



HANDBALL BRIE 77

PROJET ANNUEL DES MOINS DE 12 ANS

Forme de jeu observée:

- 5+1 GB ou 6+1 GB sur terrain 40X20
- Défense étagée individuelle sur demi terrain ou tout le terrain.

On observe :

- les réalisations motrices sont plus ou moins développées (conservation du ballon encore difficile) : difficultés à attraper, à lancer, à tirer en courant.
- Problème d'orientation vers la cible
- Prise d'information se limite au jeu en profondeur et proche latéral
- Difficultés pour réaliser des passes tendues, souvent par-dessus le défenseur.
- Le défenseur est présent mais souvent harcèlement inefficace. Le défenseur se fait surprendre par le jeu de leur adversaire sans ballon : problème de positionnement et d'attention.
- Désir de jouer très important

Les objectifs

ATTAQUE	DEFENSE
<ul style="list-style-type: none"> - Jeu sur tout le terrain : se démarquer en courant vers le but. Montée de balle et contre attaque - Augmenter le réseau d'échanges en passes rapides et courtes autour du porteur de balle - Beaucoup de tirs efficaces tout autour de la zone : être dangereux aussi à l'aile - Implication de tous - Les différents débordements, interne, externe, rond de bras - Changement de rôle très rapide (att /déf) - Exploiter le couloir de jeu direct par le porteur de balle pour accéder au tir, jeu à 2 	<ul style="list-style-type: none"> - Implication de tous - Mettre en place une récupération de balle active en agissant dès la perte du ballon : harceler, intercepter - Commencer à s'articuler entre les défenseurs: aider si danger.
Comportements attendus	
<ul style="list-style-type: none"> - Occuper tout l'espace : étager et écarter le jeu - Proposer plusieurs solutions de passes au porteur de balle : appui, soutien pour le passe et va - Faire le choix pertinent entre jouer avec les autres et jouer tout seul - Faire le bon choix de passe - Faire le bon choix d'actions individuelles entre dribbler, utiliser ses appuis, débordés, tiré 	<ul style="list-style-type: none"> - S'organiser dès la perte de balle dans un but de récupérer la balle rapidement - S'orienter en fonction du ballon, de son adversaire et du but à défendre - Evaluer les crédits d'actions pour subtiliser la

<ul style="list-style-type: none"> - Ne jamais être face à son adversaire direct 	<ul style="list-style-type: none"> balle sans commettre de faute - Comment harceler le porteur de balle et attitude face au non porteur de balle - Evaluer pour faire le bon choix d'action défensive
<p>Développement moteur important à cet âge</p>	
<ul style="list-style-type: none"> - Soigner la technique gestuelle : passer et tirer (des deux mains), sauter (des deux pieds), courses variées (pas chassés, cloche pied..), les différents débordements côté balle (coordonné appuis et rond de bras) et côté corps. Les changements de rythme et de direction. Utiliser plusieurs ballons et de forme différente pour être habile. - Notion de tirs plausible en fonction de son placement et de la position défensive. Etre capable de marquer sur des angles fermés, tirer de loin. - Jouer en courant, être orienté et enchaînement les actions. Travailler la dissociation haut-bas et gauche-droite - Notion d'harcèlement, d'interception, d'aide et le début de la neutralisation. - Attitude défensive. Distance de combat. Les bras sont utilisés pour faciliter la prise d'information : ballon, adversaire - Etre capable de dribbler et de décentrer le regard de la balle pour prendre des informations 	
<p>Relation avec l'entraîneur</p>	
<ul style="list-style-type: none"> - Apprendre à jouer ensemble - Apprendre à respecter les règles (participer à l'arbitrage), adversaires, partenaires - Encourager sur les bonnes actions - Entretenir leur envie de jouer et leur combativité - Utiliser le managérat comme un moment fort pour faire progresser les jeunes (forte motivation et écoute à ce moment de la part des joueurs) 	

Construction d'une séance moins de 12 ans

Au cours de la séance, l'enfant recherche le jeu. Rien n'est plus motivant pour lui que le match. Malgré tout, pour progresser, il doit s'entraîner à travers des situations d'apprentissages. Pour garder l'envie, pour donner du sens aux situations, l'entraîneur tentera d'élaborer des séances où apparaîtra à un moment :

- duel tireur/GB
- plaisir à travers le jeu ou la motricité
- se dépenser
- apprendre, s'exprimer
- jouer avec
- jouer contre

Quelques principes :

- optimiser l'espace
- utiliser du matériel
- consignes simples et courtes pour mise en activité rapide
- situations évolutives du simple au complexe (qui permet de conserver l'organisation initiale) mais sans rester trop longtemps, max 10 mn sur chaque exercice
- apprentissage de l'autonomie du joueur qu'à petite dose sur des exercices d'ateliers de motricité simple ou situations de renforcement (exercices déjà connus).
- Privilégier l'alternance : petit à grand espace, changement de statut (att/def). Varier les objectifs au cours de la même séance.