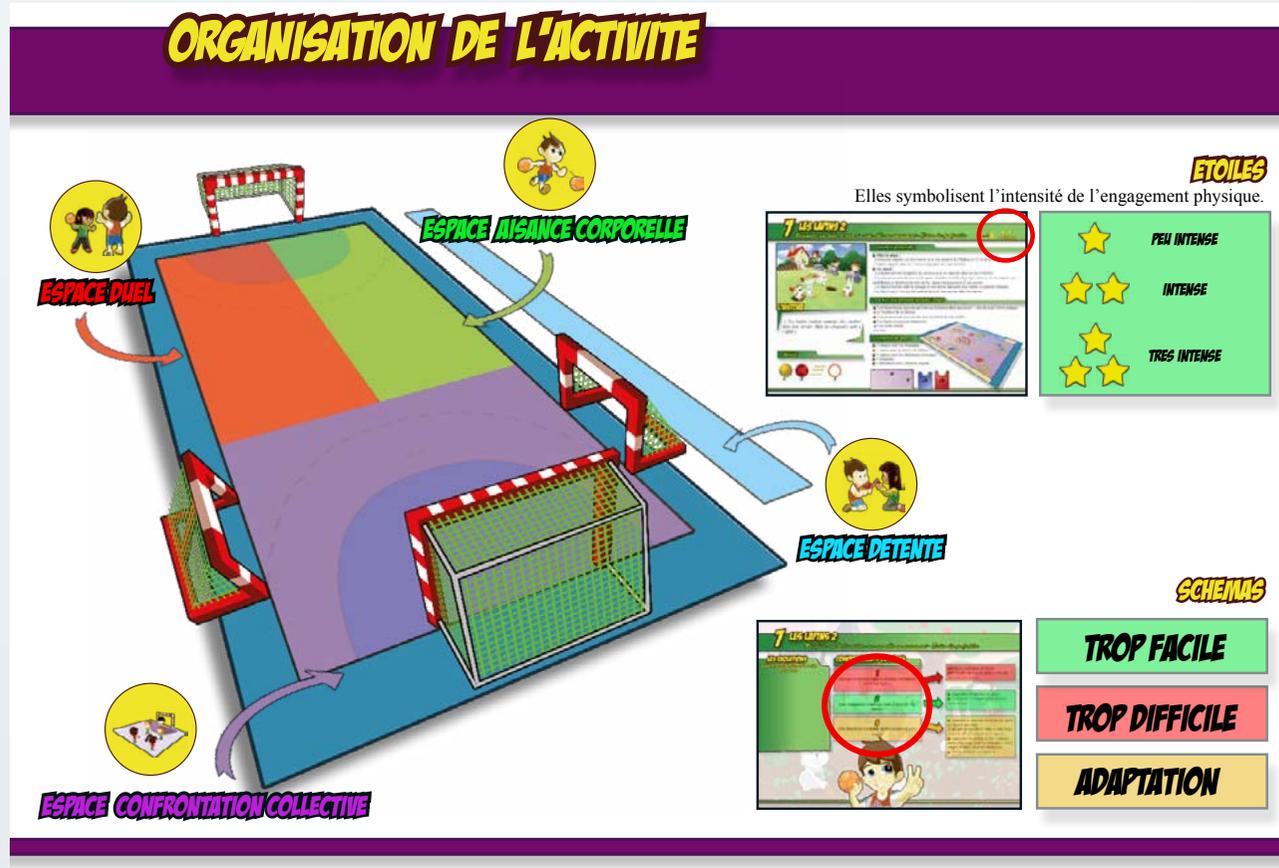


HAND

Cycle 2



POUR ALLER PLUS LOIN...



Les activités proposées précédemment sont tirées de la brochure «Handball 1^{er} Pas» coécrit par la fédération française de handball et de nombreux acteurs du monde du sport dont l'UGSEL.

TELECHARGER LE PDF

HAND

Cycle 3



DÉCOUVRE LE MONDE DU HANDBALL : LA COURSE AUX MÉDAILLES,



CYCLE 3

20
GÉNÉ-
RATION
24

ÉPREUVE N°1 – LA COURSE AUX MÉDAILLES



EXPLICATIONS

Sur un espace d'environ 4m x 15m, matérialiser 2 « podiums » avec des lattes, plots ou coupelles, et placer un cerceau dans chacun d'eux. Dans l'un des cerceaux, placer 5 ballons.

Par équipe de 4 joueurs, il faut transporter un maximum de médailles (ballons) sur le podium opposé en se faisant des passes dans un temps limité. Toute l'équipe doit revenir à la zone de départ pour repartir avec une médaille. Si les adversaires interceptent le ballon, il est replacé dans le cerceau de départ.

Les variables de ce jeu sont multiples et la séance peut être effectuée plusieurs fois sous différentes formes (cf. régulations).



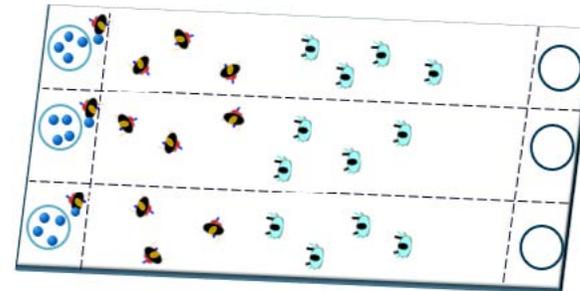
RÉGULATIONS

- Les défenseurs défendent les mains derrière le dos.
- Les défenseurs sont répartis par zones (2, 3 ou 4 à matérialiser) et ne peuvent en sortir.
- Diminuer ou agrandir la taille des terrains.
- Si le ballon tombe, il est replacé au départ.
- Après la passe s'asseoir et se relever.
- Ajouter des ballons .
- Les 2 équipes jouent en même temps le rôle d'attaquant et défenseur, en ayant chacune 5 ballons dans leur cerceau de départ.



LE MATÉRIEL

Lattes, plots ou coupelles – 3 cerceaux – 1 sifflet – 15 ballons – 12 dossards



©VPB-2021

COMITÉ ALPES DE
HAUTE PROVENCE
FFHANDBALL

COMITÉ
HAUTES ALPES
FFHANDBALL

COMITÉ ALPES
MÉRIDIENNES
FFHANDBALL

BOUCHES DU RHÔNE
FFHANDBALL

COMITÉ
VARS
FFHANDBALL

COMITÉ
VOUCLUSE
FFHANDBALL

LIGUE PROVENCE
ALPES CÔTE D'AZUR
FFHANDBALL



HAND

Cycle 2



DÉCOUVRE LE MONDE DU HANDBALL : LA COURSE AUX JO



CYCLE 3

20
GÉNÉ-
RATION
24

ÉPREUVE N°3 – QUI ORGANISERA LES JO ?

EXPLICATIONS

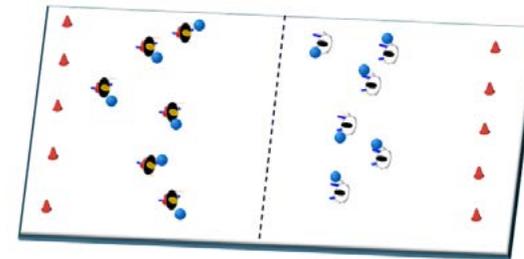
Réaliser 2 terrains de jeu identiques.
2 équipes d'athlètes s'affrontent pour organiser les prochains Jeux Olympiques en maintenant allumées le plus de flammes.
Répartis en 2 équipes, les enfants doivent renverser les plots adverses en tirant dessus sans franchir la frontière. La première équipe qui fait tomber toutes les flammes adverses gagne l'organisation des prochains Jeux Olympiques.
Les ballons sont récupérés dans chaque camp pour être lancés. Les athlètes peuvent courir avec le ballon dans leur camp.

RÉGULATIONS

- Varier la distance des plots.
- Ajouter des plots.
- Agrandir ou diminuer le terrain.
- Comptabiliser les plots touchés même s'ils ne sont pas renversés.
- Varier les contraintes pour les tireurs (mauvaise main – 2 mains – en suspension...).
- Varier la taille des plots.

LE MATÉRIEL

20 plots – craies ou lattes pvc – 1 sifflet – 24 ballons par enfant



©VPB-2021



HAND

Cycle 3



Avant de rentrer dans l'activité « Hand à 4 » nous vous invitons à proposer à vos élèves des situations ludiques comme la balle aux prisonniers.

HAND À 4



TELECHARGER LE PDF

HAND

Cycle 3



"LES GESTES DE L'ARBITRE"



Les gestes de l'arbitre



Pour se faire comprendre et respecter des joueurs et du public,
Tom, Léa et Jimi s'expriment par des gestes universels codifiés... qu'ils connaissent par cœur.

Gestes pour INFORMER



Gestes pour EXPLIQUER



Gestes pour SANCTIONNER



MARION TOULLET Imprimeur - 2014 - © UGSEL - Eric SIBREZ/UGSEL - 1 Edition septembre 2010

+

HAND

Cycle 4



POUR VIVRE UNE AUTRE APPROCHE : LE TCHOUKBALL



Match



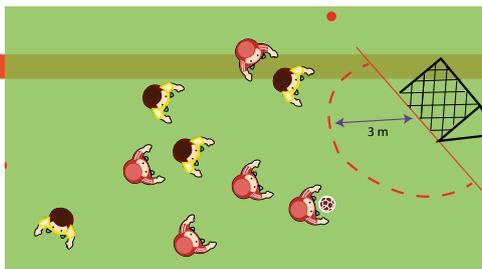
Tchoukball

ESPACE : Une demie-salle de sport à un terrain de Hand.

EFFECTIF : 2 équipes de 6/7 élèves

MATÉRIEL : 1 ballon, 2 cadres de tchoukball, des coupelles.

TEMPS : 2 x 5 min



BUT DU JEU :

Faire rebondir la balle sur l'un ou l'autre cadre de manière à la faire retomber sur le terrain, hors de portée des joueurs de l'équipe adverse.

LES POINTS :

- **Je marque un point** si je tire sur le cadre et que le ballon rebondit dans la surface de jeu sans que l'équipe adverse ne le récupère.
- **Je donne le point** si je manque le cadre ou si je tire sur le cadre mais que le ballon rebondit hors de la surface de jeu (dans la zone interdite, en dehors du terrain, sur moi).
- Il n'y a **pas de point** marqué mais une faute si :
 - Je tire sur le montant du cadre et que le ballon rebondit dans la surface de jeu.
 - Le ballon est récupéré par un partenaire.

A chaque faute, la balle est remise en jeu par l'autre équipe.

J'AI LE DROIT :

- De faire 3 passes au maximum pour attaquer et marquer. L'engagement ne compte pas comme une passe
- De garder le ballon 3 secondes maximum avant de la passer ou de tirer
- De faire 3 empreintes (appuis) au sol maximum pour me déplacer pour passer le ballon ou pour tirer.

JE N'AI PAS LE DROIT :

- De gêner l'adversaire : se mettre entre le tireur et le cadre, ne pas se placer entre le ballon et le défenseur
- D'intercepter une passe
- De dribbler, faire rebondir le ballon
- De toucher le ballon avec la partie inférieure de la jambe (du pied au genou inclus).

Pour chaque faute, le ballon est remis en jeu par l'autre équipe à partir de l'endroit où s'est produit la faute.

HAND

Transdisciplinarité - Cycle 1



RECYCLAGE DÉCHETS

MISE EN OEUVRE

Les élèves récoltent différents déchets recyclables afin de les exploiter de nouveau dans la réalisation d'un terrain de handball dans leur cour (retracer les lignes dans la cour avec les déchets).

Une fois le terrain réalisé, les élèves vont pouvoir pratiquer par exemple des passes et des tirs au but.

MATÉRIEL

Récupération de déchets recyclable (cartons, bouteilles en plastique, chiffons, ...) et un ballon



HAND

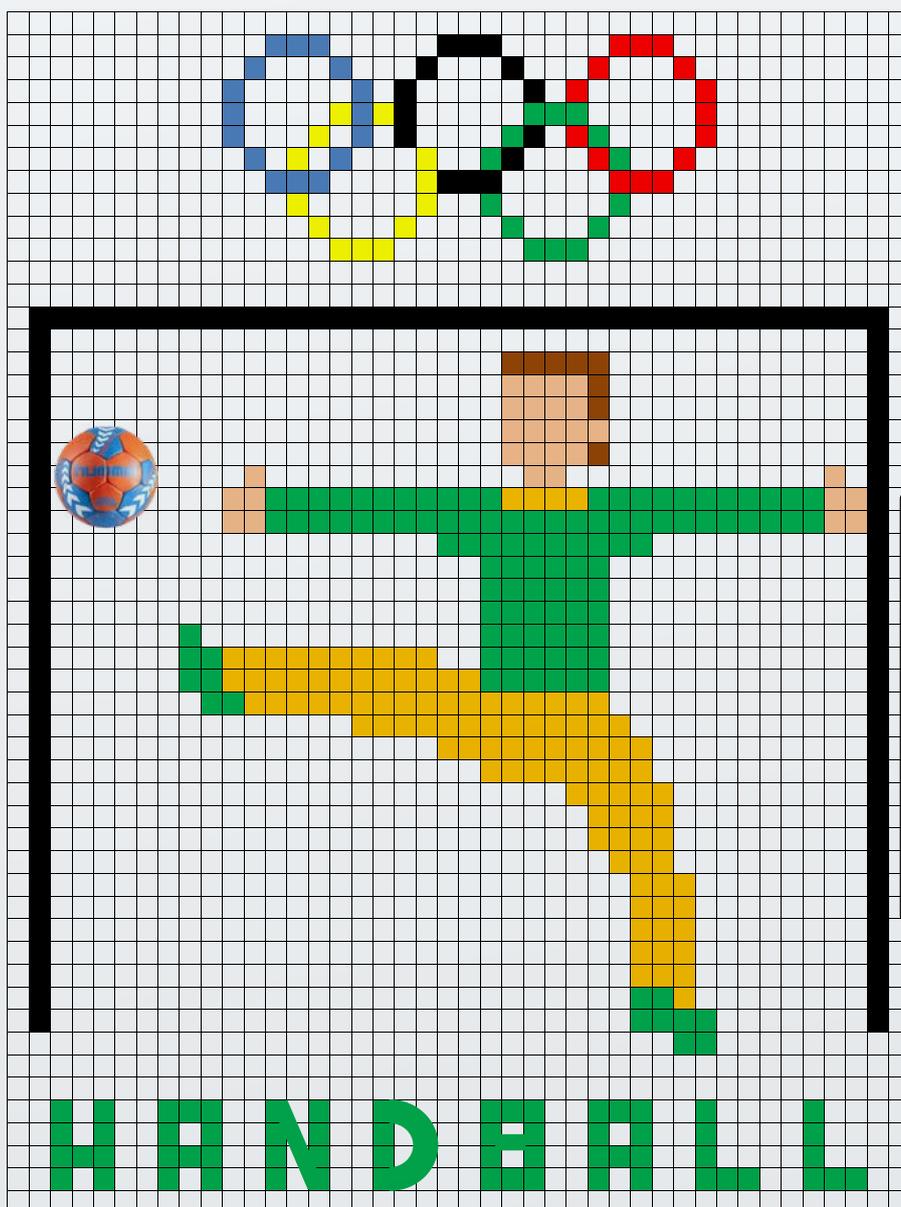
Transdisciplinarité - A partir du Cycle 2



POUR ALLER PLUS LOIN...

MATHEMATIQUES

Pixelart jeux olympiques 18



© Copyright 2024 Maitresse Kristine

Il existe d'autres disciplines olympiques à réaliser en pixelart. Vous pouvez les retrouver en suivant le lien ci-dessous :
https://drive.google.com/drive/folders/1UBVEYp4A_0TcMzAnw5VSbi0M2Sctc8Uf

HAND

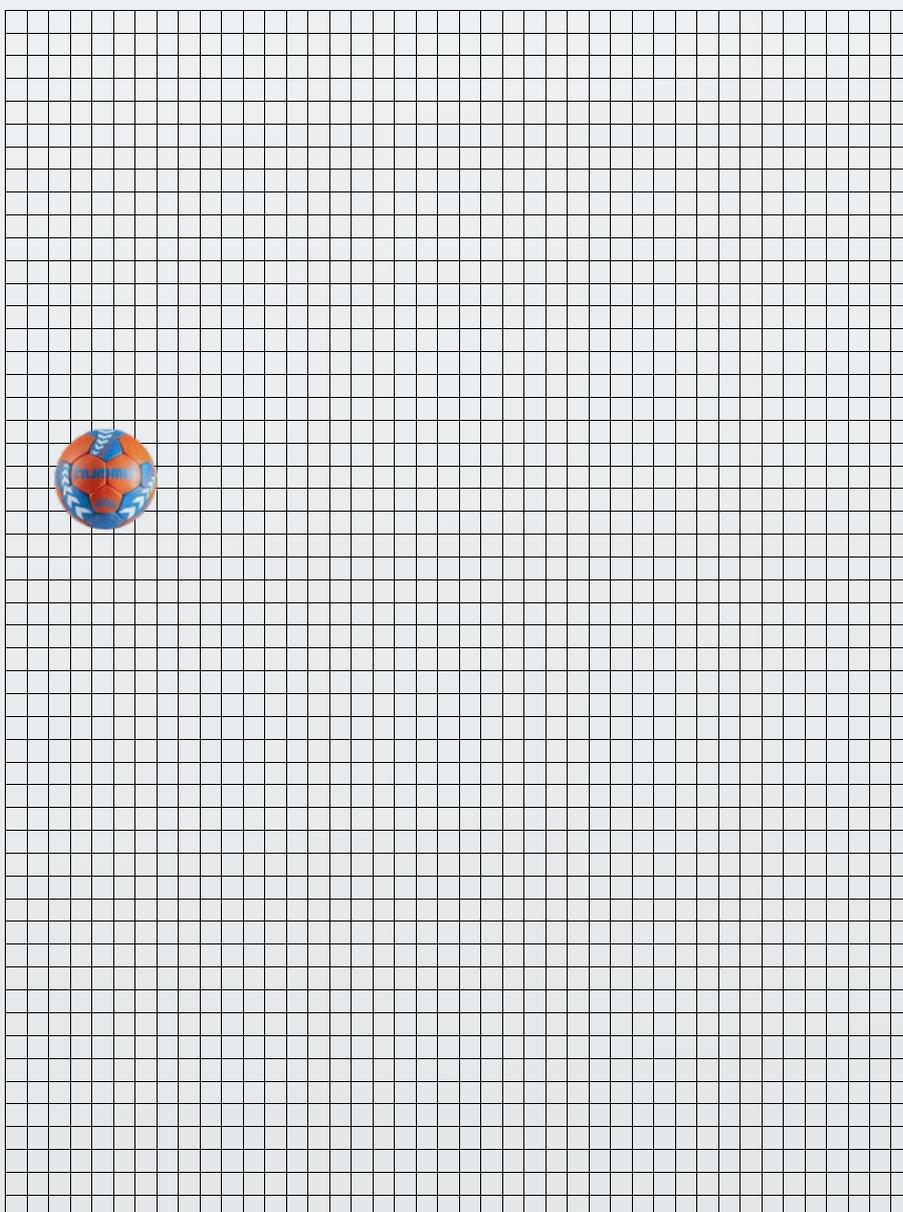
Transdisciplinarité - A partir du Cycle 2



POUR ALLER PLUS LOIN...

MATHEMATIQUES

Pixelart jeux olympiques 18



HAND

Transdisciplinarité - A partir du Cycle 2



LECTURE FLUENCE



LECTURE FLUENCE :

dernière minute de la finale des JO de Tokyo 2021

<https://www.youtube.com/watch?v=1uliBLV9HJO>

4'50

Allez...

Ah, ça rentre, là encore côté danois, attention, un petit but d'avance...

Oui, Romain Lagarde qui n'a pas été assez attentif...

Les trente dernières secondes...

Les Danois qui jouent le tout pour le tout, sept contre six, il reste vingt-cinq secondes.

La dernière possession sans doute, le ballon pour égaliser, Mikkel Hansen, Morten Olsen...

Mais il y a bras levé, bras levé...

Bras levé, il va falloir tirer assez rapidement...

On aura un ballon même si on prend le but...

Mathias Gitsel... et c'est récupéré, c'est récupéré, par Ludovic Fabrégas, c'est le but...

OUIIIIIII

Et l'équipe de France est championne Olympique, pour la troisième fois, médaille d'or..., oh c'est fini, c'est exceptionnel, fabuleux, fabuleuse équipe de France, qui fait tomber le Danemark, ils y sont allés malgré les doutes, les incertitudes, après un euro deux mille vingt raté, ils sont là, ils sont revenus au top niveau, fabuleux, fabuleuse équipe de France...

Incroyable...

5'50

HAND

Transdisciplinarité - Cycle 3 et 4



HANDBALL SUR HERBE - LES ORIGINES



[CONSULTER LA PAGE](#)



SPORT COLLECTIF

Action Ugsel pour la période



DÉFI BASKET



L'Ugsel remercie notre capitaine de l'équipe de Basket 3X3 Hortense Limouzin, championne du monde en 2022 et 2023.

[VOIR LA VIDEO](#)

[RÈGLES BB 3C3](#)

