

HANDBALL - Cycle 3

Faire progresser rapidement la balle vers une cible.



PROPOSITION DE SOMMAIRE

I. Compétences attendues pour le cycle 3 [PAGE 3](#)

II. Présentation de l'unité d'apprentissage [PAGE 4](#)

Phase de familiarisation [PAGE 5](#)

- Les 2 séances de familiarisation : « lapins chasseurs » et « passe à 5 » [PAGES 6 ET 7](#)

- La constitution des équipes [PAGE 8](#)

Phase d'évaluation [PAGE 9](#)

Phase d'apprentissage

- Recommandations [PAGE 10](#)

- Situation générique [PAGE 11](#)

- Les variables [PAGES 12 ET 13](#)

III. Annexe : - **Echauffement** [PAGE 14](#)

- **Exemple de construction d'une séance (Vidéo)**

- **Exemple de grille d'observation** [PAGE 15](#)



I. COMPETENCES ATTENDUES CYCLE 3

C3 : coopérer ou s'opposer collectivement

Dans un jeu à effectif réduit (4 x 4) accéder à une zone de marque le plus directement possible en utilisant des actions de passes face à une défense qui cherche à gêner la progression du ballon.

S'inscrire dans un projet de jeu simple lié à la progression du ballon.

Respecter les règles de jeu, de fonctionnement et les partenaires.

Connaissances	Capacités	Attitudes
<p><u>- du pratiquant :</u></p> <ul style="list-style-type: none"> * vocabulaire retenu * règles de fonctionnement et de jeu * les statuts des joueurs (att. Def.) * les conditions de la passe * la distance optimale de passe * la posture d'invulnérabilité du PB * la notion de cible à attaquer et de cible à défendre <p><u>- de l'observateur :</u></p> <ul style="list-style-type: none"> * éléments recensés dans les observations : possessions de balle, pertes de balle, accès à la zone de marque... * critères d'efficacité : rapport entre possessions de balle et accès à la zone de marque 	<p><u>- du pratiquant :</u></p> <ul style="list-style-type: none"> * se reconnaître attaquant ou défenseur et être capable de changer de statut * s'informer avant d'agir : percevoir les partenaires (PB et NPB) démarqués, vers l'avant (couloir de jeu direct) et les adversaires * s'orienter et s'équilibrer pour faire des choix et agir : <ul style="list-style-type: none"> - pour recevoir le ballon à 2 mains - pour passer à l'arrêt (passe tendue) à distance optimale - pour tirer : à rebond, sans gardien, trajectoire de haut en bas * faire des choix d'actions : <ul style="list-style-type: none"> PB : passer vers l'avant ou tirer NPB : se démarquer ou se rapprocher du PB Défenseur : avoir l'intention de récupérer la balle et/ou gêner la progression * appliquer les règles dans l'auto-arbitrage <p><u>- de l'observateur:</u></p> <p>Communiquer les résultats d'une observation pour établir un projet de jeu.</p>	<p><u>- du pratiquant :</u></p> <ul style="list-style-type: none"> * Respecter les règles, les partenaires, les adversaires et le matériel * jouer avec et contre * appliquer des routines : installation du matériel, échauffement * Prendre en compte les infos données par l'observateur pour établir un projet de jeu * savoir perdre et gagner * exprimer ses ressentis, maîtriser ses émotions
<p>Compétences en lien avec le SCCC :</p> <ul style="list-style-type: none"> * Compétence 1 : comprendre des consignes, utiliser un vocabulaire approprié, précis. * Compétence 3 : exploiter des données chiffrées liées à un score ou une observation, estimer un rapport, un ordre de grandeur. * Compétence 6 : respecter les règles, le principe de l'égalité filles-garçons, assumer les différents rôles sociaux, laisser à chacun le temps de progresser. * Compétence 7 : respecter des consignes simples en autonomie, se connaître, connaître ses possibilités et celles des autres, jouer avec une intention en fonction d'un projet de jeu, s'impliquer dans un projet collectif, s'auto-évaluer, s'auto-arbitrer à partir de règles simples, montrer de la persévérance. 		

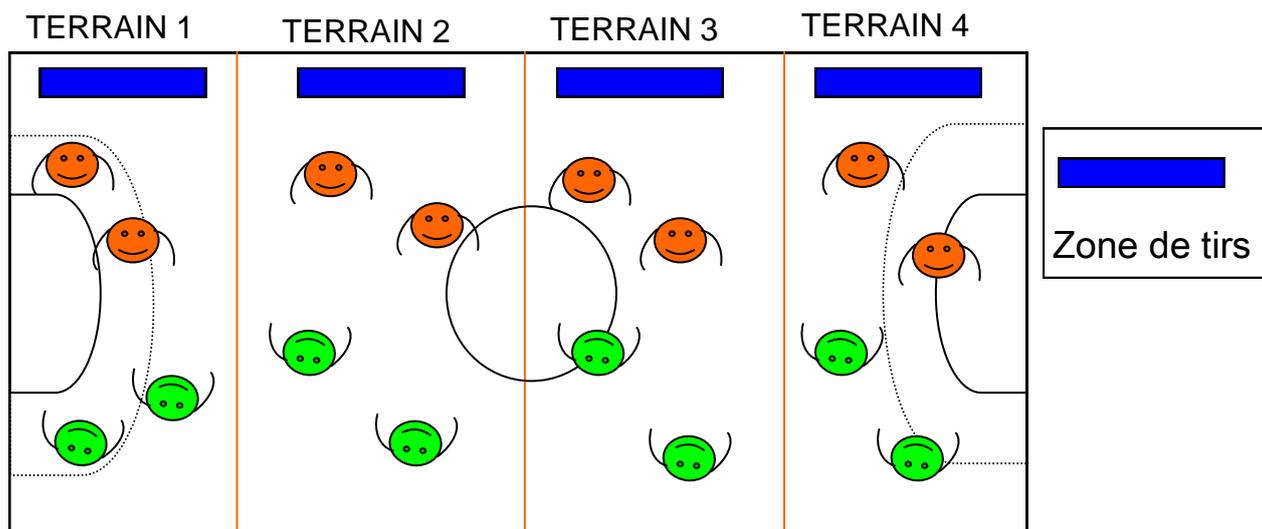
II. PRESENTATION DE L'UNITE D'APPRENTISSAGE

Jeu collectif : « vers le handball »

UA : problème à traiter : « faire progresser collectivement et le plus directement possible la balle dans la zone de réussite »

Choix et décisions de l'enseignant pour mettre en place son UA:

- × Jeu en travers (par rapport à la salle): pour mettre en situation **tous** les élèves d'une classe (4 terrains / sur chaque terrain 4 contre 4)
Salle type C: 4 espaces de jeu / Salle type B: 3 espaces de jeu.
- × Choix de 4 joueurs au maximum: pour limiter le phénomène de grappe
pour limiter le nombre d'informations à prendre
- × Choix d'un espace limité en largeur pour favoriser un jeu orienté vers l'avant (par conséquent vers la cible)
- × On garde la notion de cible(s) et de tir mais on supprime le duel tireur-gardien qui constitue un autre objet d'enseignement (travaillé lors d'une UA ultérieure)
- × Dribble interdit. Cela permet de limiter les pouvoirs d'agir des élèves les plus « compétents », d'augmenter les pouvoirs d'agir des élèves les moins compétents.
- × Limiter le nombre de règles pour permettre aux élèves d'arbitrer; de s'autoarbitrer
- × Règle de l'invulnérabilité du porteur du ballon à condition que celui-ci ait adopté une posture adaptée (à l'arrêt être équilibré, pieds décalés, bras armé). C'est le signal pour le défenseur qui doit se tenir à distance de bras du porteur de balle.



1^{ère} étape : Introduire les règles d'or dégagées lors des séances de familiarisation par les 2 jeux (lapins chasseurs et passe à 5)

Règles d'or dégagées lors de la familiarisation:

- × **Le marcher**: aucun déplacement pour le porteur de balle
- × **Le dribble**: interdit
- × **Faute de pied**: balle qui touche en dessous du genou. Remise en jeu à l'endroit de la faute.
- × **Contact**: interdit et sanctionné. Remise en jeu à l'endroit de la faute. Respect de l'invulnérabilité du PdB (pour le PdB, avoir une posture équilibrée, tête haute, bras armé; pour l'adversaire, c'est le signal d'une mise à distance du PdB: être à une distance d'un bras).
- × **Les sorties**: balle et/ou joueurs en dehors des limites du terrain. Remise en jeu à l'endroit de la sortie pour l'équipe adverse
- × **Mise en jeu**: de la zone de marque
- × **Couloir interdit** à tout joueur devant le but sans gardien

VOIR LES SITUATIONS DE JEUX PAGES 4 ET 5 SUIVANTES

⇒ **PAGE 4** : Situation 1 de familiarisation : Lapins – Chasseurs

⇒ **PAGE 5** : Situation 2 de familiarisation : La passe à 5



Séance de familiarisation Handball: Situation 1

JEU : « Lapins - Chasseurs »

But du jeu:

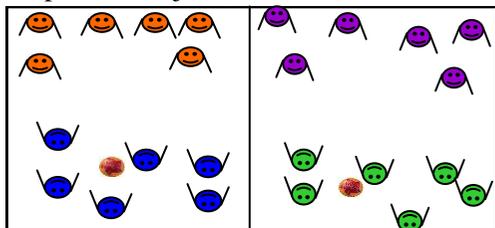
- * Pour les chasseurs, toucher les lapins avec les ballons
- * Pour les lapins, éviter d'être touchés

Savoirs à enseigner :

- S'approprier les règles d'or de l'activité:
 - le marcher
 - le respect de l'espace de jeu et la remise en jeu
 - le dribble interdit

Aménagement :

- * Terrain: 2 aires de jeu séparées et balisées / Environ 15x15 m
- * 2 équipes de 6 joueurs par aire de jeu: 6 lapins et 6 chasseurs
- * Equipes avec chasubles de couleurs différentes
- * 1 ballon par aire de jeu (ballons de HB taille 1, peu gonflés)



Comportements attendus :

- Respect des règles d'or de l'activité
- Prise d'information sur le positionnement des joueurs (partenaires et adversaires)
- Mise en place de stratégies collectives pour les chasseurs:
 - circulation rapide de la balle
 - occupation de l'espace de jeu pour s'approcher des lapins
- Mise en place de stratégies pour les lapins:
 - se déplacer
 - s'éloigner du porteur du ballon
 - s'éloigner des autres chasseurs
 - choisir des espaces libres et ne pas rester groupé

Consignes et règles du jeu :

- * Au signal, les lapins entrent dans l'aire de jeu et doivent éviter de se faire toucher. S'ils sont touchés, ils sortent.
- * Les chasseurs positionnés dans l'aire de jeu touchent les lapins avec le ballon. Le porteur du ballon ne peut pas se déplacer.
- * Pendant le temps de jeu, les joueurs ne peuvent sortir de l'aire de jeu.
- * Lorsque le ballon sort, la remise en jeu s'effectue à l'endroit de la sortie.
- * Le jeu s'arrête lorsque tous les lapins sont touchés.
- * Règle de sécurité: pas le droit de toucher à la tête.

Variables :

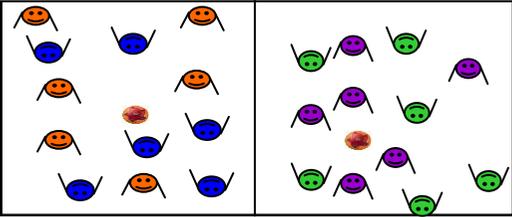
- * De temps:
 - * toucher le plus grand nombre de lapins dans un temps limité
 - * chronométrer le temps mis par les chasseurs pour toucher tous les lapins (à comparer entre les équipes)
- * D'espace:
 - * taille du terrain
 - * instaurer des portes d'entrée pour les lapins
- * Lapins touchés:
 - * restent immobiles dans l'aire de jeu et restent passifs
 - * restent immobiles dans l'aire de jeu et peuvent dévier la balle
 - * ont plusieurs vies (3 maxi)

Critères de réussite :

- * Pour les chasseurs, toucher tous les lapins le plus rapidement possible
- * Pour les lapins, éviter de se faire toucher

Séance de familiarisation Handball: 2ème situation

JEU : « La passe à 5 »

<p>But du jeu:</p> <ul style="list-style-type: none">✗ Se faire 5 passes consécutives dans l'équipe sans perdre la balle pour marquer un point.✗ Pour les adversaires, récupérer la balle en l'interceptant pour devenir à leur tour attaquants.	<p>Savoirs à enseigner :</p> <ul style="list-style-type: none">- S'approprier les règles d'or de l'activité: réinvestissement des règles d'or dégagées lors de la situation « lapins-chasseurs », à savoir:<ul style="list-style-type: none">- le marcher, le respect de l'espace de jeu et la remise en jeu , le dribble interdit- S'approprier la règle d'or de l'invulnérabilité du PdB.
<p>Aménagement :</p> <ul style="list-style-type: none">✗ Terrain: 2 aires de jeu séparées et balisées / Environ 15x15 m✗ 2 équipes de 6 joueurs par aire de jeu✗ Equipes avec chasubles de couleurs différentes✗ 1 ballon par aire de jeu (ballons de HB taille 1, peu gonflés) 	<p>Comportements attendus :</p> <ul style="list-style-type: none">- Respect des règles d'or de l'activité- Prise d'informations sur le positionnement des joueurs (partenaires et adversaires)- Mise en place de stratégies individuelles et collectives pour l'équipe qui possède la balle<ul style="list-style-type: none">circulation rapide de la balleoccupation complète de l'espace de jeu en choisissant des espaces libres: offrir des possibilités de passes au porteur de balledémarquage- Mise en place de stratégies pour les adversaires afin de récupérer la balle<ul style="list-style-type: none">se déplacermarquer les adversaires pour limiter les possibilités du porteur de balle (ne se préoccupe plus uniquement du porteur du ballon).
<p>Consignes et règles du jeu :</p> <ul style="list-style-type: none">✗ Au signal, l'équipe qui porte la balle essaie de se faire 5 passes consécutives pour marquer 1 point✗ L'équipe adverse tente de récupérer la balle par interception.✗ Pendant le temps de jeu, les joueurs ne peuvent sortir de l'aire de jeu.✗ Si le ballon sort de l'aire de jeu, la remise en jeu s'effectue à l'endroit de la sortie par l'équipe adverse.✗ Le jeu s'arrête lorsque cinq passes consécutives ont été effectuées au sein d'une même équipe. Cette équipe marque 1 point. La balle est donnée à l'équipe adverse.✗ Règle de l'invulnérabilité du PdB: pas le droit de toucher le porteur de balle / Mise à distance d'un bras. <p>Critères de réussite :</p> <ul style="list-style-type: none">✗ Pour l'équipe qui porte la balle: parvenir à faire 5 passes consécutives sans la perdre✗ Pour les adversaires, récupérer la balle par interception	<p>Variables possibles selon les comportements observés:</p> <ul style="list-style-type: none">✗ D'espace:<ul style="list-style-type: none">✗ taille du terrain✗ imposer des couloirs à l'intérieur de chaque terrain afin de limiter l'effet de grappe✗ imposer une ligne de départ et une ligne d'arrivée du ballon pour orienter le jeu.✗ De jeu:<ul style="list-style-type: none">✗ interdiction de repasser la balle à son pair✗ si échec pour la passe à 5, jouer sur le contrat de passes (passes à 3 / passes à 4)✗ De temps:<ul style="list-style-type: none">✗ limiter le temps de jeu pour l'équipe qui porte la balle (exemple: faire les 5 passes en 45 secondes maxi).

2^e étape de la démarche : constituer des équipes stables de 4 joueurs hétérogènes en leur sein, homogènes entre elles.

Mise en place d'un dispositif permettant de **constituer les équipes** pour l'évaluation diagnostique.
Dispositif: Montante / descendante

La classe en une demi-heure sur des petits terrains en 2 contre 2.

But du jeu:

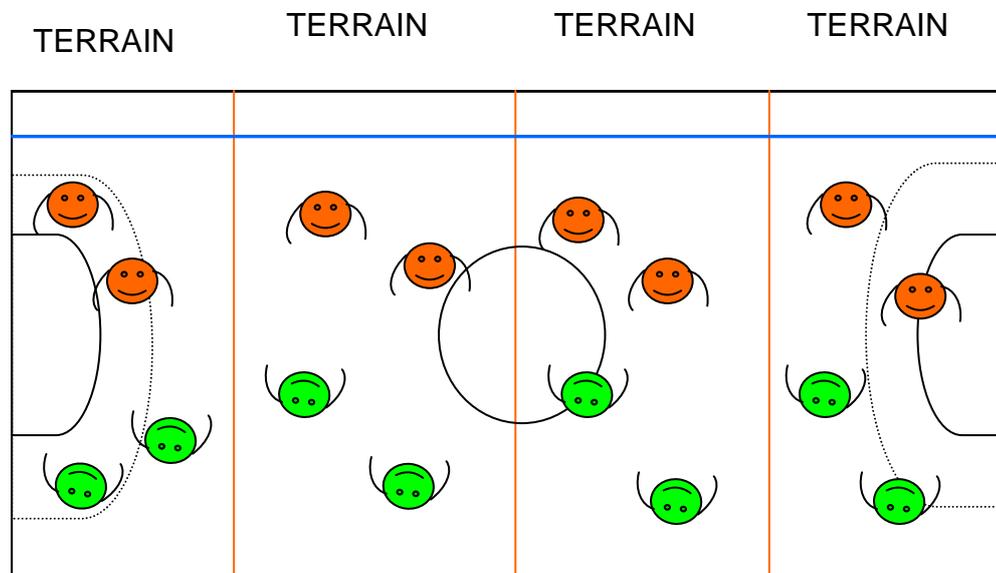
Les équipes doivent aller poser la balle derrière la ligne adverse. On compte les points, en 2 minutes: les gagnants montent d'un terrain et les perdants descendent.

Règles du jeu:

- Appliquer les règles d'or dégagées lors des séances de familiarisation (marcher, faute de pied, sortie, pas de contact)
- Situation aménagée: pas de dribble.

Constituer les équipes de 4 joueurs à l'issue des montantes / descendantes:

- Rassembler 2 binômes en veillant à ce que les équipes soient homogènes entre elles.



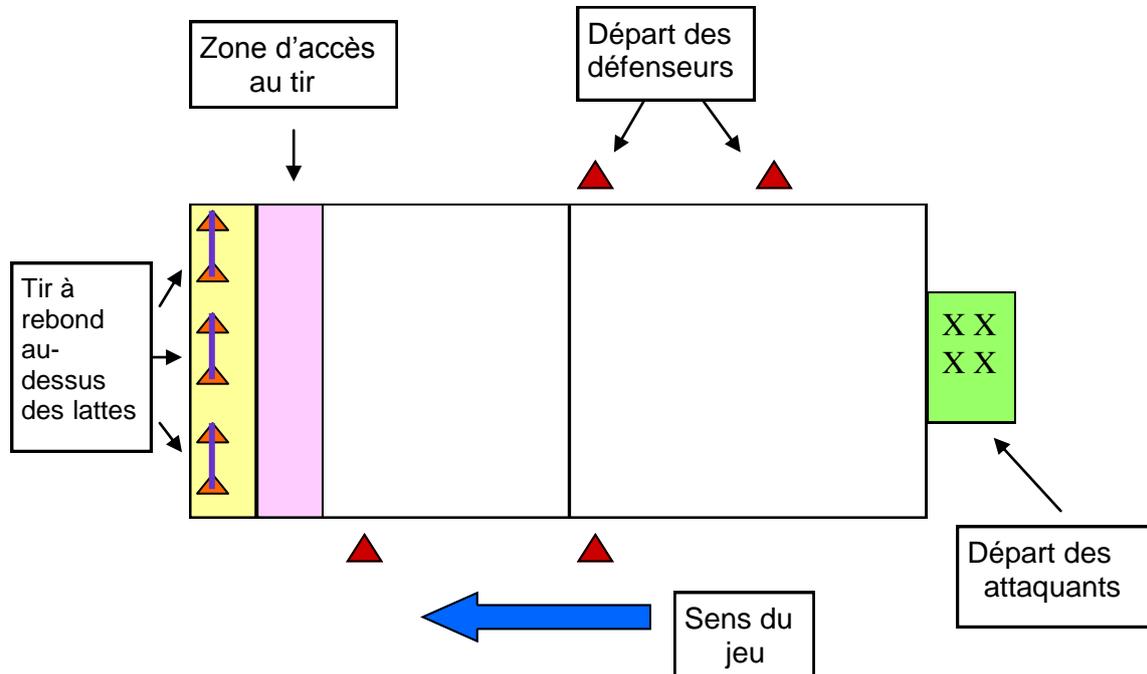
3^e étape : évaluation diagnostique

Situation de match avec défenseurs décalés sur le terrain. Ils entrent en jeu lorsque le ballon sort de la zone (rien n'empêche les attaquants de s'organiser pour occuper l'espace avant l'entrée des défenseurs)

Evaluation collective : nombre de tirs, au-dessus des lattes, déclenchés en zone de tir par rapport au nombre d'attaques.

Exemple : sur 10 attaques données, 7 tirs réussis.

L'attaque est terminée quand il y a eu tir, perte ou récupération de balles par les défenseurs.



- **Un constat quantitatif** : des pertes de balles rapides pour les attaquants

- **Une interprétation des comportements** :

Ce qui pose problème :

...de...

...à....

<p>- <u>Pour le PB</u> - 1 masse indistincte de joueurs devant lui (partenaires et adversaires) tous orientés vers le PB (effet grappe). - 1 stratégie de contournement des adversaires par des passes à trajectoires hautes et rondes (en cloche) avec un résultat aléatoire.</p> <p>- <u>Pour les partenaires</u> : des difficultés pour se rendre disponible et accessible.</p>	<p>- <u>Pour le PB</u> : 1 volume de passe augmenté : <i>repère : passes plus longues et plus tendues</i></p> <p>- <u>Pour les partenaires</u> : se rendre disponible et occuper l'espace <i>Repère : sortir de l'alignement : PB-défenseur-partenaire (se positionner en triangle).</i></p>
<p>- <u>Pour les partenaires</u> : prise en compte uniquement du ballon</p>	<p>- <u>Pour les partenaires</u> : prise en compte du ballon, de la cible, des adversaires et des partenaires, effectuer une dissociation haut du corps-bas du corps. <i>Repère : haut du corps orienté vers le PB, pieds orientés vers la cible.</i></p>
<p>- 1 facteur temps qui n'est pas pris en compte pour les attaquants par rapport à l'entrée en jeu des défenseurs.</p>	<p>- 1 organisation collective dès la mise en jeu pour prendre de vitesse l'entrée des défenseurs. <i>Repère : étagement des joueurs avant que le ballon n'entre en jeu (cf consigne de jeu)</i></p>

- Consigne de fonctionnement : à chaque attaque, changer le metteur en jeu pour passer dans tous les rôles.
- Echauffement : systématiser le travail de dissociation haut et bas du corps et le travail de l'armé du bras.

4^e étape : Phase d'apprentissage

4 contre 4 ; jeu en couloirs pour mettre les élèves le plus possible en situation de jeu.

RECOMMANDATIONS :

Les variables ne sont pas présentées dans un ordre chronologique.

Elles sont à utiliser en fonction de la situation observée, des choix et des intentions pédagogiques.

Il faut veiller à ce que :

- chaque élève soit impliqué dans un même rôle suffisamment longtemps pour être en mesure d'expérimenter toutes les possibilités de jeu.

- chaque élève endosse chacun des rôles.

Si plusieurs situations sont proposées sur l'ensemble de l'UA, une seule doit être graduée et complexifiée progressivement par séance, voire reprise lors de la séance suivante, notamment lors de la phase d'échauffement.

INTERVENTION DE L'ENSEIGNANT :

Ne pas hésiter à faire des arrêts de jeu pour verbaliser sur les situations et les choix des joueurs, ainsi que pour la reformulation des consignes (les faire respecter).



HANDBALL: Phase d'apprentissage

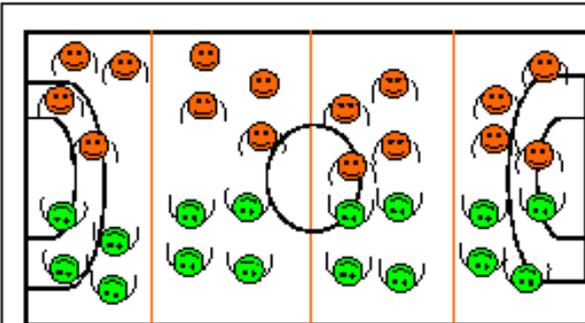
Situation générique

OBJECTIF SPECIFIQUE

Découvrir la situation de jeu global

DISPOSITIF

- Salle type C: 4 terrains dans le sens de la largeur
- Salle type B: 3 terrains dans le sens de la largeur
- Opposition: 4 contre 4
- Temps de jeu bref (3 à 4 minutes)
- Varier fréquemment les oppositions (changements de terrain)



BUT DU JEU

1^{er} cas

Les équipes doivent aller poser la balle derrière la ligne de but adverse pour marquer un point

2^e cas :

Tir à rebond au-dessus de la cible (voir dernière variable proposée)

CRITERES DE REUSSITE

L'équipe gagnante est celle qui a le plus de points à l'issue du temps de jeu

MATERIEL

- Jeux de chasubles
- 1 ballon de handball par terrain (ballon taille 1 de préférence)
- Plots ou coupelles pour délimiter les terrains dans le sens de la largeur

CONSIGNES

- Chaque équipe de 4 doit poser la balle dans la zone de marque adverse en respectant les règles de jeu connues (cf: phase de familiarisation)
- Si la balle sort de l'aire de jeu, remise en jeu par l'équipe adverse à l'endroit de la sortie
- A chaque point, reprise du jeu à partir de la ligne de but

VARIABLES

Pas de variable précisément définie pour le premier temps de jeu.

HANDBALL: Phase d'apprentissage

« Faire progresser collectivement et le plus directement possible la balle dans la zone de réussite »

Reprise de la situation de jeu et jouer sur la trame de variances

Variables	De... à...	Objectifs de transformation
Le nombre de passes pour atteindre la cible	De non défini à 3 passes maximum	Provoquer l'étagement des joueurs sur le terrain
Le temps de possession du ballon pour l'équipe	De non défini à 10 secondes maximum	Augmenter la vitesse d'exécution (dans la prise d'informations, dans la prise de décision, dans la gestuelle et dans les déplacements)
Les zones à l'intérieur du terrain (nombre et taille): zones transversales	De 4 zones maximum à 1 zone - Passage obligé ou non dans chacune des zones - Possibilité ou non de revenir dans la zone précédente	Matérialiser la progression de la balle vers l'avant
Le pouvoir de la défense	D'une occupation partielle du terrain (zones autorisées ou interdites) à un accès total	Moduler le rapport de force Limiter l'effet de grappe
Le nombre de défenseurs	De 1 à 4 de manière à privilégier l'attaque Entrée progressive des joueurs sur le terrain (ex: toutes les 5 sec.)	
La place/l'entrée des défenseurs et/ou des attaquants sur le terrain.	Tous présents sur le terrain en même temps vers une entrée définie pour chaque joueur (portes matérialisées par des plots)	

Le choix du porteur de balle dans l'action de passe	De non défini à défini, soit: <ul style="list-style-type: none"> - aucune contrainte - le futur PdB défini - le futur PdB interdit (ex: ne pas redonner à son pair) - chaque joueur doit toucher au moins une fois la balle 	Impliquer tous les joueurs dans l'action de progression, surtout les non PdB.
Les zones refuges pour diminuer la pression sur le PdB	De la règle d'invulnérabilité sur le PdB jusqu'à une distance de « confort » (1,5 m)	Permettre de prélever des informations pour prendre des décisions pertinentes
La réversibilité des statuts attaquants-défenseurs	De statut défini et permanent (uniquement attaquants ou défenseurs) au changement de statut pendant l'action de jeu si récupération du ballon par la défense	Connaître son rôle et adapter son action en conséquence
Précision dans la forme du tir : Nature de la cible	D'une cible qui fait la largeur d'un terrain	1 ou 2 cibles rétrécies (2 plots avec une latte : voir évaluation diagnostique)



III. ANNEXES

ECHAUFFEMENT

Situations proposées lors de l'échauffement

Les principes:

Proposer un échauffement long, progressif, cohérent par rapport à l'activité:

- **long**: environ un tiers du temps total de la séance pour que l'échauffement soit efficace et pertinent
- **progressif**: dans l'intensité (physiologique), dans la mobilisation articulaire et musculaire
- **cohérent** par rapport à l'activité et au contenu de séance:
 - * se déplacer dans un environnement - stable par rapport au matériel
 - changeant par rapport aux individus
 - * prendre des informations sur les situations de jeu par rapport :
 - à l'espace
 - aux joueurs : PdB, non PdB, partenaires et adversaires.

Exemples d'échauffement:

- * Courses variées à allures modérées (avant, arrière, pas chassés, avec arrêts, avec changement de direction, par deux, etc...) à l'intérieur, à l'extérieur, sur les lignes... pour matérialiser l'aire de jeu.
- * Mobilisation articulaire systématique : cheville, genou, bassin, épaule, coude, poignet, doigts, cou
- * Courses à allures plus intenses avec des contraintes qui obligent à prendre des informations. Par exemples, travail par deux (suivre la locomotive qui peut s'arrêter, redémarrer, s'accroupir, changer de direction, sauter...), aller s'arrêter dans un espace libre, s'arrêter en s'orientant par rapport à un repère désigné (partenaire, cible, lignes ...)
- * Introduire des petits jeux avec ballons seuls ou à plusieurs (jonglages avec ou sans rebond, poser/ramasser, lancer/sauter/récupérer/s'arrêter...)
- * Jeux de type « épervier », « béret, ...
- * Étirements musculaires.
- * Dissociation haut/bas du corps : se déplacer dans une direction et regard orienté dans une autre direction (jeu du chef d'orchestre, ...)
- * Travail de l'armé du bras : tirs sur cible (mobile/immobile), sur le mur, ...

GRILLE d'OBSERVATION – Situation de référence handball

Nom de l'observateur :

Nom du joueur :

Trace un bâton dans les cases qui conviennent en suivant les performances de ton joueur et entoure le bâton si c'est réussi.

I Réception
 Réception réussie

I Passe
 Passe réussie

I Tir
 Tir réussi

Réceptionner le ballon	
Passer le ballon	
Tirer	

J'ai aimé jouer OUI NON
 Pourquoi ?

.....

Ce que je dois travailler :

.....

