

Cours de base J+S Handball

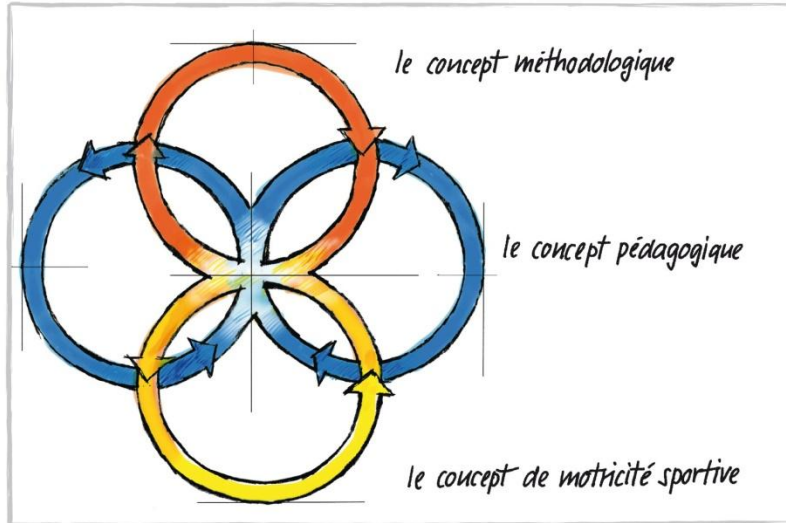
Les fondamentaux d'attaque





Janvier 2014

Michaël Delric



Introduction



| | <i>physis</i> | <i>psyché</i> |
|-------------------|--|--|
| <i>énergie</i> |  potentiel de condition physique |  potentiel émotionnel |
| <i>régulation</i> |  capacité de coordination |  capacité tactico-mentale |

Définition

Attaque - *n.f.* Phase de jeu pendant laquelle l'équipe est en possession de la balle. Remarque : Elle commence dès que l'équipe récupère la balle et se divise en deux phases : montée de balle et attaque placée. Elle s'achève par la perte de balle.

Attaque placée - *n.f.* Organisation collective autour d'une défense déjà regroupée devant sa surface de but. Remarque : Peut être aussi appelé : jeu sur espace réduit. Fait référence au dispositif.

Pédagogie:

Lier avec la fin MtB et repli.
Déf des thèmes d'attaque
des séances à préparer?

Les intentions offensives

- Marquer un but (surtout chez les petits) et assurer en permanence la triple menace (tirer, déborder, passer).
- Développer la prise d'initiative et en parallèle le soutien, cad regarder devant.
- Percevoir les points faibles de mon adversaire direct.
- Recherche systématique de la création et l'exploitation du surnombre.

Les SFI offensifs (savoir-faire individuel)

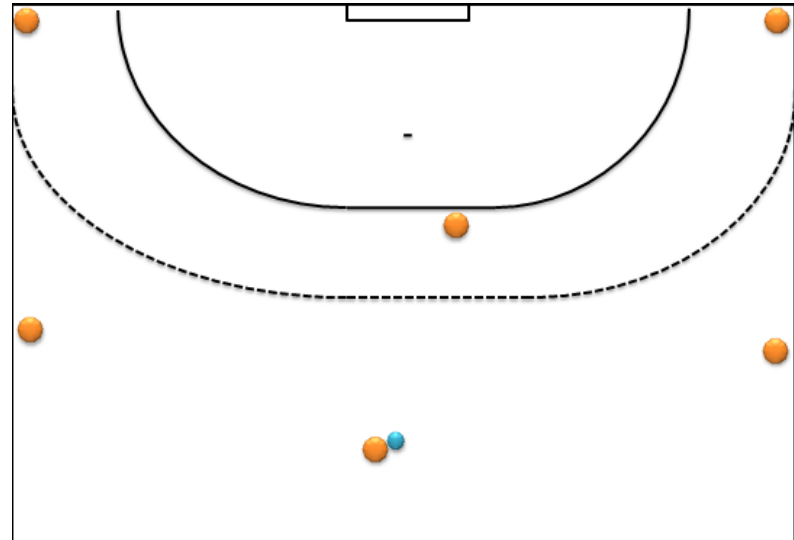
- Passe
- Drible
- Débordement ou feinte ou 1 Vs 1
- Induction

Les SFC en attaque (savoir-faire collectifs)

- Les savoirs faire collectifs (SFC) correspondent aux réponses coopératives offensives
- Référence aux intentions et principes offensif.

Les postes et les rôles

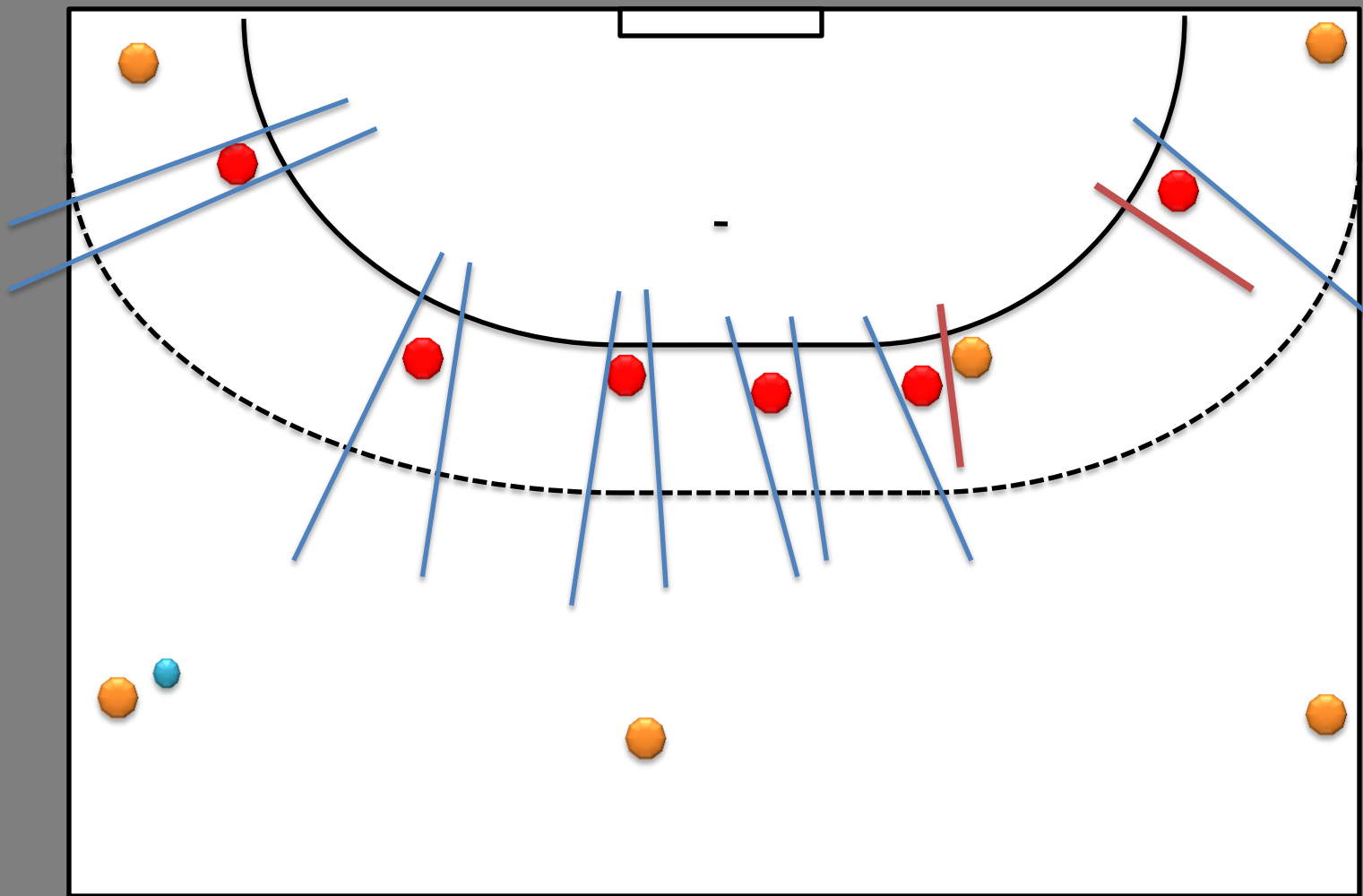
- Arrière gauche ARG
- Arrière droit ARD
- Demi-centre DC
- Ailier gauche AiG
- Ailier droit AiD
- Pivot

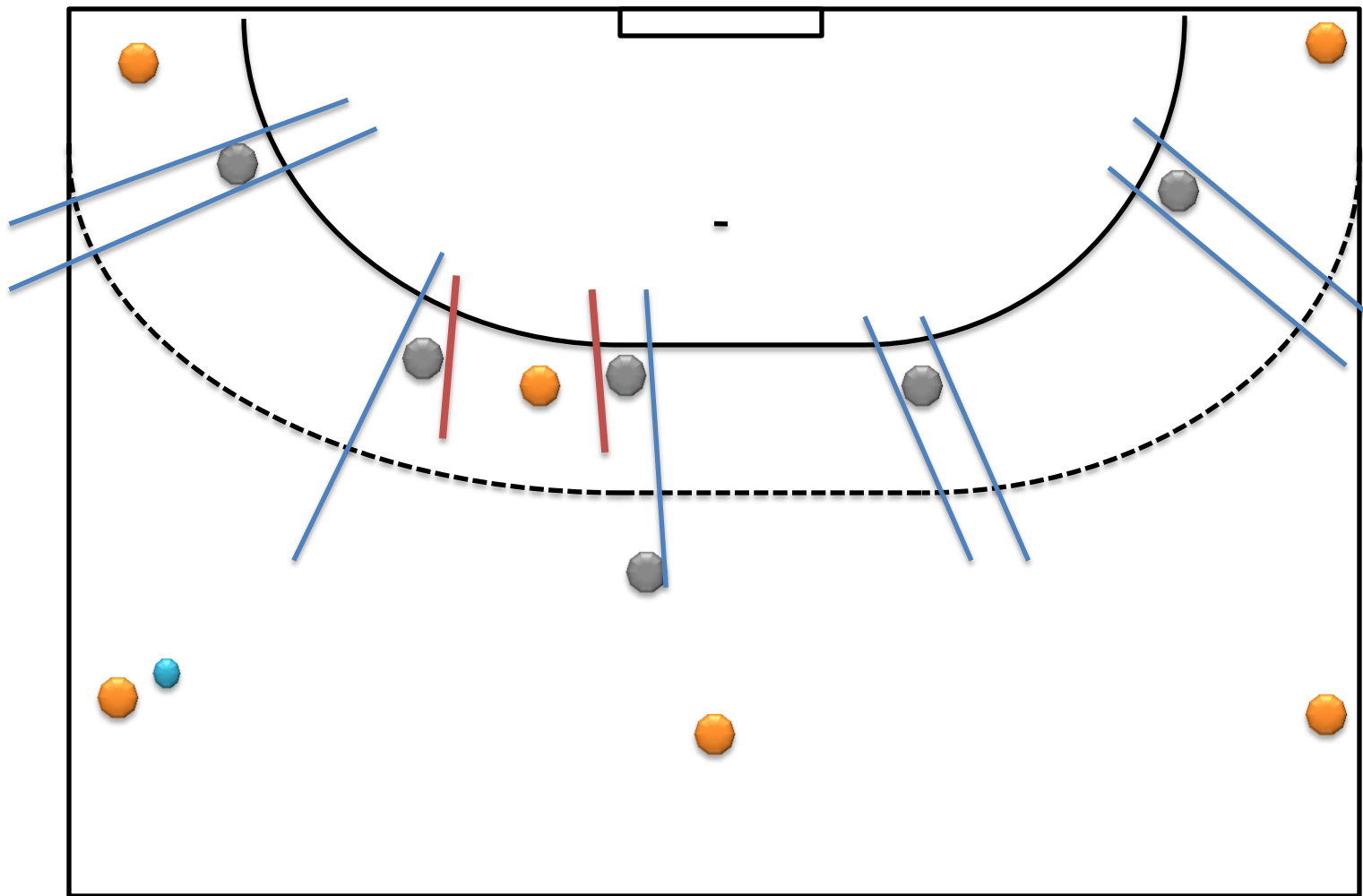


- Poste fonction de la meilleure occupation de l'espace.
- Rôle fonction des forces en présence, des qualités individuelles et collectives du groupe.

La gestion de l'espace dynamique

- Arrière gauche ARG
 - Arrière droit ARD
 - Demi-centre DC
 - Ailier gauche AiG
 - Ailier droit AiD
 - Pivot
-
- Espace de jeu effectif.
-
- Rôle fonction des forces en présence, des qualités individuelles et collectives du groupe.





Les systèmes d'attaque

o Le Jeu en lecture:

Combinaison
tactique

+

Actions individuelles

o Le Jeu programmé:

Circulation tactique

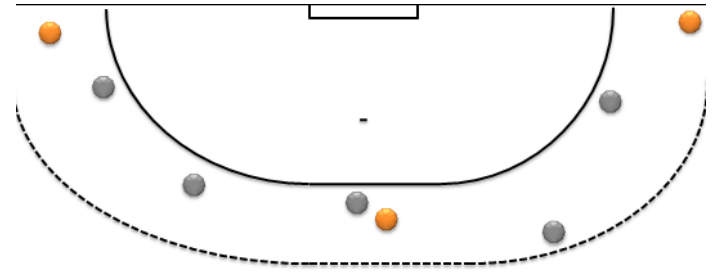
+

Schéma tactique

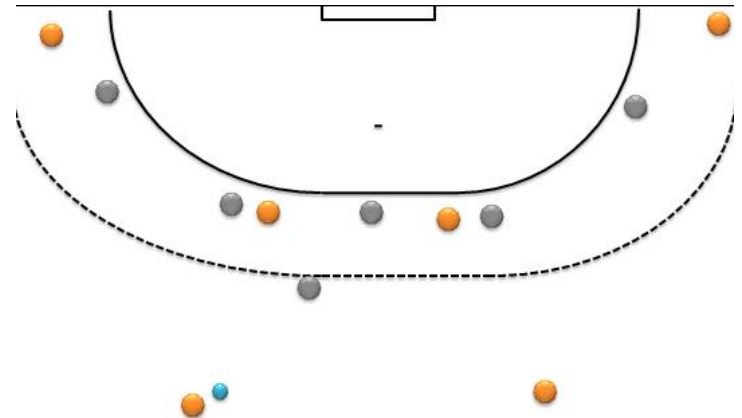
Constante = Perception de l'espace et la construction de repère commun du démarquage en M11 à la **notion d'intervalle et communication entre joueur (verbale ou non).**

Dispositifs

- 5 autour 1 dedans



- 4 autour 2 dedans



Principes fondamentaux en attaque placée

- 1) Ecartement.
- 2) Jeu dans l'espace (Prise de balle en course vers l'intervalle)
- 3) Continuité (soutien, remplacement, qualité de passe).
- 4) Respect du trapèze.

Attaque selon le système défensif

- Face à une défense H à H, il faut privilégier une circulation de joueur.
- Face à une défense de zone, il faut que le ballon circule très vite et très largement.

Conséquences sur le travail à l'entraînement:

Passer d'une stratégie d'opportuniste à une stratégie de constructeur (repère commun) où la **notion d'intervalle** (couloir de jeu direct) devient central, en rendant le joueur plus autonome techniquement en terme de décentration du ballon, du/des adversaires. Le **travail perceptif** est le métronome.

Ouvrir les espaces, Identifier/repérer les unités de lecture, adapter les comportements offensifs en fonction du rapport de force en présence.

Attaque selon le dispositif défensif

o 6-0

Selon le système,

Point de fixation et libération au plus vite au plus loin (zone)(croisé/prise de bloc/rupture)

Mouvement de joueur et course en appuis de force.

Désaligner la défense (poste)

o 5-1 et/ou 3-2-1

Battre le n°3 avancé via le DC ou via l'arrière qui l'attire externe pour libérer le secteur central.

Mettre de l'incertitude avec une pénétration

Croisé AR-DC

o 4-2

Battre le 1^{er} rideau défensif

Eviter de mettre la balle à l'aile

Pivot en position centrale

DC « traverseur »

o 3-3

1Vs1 pour battre le 1^{er} rideau défensif ou mouvement de joueur de la base arrière (croisé)

Jeu en appui du pivot et jeu en appui d'une entrée d'ailier

Jeu depuis les ailiers.

Conséquences sur les visées de formation

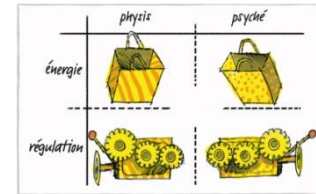
Il me semble intéressant d'amener les apprentissages tactiques au handball par des intentions tactiques (choix binaire dans le duel tireur-GB et dans les relations avec ses partenaires) donner à l'intérieur d'un travail technique qui lui vise à rendre le joueur autonome avec le milieu. (jusque M15)

Ensuite par l'acquisition de connaissance relatives aux principes fondamentaux de jeu, tenter d'enrichir le répertoire tactique du joueur. (jusque M18)

Enfin, la combinaison de différent variante pour une situation devra être ajoutée à une intensité élevée et une contrainte temporelle importante. A partir de M18... à venir.

Nous formulerons une proposition plus après définie en terme de contenu d'entrainement (CE) par catégorie pour être facilement retranscrite dans les clubs.

Travail autour de l'espace.



- Etre sur les principes fondamentaux.
- S'engager sans ballon face à un espace libre.
- Protéger son ballon pour assurer la continuité du jeu.
- Eviter de sauter les relais.
- Eviter les passes au dessus du défenseur.

- M11: « Géographiation » de l'espace.

Conséquences pédagogiques=

- _Jouer le plus possible sur 20*15m.
- _Dégrapage
- _Prise en compte de l'espace (écartement).
- _Rôle porteur/non porteur de balle.
- _Organisation défensive visant la récupération du ballon, HâH, demi terrain.
- _Motricité: Coordination Générale: Courir attraper sauter lancer.

- M13: « Passage du grand espace au petit espace ».

Conséquences pédagogiques=

- Jouer le plus possible sur 40*20m notamment à l'échauffement.
- Occupation de l'espace et valoriser l'élargissement pour accéder à la cible. Prise en compte de l'espace (écartement et étagement) et de l'adversaire direct.
- Organisation défensive visant la récupération du ballon HâH, étagée voire demi terrain.
- Rôle porteur/non porteur de balle.

- M15: Appréhender le travail sur petit espace.

Conséquences pédagogiques=

- Jouer le plus possible sur 40*20m.
- Constitution de repères offensifs communs et facilement identifiable.
- Engagement vers la cible sans ballon.
- Organisation défensive visant la récupération du ballon et à protéger la cible organisée autour de la zone.

- M17: Début de la spécialisation, motricité fine au poste et jeu tactique à 2 ou 3.

Conséquences pédagogiques=

- Jouer le plus possible sur 40*20m.
- Constitution de repères offensifs communs et facilement identifiable.
- Mise en place de choix tactiques à 2

- M19: Spécialisation

Conséquences pédagogiques=

- Jouer le plus possible sur 40*20m.
- Constitution de repères offensifs communs et facilement

Conséquences en terme de CONTENUS D'ENTRAINEMENT (CE) M11

- **M11: Obtenir le gain du match par l'exploitation et collective de l'espace effectif de jeu autour de l'occupation de l'espace (+placement advR et des différents profils de joueur (relayer, traverseur, contourneur...) dans le respect de l'autre et des règles. Défense : récupération rapide de la balle.**

Jeu sur Grand Espace avec importance tactique donnée sur les rôles porteurs/non porteurs de balle et sur le tir abordé avec l'intégration de la règle. Défense HâH privilégiée car plus propice à solliciter énergétiquement, perceptivement, le jeune joueur et à enrichir son répertoire technique. Travail de motricité orientée.

Très ludique.

HâH demi terrain.

Travail moteur très important pour la coordination.

Gainage ludique.

Travail de la vitesse.

Planification

Conséquences en terme de CONTENUS D'ENTRAINEMENT (CE) M13

- o M13: **Obtenir le gain du match par l'exploitation rapide (constamment vers l'avant) et collective de la montée de balle et l'initiation à un jeu organisé (posté) dans le respect de l'autre et des règles.**

Idem + initiation au passage grand espace petit espace avec l'acquisition des rôles porteur/non porteur (notamment jeu sans ballon) et un approfondissement de la notion de passeur/réceptionneur, porteur/non porteur, passeur/tireur. Défense H à H très offensive.

Jouer avec, jouer pour, jouer contre.

Construire des repères de jeu commun.

H à H très étagée avec stratégie collectivement construite + offensive.

Très ludique.

Travail moteur très important pour la coordination.

Gainage, force train inf et supérieur.

Travail de la vitesse et de la puissance maximal aérobie.

Mise en place de la notion d'alternative et choix rapide. Anticipation pour faire des choix rapides.

Conséquences en terme de CONTENUS D'ENTRAINEMENT (CE) M15

- M15: **Obtenir le gain du match par la récupération de la balle, le changement de rythme, collectif et organisée de la montée de balle et du jeu autour par l'intégration de la notion d'intervalle à exploiter par rapport à un système et dispositif défensif organisé autour de la zone en valorisant le jeu externe.**

Fin passage du jeu sur petit espace: Jeu en gain d'espace sans ballon et création de surnombre offensif + Relation avec le joueur dedans (bloc remise). Jeu en lecture donc avoir des repères communs.

Changement de rythme.

Rapidité de la prise de décision (automatisation, découverte par anticipation).

Jeu en lecture des intervalles. Construire des repères de jeu commun.

Stratégie: Points forts et faibles du groupe, de l'adversaire..

Etablir un projet de jeu co-construit entre les joueurs et l'entraîneur.

Défense: Zone ou H à H: Stratégie collective co-construite.

Défense recherchant la récupération du ballon.

Renforcement musculaire systématique et PMA (10 sec 15 sec ou 15sec 20sec).

Conséquences en terme de CONTENUS D'ENTRAINEMENT (CE) M17

- o M17: **Obtenir le gain du match par la récupération du ballon ou la protection de son but, l'identification rapide de l'espace favorable de marque obtenu par une coordination offensive**

Travail tactique = Reconnaissance d'une situation favorable de fir, Relation à 2, 3. Jeu en lecture et jeu programmé.

Privilégier le jeu externe, le jeu autour du pivot. Croisé, 1Vs1 pour traverser ou attirer, jeu en rupture avec le pivot, induction.

Début de spécialisation.

Vitesse d'exécution motrice. Prise d'avance par l'anticipation motrice et perceptive.(Etre dans le négatif).

Création du surnombre par la construction de repères de jeu commun.

Stratégie: Points forts et faibles du groupe, de l'adversaire..

Défense: Zone ou H à H: Stratégie collective co-construite. Défense offensive.

Renforcement musculaire systématique et PMA (15sec 15 sec ou 30sec 30sec ou 1min, 1min).

Conséquences en terme de CONTENUS D'ENTRAINEMENT (CE) M19

- **M19: Obtenir le gain d'une rencontre par l'organisation, la collaboration de notion offensive en fonction du rapport de force en présence.**

Idem combiné + schéma tactique divers et spécialisation des collaborations.

Travail musculaire spécifique.

Définitions

Alignement - *n.m.* Position sur une même ligne de plusieurs joueurs. On parle d'alignement défensif pour permettre les changements. En attaque la notion d'alignement fait référence à la position du porteur de balle du défenseur et d'un attaquant (cf remarque). Remarque : Optimisation des positionnements défensifs (aide, fermeture, couverture...). Position à rompre en attaque pour pouvoir recevoir la balle par le partenaire ou le porteur de balle. Sortir de l'alignement pour recevoir la balle = se démarquer.

Appui - *n.m.* Joueur situé en avant d'une ligne parallèle à la ligne de fond et passant par le porteur de balle. Remarque : Permet le Passe et Va. A respecter: Distance

Attaque placée - *n.f.* Organisation collective autour d'une défense déjà regroupée devant sa surface de but. Remarque : Peut être aussi appelé : jeu sur espace réduit. Fait référence au dispositif.

Base arrière - *n.f.* Ensemble des joueurs qui évoluent loin de l'organisation défensive adverse. Remarque : On distingue généralement les trois postes d'arrières.

Attaque de balle - *n.f.* Action du réceptionneur visant à attraper la balle de façon active. Remarque : On demande au joueur d'attaquer la balle avant d'attaquer le but. Attitude déterminante pour s'emparer de la balle de manière efficace.

Appel de balle - *adj.* Action significative du non porteur indiquant au porteur de balle sa disponibilité pour recevoir. Remarque : Ne pas confondre avec un appel sonore, il existe plusieurs modes d'appel de balle : Course longue sur CA, course courte dans le jeu au près, accélération, déplacement des bras du pivot...

Base avant - *n.f.* Ensemble des joueurs qui évoluent à proximité de la surface de but et au contact de l'organisation défensive. Remarque : On distingue généralement les pivots et les ailiers.

Chabala - *n.m.* Feinte de tir tendu avec passage du poignet sous la balle pour ralentir la vitesse de la balle. Remarque : Utilisé sur jet de 7m et en fin de duel de près face au gardien.

Bloc - *n.m.* Utilisation par l'attaquant sans la balle de son corps pour faire obstacle à un déplacement latéral, ou arrière du défenseur. Remarque : Cet obstacle doit faciliter l'accès au tir du partenaire. Le bloc peut se faire interne (vers le milieu du terrain) ou externe (vers la touche) par rapport au défenseur. Bloc interne du pivot pour l'arrière gauche... Bloc externe de l'ailier pour l'arrière gauche...



Bloc/remise (Voir bloc) - Tout en gênant le défenseur dans son déplacement, le "bloqueur" se rend disponible pour recevoir la balle (remise). Remarque : Aussi appelé "bloc-débloc" ou "bloc/retour", contribue à la rupture de l'alignement défensif, utiliser dans le jeu au près.

Définitions

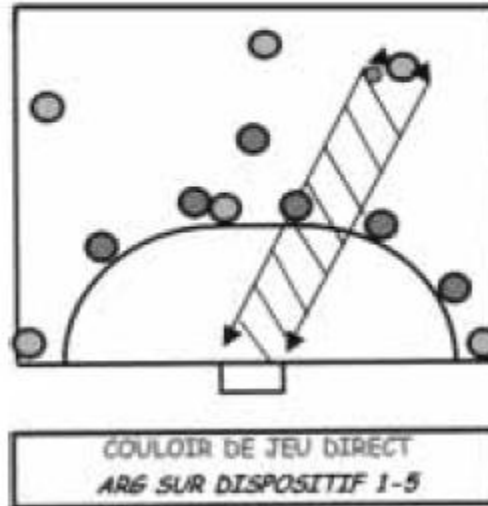
Changer de secteur - v.t. *L'attaquant quitte le secteur de jeu correspondant à son poste pour aller jouer dans un autre secteur. Remarque : On parle de changement de secteur. Il peut se faire avec ou sans balle. il peut être proche (poste immédiatement à côté) ou éloigné.*

Circulation tactique - n.f. *"Suite d'actions individuelles et de combinaisons tactiques effectuées suivant un certain plan d'organisation, la balle et les joueurs circulant successivement vers des endroits du terrain établis à l'avance". Teodoresco. Remarque : Terme généralement utilisé en attaque, il peut y avoir plusieurs possibilités d'exploitation.*

Combinaison tactique - n.f. *"Coordination des actions individuelles de deux ou plusieurs joueurs, afin de réaliser une tâche partielle du jeu". Teodoresco. Remarque : La passe est la plus simple des combinaisons tactiques. Le passe et va.*

Contourner - v.t. *Jouer dans un espace non protégé par le bloc défensif adverse. Remarque : On parle de jeu en contournement pour éviter le jeu à forte densité de joueurs.*

Couloir de jeu direct - n.m. *Couloir (virtuel) qui va du porteur de balle au but. Remarque : Ce couloir est constamment à reconstruire dans le jeu collectif et individuel.*



Crédit d'action - n.m. *Ensemble des actions possibles dont dispose le porteur de balle. Remarque : Plus le joueur conserve un crédit d'actions important face au défenseur, plus il dispose de variété dans son jeu : passe, 3 pas, débordement, dribble, Schwenker...*

Créer le surnombre - v.t. *Pour le porteur de balle, mobiliser son adversaire puis celui du partenaire proche pour libérer un espace, pour le non porteur. Remarque : A la suite de cette action offensive, l'attaque se poursuit en décalage.*

Déborder - v.t. *Manœuvre de l'attaquant pour franchir la ligne d'avantage déterminée par le plan des épaules du défenseur. Remarque : On parle de débordement lorsque les joueurs sont proches, sinon il y a évitement.*

Décalage - n.m. *Exploitation du surnombre dans le sens du débordement. Remarque : L'exploitation peut être directe sur la première passe, ou différée. La qualité de la sortie de balle prend un aspect déterminant dans les possibilités d'exploitation.*

Définitions

Croiser - v.t. *Combinaison qui consiste à un changement de secteur par le porteur de balle pour perturber le système défensif et libérer son secteur de jeu pour son partenaire.* Remarque : Il existe des croisés courts et longs en fonction de la proximité ou non du changement d'espace.

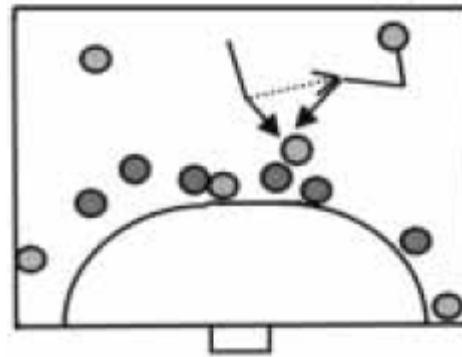


CROISER
LORSQUE LE N°2 SUIT LE PORTEUR

Dialectique attaque / défense - n.f. *Analyse des interactions entre les dispositifs et les systèmes de jeu proposés par les deux équipes.* Remarque : Elle devrait évoluer constamment au cours du match.

Écartement - n.m. *Action visant à occuper la plus grande largeur possible du terrain, par le placement des joueurs et la circulation de la balle.* Remarque : Cette notion fait référence aux fondamentaux d'attaque. Dans l'attaque en sunombre c'est le premier principe à respecter.

Écran - n.m. *Action offensive visant, par l'utilisation du corps en barrage, à faire obstacle à un déplacement antérieur du défenseur.* Remarque : Cet obstacle doit faciliter l'accès au tir du partenaire.



ÉCRAN
PAR ENTREE DU DC POUR ARG

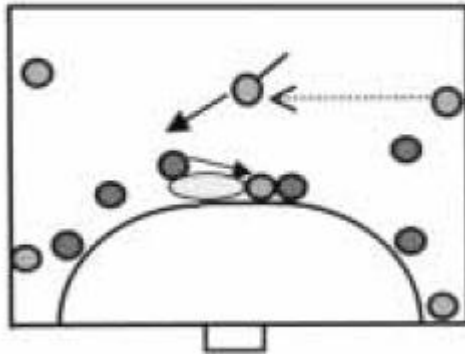
Dribbler - v.t. *Conduire la balle en la faisant rebondir, avec ou sans déplacement.*

Enchaîner - v.t. *Activité du joueur avec intention de poursuivre son action en favorisant la continuité du jeu.* Remarque : On distingue des enchaînements : 1. d'actions : recevoir, dribbler, passer. 2. de tâches : dissuader, harceler, intercepter. 3. de phases : défendre, contre attaquer.

Enclenchement - n.m. *Début d'offensive, reconnue par les attaquants comme un signal et permettant de coordonner les intentions des joueurs.* Remarque : Souvent marqué par une rupture dans le rythme, les transmissions et les courses. L'enclenchement laisse de la place à l'initiative des joueurs.

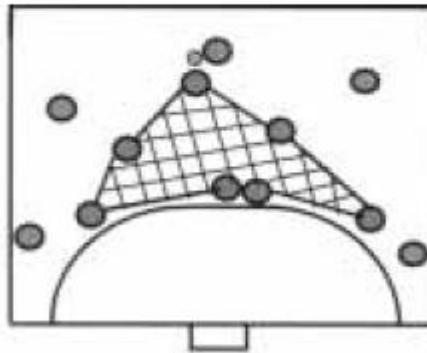
Définitions

Espace d'avantage - *n.m.* Espace créé par l'attaquant et directement utilisable par celui-ci. Remarque : On utilise souvent ce terme pour le pivot.



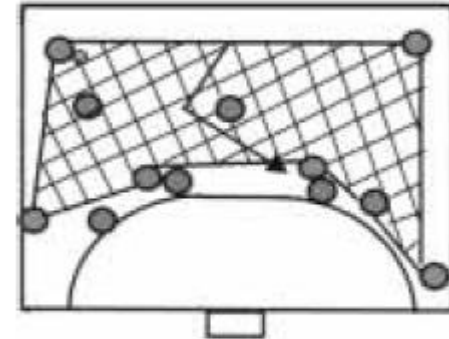
ESPACE D'AVANTAGE
PIVOT PASSE DU N°3 au N°2

Espace de jeu effectif défensif - *n.m.* Surface du terrain utilisée effectivement de façon opérationnelle par les défenseurs. Remarque : Cet espace est représenté en reliant sur un schéma les positions des défenseurs à la périphérie.



ESPACE DE JEU EFFECTIF
DISPOSITIF DEFENSIF 1-2-3

Espace de jeu effectif offensif - *n.m.* Surface du terrain utilisée effectivement de façon opérationnelle par les attaquants. Remarque : Cet espace est représenté en reliant sur un schéma les positions des attaquants à la périphérie.

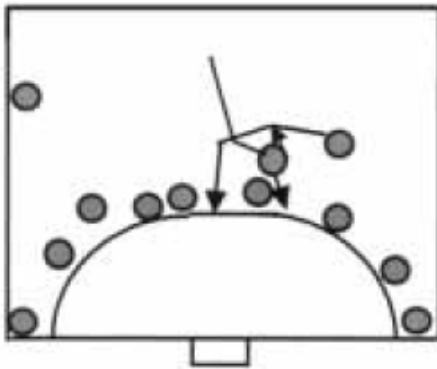


ESPACE DE JEU EFFECTIF
ATTAQUE A 2 DEDANS / 4 DEHORS

Espace libre - *n.m.* Secteur non occupé par la défense et directement utilisable par l'attaquant. Remarque : Zone de fragilité de la défense, la recherche de cet espace doit être la priorité du joueur en attaque.

Définitions

Exploitation du surnombre - *n.f.*
Utilisation directe de l'espace libre (seul face au GB) par le ou les partenaires suite à la création du surnombre. Remarque : Cette exploitation en fonction du comportement des défenseurs peut être un croisé ou un décalage.



EXPLOITATION DU SURNOMBRE
A PARTIR D'UN CROISE DC/ARG

Feinter - *v.t.* *Produire une action clairement identifiable par l'adversaire pour masquer sa véritable intention. Remarque : Utilisable à tout moment avec et sans balle et par tous les joueurs.*

Fixer - *v.t.* *Action du porteur de balle visant à mobiliser le défenseur (lui interdisant tout enchaînement possible).*

Définitions

GB - Fermeture - Action du GB visant à réduire la surface de cible accessible au tireur. Remarque : Les fermeture d'angle peuvent se faire par réaction, anticipation, provocation.



GB - Jeu en réaction - Mode de jeu dans lequel le GB attend le déclenchement du tir pour réagir. Remarque : Souvent reconnu comme le mode de jeu dominant chez le GB débutant.

GB - Déplacement - Le gardien de but organise ses déplacements devant son but suivant un arc de cercle d'amplitude plus ou moins importante. Remarque : Ces déplacements lui permettent de suivre la circulation de la balle en maintenant un placement efficace.

GB - Jeu en provocation - Mode de jeu dans lequel le GB, par son attitude, incite le tireur à choisir un impact prédéterminé. Remarque : Permet au GB de prendre l'ascendant sur le tireur en l'amenant à tirer là où le GB est le plus efficace.

GB - Récupération - Action pour le GB consistant à reprendre la possession de la balle suite à un tir ou une perte de balle de l'adversaire. Remarque : De la vitesse de récupération dépend l'efficacité du changement de statut défenseur / attaquant.

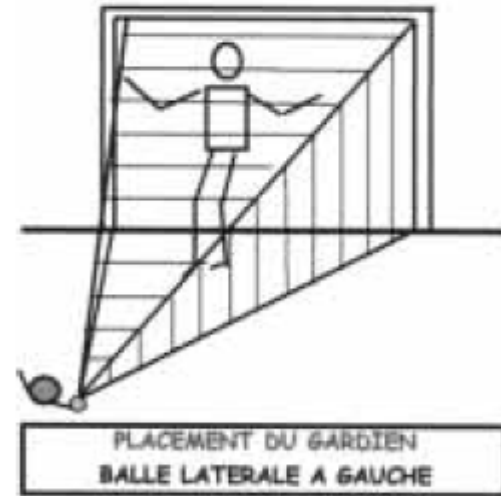
GB - Relance - Action du GB consistant à transmettre la balle à ses partenaires suite à la récupération. Remarque : L'efficacité de la relance dépend souvent de la rapidité et des choix du GB.



GB - Jeu en anticipation - Mode de jeu dans lequel le GB anticipe sur l'endroit du tir. Remarque : Permet au GB (avec un risque) d'éviter le retard sur la prise d'information.

GB - Parade - Intervention du GB sur le tir pour empêcher le but. Remarque : Cette intervention peut se faire avec différents segments du corps, jambes, bras, tête mais également avec le corps, le tronc.

GB - Placement - Position occupée par le GB devant son but en fonction de la position de la balle. Remarque : Cette position permet une fermeture optimale des angles de tirs, sur la bissectrice de l'angle formé par les 2 poteaux de but et la balle.

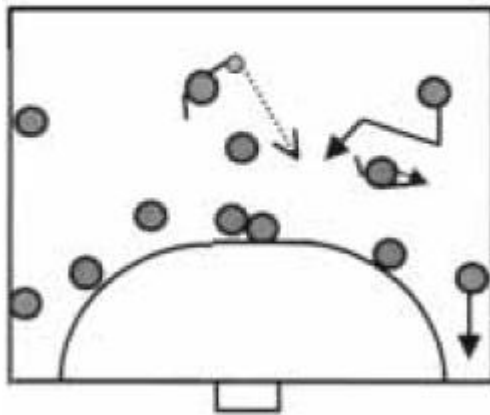


GB - Préparation - Attitude stabilisée suite au déplacement, qui place le GB dans les conditions optimales au plan moteur pour s'opposer au tir. Remarque : Cette position correspond à l'attitude du GB juste avant le tir.

Définitions

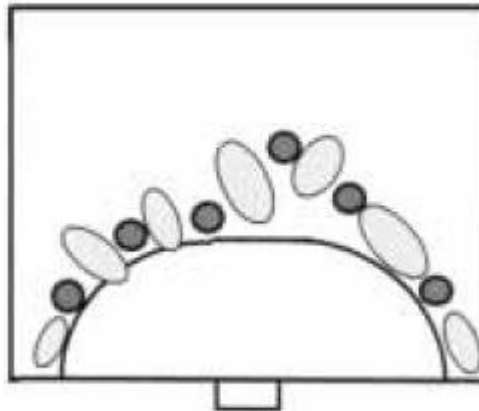
Grand jeu - *n.m.* Jeu dans un espace large à faible densité de joueur. Remarque : "Jeu déployé." Circulation du joueur en dehors de son secteur.

Induction - *n.f.* Action offensive du non porteur de balle qui par une course préalable aiguille son adversaire direct sur une fausse intention et permet un débordement à l'opposé. Remarque : Permet un débordement favorable face à une défense homme à homme.



INDUCTION
FEINTE DE PASSE SUR APPEL EXTERNE

Intervalle - *n.m.* Espace libre défini entre deux défenseurs. Remarque : En fonction de la position de l'attaquant face à la défense, on distingue un intervalle externe et un intervalle interne.



INTERVALLES
LIGNE DE FOND COMPRISE

Intention - *n.f.* Disposition / détermination personnelle du joueur en vue d'une intervention défensive ou offensive. Remarque : La notion d'intention fait référence à une analyse du jeu partant du joueur et non du système.

Jeu au loin - *n.m.* Jeu à distance du dispositif défensif en évitant les contacts avec l'adversaire. Remarque : Favorise les grandes courses des joueurs de la base arrière pour déclencher les tirs à distance.

Jeu au près - *n.m.* Jeu au contact de l'adversaire dans des espaces réduits. Remarque : Permet la prise d'intervalle et les tirs à 6m.

Jeu en lecture - On préfère parler de jeu spontané par opposition au jeu programmé - *n.m.* Jeu dans lequel le joueur ajuste-adapte* ses actions en fonction des indices repérés dans le jeu de ses partenaires et des adversaires. Remarque : Favorise l'initiative du joueur. Place la notion d'activité adaptative comme référentiel d'analyse de l'activité.

Jeu externe - *n.m.* Jeu qui privilégie les courses d'engagement en s'écartant vers la ligne de touche.

Jeu hors secteur - *n.m.* Jeu dans un autre secteur que celui du poste occupé au départ. Remarque : Appelé aussi jeu indirect. Une rentrée d'ailier...

Définitions

Jeu interne - *n.m.* Jeu qui privilégie les courses vers l'axe central du terrain.

Jeu programmé - *n.m.* Jeu dans lequel le joueur ajuste ses actions aux exigences du système défensif ou offensif retenu. Remarque : S'oppose généralement à la notion de jeu en lecture. Appelé parfois jeu codifié.

Joueur autour - *n.m.* Joueur jouant à l'extérieur du dispositif défensif. Remarque : Généralement les arrières et les ailiers.

Joueur dedans - *n.m.* Joueur jouant à l'intérieur du dispositif défensif. Remarque : Ce joueur peut être le pivot ou un joueur pénétrant dans le dispositif défensif.

Mode de jeu - *n.m.* "Comportements les plus souvent repérés chez le joueur selon les compétences acquises, significatifs de ce qui l'organise momentanément." Remarque : Pour le tireur on reconnaît les modes suivants : percuteur, éviteur, éviteur feinteur, contourneur, traverseur. Dans "9-12 ans, modes de jeu et entraînement".

Montée de balle - *n.f.* Progression rapide et collective de la balle à travers ou en contournant le repli défensif. Remarque : En cas d'impossibilité de tir elle doit permettre la continuité du jeu. Référence au jeu de transition.

Organisation - *n.f.* Elle définit les positionnements et les rôles et tâches des joueurs. Remarque : On peut l'analyser à partir du dispositif et du système de jeu en attaque et en défense. On parle d'organisation collective ou individuelle.

Passage de bras - *n.m.* Geste technique particulier du porteur de balle visant, au contact de l'adversaire, à éviter celui-ci par un mouvement circulaire du bras permettant le débordement à l'opposé du bras tireur. Remarque : Il est associé à un travail d'appui pour se dégager du défenseur (déplacement latéral + profondeur) et à un effacement des épaules.



Occupation de l'espace - *n.m.* Utilisation optimale du terrain pour battre l'adversaire, déterminée par l'occupation des postes en attaque. Remarque : S'utilise en attaque comme en défense et fait souvent référence au dispositif écartement/étagement.

Passe de renversement - *n.f.* Passe imprimant un changement de sens à la circulation de la balle. Remarque : Généralement utilisé pour l'attaque de défense de zone.

Définitions

Passé décisive - *n.f.* Passe qui amène le réceptionneur en situation de tir face au gardien de but. Remarque : Souvent prise en compte dans les statistiques des attaquants en match.

Passé et suit - *n.m.* Le porteur de balle fait une passe au joueur en soutien et enchaîne un déplacement vers ce dernier (suit sa balle).

Passé et va - *n.m.* Le porteur de balle fait une passe au joueur en appui et enchaîne un déplacement en profondeur.

Passer - *v.t.* Action de lancer la balle en direction d'un partenaire avec une intention de continuité du jeu. Remarque : Prendre en compte le jeu de la défense et l'intention du futur réceptionneur. Elle peut aussi être une simple déviation (1 ou 2 mains).

Pénétrer - *v.t.* Rentrée de joueur à l'intérieur du dispositif défensif. Remarque : Avec ou sans balle.

Permuter - *v.t.* Déplacement respectif de deux joueurs qui changent d'espace d'attaque ou de poste.

Petit jeu - *n.m.* Jeu dans un espace réduit à forte densité de joueurs. Remarque : Jeu groupé. Jeu dans son secteur.

Phase - *n.f.* Différentes séquences de jeu définies par la possession ou non de la balle et l'espace de jeu utilisé. Remarque : On distingue quatre phases : le repli défensif, la défense placée, la montée de balle et l'attaque placée.

Poste - *n.m.* Joueur qui sort de l'alignement défensif et dont l'espace de jeu se situe devant ce dispositif entre deux lignes. Remarque : Participe au réseau d'échange. Relation d'aide au porteur de balle. Favorise le jeu en passé et va, alternance pivot/poste. Ce jeu en poste peut être réalisé par un joueur qui pénètre dans le dispositif défensif.

Rapport de force - *n.m.* Interactions entre les initiatives de l'une et de l'autre équipe pour prendre l'avantage. Remarque : On distingue un rapport de force favorable ou défavorable. Ce rapport de force peut être collectif ou individuel.

Réception - *n.f.* attraper la balle suite à une passe d'un partenaire. Remarque : On distingue : réception à 2 mains ou 1 main. Elle nécessite une attitude dynamique pour favoriser la prise de balle. On parle "d'attaquer" la balle avec ses jambes et ses bras.

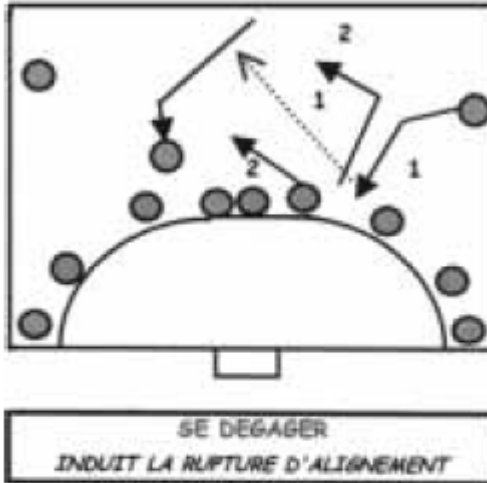
Pronfondeur - *n.f.* Jeu ou positionnement dans l'axe du terrain. Remarque : On parle de jeu en profondeur ou de relations en profondeur. Jeu en passé et va avec joueur en appui.

Projet défensif ou projet offensif - *n.m.* Mise en œuvre d'une stratégie en rapport avec le potentiel de l'équipe et le jeu développé par l'adversaire. Remarque : Atteindre une efficacité optimale par un comportement individuel et collectif adapté au jeu de l'adversaire.

Protection de la balle - *n.f.* Action du porteur de balle visant à opposer à l'adversaire le corps ou une partie du corps pour placer la balle hors de portée. Remarque : Notion de corps obstacle et d'éloignement de la balle.

Définitions

Se dégager - v.t. *Se désengager suite à une action offensive en se libérant et se replaçant face à un nouvel espace.*
Remarque : Favorise la continuité du jeu.



Se démarquer - v.t. *Rompre la position de l'alignement par rapport au porteur de balle et au défenseur en se rendant disponible pour recevoir.* Remarque : Prendre en compte : distance de passe, orientation, course, appel de balle.

S'engager - v.i. *Course dans l'espace libre avec ou sans balle présentant un danger pour l'adversaire.*

Réseau d'échanges - n.m. *Ensemble des possibilités de passes pour le porteur de balle.* Remarque : On parle d'enrichir le réseau d'échanges.

Rotation arrière - n.f. *Changement de poste entre deux ou plusieurs arrières visant à perturber la répartition défensive et à placer ces joueurs dans le secteur d'efficacité.* Remarque : Peut être retenue comme le signal d'un départ d'une circulation tactique (enclenchement).

Roucoulette - n.f. *Tir dans lequel le joueur imprime un effet rotatif à la balle.* Remarque : Il peut être avec ou sans rebond.

Sauter un relais - v.t. *Dans la circulation de balle, éviter un poste de jeu.* Remarque : Employé pour varier la circulation de balle ou surprendre la défense. Aussi utilisé pour battre les défenses de zone.

Savoir faire - n.m. *Action motrice adaptée à la situation.* Remarque : aspect technico-tactique.

Schéma tactique - n.m. *Enchaînement d'actions connues par tous les joueurs dont la finalité est déterminée à l'avance.* Remarque : On l'utilise dans des moments précis du match, par exemple lors d'un jet franc.

Se placer - v.i. *Se positionner à un emplacement déterminé par un dispositif en vue de prendre un avantage sur son adversaire direct.* Face à l'espace libre, à distance de passe, en appui, en soutien...

Signal - n.m. *Élément repérable par l'ensemble des joueurs pour annoncer une action prédéfinie.* Remarque : La reconnaissance des signaux optimise l'activité des joueurs.

S'orienter - v.i. *Recherche d'une posture qui prenne en compte l'ensemble du jeu et facilite les initiatives du joueur.* Remarque : En défense, l'orientation est définie par la ligne des épaules et la position des appuis. En attaque, on distingue l'orientation des appuis, des épaules, du regard...

Sortie de balle - n.f. *Passé qui fait suite immédiatement à un duel offensif au contact de l'adversaire.* Remarque : La qualité de cette passe est déterminante pour la continuité du jeu.

Stratégie - n.f. *Ensemble des actions interindividuelles et/ou collectives, mises en oeuvre au cours d'une rencontre.* Remarque : Sa caractéristique consiste à s'adapter tactiquement au jeu de l'adversaire en tenant compte des forces en présence.

Définitions

Supériorité numérique - *n.f.* Jeu avec un ou plusieurs joueur(s) de plus en attaque ou en défense suite à une ou plusieurs exclusion(s). Remarque : Surnombre de position à conserver en attaque par un écartement maximal, parvenir à un tir au près dans le secteur central, éviter le un contre un.

Soutien - *n.m.* Joueur en attaque situé en arrière d'une ligne parallèle à la ligne de fond et passant par le porteur de balle. Remarque : Réceptionneur qui permet le passe et suit. A respecter : distance d'échange, orientation et disponibilité. Permet de maintenir la conservation de la balle.

Suspension - *n.f.* "Tirer en suspension" après une impulsion sans contact avec le sol. Remarque : On distingue : impulsion pied d'appel, appel inversé et à deux pieds.

Système - *n.m.* Principes collectifs qui organisent les relations des joueurs en attaque comme en défense. Remarque : Système de zone ou homme à homme en défense.

Schwenker - *n.m.* Geste technique permettant de feinter le tir en suspension, de dribbler et de poursuivre l'action offensive. Remarque : Le joueur doit lâcher la balle dans la première suspension avant de reprendre le contact avec le sol.

Technique - *n.f.* Registre des activités motrices répertoriées au handball.

Tir - *n.m.* Action de lancer la balle en direction du but avec l'intention de marquer. Remarque : C'est la finalité du jeu. Prendre en compte le jeu de la défense et du gardien de but.

Tir à effet - *n.m.* Tir dans lequel le joueur imprime une rotation à la balle. Remarque : Rotation verticale, horizontale ou mixte.

Tir à l'amble - *n.m.* Tirer en appui avec la jambe du côté du bras tireur en avant. Remarque : Appelé aussi tir dans la foulée.

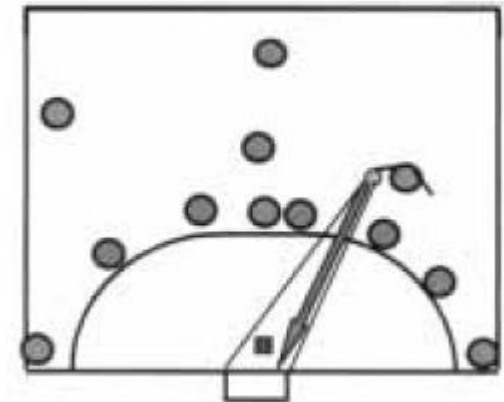
Tir à rebond - *n.m.* Tir dans lequel la balle touche le sol avant de pénétrer dans le but.

Tir au travers - *n.m.* Tirer dans l'espace proche du défenseur ou du gardien de but.

Tactique - *n.f.* "La totalité des actions individuelles et collectives des joueurs d'une équipe, organisée et coordonnée rationnellement et d'une façon unitaire, dans les limites du règlement, au but d'obtenir la victoire". Teodororesco.

Tir bas - *n.m.* Tirer avec un lâcher de balle au niveau du genou. Remarque : La trajectoire peut être remontée dans le haut du but.

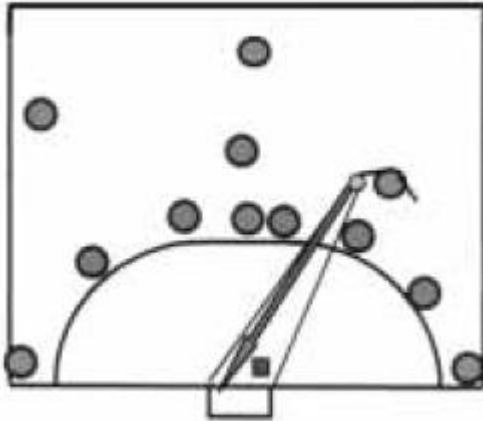
Tir coin court - *n.m.* Par rapport au but, il s'agit de la localisation la plus proche du tireur.



TIR COIN COURT
LE PLUS PROCHE DU TIREUR

Définitions

Tir coin long - *n.m.* Par rapport au but, il s'agit de la localisation la plus éloignée du tireur.



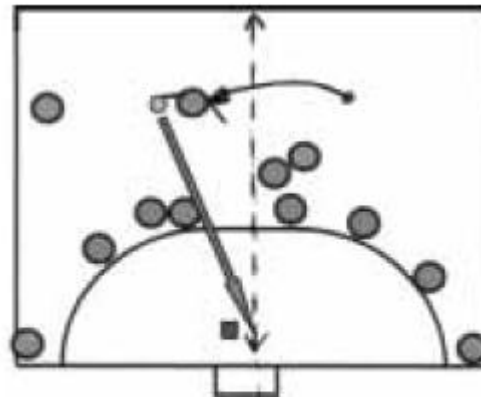
TIR COIN LONG
LE PLUS ELOIGNE DU TIREUR

Tir en appui - *n.m.* Tir avec les pieds au sol.

Tir costal - *n.m.* Tir avec un lâcher de balle au niveau de la hanche en appui ou en suspension. Remarque : Appelé aussi tir à la hanche.

Tir en désaxé - *n.m.* Tir avec une flexion latérale du tronc en franchissant l'axe vertical.

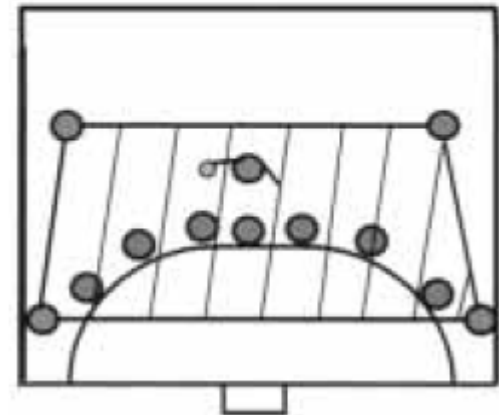
Tir croisé - *n.m.* Tir dont la trajectoire franchit l'axe central du but en passant devant le gardien de but. Remarque : Tir dont la trajectoire est la plus longue.



TIR CROISE
APRES COURSE HORS SECTEUR DE ARG

Tir recroisé - *n.m.* Le tireur a franchi l'axe central et réalise un tir croisé.

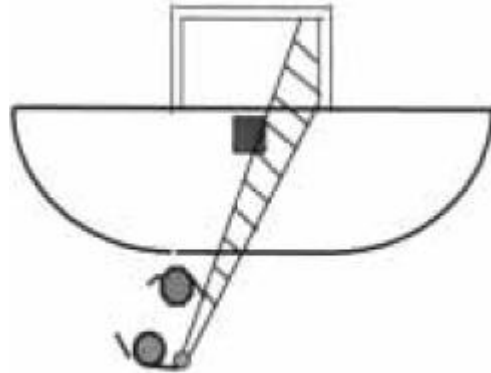
Trapèze - *n.m.* Disposition de quatre joueurs en attaque qui permet une occupation optimale de l'espace tant en largeur qu'en profondeur (4 postes clés : 2 ailiers et 2 arrières). Remarque : Le respect du trapèze permet la conservation de la balle et la continuité du jeu.



TRAPEZE

Définitions

Zone de lumière - n.f. Par rapport au but, il s'agit du secteur non couvert par le défenseur.



ZONE DE LUMIERE
BALLON / DEFENSEUR / BUT

Zone d'ombre - n.f. Par rapport au but, il s'agit du secteur couvert par la défense.



ZONE D'OMBRE
BALLON / DEFENSEUR / BUT

Bibliographie

- Glossaire du handball FFHB, 2005.
- Revue EPS « Ce qu'on ne peut ignorer ».