

Lexique du handball

Généralités

L'attaque

La défense

Généralités

Sport d'équipes de 7 joueurs chacune qui se joue avec un ballon rond et uniquement avec les mains, le but est défendu par un gardien qui possède une zone qui est interdite aux autres joueurs.

- >> Les intervenants
- >> Organisation d'une équipe
- >> Le match
- >> L'entraînement
- >> Physiologie
- >> Le terrain
- >> Le jeu

Les intervenants

Entraîneur : Le rôle de l'entraîneur est souligné. Ce n'est pas qu'un

Technicien ; d'autres qualités et connaissances sont nécessaires.

Initiateur : Premier degré de la Formation de la F.F.H.B. L'initiateur doit être pédagogue.

Manager : C'est un gestionnaire plus qu'un technicien.

Educateur : C'est une personne qui développe les qualités morales.

Organisation d'une équipe

Organisation : Dans les différents moments du jeu : attaque, repli, défense, montée offensive, jeu en surnombre, jeu en sous nombre. Elle se compose d'un dispositif de départ, d'un principe qui guide les actions, d'un système qui privilégie certaines réponses motrices et d'un ou plusieurs dispositifs d'adaptation. La complexification d'une organisation tendra vers un type d'organisation.

Principe : Les principes sont premiers puis viennent les systèmes mise en place à travers un dispositif.

Système : Un système se traduit donc par un dispositif des éléments et par des types de relations qui existent entre ces éléments.

Dispositif : Dispositif d'attaque : ex. 1 dedans et 5 autour. Dispositif de défense 0-6, 1-5, 1-2-3, 3-3, 2-4. Le dispositif se traduit par une vue aérienne de la situation lorsque le ballon est au demi centre.

Statut : Situation de fait : position par rapport au jeu ; statut d'attaquant ou de défenseur.

Tâche : Travail à faire dans un temps fixé, en fonction du statut que l'on a et du rôle défini par l'entraîneur.

Enchaînement des tâches : C'est la base de l'activité d'un joueur de handball. Il est toujours amené à jouer un rôle qui comporte des tâches spécifiques.

Rôle : Ensemble des normes et d'attentes qui régissent le comportement d'un individu du fait de sa fonction dans un groupe, nécessite la connaissance par l'entraîneur de la fonction de chacun et l'explication de celle-ci au joueur.

Fonction : La fonction est défini par le poste occupé momentanément et répond aux principes mis en place.

Exemple : Un statut (Porteur de Balle) de par sa fonction (pivot distributeur) implique un rôle (fixer la défense et donner), concrétisé par des tâches (se déplacer, fixer les défenseurs, se retourner, donner). Dans ce cas le dispositif peut-être 1 dedans 5 autour, le système est la recherche du jeu en profondeur et le principe est la priorité aux initiatives du porteur de balle.

Le Match

Stratégie : Ensemble de décisions prises en fonction d'hypothèse de comportements de personnes intéressées dans une conjoncture déterminée. La stratégie est donc le fait de l'entraîneur avant une rencontre.

Tactique : Ensemble des moyens qu'on emploie pour parvenir à un résultat. La tactique est la partie exécutive de la stratégie. La tactique est donc le fait du joueur qui résout les problèmes rencontrés sur le terrain.

Technique : Gestualité spécifique au handball. Possibilité de traduire une intention de jeu.

Choix tactique : Décision prise entre plusieurs solutions pour répondre au mieux à la situation. Il peut provenir de l'entraîneur ou du joueur et met en œuvre le problème, les contingences extérieures, et les possibilités existantes.

Schéma : Dessin ne comportant que les traits essentiels de la figure représentée, afin d'indiquer non sa forme mais ses relations et son fonctionnement. Un schéma laisse donc une certaine liberté d'expression au joueur.

Combinaison : Mouvement préétabli de deux joueurs ou plus entre eux qui doit amener une situation à exploiter.

Enclenchement : Dispositif dans lequel le fonctionnement des joueurs est subordonné à la position d'un ou plusieurs partenaires. Enclencher veut donc dire se mettre en position pour permettre l'action d'autres joueurs.

L'entraînement

Programme : Etablissement à l'avance d'une suite d'opérations. Les opérations sont des activités qui visent à renforcer l'aspect cardio-vasculaire, pulmonaire, moteur ou neuronal des savoir-faire du handballeur.

Progression : C'est l'accroissement des difficultés qui est mise en place indépendantes du temps. La notion de progrès est très importante.

Séance : Réunion d'une assemblée constituée. Temps pendant lequel une personne est à la disposition d'un homme de métier. Temps que l'on passe à une activité ininterrompue. L'homme de métier c'est l'entraîneur, l'activité n'est hélas jamais ininterrompue.

Jeu : Amusement soumis à des règles. Le jeu permet un investissement total du joueur notamment dans ses composantes affectives.

Situation : Activité dans les conditions aussi proches que possible de la

réalité, elle nécessite : un attaquant, un défenseur, un ballon et une sanction en cas de réussite ou d'échec.

Exercice : Moment de l'entraînement qui comprend : une mise en place, un déroulement, une correction, une complexification ou une grande répétition. L'exercice n'évolue pas !

Gamme : Suite d'exercices avec ou sans ballon concernant : la course, les statuts, les lancer attraper, les déplacement, le combat, visant à améliorer la motricité générale et spécifique du handballeur.

Motricité : La motricité du handballeur concerne les relations entre les courses, les sauts, les orientations, les réceptions et les lancer en résumé la liaison entre le haut et le bas du corps.

Le technicien doit être un spécialiste de la motricité spécifique qui passe par une analyse bio-mécanique du geste, une connaissance des lois de l'apprentissage et une connaissance des savoir-faire du handballeur.

Action : Manifestation concrète de la volonté de quelqu'un, donner des intentions est donc très importants dans la formation du jeune.

Savoir-faire : Les savoir-faire du handballeur s'appuient essentiellement sur une combinaison de déplacements, de sauts, de lancer attraper, d'actions simples que l'on retrouve dans les gammes.

Enchaîner : Coordonner plusieurs actions (s'engager, fixer, passer, se désengager, se réengager). Il est important de respecter l'ordre logique et de faire chaque action complètement.

Déplacement : Recherche de la meilleure position stratégique. Se différencie de la phase de placement chez le Gardien de But.

Physiologie

Vitesse : Le travail dit de vitesse ne dépasse pas 5" et se fait en anaérobie alactique.

Vitesse de réaction : Chiffre qui donne le temps qui s'écoule entre un signal et la réponse à ce signal. Elle est caractérisée par la capacité à anticiper, à lire le bon signal, par la vitesse de contraction musculaire et le nombre de fibres qui pensent être sollicités.

Volume : Le travail en volume vise à développer toutes les composantes.

Puissance : Quotient de travail fourni par une machine par le temps qu'il lui a fallu pour l'accomplir.

Capacité : Aptitude

Force : Toute chose capable à produire un effet.

Résistance : Capacité à résister à une activité plus ou moins longue de 8" à plusieurs minutes effectuée à 80% des possibilités (par rapport à la Fréquence Cardiaque au Repos) soit des pulsations au dessus de 140 par min.

Endurance : Aptitude à résister à la fatigue, à la souffrance, la fatigue se fera d'autant moins sentir que l'on travaille en aérobie sans formation d'acide lactique. (130 puls / min.)

Bloc : S'emploie sous le sens période délimité pendant laquelle on effectue un travail bien précis dans un but unique. Les différentes séances sont dépendantes les unes des autres. Ex. : bloc-force ; bloc-vitesse ; bloc-endurance.

Le Terrain

Secteur : Zone d'action ou évolue un attaquant ou un défenseur
Secteur Central : Secteur du jeu où se situent les deux numéros 3 de défense.
Aile : Partie de terrain qui se trouve placée aux extrémités d'une ligne d'attaque ou de défense.
Profondeur : Dans le sens des buts. On parlera de jeu en profondeur, de relation en profondeur ou de déplacement en profondeur.
Alignement : La ligne est parallèle à la ligne de but.

Le Jeu

Partenaire : Joueur qui fait partie de mon équipe
Adversaire : Celui qui est contre moi. Les triangles sont partenaires et attaquent contre les ronds qui sont leurs adversaires et qui défendent.
Attaque : Commence dès que l'équipe a la balle, se termine dès que l'équipe a perdu la balle. Se compose de la montée offensive et de l'attaque « placée ».
Défense : Commence dès que l'équipe a perdu la balle, se termine dès que l'équipe a récupéré la balle. Se compose du repli défensif et de la défense « placée ».
Repli défensif : Se replier, faire un mouvement en arrière et en bon ordre .
Montée Offensive : Pendant cette période l'attaquant possède encore l'initiative du fait de l'inorganisation de la défense.
Contre-attaque : La contre-attaque se différencie par la soudaineté et par la rapidité. Souvent la relation Gardien tireur se fait en une seule passe.
Jeu au poste : Le rôle de chacun doit être connu par l'entraîneur et par le joueur. Le rôle varie avec les choix tactiques pris par l'entraîneur.
Ailier : Joueur qui se trouve placé aux extrémités d'une ligne d'attaque ou de défense.
Arrière : En jeu placé : partie intérieure du terrain par opposition au front d'attaque. On parle alors de base arrière.
Gardien de But : Il est doté de possibilités particulières par rapport au règlement. C'est aussi le premier attaquant.
Base : Utilisé en attaque, base avant et base arrière, relations et articulations entre elles.
Relation en profondeur : Rapport entre la base avant (ailier, pivot) et la base arrière (arrière latéraux et demi centre) tant en attaque qu'en défense.
Relation à deux : Lien existant entre deux joueurs. Voir attaque (bloc, écran, etc....) et défense (alignement, changement, etc....).
Relation à trois : Lien existant entre trois joueurs. Utilisée surtout en attaque (rotation arrière par exemple).

L'attaque

« Action militaire en vue de conquérir un objectif. Commence dès la récupération de la balle. Se compose de la montée de balle et de l'attaque placée »

Aspects Collectifs statiques
Aspects Collectifs dynamiques
Relation à trois
Relation à deux
Actions individuelles
Tirs

Aspects collectifs statiques

Espace de Jeu effectif : Surface sur laquelle se déroule le jeu. Elle varie avec l'âge des joueurs et leurs capacités. D'un ovale allongé dans le secteur central chez le débutant. Il devient un croissant à haut niveau.

Couloir de circulation : Passage situé entre les lignes d'une défense étagée. Ce couloir permet la circulation des joueurs sans percuter de défenseur. La fixation d'un arrière provoque la montée de son défenseur direct et la création d'un couloir dans son dos.

Couloir de jeu direct : Couloir qui part des épaules du joueur et qui lui permet d'aller droit vers le but.

Attaque dans les intervals : Interval: espace plus ou moins large entre deux corps. Positionnement sur un axe passant entre deux défenseurs et le but (interval en largeur). Ou entre deux joueurs étagés (interval en profondeur). Ce qui nécessite une prise d'information et un placement.

Appui : Formation individuelle du joueur : travail d'appui, renforcement des appuis (les pieds).

Formation collective du joueur : Joueur devant le ballon qui sert d'aide pour le porteur de balle.

Soutien : Formation collective du joueur : Joueur derrière le ballon qui sert d'aide pour le porteur de balle.

Dedans : Joueur situé dans le dispositif de défense adverse. Contraire : autour.

Autour : Partie du terrain qui entoure le système défensif.

Interne : Situé proche de l'axe central. Se dit d'un pivot placé à l'intérieur d'un axe au centre du but (n° 2 de défense).

Externe : Situé proche de la ligne de touche. Se dit d'un pivot placé à l'extérieur d'un axe au centre du but (n° 2 de défense).

Surnombre : Le surnombre est réalisé lorsque dans un espace donné il y a plus d'attaquants que de défenseurs (surnombre offensif) ou plus de défenseurs que d'attaquants (surnombre défensif).

Aspects collectifs dynamiques

Mouvement : Jeu en mouvement : déplacement et placement du joueur avant de recevoir la balle ou après l'avoir reçu.

Combinaison : Mouvement préétabli de deux joueurs ou plus entre eux qui vise à créer une situation à exploiter.

Circulation : Mouvement des attaquants dans le système défensif adverse. Mouvement de la balle en attaque. Faire circuler ne veut rien dire ou plutôt jouer sans jouer ce qui n'amène rien.

Enclenchement : L'enclenchement peut se faire à partir d'une position de pivot, d'ailier ou d'un deuxième pivot, etc.....

Exploitation : S'emploie à propos de l'exploitation d'un surnombre. La position de surnombre implique un jeu direct droit vers le but donc sans croisé ou un contre un.

Décalage : Suite à « un contre un » ou à un mouvement de joueur surnombre des attaquants qui par une succession de fixations et de passes rapides se termine par un ailier seul face au gardien de but.

Sauter des relais : Dans la circulation de balle sauter des postes de jeu. Surtout employé face à des défenses de zone pour exagérer le flottement et le battre.

Trapèze : Figure géométrique qui entoure la défense. Les sommets de cette figure sont les postes d'arrière latéraux et les postes d'ailiers : ces postes doivent être constamment pourvus pour équilibrer l'attaque.

Rééquilibrer : Après qu'un joueur d'un des quatre postes du « trapèze » soit parti, un autre vient prendre la place.

Continuité : Système de jeu qui permet d'enchaîner les actions offensives individuelles sans coupure.

Ce système respecte les règles minimales suivantes : occuper un des quatre postes du trapèze et joueur en mouvement.

Relations à trois

Rotation d'arrière : Mouvement d'un arrière latéral en deuxième pivot ; le demi centre et l'autre arrière latéral rééquilibrent. Se fait côté pivot ou opposé avec ou sans ballon.

Relations à deux

Relation passeur – réceptionneur : Rapport existant entre deux rôles (celui de passeur et celui de réceptionneur).

Rapport entre celui qui a la balle et celui qui va entrer en sa possession.

Passe et suit : Se dit lorsque le joueur porteur de balle donne à un partenaire et enchaîne un déplacement vers celui à qui il a donné la balle (il suit sa balle). De nombreuses combinaisons sont à base de passe et suit.

Passe et va : Se dit lorsque le joueur porteur de balle fait une passe et enchaîne un déplacement pour offrir une solution. Souvent il contourne l'adversaire qui était devant lui pour jouer dans son dos. S'appelle aussi « une-deux », se voit surtout sur une défense étagée.

Une-deux : Action d'attaque dans laquelle un échange de balle se fait entre deux joueurs : passe et remise au passeur qui s'est engagé.

Ecran : Action d'un joueur dedans pour empêcher le défenseur de monter sur le tireur.

Bloc-remise : Action de blocage du pivot pour aider le débordement d'un arrière qui à la fin de son débordement remet la balle au pivot qui est redescendu à 6m. Appelé aussi Bloc – Dé bloc.

Relation en profondeur : Rapport entre la base avant (ailier, pivot) et la base arrière (arrière latéraux et demi-centre). Passe et va ; passe et suit.

Bloc : Action d'un attaquant envers un défenseur pour empêcher un déplacement latéral. Le porteur de balle amène son défenseur direct sur le bloc et non le bloc qui va sur le défenseur.

Induction : Action avec ou sans balle pour amener le défenseur à réagir.

L'induction peut-être faite par plusieurs joueurs.

Actions individuelles

Prise d'information : Pour pouvoir s'informer, il faut pouvoir :

- Prendre du recul par rapport à l'action
- Observer : prendre en compte des repères caractéristiques.
- Connaître les différentes réponses pour prendre d'autres informations.

Engagement : Fait d'intervenir dans la recherche de solution pour l'attaquant. Le joueur ne doit s'engager que lorsque le passeur est en position de lui donner la balle.

Fixation : Créer un danger afin d'obliger le défenseur à vous prendre en considération. Donc à se stabiliser pour pouvoir réagir à toute velléité. Menacer le but pour faire croire à l'adversaire que l'on va tirer, faire une passe dedans, etc.... Créer un danger, une incertitude.

Désengagement : Se replacer en attaque à la suite d'un engagement pour pouvoir réengager.

Réengagement : Suit le désengagement, demande beaucoup de « jambes ».

Passage en force : Forcer le passage entre deux adversaires ; s'appuyer sur l'adversaire pour le faire reculer ou pour mieux le contourner.

Percussion : Se dit à propos d'un attaquant avec ou sans ballon même sanction que pour un passage en force.

Pivot : Joueur dedans le dispositif défensif. Joueur autour de qui s'organise les attaquants ; sa position détermine un type d'attaque. Sa position est externe, interne, rarement centrale.

Jeu du pivot : en attaque en aide bloc-écran, en cassure dans le jeu en renversement, en relance il devient « poste ». En défense en 3 avancé, en 1 ou en stricte.

Poste : Se dit d'un pivot qui ressort du système défensif pour servir d'appui à l'attaquant.

Duel : Employé à propos du tireur et du gardien ou de l'attaquant et du défenseur. Ne pas confondre avec le un contre un qui est une manière de remporter un duel.

Double duel : Combat de l'arrière qui au tir doit battre le défenseur et le gardien.

Feinte : Action préparatoire pour amener le défenseur à se découvrir.

Débordement : Passer derrière une ligne imaginaire parallèle à la ligne de but et passant par les talons de l'adversaire.

Un contre un : Duel de l'attaquant face à son adversaire direct pour le passer balle en main ou pas. C'est un moyen de déborder. Le un contre un demande une fixation, une feinte et une prise d'avantage.

Un contre un : Terme qui définit l'action de débordement qui consiste à faire venir sur soi le défenseur de son partenaire proche pour créer un décalage.

Tirs

Tir : Action de lancer avec une arme, un projectile sur un « but » appelé objectif. On ne retient que l'action de lancer en handball, il ne faut pas atteindre un objectif (le gardien) mais plutôt l'éviter.

Tir à la hanche : Action de tirer dans laquelle la trajectoire du ballon dans sa phase propulsive, le ballon passe sous la ligne des épaules.

Tir en appui : Action de tirer en gardant les pieds en contact avec le sol. Armer en montant la balle vers le haut et l'arrière (coude haut en arrière, bras souple).

Tir à l'hamble : Action de tirer en gardant les pieds au sol, mais avec les appuis inversés

Bras droit, pied droit devant...

Tir en suspension : Action de tirer sans que les pieds ou quelque partie du corps qu'il soit ne touche le sol. Prendre appel, monter le genou libre et le ballon vers le haut et l'arrière.

Lob : Différent du tir au panier en basket, il est précédé d'un armé pour faire croire au tir en force et ainsi fixer le gardien.

Désaxer : Tir au cours duquel le joueur sort d'un équilibre organisé autour d'un axe vertical, passant par les pieds, le bassin, le cou, la tête : au cours d'un tir désaxé, cet axe vertical tend vers l'horizontal.

Roucoulette : Tir en douceur dans lequel un mouvement du poignet est effectué pour donner un effet de rotation à la balle qui revient « langoureusement » dans le but.

Chabala : Tir en suspension à 6m qui consiste à faire croire à un tir bas pour placer la balle au-dessus de la tête du gardien.

Shoot : On va au shoot ne serait-il pas plus juste de dire que l'on va marquer ?

La défense

Aspects collectifs

Relation à deux

Aspects individuels

Gardien de buts

Aspects collectifs

Repli défensif : Faire un mouvement en arrière et en bon ordre.

Défense Placée : Système défensif organisé et stabilisé mis en place après le repli défensif.

Articulation des défenses : Lien qui unit deux défenseurs en largeur ou en profondeur. Les rôles de chacun sont définis par le système mis en place, le dispositif défensif et le mouvement de l'adversaire.

Défense aplatie : Défense alignée sur une ligne parallèle à la ligne de but. On parle aussi d'une défense en ligne ou alignée.

Défense étagée : Défense en plusieurs lignes.

Défense basse : Défense alignée ou non qui joue entre les 6 et 7m.

Défense haute : Défense alignée ou non qui joue aux 9m ou plus.

Défense agressive : Se définit par l'attitude individuelle des joueurs qui sont agressifs sur le porteur de balle.

Défense passive : Se définit par l'attitude individuelle des joueurs qui sont passifs sur le porteur de balle.

Aide : Secours au cas où le partenaire proche est battu ou en difficulté. Assistance en dissuadant l'attaquant de déborder par un placement proche du partenaire (flottement). Assistance dans la répartition des joueurs en mouvement notamment.

Flottement : L'ondulation est dû à un remplacement en fonction de la position du partenaire. Le flottement est visible sur une défense de zone puisqu'il y a resserrement devant la balle (Sur balle à l'aile, le n°1 de défense doit flotter jusqu'au n°2 d'attaque).

Numérotation : Essentiellement pour la défense en fonction de la position des attaquants.

N°1 de défense : Défenseur le plus proche de la ligne de touche qui a en charge l'attaquant le plus proche de la ligne de touche.

N°2 de défense : Défenseur qui est le 2^{ième} du système défensif en partant de la ligne de touche et qui a en charge le 2^{ième} attaquant en partant de la ligne de touche.

N°3 de défense : Défenseur qui est le 3^{ième} du système défensif en partant de la ligne de touche et qui a en charge le 3^{ième} attaquant en partant de la ligne de touche.

Défense de zone : Le territoire doit être compris comme « région où se trouve le ballon » ; le régime particulier est un surnombre défensif dans cette région ce qui implique flottement et repère par rapport à la balle.

Défense homme à homme : L'organisation de la défense se fait à partir d'une responsabilisation accrue de chacun par rapport à un adversaire, ce système n'exclut pas l'aide au partenaire en difficulté. Ce système implique peu de flottement et repère par rapport à l'adversaire direct.

Stricte : Dans un système défensif un ou plusieurs joueurs est détaché sur un ou des adversaires. A ne pas confondre avec une homme à homme.

Relation à deux

Alignement : S'emploie pour la défense à propos de deux défenseurs côte à côte ou par rapport à deux autres repères : joueur le plus avancé et ailier de défense. Deux défenseurs sont alignés lorsqu'ils sont côte à côte. L'alignement permet le changement notamment sur croisé, le bloc, l'écran, le départ d'un joueur dedans. Sinon, il y a glissement.

Glissement : Le glissement se fait sans à-coup lorsque le changement n'est pas possible (pour cause de non alignement ou autre). Il y a crise de temps pour le défenseur.

Changement : Action qui permet de prendre en charge un nouvel attaquant et de passer l'ancien à un autre. Au départ, chaque joueur est responsable d'un attaquant, il y a changement de responsabilité lorsqu'il y a déplacement des attaquants (croisé, bloc, écran, départ). Il n'y a pas de crise de temps pour le défenseur.

Aspects individuels

Actions possibles du défenseur :

- sur le porteur de balle : harceler, contrôler, subtiliser, contrer, neutraliser.
- Sur le non porteur : dissuasion, contrôler intercepter.

Harceler : Action de défense pour gêner le porteur de balle.

Contrôler : Amener son adversaire dans une position ou à un endroit où il est moins dangereux sans faire de fautes.

Subtiliser : Enlever le ballon de la main du tireur en gardant la main ouverte sans frapper la balle

Contrer : S'opposer au ballon avec les bras lors d'un tir.

Dissuader : Se montrer pour rendre la passe impossible ou dangereuse.

Intercepter : Se fait souvent près du receveur.

Neutraliser : Action défensive. Empêcher l'attaquant de jouer balle en main, lui interdire de faire un tir, une passe devant, d'avoir une action décisive.

Gardien de but

Déplacement : Action de se déplacer, mouvement, changer de place. Se fait en gardant toujours un appui au sol (sans effectuer des pas chassés).

Placement : Recherche de la meilleure position stratégique. Sur l'axe porteur de balle milieu du but.

Préparade : Moment où le gardien retrouve un équilibre après le déplacement. Ce moment sert à opposer une grande surface ou à piéger le tireur en le bluffant.

Parade : Action de parer un coup, une attaque. Parade haute, basse, mi-hauteur, éclatée pieds mains.

Relance : Action du gardien après la parade, conditionne l'efficacité de la montée offensive. Elle peut être directe sur le joueur démarqué loin devant ou indirect sur un partenaire démarqué.