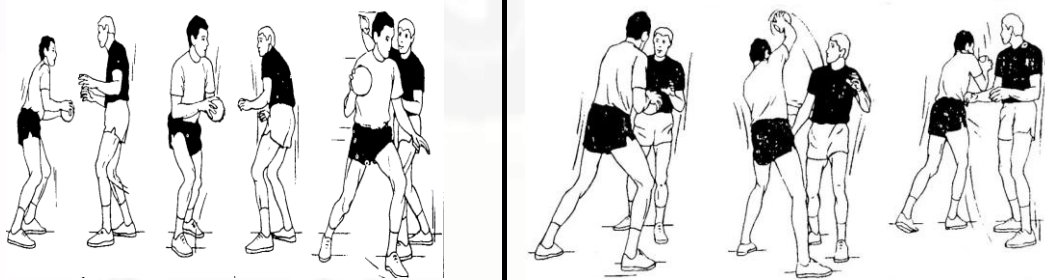


# FICHE TECHNIQUE HANDBALL: LE DÉBORDEMENT

## Fiche technique: Le débordement.

<b>Définition</b>	C'est un geste <b>offensif</b> qui vise à <b>éliminer son adversaire direct</b> pour aller au tir ou pour déséquilibrer la défense	
<b>Les types</b>	<b>Le 1 contre 1</b>	<b>Le passage de bras</b>
	Permet une bonne <b>protection de la balle et un gain d'espace.</b>	Permet <b>d'enchaîner</b> directement un tir ou une passe.
<b>de</b>	Demande de <b>se remettre en position</b> pour tirer ou passer	Laisse le <b>bras accessible</b> au défenseur
<b>1contre1</b>	A la sortie du débordant, la triple menace doit être assurée. Le risque majeur est le <b>passage en force si l'appui d'écartement ne s'oriente pas vers l'arrière ou le côté</b> . Vient ensuite la neutralisation si la distance de combat n'est pas respectée ou l'inefficacité si l'attaquant est trop loin. Enfin l'important n'est pas une réalisation rapide, mais un réel changement de rythme associé à une prise d'information efficace sur son adverse, son attitude etc...	
<b>Gestuelle</b>  <b>&amp;</b>		
	Protéger le ballon en armant vers l'arrière ou en <b>l'engageant dans l'espace libre</b>	Passer le ballon <b>par-dessus</b> le défenseur
<b>Critères de réalisation</b>	<b>Appâter</b> le défenseur dans un espace libre soit en double appui, soit avec un pied dans l'intervalle.	<b>Changer</b> de direction au <b>dernier moment</b> (après une feinte de genou, hanche, ou épaule).
	<b>S'engager</b> nettement dans <b>l'espace libre</b> en passant son pied derrière le <b>pied</b> du déf et son <b>épaule</b> derrière la ligne d'épaule du déf	
<b>Critères de réussite</b>	<b>1 : Passe,</b> <b>2 : Passe nettement son défenseur en l'écartant un peu,</b> <b>3 : Passe nettement le défenseur en le prenant à contre pied et permet un gain d'espace.</b>	