Défense étagée en 3-3

Handball • Lycée Seconde/Première • CA4

Objectif

Appliquer une défense étagée 3-3 pour gêner la circulation de balle

But

Obtenir au moins 6 interceptions en 6 min

Thème

S'organiser collectivement en défense (1-5, 3-3, dissuasion, entraide)

Organisation et rôles

Rotation : attaquants défenseurs toutes les 6 min ; un élève arbitre/observe — 13 élèves, dont 12 en action et 1 observateurs.

Sécurité

Respect des règles de contact, avertir sur les fautes, échauffement des appuis

Consigne

6c6 sur demi-terrain. Défenseurs placés en 3-3 doivent sortir haut sur les arrières et intercepter. L'enseignant compte les interceptions validées.

Critères de réalisation

- Sortir haut sur le porteur
- Intercepter sur trajectoires de passe
- Replier vite si battu
- Maintenir alignement des 3 arrière-garde

Critère de réussite

≥ 6 interceptions en 6 min

Matériel

12 plots, 1 ballon, 2 buts, 1 chrono

Variables de différenciation

- Durée 4–6 min
- Nombre d'interceptions attendues 4–8
- Type d'attaque : passive active