

# LIVRET DÉPARTEMENTAL HANDBALL CE-CM



## INITIATION AU HANDBALL ET AU MINIHAND



DECHANCE Pierre  
CTF Handball Haute-Loire  
06.89.62.96.10  
5143000.pdechance@ffhandball.net

# INTRODUCTION

Pour permettre aux enseignants et aux éducateurs d'enseigner dans les meilleures conditions, qu'elles soient d'ordre pédagogique, de sécurité ou de technique, le MINI-HANDBALL nécessite quelques installations adaptées à sa pratique.

Le jeu est indispensable au développement de l'enfant.

Les éducateurs répondent à ce besoin en proposant des formules qui lui conviennent.

Parmi toutes les formules existantes le MINI-HANDBALL a une place privilégiée.

- ☞ Il ne demande pas d'installations compliquées.
- ☞ Ses règles sont simples.
- ☞ Ses gestes sont naturels, l'enfant prend du plaisir à jouer tout de suite.
- ☞ Il est complet, l'enfant court, saute, lance, lutte...

Il développe :

- ☞ L'esprit de coopération, le sens des responsabilités, parce qu'il est un jeu d'équipe.
- ☞ La réflexion, l'esprit de décision, parce qu'il présente des problèmes variés.

Le MINI-HANDBALL est aussi un excellent outil pour l'éducateur, non seulement en salle mais aussi dehors, sur des plateaux aménagés ou dans la cour de l'école. Avec 2 terrains de MINI-HANDBALL tracé en travers d'un grand terrain 4 équipes jouent en même temps.

- ☞ D'avantage d'enfants sont concernés (une classe entière est en activité).
- ☞ On peut constituer des équipes de niveau ce qui permet à tous de mieux participer.
- ☞ On peut doubler les postes de responsabilité : arbitrage, marque, gestion des rencontres...

Parce que l'enfant joue plus longtemps, parce qu'il est plus souvent sollicité pour attraper la balle, dribbler, tirer et aussi parce qu'il est directement concerné par toutes les tâches « administratives », également valorisantes, il progressera vite.

L'enfant y trouve son plaisir.

L'éducateur fait qu'avec ce plaisir se forge une personnalité.

**LE MINI- HANDBALL, EST AU SERVICE DE CET ENFANT.**

## Modalités d'intervention

Les interventions sur un cycle de 12 séances concerneront la première, la troisième, la cinquième et la dernière séance.

Elles seront gratuites pour les écoles affiliées à l'USEP, payantes pour les écoles non affiliées (40 €/classe).

Les coûts de déplacement de l'intervenant seront à la charge de l'école (0,25 €/km).

Un prolongement pourra être proposé aux écoles d'un même secteur sous forme de rencontre.

Les séances de l'éducateur sportif s'appuient sur un livret pédagogique qui précise les contenus d'apprentissage.

**Pour consulter les ressources pédagogiques handball sur le site de l'inspection académique, flashez le QR code ci-contre ou cliquez sur le lien ci-dessous :**

[\*\*CLIQUEZ ICI\*\*](#)



# LE HANDBALL A L'ÉCOLE

Une activité support  
d'enseignement de l'EPS



Compétence spécifique (prog. 2008)  
Coopérer et s'opposer individuellement et  
collectivement

Une activité inscrite dans le  
parcours de l'élève à l'école  
élémentaire



Des apprentissages  
pour le futur élève collégien

## Du côté des enjeux sociaux

Le handball permet à l'élève :

- ⌚ de se construire, par la relation à l'autre, des savoirs nouveaux ;
- ⌚ de développer les capacités de perception, d'anticipation et de décision et une intelligence tactique (analyser une situation et élaborer des stratégies) ;
- ⌚ de reconnaître et utiliser la règle de jeu ;
- ⌚ de développer des qualités physiques et psychologiques ;
- ⌚ d'ouvrir sur une activité physique et sportive qui s'appuie sur des pratiques sociales de référence.

## L'enseignant et l'intervenant qualifié agréé (éducateur sportif diplômé)

L'enseignant assure de façon permanente, par sa présence et son implication, la responsabilité pédagogique de l'organisation et la mise en œuvre de l'activité.

L'intervenant apporte sa connaissance de l'activité, son éclairage technique et une forme d'approche du handball qui enrichit l'enseignement.

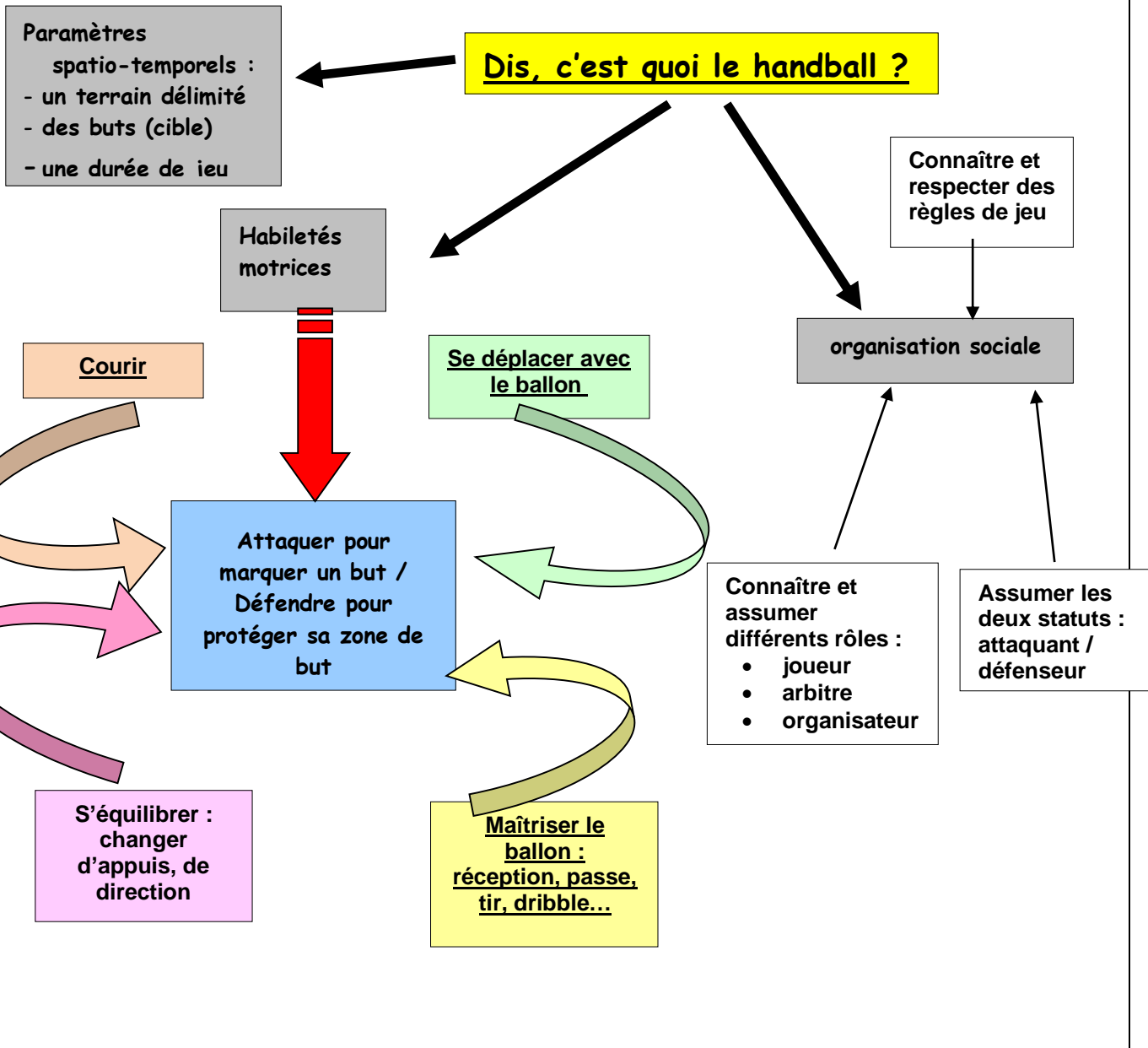
Il convient de travailler en amont le projet pédagogique pour définir les modalités de gestion des élèves, les rôles de chacun, la progression et les modalités d'évaluation.

## Pour bien préparer le module d'apprentissage...

- envisager un cycle de 10/12 séances afin d'avoir une certaine efficacité pédagogique ;
- prévoir un lieu de pratique adapté ;
- porter une attention particulière à la tenue de sport des élèves exigée en EPS ;
- moyens matériels : ballons en nombre, coupelles de délimitation, chasubles de couleur pour identifier les équipes, sifflet, chronomètre (Le Comité peut à l'occasion prêter du matériel).

# Les composantes de l'activité

Le handball scolaire consiste à maîtriser plusieurs paramètres en interaction tout au long des phases de jeu.



# PROJET PEDAGOGIQUE MINI-HAND / HANDBALL

**Objet** : Projet pédagogique pour l'initiation à l'activité Handball ou Mini-Hand dans le but d'intégration dans le projet global de la classe. Par la suite nous déterminerons un niveau à atteindre à la fin de chaque unité.

## **A. Les objectifs globaux recherchés dans ces initiations.**

### 1°) Objectifs physiques.

- La latéralisation de l'enfant et la reconnaissance de son propre corps dans l'espace,
- L'équilibre du corps dans l'action physique,
- La motricité appliquée aux sports pratiqués (le Handball en l'occurrence),
- La perception et le développement du champ visuel,
- La dépense d'énergie, l'endurance et la vitesse.

### 2°) Objectifs techniques.

- Recherche de la maîtrise de l'objet à l'arrêt et en mouvement
- Enchaînement d'actions, changement de statut attaquant/défenseur
- La passe
- Le tir

### 3°) Objectifs tactiques.

- Jeu sur grand espace à faible densité de joueurs (comment s'organiser ?)
- Jeu sur petit espace à forte densité de joueurs (comment s'organiser ?)

## **B. L'évaluation**

Les niveaux de jeu à atteindre à la fin de chaque unité d'initiation sont à apprécier dans une situation de jeu à 3/3 ou 4/4 (avec un gardien de but).

Trois possibilités de comportements sont identifiées :

- j'ai la balle
- si mon équipe a la balle
- si mon équipe n'a pas la balle

# HANDBALL

LES SEANCES DE TRAVAIL DOIVENT ME PERMETTRE

D'ACQUERIR LES COMPETENCES SUIVANTES :

participe activement

attentif aux explications et aux consignes

Accepte de perdre

## NIVEAU 1

Je suis capable de me déplacer en dribblant

Je suis capable de passer et de recevoir la balle à l'arrêt

Je suis capable de tirer et marquer

## NIVEAU 2

Je suis capable de passer et recevoir la balle en mouvement

Je suis capable de tirer vers la cible et de marquer un but en suspension

Je suis capable de harceler le porteur du ballon et de protéger la cible

Je suis capable de changer de statut rapidement (attaquant-défenseur)

## NIVEAU 3

Je suis capable de contourner en dribble mon adversaire

Je suis capable d'enchaîner la réception de la balle et le tir en suspension

Je suis capable de jouer un 2 contre 1 et d'accéder au tir

Je suis capable de me démarquer et de m'engager vers la cible pour occuper l'espace et aider à la progression du ballon

Je suis capable d'appliquer les règles et d'arbitrer

A = ACQUIS

EC = EN COURS

NA = NON ACQUIS

# REGLES

## Il peut

- Attraper la balle, la lancer, la frapper, la pousser avec : la tête, les bras, le poing, les mains, le tronc, les cuisses, les genoux.



Mollets, tibias, pieds **INTERDITS.**

- Jouer la balle assis, à genoux, couché.



- Tenir la balle pendant 3 secondes.



- Attraper la balle à deux mains.



- Dribbler ou faire rouler la balle au sol.



- Barrer avec le corps le chemin de mon adversaire.



## Il ne peut pas

- Se faire une passe à lui-même.



- Refaire un 2<sup>e</sup> dribble, effectuer plus de 3 pas après contrôle du ballon.



- Jouer passivement.



- Barrer le chemin avec les bras ou le repousser.



- Lui lancer violemment la balle.



- Agresser le gardien ou tout autre joueur.



- Le pousser.



- Accrocher le bras depuis le côté ou par derrière, le ceinturer, lui tirer le maillot



AGIR DE MANIÈRE DANGEREUSE  
FAIRE ACTE D'ANTI-JEU  
SINON = SANCTION PERSONNELLE ADAPTÉE



# PRESENTATION DU CYCLE

Pour la mise en place du cycle, je vous conseille cette organisation :

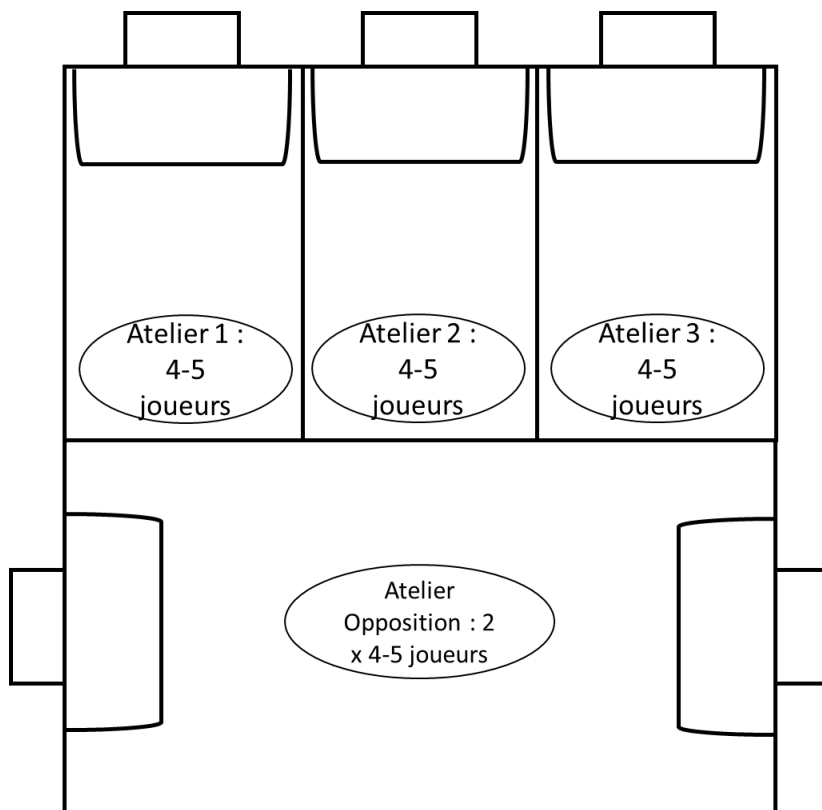
- Mise en place de la séance par l'intervenant lorsqu'il est présent, l'enseignant vient en co-intervention.
- Mise en place de la séance par l'enseignant lorsqu'il est seul en reprenant la séance mise en place par l'intervenant (déjà vécue par l'enseignant et les élèves)
- Si plusieurs séances d'affilée sans l'intervenant, l'enseignant peut s'aider des autres séances clés en main ci-dessous
- Vous trouverez à partir de la page suivante 4 séances avec vidéos et 4 séances en plus pour vous aider.

## Organisation spatiale et rotation des groupes :

Selon le nombre d'élèves, il est important de proposer plusieurs ateliers pour permettre un temps d'activité suffisant.

En fonction de la taille de l'espace de jeu et du nombre d'enfants, voici une proposition d'organisation :

## Organisation spatiale :



## Organisation possible des groupes :

Rotation	Atelier 1	Atelier 2	Atelier 3	Match 1	Match 2	Arbitrage
1	A	B	C	D	E	F
2	F	A	B	C	D	E
3	E	F	A	B	C	D
4	D	E	F	A	B	C
5	C	D	E	F	A	B
6	B	C	D	E	F	A



# SÉANCE N°1



Objectifs : Découverte du ballon (dribble, tir)



Matériel : Ballons, chasubles, plots, cerceaux

[lien vidéo](#)

## Entrée dans la séance



1 ballon par enfant :

Différents déplacements (libre, dribble main droite, main gauche, alterné, marche arrière...)



1 coup de sifflet, je reste en équilibre sur une jambe et je manipule le ballon

2 coups de sifflet, je lance le ballon en l'air, je tape une fois dans les mains et je le rattrape, puis 2 fois et ainsi de suite tant que le ballon ne tombe pas par terre.



Ne pas perdre le ballon, notion de reprise de dribble pour les CM

## Situation d'apprentissage 1



1 joueur part en dribble

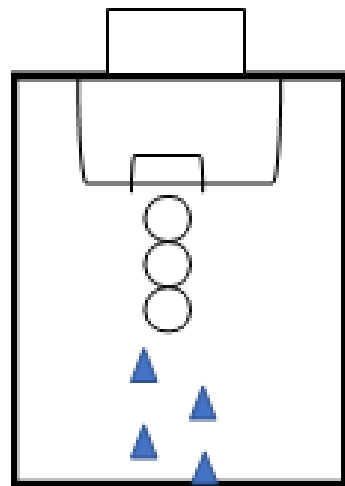
slalom en mettant le ballon le plus loin possible du plot (crocodile mangeur de ballon)

3 cerceaux pour faire les 3 pas (gauche-droite-gauche pour les droitiers, l'inverse pour les gauchers)

sauter par-dessus une barre et tirer avant de retomber derrière la ligne de la zone



Changer de main dans le dribble, tirer bras armé (à une main au-dessus de la tête), sauter loin pour se rapprocher du but



## Situation d'apprentissage 2



par 2 avec un ballon chacun, nous partons en même temps pour marquer dans le but en premier sans dépasser la zone. 2 points si je marque en 1<sup>er</sup>, 1 point si je marque. Pas de dribble et pas de gardien.

Variante 1 : ajouter la notion de dribble

Variante 2 : ajouter un gardien dans le but

## Situation de référence



Match sur demi-terrain de hand (20m x 10m) à 4 joueurs + 1 gardien de but

# SÉANCE N°2



Objectifs : Duel Tireur/Gardien



Matériel : Ballons, chasubles, plots, cerceaux

[lien vidéo](#)

## Entrée dans la séance



1 ballon par enfant, sauf des chasseurs :

se déplacer librement dans tout l'espace avec son ballon, les chasseurs doivent toucher les autres joueurs.



Si je suis touché par un chasseur je suis glacé (arrêté sur une jambe, ballon au dessus de la tête → position de tir) pour être délivré un autre joueur soit me taper dans la main libre

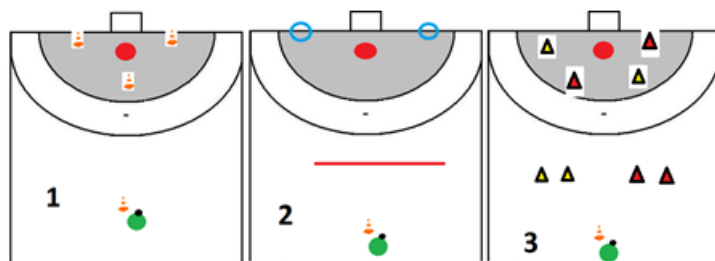
Variante 2 : 1 ballon pour 2 en passe, les chasseurs ne peuvent toucher que les joueurs avec un ballon dans les mains.

## Situations d'apprentissage

Atelier 1 : l'attaquant part dribble au signal du GB qui doit toucher un plot avant de venir devant son but

Atelier 2 : le GB part dans un cerceau, quand l'attaquant passe la ligne le GB peut partir

Atelier 3 : l'attaquant passe dans une porte (jaune ou rouge), à ce moment le GB doit toucher un plot de la même couleur.



## Situation de réinvestissement

Match sur demi-terrain de hand (20m x 10m) à 2 joueurs + 1 gardien de but + 1 remplaçant  
Quand mon équipe a la balle, le gardien sort de sa zone pour apporter un attaquant supplémentaire

Dès que j'ai tiré, je prends vite la place du remplaçant

Se reconnaître attaquant et défenseur

Penser au changement de statut pour le changement du remplaçant et remettre un gardien  
Respecter les règles de base : marcher, zone, 3 secondes, reprise de dribble...



# SÉANCE N°3



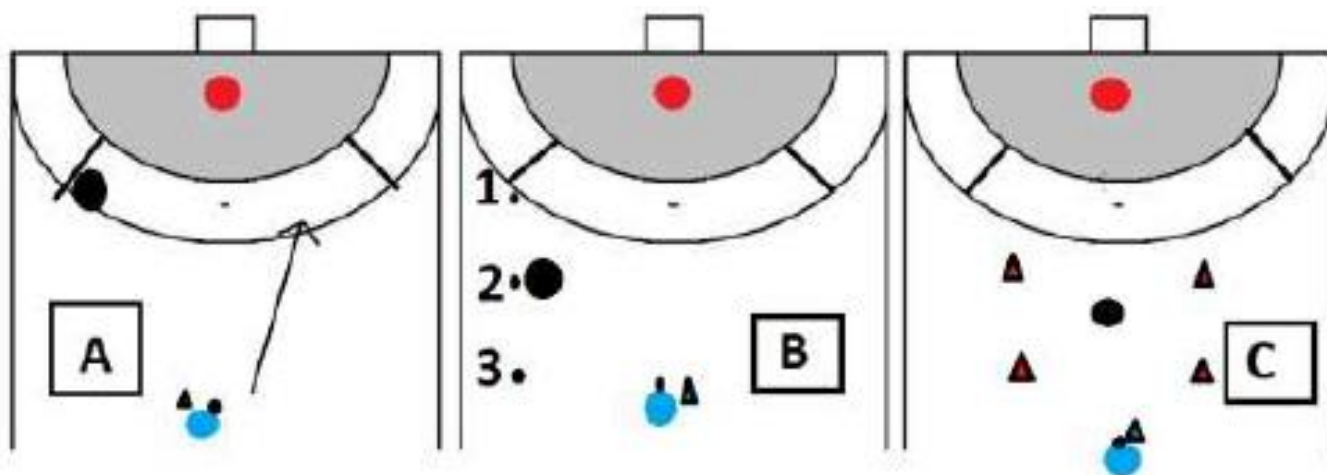
Objectifs : Progresser vers le but malgré le défenseur



Matériel : Ballons, chasubles, plots

[lien vidéo](#)

## Situations d'apprentissage



Sur les 3 ateliers, si je marque je deviens gardien sinon je deviens défenseur

Atelier A : Au signal du gardien, l'attaquant part marquer un but malgré le défenseur  
Le défenseur se déplace sur une jambe. Si le défenseur arrive à se mettre devant l'attaquant, celui-ci change de direction



Atelier B : l'attaquant choisit le plot de départ du défenseur (1, 2 ou 3). Au signal du gardien, les 2 partent en même temps.

Atelier C : Au signal du défenseur, l'attaquant part en driblant et le défenseur doit toucher un plot du carré avant de pouvoir récupérer le ballon ou gêner le tir.

## Situation de réinvestissement

Match sur demi-terrain de hand (20m x 10m) à 2 joueurs + 1 gardien de but + 1 remplaçant  
Quand mon équipe a la balle, le gardien sort de sa zone pour apporter un attaquant supplémentaire



Dès que j'ai tiré, je prends vite la place du remplaçant



Se reconnaître attaquant et défenseur

Penser au changement de statut pour le changement du remplaçant et remettre un gardien  
Respecter les règles de base : marcher, zone, 3 secondes, reprise de dribble...

# SÉANCE N°4



Objectifs : Progresser vers le but avec mes partenaires



Matériel : Ballons, chasubles, plots, cerceaux

[lien vidéo](#)

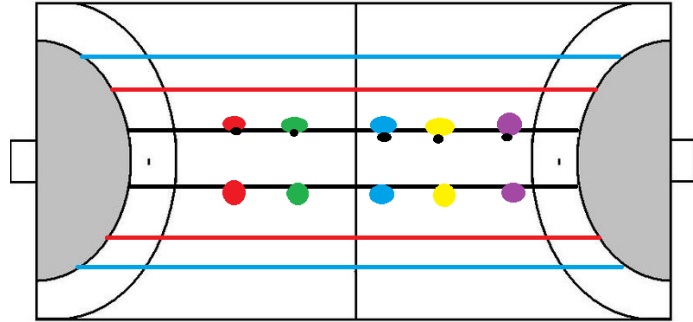
## Situation d'apprentissage 1



1 ballon pour 2 face à face,

Réussir 5 passes consécutives en l'air sans que le ballon tombe.

Si on réussit, l'un des 2 recule sur la ligne suivante



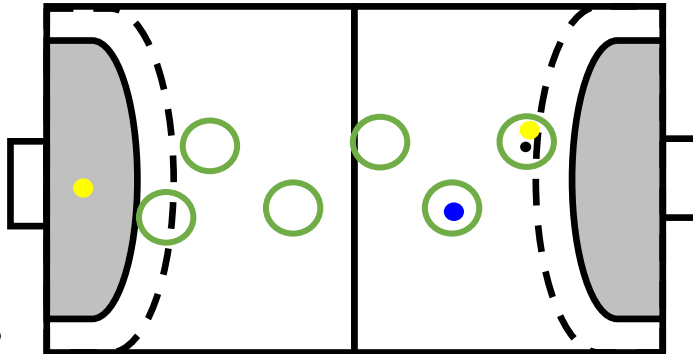
## Situation d'apprentissage 2



1 ballon pour 2 chacun dans un cerceau

Je fais la passe à mon partenaire devant moi et j'avance dans le cerceau face à moi (passe et va)

Quand je suis dans le dernier cerceau je saute pour tirer et je prends la place du GB



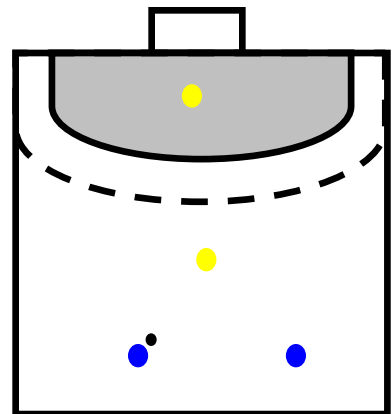
## Situation d'apprentissage 3

Un ballon pour 2 attaquants, 1 défenseur qui se déplace sur une jambe.

Les attaquants ne peuvent pas dribbler et sont soumis à la règle des 3 pas.

Essayer de faire des passes et va comme sur l'atelier précédent.

Le non porteur de balle doit comprendre qu'il faut se démarquer (ne pas être dans l'ombre du défenseur)



## Situation de réinvestissement



Match à 3 ou 4 + 1 gardien. Drible autorisé.

Se reconnaître attaquant et défenseur

Penser au changement de statut pour le changement du remplaçant et remettre un gardien

Respecter les règles de base : marcher, zone, 3 secondes, reprise de dribble...



# SÉANCE N°5



Objectifs : Duel Tireur gardien



Matériel : Ballons, chasubles, plots, cerceaux, ballons en mousse

## Entrée dans la séance



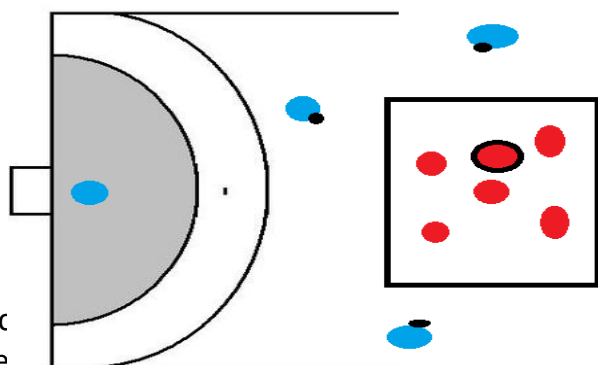
1 enclos de lapins avec des chasseurs autour qui doivent toucher les lapins en tirant avec un ballon en mousse.



si un lapin est touché, il sort de l'enclos et doit aller marquer sur un but protégé par un chasseur pour pouvoir revenir dans l'enclos



Variante : introduction du SUPER LAPIN (lapin avec une chasuble dans le dos comme une cape) qui ne peut pas être touché et doit protéger les autres lapins (notion de protection d'une cible)



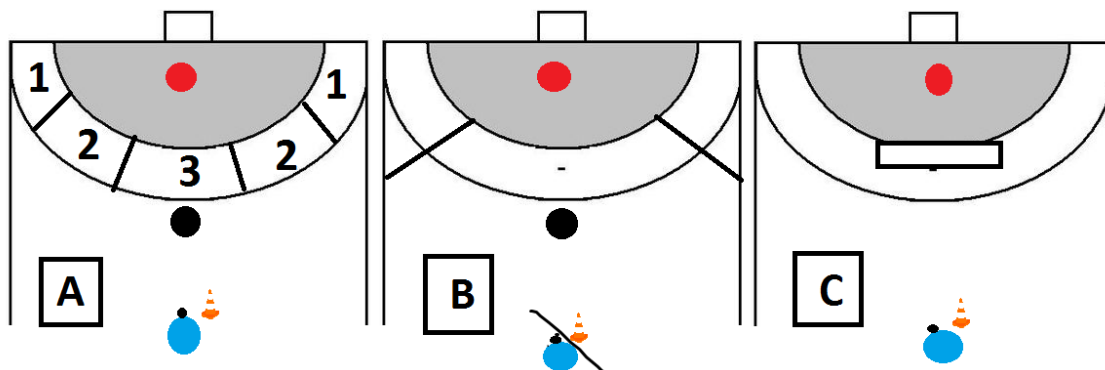
## Situations d'apprentissages

Atelier A : un attaquant contre un défenseur. Si je tire = 1 pt, si je marque en fonction de la zone où j'ai tiré



Atelier B : Si je marque je deviens GB sinon je deviens défenseur. On ne marque des points que lorsqu'on est GB 1 arrêt = 1 pt.

Atelier C : l'attaquant doit tirer en suspension par-dessus une barre (en l'air avant de retomber dans la zone). S'il marque il devient GB.



## Situation de référence



Match sur demi-terrain de hand (20m x 10m) à 4 joueurs + 1 gardien de but  
Pas de contact, reprise de drible tolérée

# SÉANCE N°6



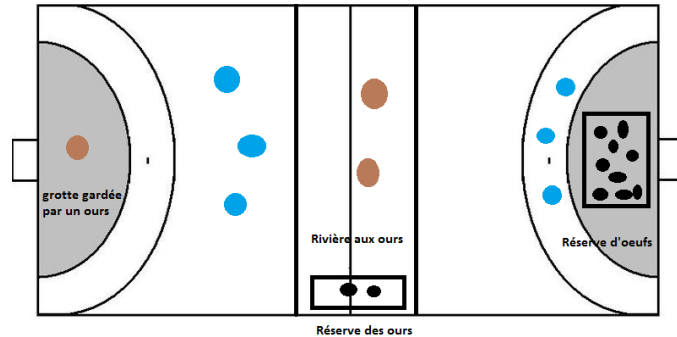
Objectifs : Se démarquer / progresser collectivement



Matériel : Ballons, chasubles, plots

## Entrée dans la séance

les pingouins doivent récupérer des poissons (ballons) et les envoyer de l'autre côté de la rivière pour que les autres pingouins les attrapent et les envoient dans la grotte mais attention aux ours qui veulent les attraper pour les mettre dans leur réserve.



## Situation d'apprentissage 1



Traverser le terrain pour marquer

Départ par 3 avec un ballon pour 3 pour aller marquer. 1 défenseur.

Si je suis touché par le défenseur je suis glacé et je dois faire la passe pour continuer.



Variante : 5 passes maximum pour aller marquer. -1 passe si je suis touché.

## Situation d'apprentissage 2

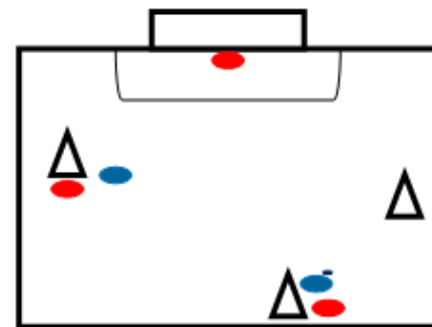
1 couple attaquant / défenseur au plot A et au plot B, 1 gardien de but.



Quand le défenseur au plot A touche le plot C, l'attaquant A avec le ballon peut partir et court vers la cible en dribblant pour marquer un but.



Le défenseur A l'en empêche et celui au plot B va intervenir pour empêcher le porteur de balle de progresser vers le but, l'attaquant pourra alors jouer avec son partenaire B.

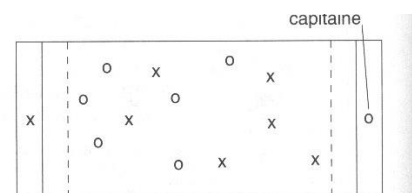


## Situation de référence

2 équipes de 4 avec un capitaine dans le camp adverse.

Pour marquer un point, réussir à faire la passe à son capitaine.

Il est interdit de se déplacer avec la balle, il faut donc faire des passes aux joueurs démarqués en direction du capitaine



# SÉANCE N°7



Objectifs : Se démarquer / progresser collectivement



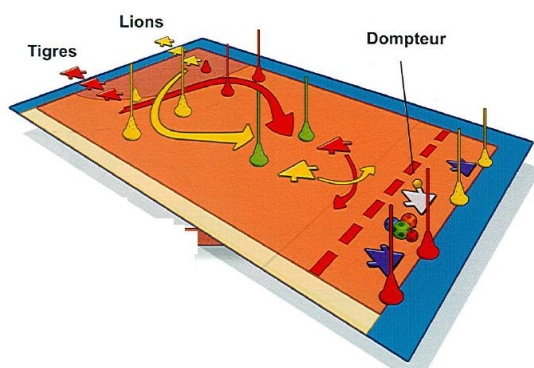
Matériel : Ballons, chasubles, plots

## Entrée dans la séance

Départ d'un tigre (rouge) et d'un lion (jaune) au signal du dompteur. Ils doivent faire leur parcours avant de récupérer en 1<sup>er</sup> le poulet (ballon). Le 1<sup>er</sup> qui se saisit du poulet doit marquer dans le but, l'autre l'en empêche.



- Variante : 2 tigres et 2 lions partent en même temps et cela engendre un 2 contre 2.



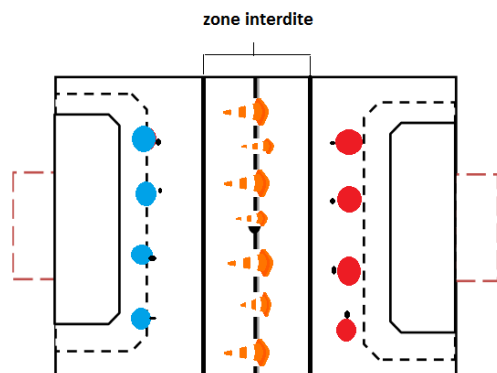
## Situation d'apprentissage 1



2 équipes s'affrontent pour faire tomber les plots dans la zone interdite. Pour aller chercher les ballons et se rapproche de la ligne de tir, je n'ai pas le droit de courir avec le ballon en main, je dois donc faire des passes.



Variante : ajouter un gêneur dans chaque camp.



## Situation d'apprentissage 2



3 contre 1 avec 1 ballon chacun  
1 ballon chacun au départ contre 1 défenseur. Dès qu'un joueur a marqué, il doit venir aider son partenaire pour réussir à marquer les 3 buts.

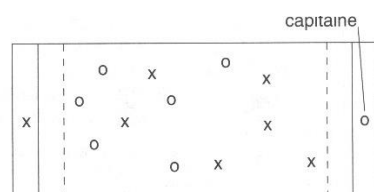


Variante : augmenter ou baisser le nombre d'attaquant ou de défenseur.

## Situation de référence



2 équipes de 4 avec un capitaine dans le camp adverse.  
Pour marquer un point, réussir à faire la passe à son capitaine. Il est interdit de se déplacer avec la balle, il faut donc faire des passes aux joueurs démarqués en direction du capitaine



# SÉANCE N°8



Objectifs : relation passeur – réceptionneur



Matériel : Ballons, chasubles, plots

## Entrée dans la séance

Déménageur par 2

2 équipes s'affrontent sur un terrain de handball. Une zone par équipe comme camp. Une réserve de ballon par camp



Les équipes doivent aller récupérer les ballons de l'équipe adverse pour les ramener dans son camp en driblant.

Manche de 3min. L'équipe qui a le plus de ballon à la fin de la manche a gagné.

Variante 1 : ramener les ballons par 2 en passe.

Variante 2 : mettre un gardien dans le but. Pour pouvoir mettre le ballon dans mon camp, je dois marquer, sinon je ramène le ballon au départ.

## Situation d'apprentissage 1

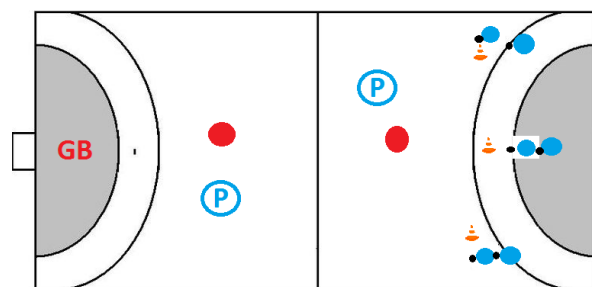


Départ par 3 un ballon chacun en drible pour aller marquer.

Si je suis touché ou bloqué par le défenseur je dois faire la passe au passeur pour pouvoir continuer.



Variante : si je marque en 1<sup>er</sup> = 3points, 2<sup>ème</sup>=2points, 3<sup>ème</sup>=1point.



## Situation d'apprentissage 2



Par 2 un ballon chacun, tous sur la ligne de fond du terrain

Au signal partir en passe jusqu'au bout du terrain

Si le ballon tombe je dois recommencer au départ



Variante 1 : je dois être arrêté pour faire la passe devant moi

Variante 2: le dernier groupe est éliminé à chaque tour

## Situation de référence



Nombre de joueurs : 5 joueurs contre 2 défenseurs. Durée : 1min

- Pas de contact, pas de drible. Faire 5 passes pour marquer 1 point.

- Variante 1 : 1 ballon par terre est égal à 1 passe en moins comptabilisée

Variante 2 : si je suis touché par le défenseur, je suis glacé jusqu'à la prochaine passe que je ferai.



# SÉANCE N°9



Objectifs : Progresser malgré le défenseur



Matériel : Ballons, chasubles, plots, cerceaux

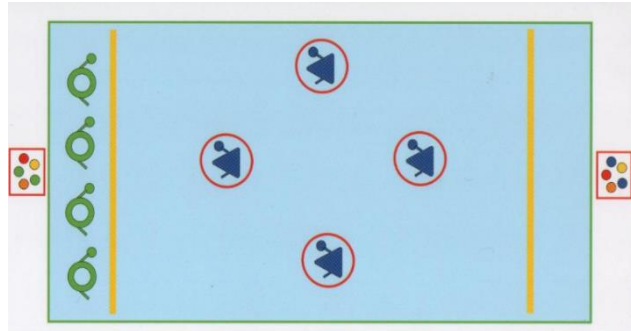
## Entrée dans la séance

Les étoiles filantes

Les attaquants doivent traverser le terrain sans se faire toucher par les étoiles filantes (chasubles lancés par les joueurs fixes dans les cerceaux) pour déposer le ballon dans la réserve en face.

S'ils sont touchés, ils échangent leur place et le joueur lanceur devient attaquant.

Variante : ajouter un gardien en face pour marquer



## Situation d'apprentissage 1

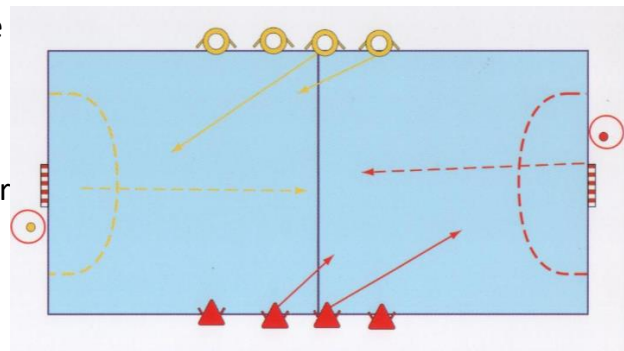


Au signal, vous allez chercher la balle dans votre camp pour l'amener dans le but adverse avant l'autre équipe.



Variante 1 : mettre un GB dans le but pour gêner  
Variante 2 : interdiction de redonner la balle à celui qui m'a fait la passe.

Variante 3 : demander à l'équipe de gêner aussi les adversaires



## Situation de référence

**Tournois sur 2 terrains – 6 équipes**



Match en 3 minutes, si mon équipe gagne je reste sur le terrain, sinon je laisse la place à l'équipe en attente.

# SÉANCE N°10



**Tournoi en montante descendante**

Quand je gagne, je " monte " d'un terrain; (terrain avec N° plus petit).

Quand je perds, je " descends " d'un terrain, (terrain avec N° plus grand).