

Des pistes pour les 9-12 ans



« Dribble de progression avec opposition »

Un problème technique pour le porteur de balle : progresser et éviter les défenseurs en dribblant.

La balle est l'objet de l'attention première du jeune joueur. Le porteur de balle se heurte à plusieurs difficultés en fonction de diverses situations de jeu.

Il doit "mobiliser l'ensemble de ses ressources" pour être plus à l'aise en match.

Les contraintes spécifiques de l'activité handball imposent aux attaquants trois types d'affrontement :

- gagne-terrain,
- manœuvre d'accès au tir,
- tir.

Le porteur de balle, dans les deux premiers contextes peut recourir à diverses modalités techniques impliquant le dribble. Celui-ci peut être de progression, d'évitement ou de débordement.

Ces modalités techniques permettent la progression du ballon vers la cible, couplée, éventuellement, avec l'élimination d'adversaire(s).



Des pistes pour les 9-12 ans

Le joueur s'appuyant sur l'analyse de la situation, la compréhension de son évolution mais aussi sur ses connaissances et ses savoir-faire, peut choisir d'être un "traverseur" ou un "contourneur" et donc choisir un mode de jeu offensif selon la situation.

La modalité technique consistant à intégrer le dribble d'évitement dans le dribble de progression nous paraît particulièrement intéressante pour permettre au joueur de concrétiser ce choix de modes de jeu.



Problème "fondamental" à résoudre pour le jeune joueur.

Pour construire cette modalité technique, le joueur doit s'adapter à des exigences contradictoires. Il doit en effet assurer :

- La production et l'accélération d'une vitesse de course initiale, afin de progresser, suivant un itinéraire choisi, pour atteindre la cible.
- L'organisation d'un éventuel freinage d'urgence :
 - pour éviter un obstacle mouvant contrariant la progression initiale prévue,

- pour pouvoir reconstruire, en continuité, un autre itinéraire vers la cible.

- Le maintien de la possession du ballon malgré les changements les tentatives de vol de balle "dans le dribble" par les défenseurs.



La modulation de la vitesse de course est donc une condition de réussite de la modalité technique. Mais, l'organisation posturale permettant cette modulation ainsi que le maintien de la possession du ballon, doit être au centre de sa construction.

Alternatives techniques à considérer. Ressources à transformer.

Pour s'adapter à ces exigences contradictoires (vitesse, freinage, maintien de la progression du ballon), le joueur doit mobiliser un ensemble de ressources. Les alternatives techniques dépendront de la transformation de celles-ci.

Ressources d'ordre biomécanique

Le joueur doit construire une organisation posturale permettant, selon l'évolution de la situation :

- A) la création d'une vitesse adaptée et son accélération (l'inclinaison "relative" du buste est requise), le maintien de son propre équilibre, le contrôle "fonctionnel" du dribble.
- B) Le maintien de son propre équilibre, le contrôle "fonction" du dribble.
- C) Un changement de direction éventuel, un vissage du buste pour la protection du ballon dans un éventuel changement de main de dribble (corps obstacle).

Des pistes pour les 9-12 ans

Dans ces divers cas, l'organisation posturale permettra en outre au joueur de :

☞ **Dissocier l'action des membres inférieurs** de celle des membres supérieurs (action "dosée", souple, relâchée du bras, du poignet et des doigts engagés dans la conduite du ballon afin de "pousser" la balle et non de la frapper).

☞ Pousser la balle afin d'atteindre une hauteur de rebond compatible avec les intentions (vitesse/ changement de direction/ corps obstacle).

☞ **Contrôler une action coordonnée** du bras "libre" pour constituer un obstacle au défenseur. (Ce bras dissocié de l'action de course ce qui accroît encore les pro-



blèmes de rééquilibration).

Cette organisation posturale modulable en fonction des intentions est personnelle. Le joueur doit construire son propre "référentiel postural" lui permettant de réussir puis de maîtriser les diverses alternatives techniques.

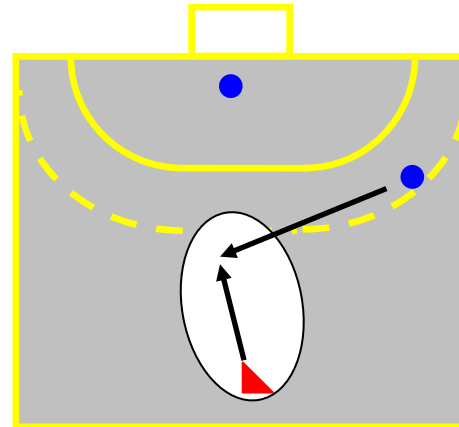
Ressources bio-informationnelles



Le joueur doit mettre en relation certains indices sur l'état et les transformations du duel l'opposant à un défenseur "poursuiveur", "fermeur", ou "bloqueur" :

- ☞ Les trajets (vitesse (s) relative (s), orientation).
- ☞ Les distances.
- ☞ Les postures relatives (porteur de balle à la "poursuite" de son ballon ou équilibré ? ; adversaire direct "organisé" pour barrer ou en train de fermer ?).

Cette mise en relation d'indices doit permettre au porteur de prédire ce que sera le point de rencontre et de choisir la modalité technique la plus adaptée.



Des pistes pour les 9-12 ans

Ressources d'ordre affective

Le joueur doit s'engager dans des actions risquées ou "jouer" la sécurité :

- ☞ prendre le risque d'un contact "raisonné" pour un accès direct à la cible,
- ☞ différer cet accès pour assurer la conservation du ballon et des chances de construction d'un nouvel accès au but.

Situations proposées

La conception des situations doit tenir compte des considérations précédentes :

- ☞ exigences contradictoires,
- ☞ alternatives techniques,
- ☞ ressources à considérer et à optimiser.

Nous proposons quelques exemples en envisageant les situations du point de vue de deux logiques :



1) type d'affrontement :

- gagne-terrain,
- accès au tir ;

2) situations sollicitant plus particulièrement l'une ou l'autre des deux composantes indissociables :

- activité de choix, d'exploration entre plusieurs solutions,
- l'élaboration de techniques (concrétisation des intentions, manières de faire).

Situation 1 : gagne terrain, activité tactique

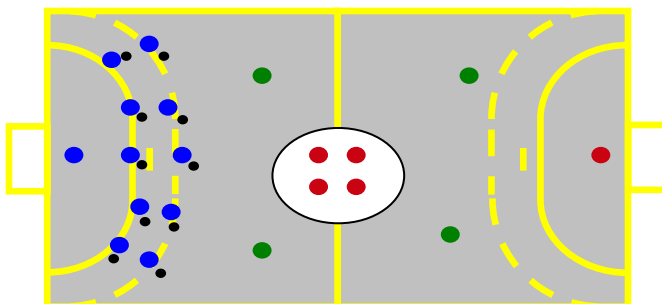
Dispositif de départ :

- 2 lignes de 5 attaquants,
- 4 défenseurs dans le cercle de basket,
- une aire délimitée par des plots,
- 2 gardiens de but.

- les défenseurs doivent toucher un plot dès le signal du jeu donné par le formateur, ou dès le premier dribble,
- la seconde ligne d'attaquants entre en action dès que les défenseurs sont à nouveau dans le cercle,
- même but, dans l'autre sens, pour tirer sur l'autre gardien.

But du jeu :

- **pour les attaquants** : "traverser" en dribble l'aire délimitée par les plots, sans être touchés, et tirer pour marquer.
- **pour les défenseurs** : toucher un maximum de dribbleurs.



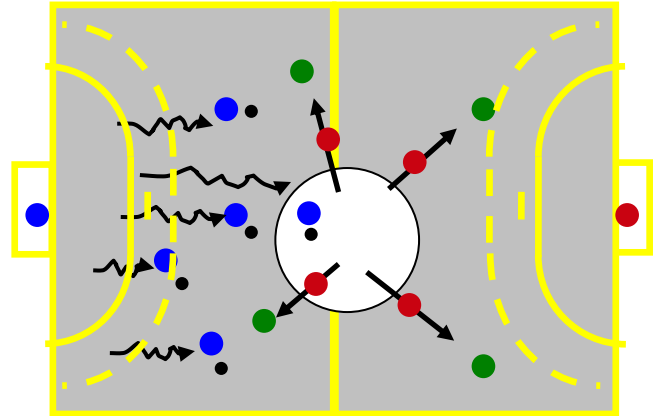
Conditions à respecter :

Des pistes pour les 9-12 ans



Régulation-re lance :

- permettre aux attaquants ou aux défenseurs de modifier l'emplacement des plots,
- inciter à une autre "manière de faire" en variant l'organisation de départ (ligne de quatre, 2 colonnes de deux attaquants, colonne de quatre)...
- avantages ou inconvénients de "partir" le premier en dribble, le dernier ?
- comment exploiter les actions des dribbleurs précédents et leurs conséquences sur les défenseurs ? Etc...



Situation 2 : Gagne terrain, activité technique

Dispositif de départ :

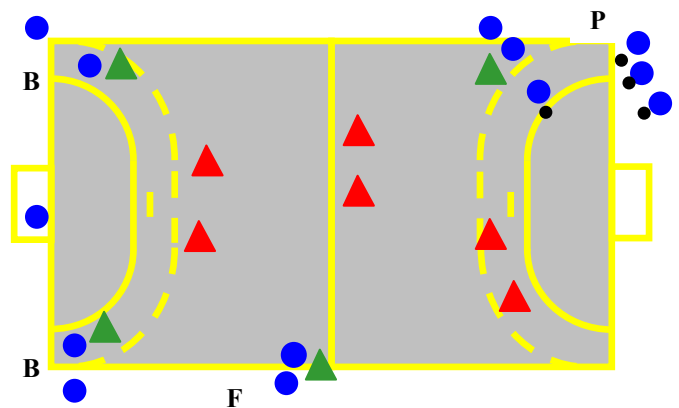
- 4 attaquants "explorateurs de l'espace", un ballon chacun,
- 6 défenseurs en attente derrière leur plot (2 poursuivisseurs "P", 2 fermeurs "F", 2 barreaux "B"),
- 3 portes matérialisées par des petits poteaux,
- un gardien de but.

But du jeu :

- Les "explorateurs" doivent franchir, en dribble, trois portes pour parvenir au tir

(système de score suivant le nombre de portes effectivement franchies),

- Les défenseurs doivent interdire le franchissement.



Des pistes pour les 9-12 ans

Conditions à respecter :

Pour les attaquants :

- ne pas être touchés en traversant une porte (système de score à déterminer),
- ne pas être touchés en évitant un défenseur qui interdit le passage dans une porte (système de score à déterminer).

Pour les défenseurs :

- Les "poursuiveurs" entrent en action dès le premier dribble du porteur de balle.
- Les autres défenseurs n'entrent en action que lorsque le porteur franchit ou évite une porte.
- L'action des défenseurs se limite à une zone d'un mètre en avant et en arrière de la porte.
- La séquence suivante commence dès le tir de l'attaquant précédent.

Régulation-reliance

- Jouer sur la largeur des portes et leur orientation dans l'espace afin de faire varier les trajets (orientation) et les distances.
- Jouer sur les distances des balises aux portes pour jouer sur les vitesses relatives.

Situation 3 : Manœuvre d'accès au tir, activité tactique

Dispositif de départ :

- 4 attaquants sur la ligne médiane, un ballon chacun,
- 3 défenseurs à 6m,
- 5 portes matérialisées par des poteaux plastiques,
- un gardien de but.

But du jeu :

- pour les attaquants : traverser une porte en dribblant pour tirer au but,
- pour les défenseurs : interdire le passage à travers une porte, voler la balle dans la dribble.



Conditions à respecter :

Pour les attaquants :

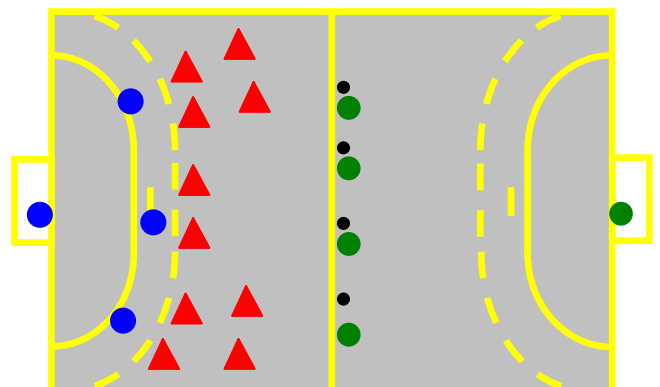
- ne pas être touchés ni dans la traversée d'une porte déjà gardée, ni lors du contournement d'une porte.

Pour les défenseurs :

- ils déclenchent leur action dès le premier dribble de l'un des porteurs de balle, ils peuvent agir au maximum dans un espace d'un mètre en avant ou en arrière de la porte.

Régulation-reliance :

- varier la largeur et l'emplacement des portes,
- jouer sur le score selon les portes franchies dans les conditions requises,
- imposer de franchir au moins deux portes avant l'accès au tir.



Des pistes pour les 9-12 ans

Situation 4 : Manœuvre d'accès au tir, activité technique

Dispositif de départ :

- une colonne d'attaquants avec un ballon chacun,
- un défenseur entre deux plots à 7 mètres,
- un gardien de but,
- deux portes matérialisées par des poteaux plastiques à 10 mètres.

But du jeu :

- les attaquants doivent traverser en dribble l'une des deux portes pour tirer,
- les défenseurs interdisent le passage dans les portes.

Conditions à respecter :

La situation commence dès le dribble du premier attaquant, les autres attaquants se mettent en action dès :

- le franchissement d'une porte par le dribbleur précédent.
- ou le passage entre les plots du dribbleur précédent,
- ou la perte de balle du dribbleur précédent.

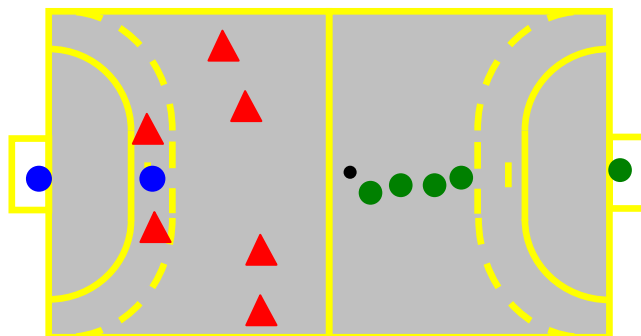
L'attaquant ne doit pas être touché ni dans le passage d'une porte, ni entre les plots (solution alternative).



Le défenseur doit toucher un plot au choix dès le premier dribble du premier attaquant, puis enchaîne les tentatives d'interdiction de passage dans les portes de toute la colonne d'attaquant.

Régulation-relance :

- jouer sur la largeur des plots et des portes,
- jouer sur la profondeur des portes et des plots,
- jouer sur l'orientation des portes dans l'espace,
- jouer sur le système de score (traversées et contournements réussis, passage entre les plots).



Des pistes pour les 9-12 ans

Situation 5 : Manœuvre d'accès au tir, activité technique

Dispositif de départ :

- une colonne d'attaquants avec un ballon chacun,
- un défenseur entre deux plots à 6 mètres et un défenseur entre deux plots à 9 mètres,
- un gardien de but,
- quatre portes matérialisées par des poteaux en plastique.

But du jeu

- les attaquants doivent traverser en dribblant deux portes pour tirer,
- les défenseurs interdisent les portes choisies par l'attaquant en se plaçant entre les poteaux.



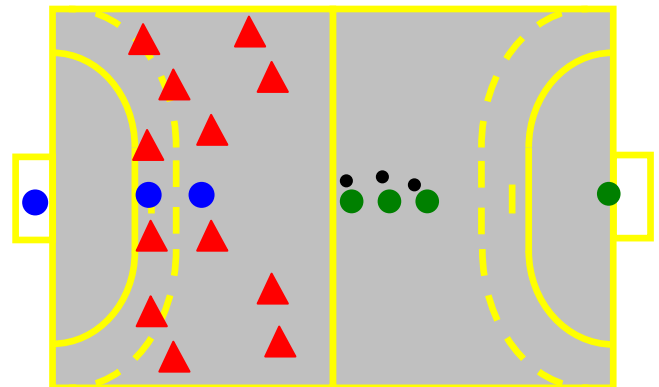
Conditions à respecter :

La situation commence dès le dribble du premier porteur de balle, les autres attaquants se mettent en action dès le tir.

L'attaquant ne doit jamais être touché par les défenseurs en traversant une porte ou entre les plots (solution alternative) ou en contournant.



Les défenseurs doivent obligatoirement toucher un plot dès le premier dribble du premier porteur de balle, puis enchaîner les interdictions de passage entre les portes.



Régulation-reliance :

- laisser le choix du plot touché par les défenseurs,
- imposer le plot à toucher pour l'un ou l'autre ou les deux défenseurs,
- jouer sur les variables de la situation précédente,
- jouer sur le système de score (traverser avec succès, contournement avec succès, passage entre les plots),
- les attaquants peuvent partir dès le franchissement de la seconde porte... de la première...,
- les défenseurs peuvent voler la balle dans le dribble.