

## REFERENTIEL DE COMPETENCES CATEGORIE MOINS DE 13 ANS

Le joueur de cette catégorie devra être capable à l'issue de sa formation de maîtriser :

- l'augmentation de la maîtrise et de la vitesse dans le jeu en mouvement de gagne - terrain ainsi que les principes essentiels...
- du jeu d'attaque d'une défense étagée à savoir :
  - . l'occupation de l'espace en largeur et en profondeur (notion de trapèze)
  - . le jeu sans ballon orienté vers le but
  - . l'orientation et attaque des espaces libres vers le but.

Il devra pour cela maîtriser les choix tactiques fondamentaux suivants :

. **PB** : gérer les alternatives suivantes

1. sur grand espace : j'avance seul en dribble, je conserve ou je donne la balle

2. sur espace restreint proche du but : je tire, j'évite ou je libère la balle à un partenaire qui s'engage vers le but ce qui passe par une bonne gestion de :

- la distance de garde (pas trop près - pas trop loin)

- l'orientation et l'engagement face au but et surtout face à un intervalle

. **PB** : dans le duel tireur / gardien de but : jouer sur les paramètres vitesse, placement de la balle, ou fausses informations données au gardien de but.

. **NPB** : enchaîner ses actions de démarquage et les coordonner avec celles de ses partenaires, c'est à dire ne pas se gêner ou proposer des solutions identiques. Cela implique de faire des courses croisées, des appels de balle à l'opposé de ses partenaires NPB..

. **DEF** : harcèler mon adversaire direct s'il est PB, dissuader si mon adversaire direct est proche du PB, intercepter si mon adversaire direct est loin du PB et que le harcèlement et la dissuasion de mes partenaires le permettent, aider si mon partenaire proche est en difficulté ceci en étant en plus capable de le réaliser sur défense étagée regroupée devant sa zone. Le joueur doit choisir, en fonction de la

situation du rapport d'opposition, une action plutôt orienté vers la récupération ou plutôt orientée vers la défense du but.

Il devra par ailleurs disposer des éléments techniques nécessaires à la concrétisation et la réalisation de ces choix tactiques, à savoir :

. réception, passe et tir en mouvement, dans et hors l'axe de déplacement, sur grand espace (vitesse maximum) et sur espace restreint (forte densité de joueurs).

. dans le duel tireur / gardien de but : maîtriser une grande variété de formes de tirs (suspension avec orientations variées des impulsions, du corps au moment du tir, avec feintes, tirs dans la foulée, en appui). . maîtrise du dribble des deux mains, hors contrôle visuel permanent, à vitesse maximum et avec changements de direction brusques.

. maîtrise des appuis dans les déplacements spécifiques du handball, avec et sans ballon, sur grand espace à vitesse maximum et sur espace restreint. . maîtrise des évitements sur grand espace et espace restreint.

**TOUS CES ELEMENTS TECHNIQUES DEVRONT ETRE MAITRISES EN SITUATION DE PRESSION DEFENSIVE OU OFFENSIVE, C'EST A DIRE EN SITUATION D'OPPOSITION ! (cf situations tactiques à maîtriser).**