

# Handball chez les débutants : S'éclater en jouant dans les buts... en 10 séances

Compte rendu du  
stage experts de  
Strasbourg

Avec des élèves débutants,  
la visée dominante du  
formateur est d'obtenir  
rapidement l'intérêt et  
l'adhésion des enfants pour  
le poste de gardien de but.  
Des mises en situation  
attrayantes et  
dynamisantes, lors d'une  
première séance nous  
paraissent indispensables.

## CONSTAT

Dans les duels tireur/gardien, le tireur :

- est le plus souvent “poursuivi” par les défenseurs,
- tire depuis la ligne de surface de but,
- essaie de tirer fort.

Après un engouement initial pour le poste de gardien de but (GB), et quelques contacts douloureux avec le ballon plus tard, le formateur constate que :

- les enfants rechignent à occuper ce poste,

- ceux qui acceptent, restent passifs et/ou craintifs face aux trajectoires de tir,
- un turn-over s’organise entre les enfants : soit imposé par le formateur, soit par les joueurs les plus experts. Ces derniers, voulant faire gagner leur équipe, assurent alternativement les statuts de marqueurs et de gardiens.

**Pourtant ce rôle est capital au handball : la cible doit être gardée pour assurer la spéci-**

### ficité de l’activité des tireurs.

Le constat peut s’expliquer par une ou plusieurs raisons :

- crainte des effets douloureux de l’impact du ballon sur son corps,
- résignation face à la difficulté de la tâche : l’interception de trajectoires trop rapides et/ou trop éloignées de soi,
- frustration de ne pas participer aux actions de jeu dans le champ et d’en rester le spectateur isolé.

## STRATÉGIE D’INTERVENTION

Nous proposons des modalités d’intervention visant à rendre le jeu à ce poste plus motivant pour le joueur débutant.

- **Réduire la vitesse des trajectoires de tir** ; par exemple imposer des tirs par “poussées à 2 mains”.

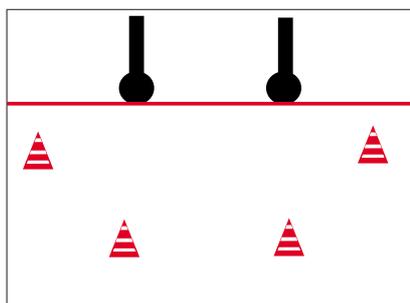
- **Rassurer le gardien** en lui disant qu’il n’a pas à “faire barrage avec son corps” aux trajectoires de tir, mais qu’il peut boxer le ballon, le shooter ou le bloquer avec les mains ou les pieds. Le fait de toucher la balle, même si elle pénètre dans le but peut-être comptabilisé au départ comme une réussite de la part du GB.

- **Valoriser les blocages réussis** par dispositions réglementaires. Par exemple, le blocage soit :
  - annule un but adverse, (décompte)
  - permet au gardien de rentrer dans le champ de jeu pour y amorcer l’approche du but adverse,
  - impose aux adversaires un retard. Par exemple, après le tir, passer par la position assise avant de pouvoir défendre.

## POUR LES PHASES DE MATCH

### Dispositif

- ➔ Equipes de 4 joueurs dont 1 gardien.
- ➔ Terrain en largeur (2 à 3 terrains dans un gymnase C).
- ➔ Ballons souples (la FFHB et ses comités disposent de matériel spécifique pour cette tranche d’âge).
- ➔ Dimensions des buts modulables : 2,5/3m de large et 1,20/1,50m de haut.
- ➔ Surface de but : zone 1/2 circulaire à 4,50m.



### Score

- ➔ On propose de totaliser le nombre de buts marqués, plus le nombre de marqueurs différents dans l’équipe, moins le nombre de tirs bloqués par le gardien adverse. Exemple : 3 joueurs de l’équipe A marquent 6 buts. Le gardien de A arrête 4 tirs : l’équipe A marque alors 6 buts +3 participants – 4 arrêts = 5 points.

- ➔ On peut envisager, dans le cas où des rencontres se déroulent simultanément sur des terrains mitoyens, d’instaurer une solidarité entre équipes évoluant du même côté : scores cumulés, et même laisser la liberté pour les gardiens d’aller aider le gardien évoluant sur le terrain le plus proche.



Nous vous proposons des situations à privilégier :

## SITUATION 1 Le duel tireur/GB

### Matériel :

- ➔ Buts mini-hand ou plots ou constri-foot\*. Ballon en mousse et ballon mini-hand et ballon handball. Tapis de sol ou de réception.
- ➔ Possibilité d'utiliser les matériels de façon combinée.

### Effectif :

- ➔ 3 joueurs par atelier : 1 GB, 1 tireur, 1 arbitre.
- ➔ Rotation des joueurs sur les trois statuts.

\* Le constri-foot est un matériel pédagogique constitué d'un socle lesté et d'un jalon en plastique fixé dedans verticalement. Voir article dans la Revue EPS n°301, mai-juin 2003.

### Règlement :

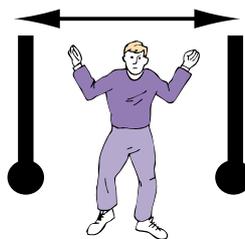
- ➔ Chaque joueur choisit ses paramètres quand il est GB et défie le tireur : "sur x tirs j'en prendrai moins que toi".
- ➔ Quand le tireur a exécuté sa série, inversion des rôles GB/tireur et nouvelle série de x tirs sur le même défi. Le gagnant est celui qui prend le moins de buts.
- ➔ Enfin rotation sur les trois postes. Nouvel aménagement du GB et nouveau défi. Si l'aménagement matériel est différent il est souhaitable de prévoir une rotation

aussi sur les différents ateliers.

- ➔ Paramètres modifiables pour organiser le défi : type de ballon ; nature (tapis, buts, plots, constri-foot) taille, orientation de la cible ; distance de tir ; course d'accès à la zone ; forme de tir (2 mains, poussé, touche foot, etc.).

### Commentaires :

Cette situation doit favoriser pour le GB la mise en relation d'indices : distance par rapport au tireur et surface à protéger.



## SITUATION 2 Rompre l'isolement du GB

### Matériel :

- ➔ Buts de mini-hand, zone délimitée par des plots, ballon de préférence léger, 2 à 3 terrains en largeur.

### Effectif :

- ➔ 2 équipes de 4 joueurs par terrain.
- ➔ 1 équipe : 1 gardien + 3 joueurs de champ.

### Règlement :

- ➔ **Pour le GB :** si le GB récupère la balle à 2 mains (directement ou après une parade), il peut partir en

dribble et devenir joueur de champ pour aller marquer.

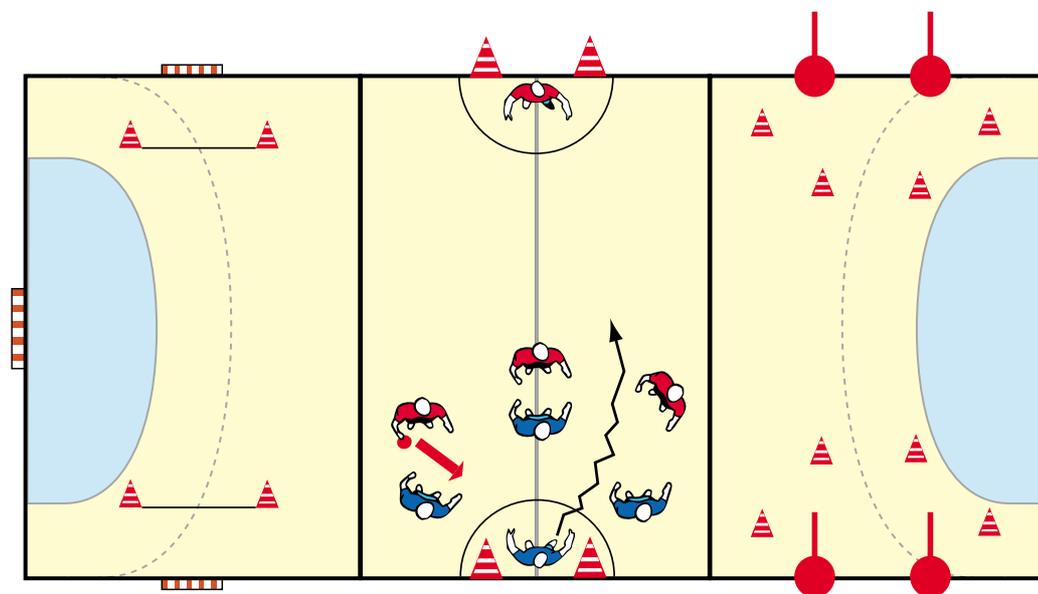
- ➔ **Pour les attaquants :** tir à 2 mains obligatoire, si le tir a échoué et que le GB l'a récupéré à 2 mains, les 3 joueurs de champ doivent s'asseoir et se relever avant de pouvoir défendre. Si le tireur marque il devient GB de son équipe.

### Score :

- ➔ Nombre de buts marqués, plus nombre de marqueurs, moins nombre de ballons bloqués par le GB adverse.

### Evolutions pour le GB :

- ➔ S'il y a but pendant que les défenseurs sont encore assis, il n'a plus le droit de dribbler directement et doit faire une passe et recevoir en dehors de la zone pour pouvoir aller marquer le plus vite possible.
- ➔ L'équipe marque 2 points s'il y a but en moins de 2 passes, après la relance du GB.



### Commentaires :

Il est possible de remplacer les mini-buts par des plots. Pour que le GB puisse exploiter au mieux le handicap des attaquants, sur tir manqué, la contrainte qui leur est imposée devra prendre plus ou moins de temps (ex : contrainte courte : accroupi ; contrainte longue : s'asseoir, se relever sans les mains). Cette situation amène le GB à lier son activité avec celle des joueurs de champ, renforçant pour le GB l'appartenance à l'équipe.



## SITUATION 3 S'amuser en protégeant la cible

### Matériel :

- ➔ 1 cerceau, 1 ballon type mini-hand, 2 jeux de chasubles, 1 élastique de saut en hauteur, 1 constri-foot, des plots pour délimiter la surface de but.

### Effectif :

- ➔ 2 équipes de 6 joueurs réparties sur chaque terrain. 1 arbitre par terrain.

### Règlement :

- ➔ Le but est de marquer plus de points que l'adversaire, en passant, en tirant au but, en faisant des arrêts.

### Pour les rouges :

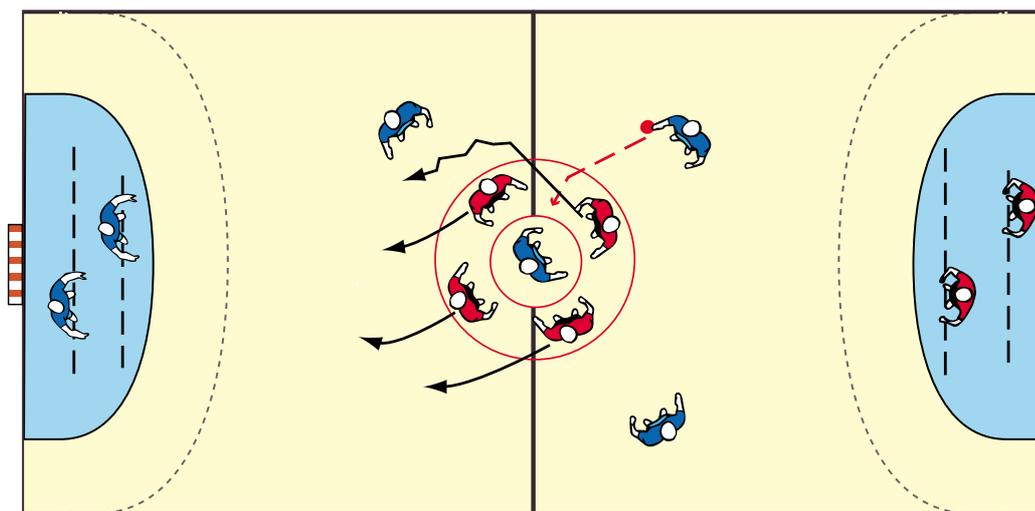
- ➔ Empêcher la passe au joueur bleu dans le cerceau : 1 pt par récupération.
- ➔ En cas de récupération, marquer dans le but adverse : 1 pt supplémentaire.

### Pour les bleus :

- ➔ Envoyer la balle au partenaire dans le cerceau : 1 pt par passe réussie.
- ➔ En cas de perte de ballon, empêcher les rouges de marquer dans sa cible : 1 pt si arrêt des GB.
- ➔ Continuer le jeu jusqu'à ce qu'un but soit marqué. Puis revenir au dispositif de départ en inversant les rôles.

### Consignes :

- ➔ Les rouges peuvent utiliser tout ou partie du corps pour empêcher la passe au joueur dans le cerceau et ne peuvent pas sortir du rond central tant qu'ils n'ont pas repoussé ou stoppé le ballon.
- ➔ Les bleus n'ont pas le droit de pénétrer dans le rond central pour passer au partenaire dans le cerceau, et de "jouer" le ballon immédiatement après qu'il ait été repoussé ou arrêté par les rouges.
- ➔ En cas d'arrêt d'un des 2 GB, le 2ème peut rentrer dans l'espace de jeu pour apporter le surnombre à son équipe.



### Commentaires :

Des ballons en mousse pourront être utilisés afin de réduire la violence des impacts ; la vitesse réduite en imposant des formes de lancers (à deux mains devant la poitrine, à rebond, etc.). Les deux gardiens évoluant dans leur surface de but pourront être placés sur deux lignes à distance variable de la ligne de but. La dimension des buts pourra être modifiée (plus large que haut) par l'utilisation de constri-foot et/ou de l'élastique de saut en hauteur.

## SITUATION 4 Jouer à plusieurs GB

### Matériel :

→ 24 ballons, des poteaux de badminton ou de volley, 3 jeux de chasubles, élastique de saut en hauteur ou "rubalise", une réserve pour les gardiens, des plots pour délimiter la distance de tir.

### Effectif :

→ 3 équipes de 8 joueurs : 1 équipe de gardiens, 1 de tireurs et 1 de récupérateurs.

### Règlement :

→ Le but est d'arrêter ensemble le plus de ballons possible.

### Organisation :

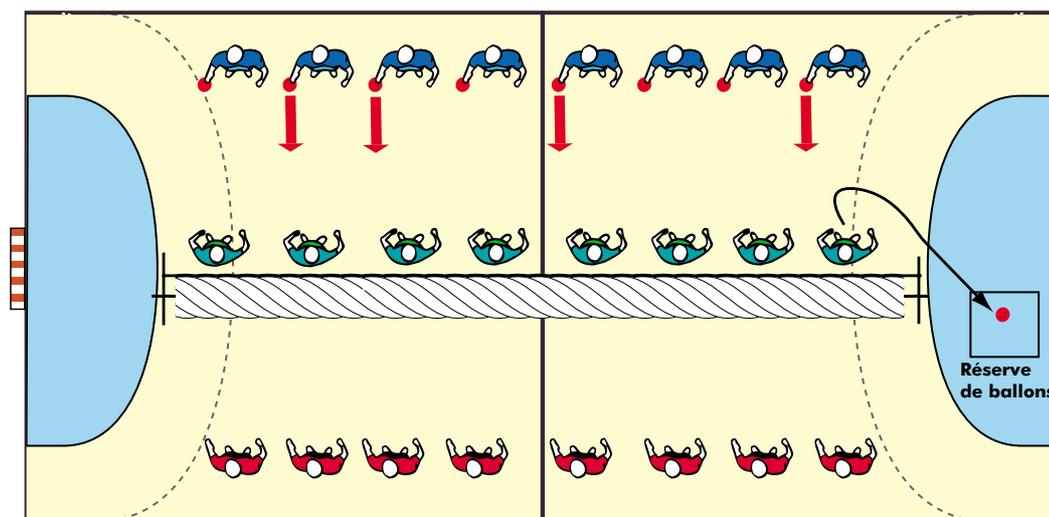
→ Tendre un fil à hauteur de la taille des élèves (pour éviter les tirs sur la partie haute du corps). Placer une équipe de gardiens devant le fil face à une équipe de tireurs postés à 5 ou 6 mètres des gardiens. La troisième équipe assure la récupération des ballons derrière le fil. Chaque tireur dispose de trois ballons.

### Consignes :

→ Les gardiens doivent empêcher les ballons de traverser la zone de marque (sous le fil et entre les poteaux). Chaque tireur doit compter le nombre de buts qu'il

marque. A chaque tir manqué ou arrêté, il perd le ballon qui est mis dans la réserve par les récupérateurs. Quand il n'a plus de ballons, il est éliminé.

→ Le jeu se termine quand il ne reste plus que 4 tireurs. L'enseignant fait le compte des buts encaissés par l'ensemble de l'équipe de gardiens et change les rôles de chaque équipe. L'équipe qui gagne est celle qui aura encaissé le moins de buts. Remarque : à chaque but le ballon est rendu au tireur par l'un des récupérateurs de la troisième équipe.



### Commentaires :

Afin de développer la coopération entre les gardiens et rompre l'isolement du joueur face à un tireur, les GB peuvent se mettre à plusieurs pour arrêter un tir. Les tireurs peuvent naviguer comme ils le souhaitent dans le respect de la distance de tir. L'enseignant pourra jouer sur :

- la forme de tir (1 main, 2 mains)
- la distance de tir
- la hauteur du fil
- la largeur de la zone à protéger par les gardiens
- le type de ballons utilisés (mousse, mini-hand).

### Note

La Fédération française de handball dispose d'une bibliographie importante, en particulier pour répondre à l'entrée dans l'activité par les plus jeunes.

"Mes premiers entraînements de handball" cassette VHS + livret.

"9/12 ans, modes de jeu et entraî-

nement."

"Handball de 8-9 ans à 15-16 ans, La formation initiale des joueurs et joueuses en questions" par Maurice Portes.

Ces documents, produits dans le cadre des stages nationaux fédéraux sont disponibles à la FFHB.

Cet article a été réalisé par un collectif de formateurs en stage national à Strasbourg en août 2003, dans le cadre des actions FFHB/DTN/Service Formation.

Contact : Service formation, 62 rue Gabriel Péri 94250 Gentilly, tél. : 01 46 15 03 70

Ont participé au stage : Jacques Bernardin (Toul HB), Brigitte Blois (CTS), Sandrine Boulesteix (CTS), Jean-Michel Danna (Belley), Christine Duret (Stade de Vanves), Max Esposito (Cavigal Nice HB), Roger Flament (CTS), Emmanuelle Klein (Malakoff), Philippe Klein (SC Sélestat), Fabrice Marty (HBC Espalion), Caroline Nita (CTS), Maurice Portes (Montpellier HB), Véronique Poupon (Rennes Métropole HB), Olivier Ragot (ASPTT Strasbourg), François Rongéot (CTN), Xavier Rousseau (HBC Villeneuve d'Ascq), Réginald Scolari (Amhanda), Jean-Michel Turin (ASPTT Strasbourg), Olivier Weber (CTF Loiret).