



Formation des entraîneurs niveau 2 fédéral spécifique moins de 16 ans

1° Connaître le public :

A / Les caractéristiques des joueurs moins de 16 ans :

Période de turbulences (adolescence) que connaissent les filles et les garçons : difficultés dans les décalages de représentations/ activités handball.

- ▶ il est en recherche d'autonomie.
- ▶ Il est contre l'autorité.
- ▶ Il est très hétérogène (morphologie, besoins, attentes..) : ces différences ne doivent pas devenir des sources d'inégalités. Cette hétérogénéité peut entraîner des enthousiasmes (sélection, confiance) et des engagements parfois excessifs mais également une forte démotivation.
- ▶ Il a besoin d'être encadré et d'avoir une identité au sein du groupe : rôle.
- ▶ Pour apprendre, il a besoin de répéter plusieurs fois.
- ▶ Il a besoin de comprendre, de donner du sens.

B/ Objectifs :

- ▶ suivre l'évolution des joueurs et veiller à maintenir leur engagement personnel : projet personnel au sein d'un projet collectif.
- ▶ Maintenir le plaisir en affirmant leurs compétences : cette affirmation passe par l'acquisition de technique, elles constituent le point d'appui concret favorisant la restructuration et l'identification de sa personnalité.
- ▶ Le désir de réussite (résultat et niveau de jeu) et de connaissance de soi (se situer /groupe/niveau) est à soutenir.
- ▶ Le joueur est impliqué dans les procédures de compréhension de ses actions : connaissances des résultats et évaluation. L'entraîneur doit valoriser les réussites et veiller à rendre acceptable les échecs → voie du progrès.
- ▶ Le travail peut être organisé en groupe mais en veillant à ce qu'aucun joueur ne soit exclu / remédier.

2° Connaître le jeu et former le joueur :

A/Comment jouent-ils le plus souvent ?

A1. En défense :

- ▶ Gros volume de reconquête entre 6 et 9 m

- ▶ problème de gardien de but sur l'aile lié à un déplacement tardif et maladroit.

- ▶ dès la perte de balle, ils se regroupent en privilégiant la protection de leur but :
 - harcèlement mal contrôlé débouchant sur des transgressions
 - trajectoires de passes susceptibles d'être interceptées ne sont pas coupées car les défenseurs sont trop centrés sur leur adversaire direct et ils ne peuvent déclencher l'interception.

A2. En attaque :

- ▶ manque de relation entre AR/AIL face à des adversaires flottants.

- ▶ des difficultés sur les petits espaces : sur des croisés base AR, bloc remise, passe et va, kung-fu.
 - relation offensive à 2 échouent par un mauvais timing de déclenchement et/ou d'exécution.
 - par une lisibilité trop facile pour les défenseurs.

- ▶ en étant prisonniers des dispositifs (4-2, 1-5).....

- ▶ sans enchaîner les actions et les phases de jeu : rupture de rythme et discontinuité.

B/Objectifs :

- ▶ formation initiale pour la tranche 8/16 ans : assurer une formation polyvalente, ne pas spécialiser précocement les joueurs. C'est en tirant qu'on devient un bon gardien de but par M. Portes. Handball.

- ▶ Former à la lecture des situations de jeu reste une priorité (information ciblé↔analyse↔action) :
 - qualité et vitesse de lecture.
 - Proposer des situations ouvertes à plusieurs réponses des joueurs.

- ▶ Occuper les rôles nécessaires à la continuité (PDB et NPB) et à la discontinuité du jeu (récupérateur, interception gêne).
 - Le porteur de balle doit s'orienter pour créer de l'incertitude/ aux défenseurs (que va-t-il faire : passer, tirer, 1c1).
 - Le non porteur de balle doit se positionner pour offrir une solution au porteur (un appui, soutien, relais).

- ▶ L'importance accordée par les adolescents aux résultats des matchs accroît la nécessité d'une présence affirmée du manager dans l'aide à la décision, les réglages interindividuels, les adaptations aux caractéristiques des opposants... : mais cette présence doit préserver l'autonomie de décision de chaque joueur dans l'exercice des rôles que l'organisation collective lui assigne.

- ▶ Si la tonalité ludique de la pratique doit être maintenue, les joueurs doivent accepter des séquences contraignantes (fortes sollicitations énergétiques, opposition sévères, répétition...) et sans gratifications immédiate.

- ▶ L'efficacité des situations d'apprentissages exigent que les oppositions soient équilibrées.

3° Animer une séance et favoriser l'activité des joueurs :

A/ Quels paramètres prendre en compte pour adapter la séance à ce public ?

- ▶ l'activité ludique et la dépense énergétique en entrant dans la séance par un jeu et en terminant par du jeu.
- ▶ en se positionnant pour voir tous les joueurs : être équitable dans les feedbacks.
- ▶ parler très fort pour se faire entendre de tous.
- ▶ donner des consignes avant le début de l'exercice et surtout le comportement attendu.
- ▶ préparer sa séance à l'avance.
- ▶ en impliquant tous les joueurs (rotation).
- ▶ la sollicitation de toutes les ressources des joueurs : technique (efficacité et nouveaux gestes), tactique (timing, traiter l'infos), physique (vitesse) et psychologique (rôle).
- ▶ la notion d'alternance par une succession de situations variées : du simple au complexe en changeant les variantes.
- ▶ l'adaptation du joueur en proposant des situations à choix multiples.
- ▶ les progrès par un apprentissage spécifique des savoirs faire en assurant une répétition suffisante : organisation matériel, rotation, favoriser l'énergie et le temps d'action, favoriser le travail par atelier.

B/ Objectif :

Dans la plupart des clubs, les joueurs vivent 1 à 3 séances/ semaine à une durée de 50 à 90 Min effectives. Comment exploiter au mieux ces séances pour vivre :

- du plaisir
- avancer dans l'acquisition des compétences
- un lien social

Il faut :

- gratification affective, sensation euphorique, culture handball
- joueur gagne quelque chose en venant aux entraînements
- développer la fonction social/vivre dans un club
-
- ▶ Construire un plan de séance :
 - échauffement→partie technique→partie tactique→match→retour au calme : peut on assurer une efficacité maximale en suivant toujours cette trame ?

Se poser la question : quelle est la séquence majeure de la séance ? autour de l'acquisition de quels contenus ? Objectifs ↔ comportement attendu avec critère de réussite.

Que faut-il faire vivre aux joueurs avant, entre et après ces séquences majeures ?

Le plan immuable (avec risque d'ennui) rassure l'entraîneur et la variabilité (succession de séquences peu varier) peut inquiéter.

► choix de la situation d'apprentissage (logique interne) :

- espace orienté
- choix alternative : signaux clairs pour prise de décision
- densité (réduit), pression affective (modéré ou pas)
- score
- changement de rôle
-

► les modes d'interventions de l'entraîneur :

- le style : autoritaire (décide tout), démocrate (joueur impliqué dans les choix des objectifs..), laisser faire (aucune indication).
- Les feedbacks : **nouvel exercice** (explicite, tolérant, encourageant, incitateur)

Situation problème (incitateur)

Répétition d'exercice connu pour renforcer (autoritaire, dynamisant, gratifiant, correcteur).

Sur une réponse positive : on le félicite en lui donnant les raisons de sa réussite.

Sur une réponse négative : donner confiance, encourager et donner conseil pour se corriger.

Important : veiller à l'égalité des feedbacks pour chaque joueur pour éviter sensation de favoritisme.

4° Faire jouer en maintenant l'attention et en évitant l'ennui pour faire apprendre.

A/Comment donner du sens à l'activité du joueur ?

- ▶ en favorisant les oppositions (3c3,4c4..)

- ▶ en proposant des défis, des contrats.

- ▶ en respectant la logique de l'activité (cible, partenaire, adversaire) mais également solliciter les notions de transformation,ludique,énergétique et social.

- ▶ arbitrant ou en faisant arbitrer

- ▶ éviter les temps de repos

- ▶ ajuster la difficulté de la situation/joueur

- ▶ varier les espaces de jeu

- ▶ favorisant les duels

- ▶ en faisant du tableau noir

- ▶ en précisant l'objectif à atteindre avec son comportement observable

5° Manager

A/ Quelles sont les préoccupations prioritaires du manager ?

- ▶ en associant l'ensemble de ses joueurs à l'atteinte des objectifs de l'équipe

- ▶ faire jouer tous les joueurs (temps de jeu plus ou moins équitable)

- ▶ gagner le match

- ▶ gérer l'implication des parents dans la vie du groupe

- ▶ ne faire jouer les joueurs que sur leur point fort : donner un rôle à chacun, associer le match à des objectifs pédagogiques.

- ▶ guider les joueurs du banc

- ▶ communiquer à partir de fiche d'observation individuelle et collective

6°Fidéliser et accompagner les joueurs dans leur projet.

- ▶ en organisant des activités annexes et en y associant parfois la famille (match amical avec parent)

- ▶ en orientant les meilleurs vers les sections sportives ou pôle et les sélections Départementales

- ▶ en proposant des formes de jeu qui favorisent la prise d'initiative

- ▶ en responsabilisant le jeune joueur dans la vie du club

- ▶ en s'engageant dans une compétition adaptée au niveau de l'équipe

7° Construire une séance ensemble

Bibliographie :

- formation des animateurs de handball spécifique moins de 16 ans de la ligue Poitou charentes
- Approche psychologique des sportifs ed vigot

- Handball par Maurice Portes
- Approche du handball 'relation entraîneur/entraîné' rendez vous Georges petit 1999
- Textes officielles EPS, le nouveau collège ed éducation nationale