

PREPARATION POUR UN CYCLE DE MINI-HAND

I. LOGIQUE DES SPORTS COLLECTIFS :

Le BUT est de faire basculer en sa faveur un rapport d'opposition entre deux équipes pour s'assurer le gain d'une rencontre.

Pour cela, il faut LUTTER AVEC des partenaires, CONTRE des adversaires afin de :

- défendre sa cible et conquérir la balle
- la conserver et la faire progresser vers un espace de tir (c'est à dire : vivre des situations de gagne-terrain)
- tirer pour marquer un but de plus que l'adversaire

Cette définition a des conséquences pédagogiques quant à la logique des actions et des intentions des joueurs en sports collectifs. Nous trouvons toujours une incertitude liée au choix du partenaire et à l'opposition ; cela suppose des prises d'informations et un traitement de celles-ci.

C'est le fondement des sports collectifs et une difficulté majeure pour le débutant.

CADRE PRATIQUE

1/ MATERIEL

- un espace de jeu (gymnase ou préau ou cour d'école) que l'on peut faire varier : créer plusieurs situations d'apprentissage dans différents espaces permet un temps de pratique accru, pour tous.
- Des ballons
- Des cibles : buts, cônes, piquets, lignes à franchir, cerceaux.
- Des cônes ou de la craie pour créer des espaces protégés (zone du GB) ou des lignes.
- Des chasubles, pour reconnaître plus facilement le rôle d'attaquant ou de défenseur.
- Des sifflets.

2/ CYCLE

- la situation de référence est celle du mini-hand (5 X 5 avec 2 GB)
- dès le début, commencer par le jeu : préciser l'objectif et la(les) règle(s) incontournable(s). EX : pas de brutalité, protéger le Pb, ne pas ceinturer ni taper sur les bras, ne pas pénétrer dans la zone du GB.
- Les règles négociables (marcher, reprise de dribble, dribble, valeur du tir, etc..) seront amenées progressivement en fonction des progrès, des réactions des enfants et de vos objectifs.
- Lors d'un cycle, ne pas aborder plus de 5 à 6 situations avec leurs variables.

3/ SEANCES

- début de séance : situation de jeu connue ou activité libre avec beaucoup de balles (lancer, attraper, s'équilibrer)

- corps de la séance : situations de jeu réduit permettant d'atteindre des objectifs clairs permettant d'améliorer la qualité du « jeu ensemble » et la socialisation par le jeu.
- Retour au calme : rangement du matériel et questionnement sur place ou en classe.

ALTERNER :

+ le jeu dirigé global ou en effectif réduit (prévoir les consignes en rapport avec le niveau du jeu)

+ les situations d'apprentissage qui respectent « la logique des sport-co et correspondent au niveau des élèves

+ les situations visant à l'acquisition d'habiletés motrices, dont les manques apparaissent lors des séances précédentes (distance de passe, dribble, disponibilité pour les partenaires).

Mettre les enfants en situation maximale de réussite.

CADRE METHODOLOGIQUE

Pour construire une progression

Trois niveaux de jeu avec des repères sont proposés afin de permettre de situer concrètement les progrès des élèves.

NIVEAU 1	NIVEAU 2	NIVEAU 3
Caractéristique : but, compréhension et direction du jeu non compris, indifférenciation des statuts attaquants – défenseurs	Caractéristique : jeu d'appui, vers l'avant, orientation et but du jeu sont acquis et le statut attaquant – défenseur aussi	Caractéristique : jeu d'appui et de soutien, organisation autour du Pb
THEMES DE TRAVAIL	THEMES DE TRAVAIL	THEMES DE TRAVAIL
<u>Construire :</u> <ul style="list-style-type: none"> - la notion d'espace libre - l'orientation du jeu vers la cible, en profondeur - le lanceur - la distance de passe 	<u>Construire :</u> <ul style="list-style-type: none"> - la largeur de l'espace de jeu - l'aide du Pb quand il est gêné - la qualité des choix du Pb, en fonction de la situation 	<u>Construire :</u> <ul style="list-style-type: none"> - lecture du jeu pour apporter des réponses appropriées aux situations - adapter ses intentions à celles du groupe - jouer dans les espaces libres pour libérer ses partenaires
POUR PROGRESSER VERS LE NIVEAU 2 LE CONSTAT	POUR PROGRESSER VERS LE NIVEAU 3 LE CONSTAT	POUR ACCEDER AU NIVEAU SUPERIEUR LE CONSTAT
<u>Plan collectif</u> : espace de jeu effectif : très réduit, phénomène de grappe autour du ballon <u>Plan individuel</u> : <u>Attaquant Pb</u> : cherche à donner la balle (peu de lancer) <u>Attaquant NPb</u> : à l'arrêt, proche du Pb <u>Défenseur</u> : jeu d'agression du Pb, cherche à récupérer la balle <u>Prise d'information</u> : uniquement sur la balle	<u>Plan collectif</u> : espace de jeu effectif : dans le couloir central + jeu orienté vers la cible, pour les attaquants + prise en compte de la protection de la cible pour les défenseurs <u>Plan individuel</u> : <u>Attaquant Pb</u> capable de lancer entre 4 et 6m et observe le résultat de son action <u>Attaquant NPb</u> : se positionne en avant du Pb à distance de passe dans un espace libre <u>Défenseur</u> : début d'organisation, meilleure répartition dans l'espace de jeu <u>Prise d'information</u> : sur la balle et l'espace libre en avant du Pb sur 4 à 6m	<u>Plan collectif</u> : espace de jeu effectif : il s'élargit, est utilisé en largeur et en profondeur (AV et AR) <u>Plan individuel</u> : <u>Attaquant Pb</u> : capable d'effectuer un « bon choix » entre dribble, passer, tirer, pour l'efficacité du projet collectif <u>Attaquant NPb</u> : va utiliser les espaces libres en mouvement, s'arrête et s'oriente vers le but <u>Défenseur</u> : les 2 principes, défense de la cible et récupération de la balle s'associent <u>Prise d'information</u> : sur la balle, l'espace libre, le jeu autour du Pb et le rapport d'opposition (favorable ou défavorable)

Voir en annexe les 4 fiches simplifiées qui permettent de débiter une activité mini-hand dans de bonnes conditions.

FICHE ACTION N°2

(simplifiée)

OBJECTIFS	SITUATIONS	CONSIGNES
Reprise des situations « fiche n°1 » et faire évoluer la dernière situation (avant introduction de la notion de cible orientée)		
<p>- reconnaissance du joueur « libre » (quand l'équipe est en possession de la balle). - gêner l'adversaire pour l'empêcher de recevoir (quand l'équipe n'a pas la balle) - se rendre disponible pour le Pb en se débarrassant de l'adversaire qui gêne pour recevoir (<u>notion de disponibilité</u>)</p>	<p>O</p> <p>X</p> <p>O X 0°</p> <p>X X</p> <p>0</p> <p>4c/4</p>	<p>- conservation de la balle par des passes successives pour ceux qui jouent « autour » du carré - récupération de la balle en gênant les trajectoires de passe pour ceux qui jouent « dedans » - chaque trajectoire de passe doit couper une partie du terrain ou la totalité du terrain - les passes en « jet d'eau » sont interdites - interdiction pour les joueurs « autour » de rentrer dans le carré et pour les joueurs « dedans » d'en sortir - interdiction de se déplacer avec la balle en main (+ 3 pas) ou possibilité de dribbler (outil) variante : changer de rôle toutes les 3 mn ou après interception - possibilité pour 1 joueur « autour » de pénétrer dans l'aire de jeu « dedans », de recevoir la balle, en ressortir, etc - interdiction de toucher l'adversaire, arracher la balle des mains, etc..)</p>
<p>- reconnaissance du joueur « libre » (quand l'équipe est en possession de la balle). - gêner l'adversaire pour l'empêcher de recevoir (quand l'équipe n'a pas la balle) - se rendre disponible pour le Pb en se débarrassant de l'adversaire qui gêne pour recevoir (<u>notion de disponibilité</u>)</p>	<p>X</p> <p>0 X 0</p> <p>X 0 X</p> <p>0°</p> <p>4c/4</p>	<p>- conservation de la balle par des passes successives pour ceux qui jouent « autour » du carré - récupération de la balle en gênant les trajectoires de passe pour ceux qui jouent « dedans » - chaque trajectoire de passe doit couper une partie du terrain ou la totalité du terrain - les passes en « jet d'eau » sont interdites - interdiction pour les joueurs « autour » de rentrer dans le carré et pour les joueurs « dedans » d'en sortir - interdiction de se déplacer avec la balle en main (+ 3 pas) ou possibilité de dribbler (outil) variante : changer de rôle toutes les 3 mn ou après interception - possibilité à tous les joueurs « autour » de rentrer dans l'aire de jeu « dedans » et d'en ressortir (nécessité de maintenir la règle : l'équipe qui joue « dedans » n'a toujours pas le droit de sortir du carré - interdiction de toucher l'adversaire, arracher la balle des mains, etc..)</p>

FICHE ACTION N°3
(simplifiée)

OBJECTIFS	SITUATIONS	CONSIGNES
Reprise des situations « fiche n°2 » et faire évoluer la dernière situation		
<ul style="list-style-type: none"> - reconnaissance du joueur « libre » (quand l'équipe est en possession de la balle). - gêner l'adversaire pour l'empêcher de recevoir (quand l'équipe n'a pas la balle) - se rendre disponible pour le Pb en se débarrassant de l'adversaire qui gêne pour recevoir (<u>notion de disponibilité</u>) - reconnaître le partenaire le plus proche d'une cible pour marquer 1 point 	<pre> C X C 0 X 0 C X 0 X 0° C </pre> <p>Les 2 équipes jouent à l'intérieur de l'espace de jeu Les 4 cibles sont communes aux 2 équipes On peut agrandir l'espace (interdiction d'en sortir) 4c/4</p>	<ul style="list-style-type: none"> - marquer 1 point en tirant dans les cibles horizontales (lancer à bras cassé obligatoire) ou autres
<ul style="list-style-type: none"> - reconnaissance du joueur « libre » (quand l'équipe est en possession de la balle). - gêner l'adversaire pour l'empêcher de recevoir (quand l'équipe n'a pas la balle) - se rendre disponible pour le Pb en se débarrassant de l'adversaire qui gêne pour recevoir (<u>notion de disponibilité</u>) - reconnaître le partenaire le plus proche d'une cible pour marquer 1 point 	<pre> Ci X Cb 0 X 0 Cb X 0 X 0° Ci </pre> <p>Chacun 2 cibles face à face au lieu de 4 Possibilité de marquer des 2 côtés 4c/4</p>	<ul style="list-style-type: none"> - marquer 1 point en tirant dans les cibles horizontales (lancer à bras cassé obligatoire) ou autres - 2 cibles seulement à prendre en compte pour marquer mais aussi 2 cibles à protéger pour ne pas que l'adversaire marque

FICHE ACTION N°4
(simplifiée)

OBJECTIFS	SITUATIONS	CONSIGNES
<p align="center">Reprise des situations « fiche n°3 » et faire évoluer la dernière situation Amélioration du Lancer-Réception (face à un mur : lancer coude haut et récupérer la balle le plus vite possible)</p>		
<ul style="list-style-type: none"> - reconnaissance du joueur « libre » (quand l'équipe est en possession de la balle). - gêner l'adversaire pour l'empêcher de recevoir (quand l'équipe n'a pas la balle) - se rendre disponible pour le Pb en se débarrassant de l'adversaire qui gêne pour recevoir (<u>notion de disponibilité</u>) - préférer le joueur en avant pour s'approcher le plus vite de la cible adversaire afin de marquer 	<p align="center">C</p> <p align="center">X 0 X 0 X 0 X 0°</p> <p align="center">C</p> <p>Chacun sa cible Le terrain doit devenir rectangulaire</p> <p align="center">4c/4 ou 5c/5</p>	<ul style="list-style-type: none"> - marquer 1 point en tirant dans la cible horizontale (lancer à bras cassé obligatoire) ou autres - 1cible seulement à prendre en compte pour marquer mais aussi 1 cible à protéger pour ne pas que l'adversaire marque
<ul style="list-style-type: none"> reconnaissance du joueur « libre » (quand l'équipe est en possession de la balle). - gêner l'adversaire pour l'empêcher de recevoir (quand l'équipe n'a pas la balle) - se rendre disponible pour le Pb en se débarrassant de l'adversaire qui gêne pour recevoir (<u>notion de disponibilité</u>) - préférer le joueur en avant pour s'approcher le plus vite de la cible adversaire afin de marquer 	<p>Même situation avec des cibles qui deviennent de réels buts et en respectant la superficie d'un terrain de mini-hand, soit 25m X 18 m</p>	<p>Application des règles du jeu et des consignes contenues dans ce projet</p>