

Les règles aménagées dans nos championnats de jeunes ont vocation à générer des problématiques favorisant la construction de ce que sera le handball de demain. Mais elles ne se suffisent pas à elles-mêmes ! L'entraînement est un temps de formation qui fait vivre au joueur ou à la joueuse des situations qu'ils vont retrouver en match.

Notre devoir d'éducateur est de rendre les jeunes, dès leur plus jeune âge, acteurs de leurs propres intentions. Le rôle de l'entraîneur doit être envisagé comme un partenaire du groupe, vigilant sur le fait de ne pas les « aveugler » par ses propres convictions en étant trop dirigiste.

Les conseillers techniques départementaux sont là pour vous accompagner à la compréhension de ces règles, vous pouvez vous rapprocher d'eux ou assister aux réunions techniques prévues à cet effet pour poser toutes les questions nécessaires à la bonne application de ces pratiques. Les arbitres jeunes, au même titre que les joueurs et entraîneurs, participent au jeu pour résoudre des problèmes liés à leur niveau. À chacun de composer avec ses compétences du moment et son désir de progresser... Les comportements de violences physiques ou verbales sont donc à proscrire...

### LES PRINCIPES DE BASE

- Les équipes sont composées de 14 joueurs maximum.
- Les matches se déroulent en tiers temps.
- Il y a 7 pts en jeu ; 1 pt par tiers temps, 4 pts à se partager pour le résultat final (3pts victoire – 2 pts nul – 1pt défaite).
- Un tiers temps est soit gagné, soit perdu. Il ne peut y avoir match nul que sur le score final du match.
- L'engagement au 1<sup>er</sup> tiers temps se fait par tirage au sort. L'équipe qui engage au 1<sup>er</sup> tiers temps engage aussi au 3<sup>e</sup>.
- Les temps-morts sont au nombre de 3 par équipes, 1 par tiers temps. Pas de report possible pendant les cas de but en or.
- Attention** : Règlement spécifique en U15 pour les temps morts\*.
- En fonction des catégories, il est demandé des modes de jeu différents, favorisant les apprentissages voulus.
- L'usage de la colle est possible pour toutes les catégories, dans la limite du règlement propre à chaque enceinte sportive.

### Remise à zéro du score à chaque tiers temps

Chaque tiers temps est un mini match ; Il permet de remporter 1 pt par l'équipe qui le gagne. On remet le score à zéro pour chaque tiers- temps. On change de côté à chaque tiers-temps (En cas d'égalité à la fin du temps réglementaire du tiers- temps, « but en or » avec engagement tiré au sort. Le chronomètre doit être enclenché en cas de « but en or », afin d'assurer le décompte d'éventuelles exclusions temporaires).

**Objectifs** : Conserver l'intérêt des joueurs jusqu'à la fin du match, par un enjeu nouveau à chaque période. Permettre à toutes les équipes et à tous les joueurs de s'exprimer en fonction de son profil de jeu.

### Cumul du score

Le score de chaque tiers temps est additionné pour obtenir le score final du match. 3 pts récompensent le vainqueur du match (2 pts par équipe si match nul, 1 pt la défaite). Une équipe peut donc avoir remporté 2 tiers temps et avoir perdu le match : soit 3 pts pour elle (2 pts car 2 tiers temps gagnés + 1 pt pour la défaite) et 4 pts pour son adversaire (1 pt par tiers temps gagné + 3 pts pour la victoire).

**Objectif** : Il faut gagner le match, mais aussi gagner chaque tiers temps (rester appliqué, combatif, et développer un jeu complet) pour vraiment creuser l'écart au classement.

### Gestion des tiers temps sur la feuille de match électronique

La mise en place de la FdMe ne permet plus le remplissage d'une feuille de match organisée en tiers temps, comme cela était le cas auparavant. Vous devez donc inscrire les scores des tiers-temps dans la partie commentaire résultat. Vous pouvez également signaler toute remarque concernant l'application des aménagements de règles dans ce même encart.

### Exclusion temporaire

Lorsque le temps d'exclusion d'un joueur n'est pas écoulé à l'issue du 1<sup>er</sup> ou 2<sup>e</sup> tiers-temps, celui-ci continue lors du tiers-temps suivant. La même règle s'applique entre le temps réglementaire et le cas de « but en or ».

Exemple de comptage de point	Tiers temps			Score final	Commentaire
	1	2	3		
Équipe A	8	6	12	26	L'équipe A gagne avec 4 pts, l'équipe B repart avec 3 pts.
Équipe B	9	7	8	24	
	1 point pour B	1 point pour B	1 point pour A	3 pts pour A, 1 pt pour B	

#### \* Règlement spécifique de gestion des temps-morts pour les -15 ans :

- 3 temps morts par équipes pour la durée du match. 2 temps morts peuvent être posés par tiers temps.
- Entre 2 dépôts de carton par une même équipe, l'adversaire doit avoir été au moins 1 fois en possession du ballon.
- Pas d'utilisation possible de carton en prolongation ou but en or.
- Un seul carton peut être déposé par équipe, dans les 5 dernières minutes du match.

Les cartons sont numérotés 1, 2 et 3. Les cartons 1 et 2 sont donnés avant le début du match.

Le carton n°3 est donné avant le début du 3<sup>e</sup> tiers temps, à ce moment-là, le carton n°1 n'est plus utilisable.

Années	Tiers temps	Effectif	Engagement	Formes défensives	Règles spécifiques
2008	1	6+1	Zone sans sifflet	Tout terrain	Obligation de présenter minimum 2 GB sur le match, participation à une période entière de jeu - stricte interdite
2009	2				
2010	3		Centre avec sifflet	3/3 ou 2/4 ou demi terrain	

Terrain 40x20 + Réducteur de but  
Ballon taille 0  
Match sec : 3x13 min (exclusion 1min) - Tournoi : Temps de jeu adapté en concertation avec les entraîneurs (exclusion 1 min)  
Mi-temps de 5 min

La mixité est autorisée. Toute équipe mixte doit s'inscrire dans un championnat masculin (s'il existe).

À cet âge, les ceinturages sont le résultat de neutralisations maladroites. **Les JA devront être attentifs aux contacts physiques à risque et être intransigeants dans les sanctions**, afin d'inciter les équipes à accélérer l'apprentissage des bonnes conduites.

## RAPPELS DE FONDAMENTAUX...

- ★ Progresser, c'est trouver face à soi un problème moteur, un niveau de contrainte adapté, une quantité de répétition et de travail suffisants.
- ★ Le joueur ne se construit pas en utilisant les solutions que l'entraîneur lui dicte, mais en trouvant lui-même à chaque passage une stratégie pour mettre le rapport de force en sa faveur.
- ★ L'entraînement doit proposer des situations extraites du match, qui doivent contenir ce qui fait la complexité du jeu : jouer en courant même sur espace réduit, se réorganiser après avoir changé de statut, enchaîner des tâches rapidement...
- ★ L'enrichissement de la culture handball et l'implication dans la vie de l'équipe et du club participent à l'épanouissement d'un joueur.

## QUELQUES CLÉS POUR L'ENTRAÎNEMENT DE CETTE CATEGORIE...

### METTRE DE LA MOTRICITÉ DANS CHAQUE SEANCE

Plus un joueur est « à l'aise » avec son corps, plus il est capable de faire évoluer ses savoir-faire et sa capacité à comprendre ce qui l'entoure : N'hésitez pas à associer du travail seul, à base de courses à de manipulations de balle (voire plusieurs balles) et l'alterner avec du travail à plusieurs (ajout des passes, décentration par rapport à la balle).

Maintenir une activité continue, en favorisant les exercices avec changements de statut, enchaînements de tâches, porteur / non porteur ; Pourquoi, par exemple, stopper l'exercice au moment de la perte de balle d'un groupe en attaque alors qu'il pourrait (devrait) enchaîner en repli et tenter de récupérer la balle de nouveau ??

### LES SITUATIONS DOIVENT DÉCLENCHER EN PERMANENCE UNE ACTIVITÉ TACTIQUE

C'est l'âge d'or pour le développement du PERCEPTIF ET DÉCISIONNEL. Les exercices doivent offrir des choix au joueur à chaque passage (seul ou en relation) pour le conduire à prendre des initiatives parmi d'autres possibles (démarquage, passe et va, s'aligner à deux en défense pour changer de joueur...).

Le préalable à toute initiative défensive : garder un positionnement entre mon adversaire et le but à défendre, sans qu'il soit trop court (se retrouver en poursuite) ou trop loin (aucune gêne sur l'attaquant). En résumé, les distances de duels sont souvent inadaptées et la motricité insuffisante pour NE PAS SUBIR.

### DÉVELOPPER AUSSI DES CENTRES D'INTERÊTS EN DEHORS DU TERRAIN

Sensibiliser les jeunes, dès à présent, à la vie de groupe (solidarité, coopération), au projet d'équipe (championnat, finalité, classement...) et au handball au sens large (équipe fanion du club, filière, équipe de France, joueurs de haut niveau préférés...).

# DÉCOUVERTE DU JEU AU POSTE ET DES PRINCIPES COLLECTIFS

U13

Années	Tiers temps	Effectif	Engagement	Formes défensives	Règles spécifiques
2006	1	6+1	Centre avec sifflet	3/3, 2/4, demi ou tout terrain	Obligation de présenter minimum 2 GB sur le match, participation à une période entière de jeu – stricte interdite
2007	2			Défense alignée 0/6	
2008	3			Tout sauf 0/6	
Terrain 40x20 Ballon taille 1 Match sec : 3x15 min (exclusion 2min) – Tournoi : Temps de jeu adapté en concertation avec les entraîneurs (exclusion 1 min) Mi-temps de 5 min					

**Les dispositifs alignés** ne sous-entendent pas de rester en permanence sur une seule ligne ni même de rester autour de la zone, mais d'associer des montées en pression sur l'adversaire avec des recherches d'alignement.

**Les dispositifs étagés** ne sous-entendent pas non plus de rester en permanence avec la même profondeur entre les lignes, mais de maintenir les intentions procurées par la recherche de cet étagement.

**Le fait de jouer à 2 pivots ainsi que les situations d'exclusions temporaires de joueurs** n'obligent pas le maintien du dispositif demandé.

## RAPPELS DE FONDAMENTAUX...

- ★ Progresser, c'est trouver face à soi un problème moteur, un niveau de contrainte adapté, une quantité de répétition et de travail suffisants.
- ★ Le joueur ne se construit pas en utilisant les solutions que l'entraîneur lui dicte, mais en trouvant lui-même à chaque passage une stratégie pour mettre le rapport de force en sa faveur.
- ★ L'entraînement doit proposer des situations extraites du match, qui doivent contenir ce qui fait la complexité du jeu : jouer en courant même sur espace réduit, se réorganiser après avoir changé de statut, enchaîner des tâches rapidement...
- ★ L'enrichissement de la culture handball et l'implication dans la vie de l'équipe et du club participent à l'épanouissement d'un joueur.

## QUELQUES CLÉS POUR L'ENTRAÎNEMENT DE CETTE CATEGORIE...

### DÉVELOPPEMENT MOTEUR GÉNÉRAL ET SPÉCIFIQUE

Il faut désormais ajouter en permanence un développement moteur spécifique au travail de base ; c'est fondamental pour l'apprentissage du jeu au poste. En effet, les formes de débordements, de passes, de tirs, ou encore de fermeture d'espace, de dissuasion (en défense) sont différentes par rapport aux espaces de jeu et aux postes.

Il est intéressant de partir de l'échauffement des gardiens de but, puis d'enrichir ces situations en prenant en compte les repères ci-dessus.

### S'ORGANISER POUR METTRE LE RAPPORT DE FORCE EN MA FAVEUR

Le développement perceptif et décisionnel est encore prioritaire à cet âge. Les exercices doivent offrir des choix au joueur à chaque passage (seul ou en relation) de manière à le conduire à prendre des initiatives parmi d'autres possibles en variant les indices (l'espace, le temps, les rapports de force). L'entraîneur cherche à développer chez le joueur, en priorité, l'intention suivante : « En attaque ou en défense, je cherche à être décisif en tournant la situation à mon avantage ou pour celui d'un partenaire. »

### OCCUPATION D'UN ESPACE QUI SE RÉDUIT

La diminution de l'espace ne doit pas engendrer une réduction de l'activité (courses, changement de statut, enchaînements de tâches). L'attaque doit toujours entourer la défense, quel que soit le dispositif, en veillant à conserver de la profondeur (pour jouer en courant vers le but) et de l'écartement (pour éloigner les défenseurs les uns des autres). Pour ce faire, les 4 postes clés (2 ailiers et 2 arrières : le « trapèze ») doivent être occupés en permanence quels que soient les mouvements de chacun.

La réduction de l'espace provoque naturellement un rapprochement des joueurs et nécessite des collaborations (alignements, changements, entraide, glissement, ou encore jeu avec le pivot, passe et va, induction...). Toute initiative individuelle ou action à plusieurs doit se faire dans le respect d'un projet commun, connu et pouvant être reconnu par tous les partenaires.

### ENRICHIR SON BAGAGE POUR MIEUX LE PARTAGER

L'entraîneur a une nécessité de maîtrise des organisations d'attaque et de défense pour mieux transmettre à ses joueurs. Il oriente le joueur vers un poste qui semble lui correspondre, sans négliger la découverte des autres postes. De la même façon, si un joueur possède déjà des prédispositions pour un poste comme celui de gardien de but, autant lui permettre d'y être plus souvent... Une bonne connaissance du parcours fédéral de sélection permettra à l'entraîneur de mieux répondre aux motivations de chacun.

Années	Tiers temps	Effectif	Engagement	Formes défensives	Règles spécifiques
2004	1	6+1	Centre avec sifflet	Tout sauf 0/6	
2005	2			Défense alignée 0/6	
2006	3			Libre	

Terrain 40x20  
Ballon taille 2 en garçons, taille 1 en filles  
Match : 3x18 min (exclusion 2min)  
Mi-temps de 5 min

**Les dispositifs alignés** ne sous-entendent pas de rester en permanence sur une seule ligne ni même de rester autour de la zone, mais d'associer des montées en pression sur l'adversaire avec des recherches d'alignement.

**Les dispositifs étagés** ne sous-entendent pas non plus de rester en permanence avec la même profondeur entre les lignes, mais de maintenir les intentions procurées par la recherche de cet étagement.

**Le fait de jouer à 2 pivots ainsi que les situations d'exclusions temporaires de joueurs** n'obligent pas le maintien du dispositif demandé. L'utilisation de la prise en « stricte » est alors acceptée.

### RAPPELS DE FONDAMENTAUX...

- ★ Progresser, c'est trouver face à soi un problème moteur, un niveau de contrainte adapté, une quantité de répétition et de travail suffisants.
- ★ Le joueur ne se construit pas en utilisant les solutions que l'entraîneur lui dicte, mais en trouvant lui-même à chaque passage une stratégie pour mettre le rapport de force en sa faveur.
- ★ L'entraînement doit proposer des situations extraites du match, qui doivent contenir ce qui fait la complexité du jeu : jouer en courant même sur espace réduit, se réorganiser après avoir changé de statut, enchaîner des tâches rapidement...
- ★ L'enrichissement de la culture handball et l'implication dans la vie de l'équipe et du club participent à l'épanouissement d'un joueur.

### QUELQUES CLÉS POUR L'ENTRAÎNEMENT DE CETTE CATÉGORIE...

#### APPROFONDIR LE TRAVAIL SPÉCIFIQUE AU POSTE

Le développement de savoir-faire techniques est fortement lié à la qualité du travail moteur spécifique adapté au poste et aux besoins du joueur ; Plus le joueur sera à l'aise sur les plans technique et moteur, plus il pourra maintenir une qualité de réponse face à des contraintes en augmentation (moins d'espace, moins de temps, plus de densité adverse).

La spécialisation au poste ne doit pas faire oublier les évolutions du handball actuel, à savoir former des joueurs capables d'évoluer à d'autres postes (en attaque : rentrées d'arrières ou d'ailiers en 2<sup>e</sup> pivot ; en défense : accompagner son vis-à-vis dans un autre secteur sans perdre ses repères...).

#### COLLABORER POUR LA MISE EN PLACE DE STRATÉGIES COLLECTIVES

En match, les joueurs doivent lire, comprendre et décider dans l'instant pour tenter d'avoir le rapport de force de leur côté. D'où l'intérêt de les rendre acteurs des stratégies collectives utilisées, en les faisant collaborer entre eux et avec l'entraîneur.

L'entraîneur a le choix du projet collectif avec lequel il va faire vivre le dispositif imposé par la règle (emmener les attaquants vers l'extérieur, dissuasion sur les ailiers...). L'entraînement doit être construit pour se rapprocher le plus possible de la réalité du match et de confronter les joueurs à des situations probables, afin de construire des réponses adaptées et transférables.

Lors des deux premiers tiers temps, l'analyse des points forts et des points faibles de l'adversaire doit permettre aux équipes dans le troisième de choisir l'organisation la plus pertinente pour battre l'adversaire.

#### DANS UNE MEME SITUATION, CHAQUE INDIVIDU RÉPOND À SA MANIÈRE...

L'hétérogénéité, réelle à cet âge (croissance différente, moyens différents...), restera une difficulté à gérer pour l'entraîneur s'il espère la même réponse de chaque joueur face à une même situation. En effet les joueurs, pour résoudre problème identique, vont utiliser des moyens différents, propres à chacun ! La vraie difficulté pour un entraîneur n'est pas de voir comment chacun agit sur le moment, mais surtout de percevoir ceux qui ont des intentions justes mais pas encore les moyens moteurs ou techniques de les réaliser. L'entraîneur doit donc tenter de se mettre à la place de chaque joueur pour comprendre ses réactions, afin de PERSONNALISER ses propres interventions.

On sait tous l'importance de la passion, du mimétisme face à ses idoles, pour sa construction personnelle ; l'entraîneur apporte forcément un plus en encourageant cela.