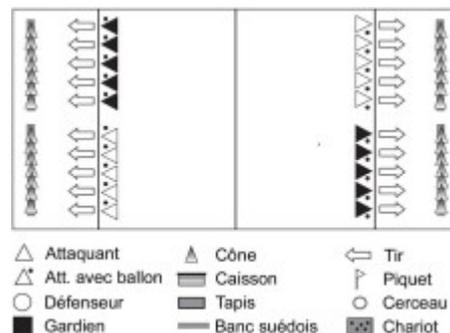


# Handball – Tirer: Stand de tir

Un incontournable des parcs d'attraction: les enfants doivent viser divers objets. Un exercice au cours duquel ils ne doivent pas confondre vitesse et précipitation.

Chaque groupe prend un banc suédois et le pose contre le mur. Les élèves essaient alors par des tirs de faire tomber aussi vite que possible tous les cônes, les quilles ou autres objets placés sur le banc. Quelle équipe a vidé son banc en premier?



## Variantes

### plus facile

- Raccourcir la distance.

### plus difficile

- Allonger la distance, tirer avec la «mauvaise» main.

**Matériel:** Bancs suédois ou couvercles de caisson, divers objets (cônes, quilles, etc.)

Source: Mattes, D. (2002). Handball à l'école. Berne: FSH Fédération suisse de handball.



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

Office fédéral du sport OFSPO