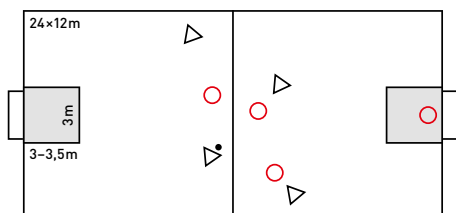


## SOFTHANDBALL

Le softhandball est un jeu idéal d'introduction au handball. Avec ses règles simples, il permet aux enfants dès l'école enfantine de s'adonner à des jeux sympas et adaptés. Il fait appel à leurs capacités motrices, cognitives et de coordination.

### TERRAIN DE JEU



- Zone de but : elle peut être délimitée en utilisant les lignes existantes ou des tapis
- Buts : buts d'unihockey ou autre matériel (caissons, tapis en position verticale)


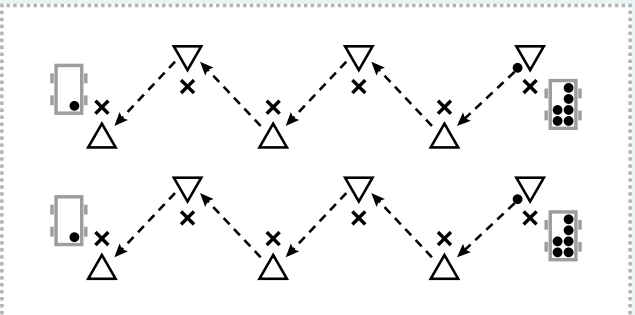
### CONSEIL POUR L'ÉCOLE

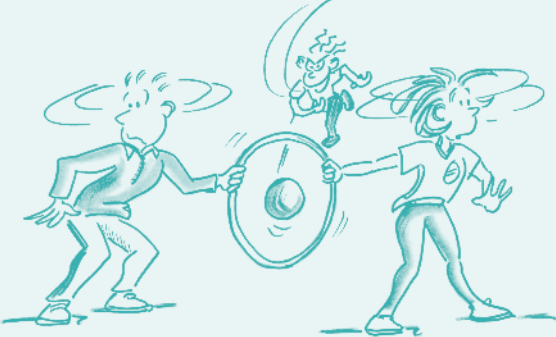
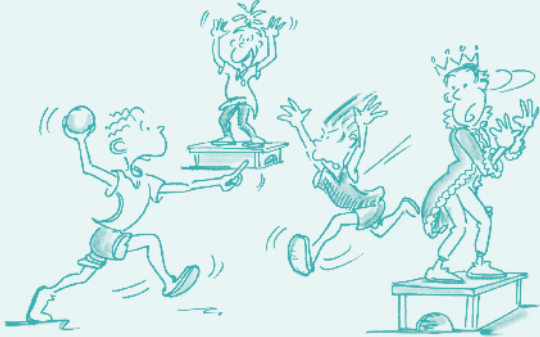
Le jeu peut se dérouler en largeur d'une salle normale (12x24 m) sur 2-4 terrains. L'intensité du jeu peut ainsi être garantie même avec de grands groupes (2:2 à 4:4).

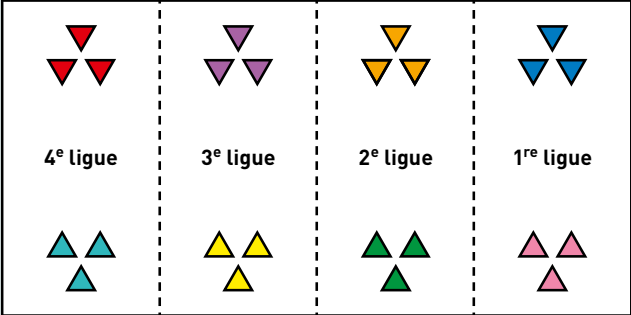
### RÈGLES DE BASE

- Garder le ballon pendant 3s max.
- Faire 3 pas max. avec le ballon en main
- Ne pas jouer le ballon avec le pied ou le tibia
- L'engagement se fait depuis la zone de but
- Quand le ballon sort, la remise en jeu se fait depuis la ligne de touche
- Le renvoi est fait par l'enfant qui est au but (en principe aussi quand le ballon a franchi la ligne de fond)
- Sanctionner les fautes et les contacts physiques Foulspiel und Körperkontakt ist nicht erlaubt

N°	Exercice ou jeu	Objectif, matériel
1	<p><b>BATAILLE DE BALLONS</b></p> <p>L'éventail Jouer au softhandball → fiche 5A</p>  <p>2 équipes sont face à face dans une demi-salle chacune. Les enfants ont un ballon de softhandball chacun. Au signal, ils lancent dans le terrain adverse leur ballon, puis les ballons qui se trouvent dans leur terrain. Après 1min, quelle équipe a le moins de ballons dans son terrain ?</p> <p>→ RÈGLES</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Chaque équipe reste dans son terrain</li> <li>- Faire 3 pas max. avec le ballon en main</li> </ul>	<p>Accumuler des expériences motrices variées et apprendre à jouer en groupe</p>

N°	Exercice ou jeu	Objectif, matériel
2	<p><b>RÉCEPTIONS À GOGO</b></p> <p>L'éventail Jouer au softhandball → fiche 9 A</p>  <p>Qui peut lancer le ballon en l'air, puis le rattraper ?</p> <p>→ VARIANTES</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Qui peut lancer le ballon en l'air d'une main et le recevoir de l'autre ?</li> <li>- Qui peut lancer le ballon en l'air et taper dans les mains avant de le recevoir ?</li> <li>- Qui peut lancer le ballon le plus haut et le plus loin possible depuis une ligne, puis le rattraper ?</li> </ul>	Recevoir et contrôler le ballon lancé par soi-même
3	<p><b>BALLONS VOYAGEURS</b></p> <p>L'éventail Jouer au softhandball → fiche 11 A</p>  <p>Pour chaque équipe, 6 cônes sont placés en zigzag à 5 m les uns des autres, ainsi que des ballons près du premier cône et un chariot à ballons vide près du dernier. Les 6 enfants de l'équipe vont se placer chacun à côté d'un cône. Au signal, ils se passent les ballons pour les déposer dans le chariot à ballons. Quelle équipe réussit en premier à mettre tous ses ballons dans le chariot ? Les enfants changent ensuite de position pour le prochain tour.</p>	Faire des passes précises

N°	Exercice ou jeu	Objectif, matériel
4	<p><b>BATAILLE NAVALE</b> L'éventail Jouer au softhandball → fiche 16 B</p>  <p>2 équipes s'affrontent. Les enfants de l'équipe A se répartissent dans le terrain avec un ballon chacun. Ils peuvent faire 3 pas max. avec le ballon en main. Les enfants de l'équipe B tiennent des cerceaux par deux et se déplacent dans le terrain. L'équipe A essaie de lancer les ballons dans les cerceaux (1 point par réussite). Changer les rôles après 2 min. Quelle équipe obtient le plus de points ?</p> <p>→ REMARQUES</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Tenir les cerceaux à la verticale ou à l'horizontale</li> <li>- Ne pas changer la position des cerceaux pendant le jeu</li> </ul>	<p>Identifier le trajet du but mobile et atteindre la cible</p>
5	<p><b>BALLE AU ROI</b> L'éventail Jouer au softhandball → fiche 29 A</p>  <p>2 équipes s'affrontent dans une demi-salle. Chaque équipe nomme 2 rois qui occupent chacun un château (debout sur un dessus de caisson). Une passe réussie à un roi vaut 1 point. Les 2 rois changent après chaque point marqué.</p> <p>→ RÈGLES</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Garder le ballon pendant 3 s max.</li> <li>- Faire 3 pas max. avec le ballon en main</li> <li>- Ne pas jouer le ballon avec le pied ou le tibia</li> </ul>	<p>Appliquer la défense orientée vers le ballon sur tout le terrain</p>

N°	Exercice ou jeu	Objectif, matériel
6	<p><b>TOURNOI ZIG-ZAG-ZOUG PAR LIGUE</b>  L'éventail Jouer au softhandball → fiche 31 B</p>  <p>Des équipes de 3-4 enfants s'affrontent sur 3-4 terrains. L'équipe qui gagne monte d'une ligue, celle qui perd descend d'une ligue. Après avoir changé de terrain et avant de commencer à jouer, les enfants font une partie de zig-zag-zoug au sein de leur équipe : ils se mettent en cercle, placent un pied au centre, disent ensemble « zig-zag-zoug », puis ont le choix entre laisser le pied au centre ou le retirer. Celui qui est seul à le laisser ou à le retirer rejoint l'équipe adverse.</p> <p>→ REMARQUE</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- L'équipe gagnante dans la plus haute ligue et l'équipe perdante dans la plus basse restent dans la même ligue</li> </ul>	<p>Gérer la chance / malchance dans le jeu et se mesurer à d'autres</p>

D'autres exercices et jeux sont présentés dans nos éventails  
« JOUER AU SOFTHANDBALL », N° d'art. 20.529, ISBN 978-3-03700-529-3 et  
« JOUER AU MINIHANDBALL », N° d'art. 20.536, ISBN 978-3-03700-536-1

[shop.ingold-biwa.ch](http://shop.ingold-biwa.ch)

