

Street Games – Street handball: Formes de jeux d'échauffement – Handball ciblé

Cet exercice met aux prises deux équipes. L'objectif est d'abattre le plus de cibles placés sur trois caissons.



Sur la ligne de fond de chaque terrain sont placés trois caissons surmontés d'objets divers (seaux, bouteilles PET, etc.). Une ligne délimite la zone de but défendue par deux gardiens de chaque équipe. Quatre joueurs de champ jouent selon les règles du handball, le but étant d'abattre les cibles défendues par les gardiens.

Chaque réussite rapporte un point. L'objet est remplacé sur le caisson et le ballon remis en jeu du milieu de terrain par l'équipe qui a concédé un point.

Variante

Les cibles abattues ne sont pas remontées. La première équipe qui «vide» complètement un des trois caissons a gagné.

Matériel: Caissons, seaux, bouteilles PET, etc.

Source: [Muriel Sutter](#)



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Office fédéral du sport OFSPO