

Handball Adapté

Maxime Le Cuillier

Propositions de définition du handball

1. Activité **d'opposition et de coopération** qui se joue dans un **espace interpénétré**, et un cadre réglementaire, dont le but est d'atteindre par un **lancer manuel de ballon** une **cible verticale gardée et mise à distance**.
2. C'est 1 compétition entre 2 équipes qui **luttent incessamment** pour disposer du ballon et marquer plus de buts que l'adversaire. Donc dans toutes les situations du jeu, il y a de **l'opposition et de la coopération**.
3. Le HB est un jeu **d'affrontement collectif** médié par un ballon, où l'activité de démarquage (ou d'évitement) est constante voire vitale. Le HB sollicite l'action d'un groupe sur lui-même **en interaction** avec un autre groupe, pour atteindre une cible verticale (gardée par un GB, et située dans une zone réservée) plus souvent que l'adversaire dans des conditions spécifiques de jeu.

Paramètres	Originalité du HB
Espace de jeu, terrain	La zone
Cibles	La rapport entre la surface à défendre 6M2 et la taille corporelle du GB Le joueur attaquant n'a pas d'accès direct au but
Ballon	Petit Manipulation facile à une main
Attaquant PB	Limité à 3 appuis et 3s Tir à une main dans duel avec GB
Attaquants PPB	Aide limitée en appui, dans la profondeur, en raison de la zone
Défenseur face au PB	Droit de charge spé
Règlements	Entrée et sortie illimitées des j Surface de but interdite Refus de jeu Sanctions disciplinaire spécifiques
Tactiques et évolutions	Evolution tactique permanente dans le choix et la variété des systèmes de jeu. Joueur avec de + en + de qualités physiques. Activité décisionnelle médié par la présence d'alternatives sous pression temporelle

Spécificités du handball

Espace:

- Zone réservée au gardien de but

Cible:

- Pas d'accès direct au but
- Petite cible par rapport à la taille de la cage et la taille du GB.

Ballon:

- Manipulable à une main
- Utilisation d'une résine particulière

Règlement:

- Changements illimités
- Refus de jeu
- Sanctions disciplinaires spécifiques

Attaquant:

- 3 appuis, 3 s
- Duel Tireur-GB à une main

Défenseur:

- Neutralisation possible

Problèmes Fondamentaux

Ressources Biomécaniques:

- Déplacement horizontal équilibré
- Dissociation segmentaire
- Coordination

Ressources Perceptivo-décisionnelles:

- Vision centrale et vision périphérique
- Prise d'informations rapides et multiples

Problèmes Fondamentaux

Ressources Cognitives:

- Connaissances règlement et stratégies
- Associer informations et intentions
- Connaissances des principes d'efficacité

Ressources Relationnelles:

- Communication
- Solidarité

Ressources Affectives:

- Maîtrise des émotions : accepter le contact
- Agir sous pression temporelle et défensive importantes

Les phases de jeu

Contre-Attaque

Passe directe du GB à un joueur de champ (dans le dos du repli défensif) qui se retrouve en situation de tir

Montée de balle

Progression rapide et collective de la balle vers le but pour battre le repli défensif

Jeu de transition

Phase de jeu après échec de la CA ou MB et avant l'organisation de la défense adverse

Attaque placée

Les attaquants sont répartis sur les postes de jeu, face à une défense replacée autour de sa zone

Repli défensif

Changement de statut d'attaquant à défenseur. Organisation collective pour interdire la passe, gêner la progression de la balle ou la récupérer

Défense placée

Joueurs organisés autour de la zone avec un placement géographique et des intentions défensives déterminés à l'avance

Les intentions de jeu

	Attaque	Défense
Collectives	<ul style="list-style-type: none">• Jouer en lecture• Jouer en schéma• Jouer alterné	<ul style="list-style-type: none">• Protéger sa cible• Perturber l'attaque adverse• Récupérer la balle
Individuelles	<ul style="list-style-type: none">• Crédit d'action: Tirer, Passer, Dribbler• Faire un duel: cf actions offensives• Se démarquer	<ul style="list-style-type: none">• PIDA: Presser, Intercepter, Dissuader, Aider• Harceler• Excentrer• Changer• Replier

Opposition et rapport de force

EN ATTAQUE (en coopérant) :	EN DEFENSE (en s'opposant) :
<p><u>Faire progresser le ballon vers la cible adverse</u></p> <p style="text-align: center;">•</p> <p style="text-align: center;">•</p> <p style="text-align: center;">•</p> <p><u>Conserver le ballon.</u></p> <p><u>Se mettre en situation favorable de tir :</u> Jouer en mouvement Utiliser et/ou créer des espaces libres Gagner le duel avec son adversaire direct.</p> <p><u>Marquer</u> Tirer/viser Gagner le duel avec le GB.</p>	<p><u>Gêner la progression du ballon</u> Stopper le porteur de balle Se replier entre l'adversaire et la cible</p> <p><u>Récupérer le ballon le plus tôt possible.</u></p> <p><u>Protéger sa cible</u> Intercepter le ballon. Stopper le porteur de balle. Gêner les actions de son adversaire direct. Dissuader la passe. Contrer le tir. Aider son partenaire proche.</p>

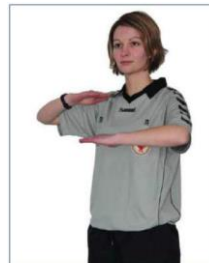
Règlement du Joueur de champ

Dribbler



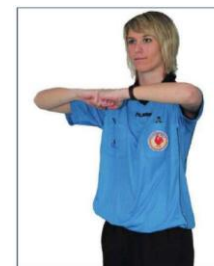
2 DRIBBLE IRRÉGULIER

3 pas / 3 secondes



3 MARCHER
OU 3 SECONDES

Contact



4 CEINTURER, RETENIR
OU POUSSER

Jet Franc



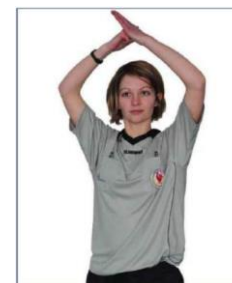
9 JET FRANC - DIRECTION

3 mètres



10 NON RESPECT DE LA DISTANCE
DES 3 MÈTRES

Passage en force



6 FAUTE D'ATTAQUANT

Règlement du Gardien de but

Zone



1 EMPIÈTEMENT
SUR LA SURFACE DE BUT

Renvoi du
gardien



8 RENVOI

But



12 BUT

Toucher la balle avec n'importe
quelle partie du corps

Se déplacer autant qu'il le souhaite
dans la zone avec le ballon

Quitter la surface de but sans
ballon et devenir joueur de champ

Quitter la surface de but avec
ballon maîtrisé

Revenir avec le ballon de la
surface de jeu dans la zone

Mettre l'adversaire en danger

Progressivité des sanctions

Carton
jaune



13 AVERTISSEMENT (JAUNE)

2 minutes



14 EXCLUSION (2 MINUTES)



14 EXCLUSION (2 MINUTES)



14 EXCLUSION (2 MINUTES)

Carton
rouge



13 DISQUALIFICATION (ROUGE)

Carton bleu



13 DÉCISION D'ÉTABLIR UN
RAPPORT ÉCRIT (BLEU)

- **Handicap Mental**

- Le handicap mental représente à la fois une déficience intellectuelle et les conséquences qu'elle entraîne au quotidien. Les origines du handicap mental sont variées, elles peuvent survenir à la conception, pendant la grossesse, lors de l'accouchement ou après la naissance. La personne en situation de handicap mental éprouve des difficultés plus ou moins importantes de réflexion, de communication, de décision, de conceptualisation, d'attention, d'adaptation au changement, de compréhension des conventions sociales. Dans la plupart des cas la déficience mentale ne peut être soignée mais le handicap qui en résulte peut être compensé par un environnement aménagé et un accompagnement humain adapté. La France compte 3,5 millions de personnes handicapées. Parmi elles, 2 millions sont porteuses d'un handicap sévère. 650 000 à 700 000 d'entre elles se trouvent en situation de handicap mental, ce qui représente environ 20 % des personnes handicapées. Chaque année, entre 6 000 et 8 500 enfants naissent avec un handicap mental (Unafam, 2014).

Difficultés
concentration

Difficultés
d'apprentissage

Gestion des
Emotions

Temporalité
modifiée

Notion
confuse du
schéma
corporel

Hyper
sensibilité

Difficultés de
compréhension

Difficultés
d'expression
orale

Difficultés
motrices

Variable en fonction du degré de déficience

Impact de la déficience intellectuelle sur l'activité ?

- Réflexion à mener entre les caractéristiques du public, les spécificités de l'activité handball et l'impact de l'un sur l'autre.