



# LIVRET TECHNIQUE

CD 40  
2022-2023

- *Dernière mise à jour 22/08/2022*

# SOMMAIRE

COMITÉ LANDES  
FFHANDBALL



- Calendrier général des championnats jeunes et des opérations de la commission technique pages 03 à 06
- Catégories d'âges page 7
- École de handball pages 8 à 11
- Moins de 11 Ans pages 12 à 20
- Moins de 13 Ans pages 21 à 30
- Moins de 15 Ans pages 31 à 37
- Préconisations de la Commission Technique pour toutes les catégories pages 38 à 44
- Formations pages 45 à 46



# Calendrier général des championnats jeunes et de la commission technique 2022 /2023

# CALENDRIER GENERAL DES COMPETITIONS +16 FEMININES ET MASCULINES SAISON 2022-2023

DATE CALENDRAIRE	PARTICULARITES	ZONEREA	MASCULINES					FILIERE MASCULINE	FEMININES					FILIERE FEMININE	EHB Parsecteurs	CDF R E & D
			+16	-18	-15	-13	-11		+16	-18	-15	-13	-11			
WE 03/04 septembre																
WE 10/11 septembre	Stage JA et JAJ												ICNA T1			
WE 17/18 septembre	Stage JA et JAJ															
septembre WE 24/25																
septembre WE 01/02 octobre			1			TOURNOI		1				TOURNOI				
WE 08/09 octobre			2		1		TOURNOI	2			1		TOURNOI			
WE 15/16 octobre			3		2	1	1	3			2	1	1			
WE 22/23 octobre			R		3	2	2	4			3	2	2		1	
WE 29/30 octobre			R		4	3	3	R			4	3	3			1er tour
WE 05/06 novembre			R					ICNA T1	R					ICNA T2		
WE 12/13 novembre			4		5	4	4	5			5	4	4			
WE 19/20 novembre			R		6	5	5	6			6	5	5			2è tour
WE 26/27 novembre			5		7	6	6	7			7	6	6			
WE 03/04 décembre			6		8	7	7	8			8	7	7			
WE 10/11 décembre			R		9	8	8	R			9	8	8			
WE 17/18 décembre					10	9	9				10	9	9			3è tour
24/12/22 au 01/01/23																
WE 07/08 janvier			7			10	10	9				10	10			
WE 14/15 janvier			R					ICNA T2	10					ICNA T3 / opé 2008		4è tour
WE 21/22 janvier			CDL						CDL							

WE 28/29 janvier		8					11							
WE 04/05 février		R					R							
WE 11/12 février														
WE 18/19 février		R					R						FINALES DE	
WE 25/26 février		9				Interpoles 05, 06, 07 du 27 au 5	12							
WE 04/05 mars		10					13							
WE 11/12 mars		11					14							
WE 18/19 mars		R					R							
WE 25/26mars		CDL					CDL				IL Celles 2008			
WE 01/02 avril		CDL					CDL							
WE 08/09 avril	Pâques					IC rég 09					IC rég 09		FINALES DE ZONE	
WE 15/16 avril														
WE 22/23 avril														
WE 29/30 avril		12					15							
WE 06/07 mai		13					16							
WE 13/14 mai		R					17							
Jeudi 18 Mai	Ascension													
WE 20/21 mai		14			BARRAG E ALLER		18					1er tour finalités		
WE 27/28 mai	Pentecôte				BARRAG E									
WE 03/04 juin		FINALES DES COUPES DES LANDES												
WE 10/11 juin	AG de LIGUE					FINALITE S					FINALITE S		TOUR FINAL 11/06	FINALES
WE 17/18 juin	AG de Comité 40					FINALITE S					FINALITE S	IC NA T1		
WE 24/25 juin														

# Programme de détection

COMITÉ LANDES  
FFHANDBALL



## FÉMININ

**Stage 2009** : 4 septembre 2022

**Intercomité 1** : 11 septembre 2022

**Tournoi de détection 2009** : 18 septembre 2022

**Stage 2009** : 9 octobre 2022

**Stage 2009** : 23 octobre 2022

**Intercomité 2** : 5/6 novembre 2022

**Stage 2009** : 20 novembre 2022

**Stage 2009** : 8 janvier 2023

**Intercomité 3** : 14/15 janvier 2023

**Journée de détection 2010** : 26 février 2023

**Stage 2009 ou 2010 (en fonction des résultats des IC)** : 12 mars 2023

**Stage 2010** : 19 mars 2023

**Stage 2009 ou 2010 (en fonction des résultats des IC)** : 2 avril 2023

**Intercomité 4** : 8/9 avril 2023

**Stage 2010** : 14 mai 2023

*(Finalité Intercomité nationaux : du 24 au 28 mai 2023)*

**Stage 2010** : 11 juin 2023

**Intercomité (2010) 1** : 17/18 juin 2023

## MASCULIN

**Tournoi de détection 2009** : Week-end du 17 Septembre

**CPS 2009** : Dimanche 25 Septembre 2022

**Stage de 2 jours** : Jeudi 3 et vendredi 4 Novembre 2022

**IC Tour 1** : Week-end du 5/6 Novembre 2022

**CPS 2009** : Dimanche 27 Novembre 2022

**CPS 2009** : Dimanche 18 Décembre 2022

**CPS 2009** : Dimanche 8 Janvier

**IC Tour 2 (Suivant résultat tour 1)** : Week-end du 14/15 Janvier 2023

**Stage de 2 jours** : Jeudi 9 et Vendredi 10 Février 2023

**Journée détection ou tournoi pour l'année 2010** : Dimanche 26 Février 2023

**CPS 2009 et/ou 2010 (Suivant résultats)** : Dimanche 26 Mars 2023 *sous réserve du match U17 Bassin*

**IC Région 2009** : Week-end du 8/9 Avril 2023

**Stage de 2 jours** : Jeudi 13 et Vendredi 14 Avril 2023

**CPS 2009 et/ou 2010 (Suivant Résultats)** : Dimanche 14 Mai 2023

**Finalités IC Nat (Suivant résultats)** : Du Mercredi 24 au Dimanche 28 Mai 2023

**CPS 2010** : Dimanche 4 Juin 2023

**CPS 2010** : Dimanche 18 Juin 2023

**CPS 2010** : Dimanche 25 Juin 2023

Afin de ne pas obliger les joueurs et joueuses à faire un choix entre un match de championnat et un stage de la sélection, **les dates ci-dessous sont réservées** aux stages de la sélection départementale.

Les rencontres de championnats -13 ans et -15 ans ayant lieu le même week-end doivent être prioritairement organisées le samedi :

## Catégories de jeu par année d'âge (saison 2022/2023)

ÉCOLE DE HAND	2014 ET APRÈS
-11 ANS	2012-2013-(2014) année charnière
-13 ANS	2010-2011-(2012) année charnière
-15 ANS	2008-2009-(2010) année charnière
-18 ANS	2007-2006-2005

\* Possibilité de sur-classement => voir règlements généraux



ÉCOLE DE HAND

NÉS EN 2014 ET APRÈS

**COMITÉ LANDES**  
**FFHANDBALL**

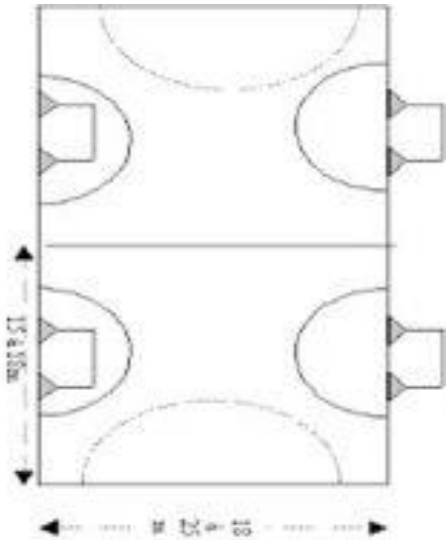


# Aménagement des règles (saison 2022/2023)

Ecole de Handball	Buts / Terrain / Ballon	Buts de mini hand sur le point des 7 m / zone des tirs à 3 points du terrain de basket / T00 non traumatisant
	Effectif feuille de match	8 joueurs/joueuses maximum
	Effectif sur le terrain	3 joueuses/joueuses + 1 GB
	Temps de jeu / Temps de repos	Défini par les organisateurs en fonction du nombre d'équipes / Entre 8 et 12 minutes
	Engagement	Libre dans la zone
	Règlement particulier	1 gardien de but différent à chaque tiers temps
	Temps mort	Aucun

# Organisation du terrain École de hand (saison 2022/2023)

4 équipes ou plus



**Buts de mini handball**

**Ballon Taille 00**

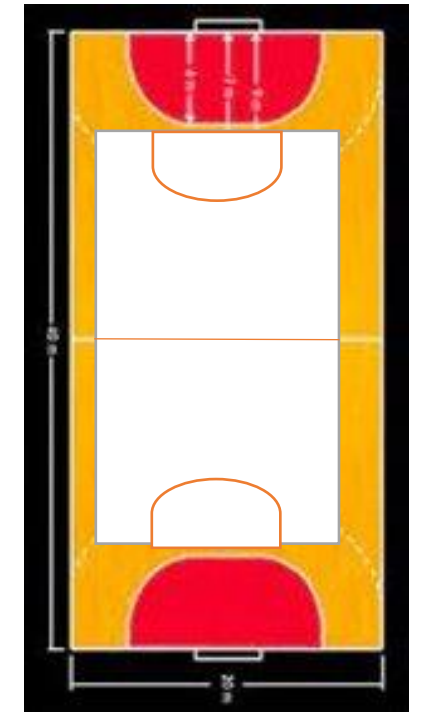
**Zone à 5 m  
De la ligne de but**

**Zone à 5 m  
Courbe prolongée  
Soit avec des languettes jaunes  
Soit avec du scotch de chantier jaune  
Distance: Base du but jusqu'à un point à 5m**

**Ligne de but tracée jusqu'aux lignes de touche**

**Si moins de 4 équipes = terrain dans la longueur  
Si plus de 4 équipes = terrain dans la largeur**

Moins de 4 équipes



Le référent des écoles de handball est le salarié : 6040000.sec-gen@ffhandball.net

Il est chargé des relations avec les responsables des écoles de handball pour notamment aider à leur structuration, accompagner les clubs qui le souhaitent.

Il assurera des points réguliers (la fréquence reste à définir avec la commission développement) avec les responsables EHB.

Il a en charge le bon déroulé des plateaux et l'organisation de la fête des écoles.

-11 ANS

NÉS EN 2012/2013

**COMITÉ LANDES**  
**FFHANDBALL**





# -11 ans F et G nés en 2012/2013

- **Phases :**
  - 1 Tournoi “découverte”
  - 2 phases de championnat
- **Formules de championnat :**
  - À définir suivant le nombre d'équipes engagées
- **Niveaux de jeu :**
  - À définir suivant le nombre d'équipes engagées
- **Répartition des équipes :**
  - Composition des poules et niveaux de jeu pour la 1<sup>o</sup> phase par la commission technique du CD 40 suite aux tournois découverte
  - Montée et descente après la 1<sup>ère</sup> phase
- **Finalités :**
  - Le 1<sup>er</sup> de chaque championnat est déclaré champion des Landes

- Organisation des tournois “découverte” -11 ans
- Les règles sportives à appliquer pour les tournois découverte sont identiques à celles mises en place lors des 1er tiers temps en championnat excepté en ce qui concerne les temps de jeu et de repos qui sont définis ci-dessous.

Nombres d'équipes -11 ans	Temps de jeu	Mi-temps	Temps entre chaque match	Ordre des matchs	Durée du tournoi	Temps de jeu global pour chaque équipe
<b>3 équipes</b>	2*12'	5'	15'	A/B, B/C, A/C	2 H 30	48'
<b>4 équipes</b>	1*16'	0	10'	A/B, C/D, B/D, A/C, A/D, C/B	2 H 30	48'
<b>5 équipes</b>	1*12'	0	8'	A/B, C/D, E/A, B/C, D/E, A/C, B/D, C/E, A/D, E/B	3H30	48'
<b>6 équipes / 2 Poules</b> alterner 1 match poule 1 / 1 match poule 2	2*12'	5'	5'	Poule 1 => A/B, B/C, A/C Poule 2 => D/E, E/F, D/F	3H30	48'
<b>7 équipes / 2 Poules</b> alterner 2 matchs Poule 1 / 1 match Poule 2	Poule de 4 => 1*15' Poule de 3 => 2*10'	0 5'	5'	Poule 1 => A/B, C/D, B/D, A/C, A/D, C/B Poule 2 => E/F, F/G, E/G	4h	45' 48'
<b>8 équipes / 2 Poules</b> alterner 1 match poule 1 / 1 match poule 2	1*12'	0	5'	Poule 1 => A/B, C/D, B/D, A/C, A/D, C/B Poule 2 => E/F, G/H, F/H, E/G, E/H, F/G	4h	40'
<b>9 équipes / 3 Poules</b> alterner 1 match de chaque poule	1*18'	0	5'	Poule 1 => A/B, B/C, A/C Poule 2 => D/E, E/F, D/F Poule 3 => G/H, H/I, G/I	4h	36'

# Règles sportives de la commission technique (Saison 2022/2023)



# Aménagement des règles (saison 2022/2023)



		Tiers Temps 1	Tiers temps 2	Tiers temps 3
Moins de 11 ans GARÇONS	Buts – Terrain - Ballon	Réducteurs de buts – tout terrain – Ballons T0 Garçons et mixtes		
	Effectifs feuille de match	8 joueurs maximum		
	Effectifs sur le terrain	5 Joueurs + 1GB		
	Temps de jeu / repos	3x12 minutes / 5 min		
	Engagement	Engagement du gardien n'importe où dans la zone par un coup de sifflet de l'arbitre <u>(Les adversaires doivent se trouver à 3m, donc aux 9m)</u>	Engagement du milieu de terrain par un coup de sifflet de l'arbitre	
	Règlement particulier	Le ballon touche le réducteur de buts et les poteaux autours de celui-ci => pas but (balle au GB) <b>1 GB différent à chaque Tiers Temps (3 GB )</b> Le non-respect de cette règle pourra être mentionné sur la feuille de match <b>Cela entrainera match perdu avec 0 points</b> <b>Si lors du match les règles sportives ne sont pas appliquées, cette information devra être notifiée par le coach adverse sur la feuille de match.</b> <b>La COC l'étudiera et décidera à l'issu d'une sanction (match perdu) ou pas.</b>		
	Exclusion	1 minute mais le joueur est remplacé		
	Temps mort	1TM/Tiers temps/ équipe		

# Aménagement des règles (saison 2022/2023)



		Tiers Temps 1	Tiers temps 2	Tiers temps 3
<b>Moins de 11 ans FILLES</b>	Buts – Terrain - Ballon	Buts gonflables, arrière du but posé sur la ligne de but fixe. Zone GB correspondant à celle du but fixe - Ballons T00		
	Effectifs feuille de match	8 joueurs maximum		
	Effectifs sur le terrain	5 Joueurs + 1GB		
	Temps de jeu / repos	3x12 minutes / 5 min		
	Engagement	Engagement du gardien n'importe où dans la zone par un coup de sifflet de l'arbitre <u>(Les adversaires doivent se trouver à 3m, donc aux 9m)</u>	Engagement du milieu de terrain par un coup de sifflet de l'arbitre	
	Règlement particulier	<p><b>1 GB différent à chaque Tiers Temps (3 GB )</b></p> <p>Le non-respect de cette règle pourra être mentionné sur la feuille de match <b>Cela entrainera match perdu avec 0 points</b></p> <p><b>Si lors du match les règles sportives ne sont pas appliquées, cette information devra être notifiée par le coach adverse sur la feuille de match.</b></p> <p><b>La COC l'étudiera et décidera à l'issu d'une sanction (match perdu) ou pas.</b></p>		
	Exclusion	1 minute mais le joueur est remplacé		
	Temps mort	1TM/Tiers temps/ équipe		

# RAPPEL TECHNIQUE

## LA PRISE EN STRICT

Systeme défensif qui privilégie la prise en charge et le contrôle d'un adversaire direct quelque soit ses déplacements et sa position.

**Remarque** : Responsabilisation de chacun. Les changements de joueurs sont interdits

## LA HOMME A HOMME

Systeme défensif dans lequel chaque joueur à la responsabilité d'un adversaire direct.

**Remarque** : Lorsqu'on utilise ce système le dispositif de référence est appelé à varier en permanence en fonction des déplacements des attaquants.

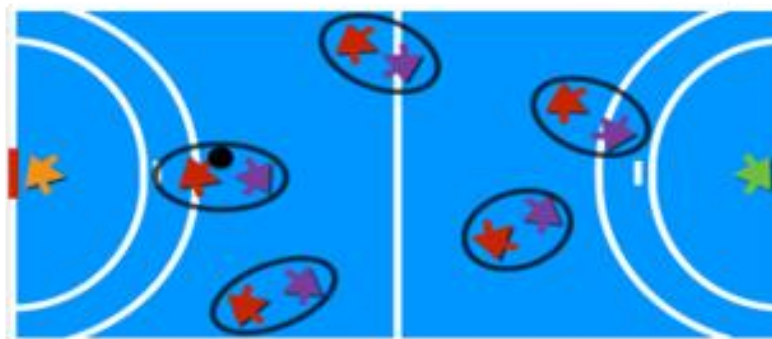
# Moins de 11 ans



## • DÉFENSE POUR LES 3 TIERS TEMPS

Intentions défensives attendus :

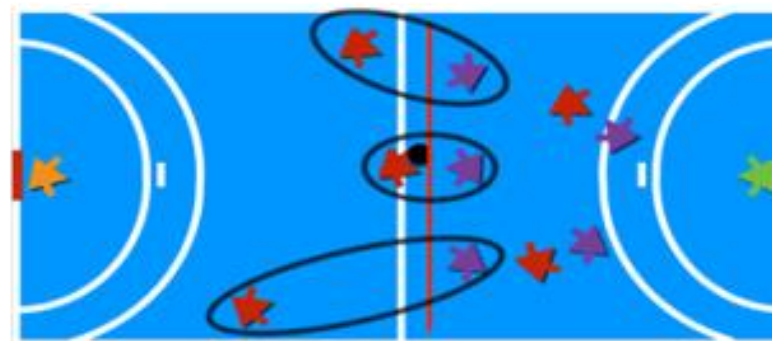
Récupérer : ★ ★ ★ Protéger : ★ ★ ★



Défense Homme à Homme sur tout le terrain

Chaque défenseur prend en charge un attaquant

Le défenseur doit se situer entre son adversaire direct et le but qu'il défend



Se placer / se replacer face à la balle (ne pas avoir la balle dans mon dos)

Toujours rester entre mon adversaire direct et mon but

La récupération de la balle reste prioritaire (dissuader, harceler, intercepter)

# Moins de 11 ans

**Intentions offensives attendus :**  
Marquer : ★★ ★★ ★★    Conserver : ★ ★ ★



**Dans cette catégorie, le constat est le suivant :**

- Les joueurs auront tendance à se regrouper autour du ballon
- L'occupation de l'espace de jeu ne sera pas optimale
- Le jeu d'attaque sera un enchaînement d'action individuelle

**Nous devons amener les joueurs à se décentrer de la balle pour occuper au mieux l'espace de jeu**

**En plus de cet axe majeur, les séances devront être orientées autour des objectifs de développement suivant :**

- Le duel
- L'utilisation du dribble
- Le jeu du non porteur de balle
- La relation passeur / réceptionneur sur grand espace

-13 ANS

NÉS EN 2010/2011

**COMITÉ LANDES**  
**FFHANDBALL**



## -13 ans F et G nés en 2010/2011

• **Phases :**

- 1 Tournoi découverte
- 2 phases de championnat :

• **Formules de championnat :**

- À Définir suivant le nombre d'équipes engagées

• **Niveaux de jeu :**

- À Définir suivant le nombre d'équipes engagées

• **Répartition des équipes :**

- Composition des poules et niveaux de jeu pour la 1<sup>o</sup> phase par la commission technique du CD 40 suite aux tournois découverte
- Montée et descente après la 1<sup>o</sup> phase : 1 pour les poules de 4 / 2 pour les poules de 5 et 6

• **Finalités :**

- Le 1<sup>o</sup> de chaque championnat est déclaré champions des Landes

Afin de ne pas obliger les joueurs et joueuses à faire un choix entre un match de championnat et un stage de la sélection, **les dates ci-dessous sont réservées** aux stages de la sélection départementale.

Les rencontres de championnats -13 ans et -15 ans ayant lieu le même week-end doivent être obligatoirement organisées le samedi :



## Organisation des tournois découverte -13 ans

Les règles sportives à appliquer pour les tournois découverte sont identiques à celles mises en place lors des 1<sup>o</sup> tiers temps en championnat excepté en ce qui concerne les temps de jeu et de repos qui sont définis ci-dessous.

Nombres d'équipes -13 ans	Temps de jeu	Mi-temps	Temps entre chaque match	Ordre des matchs	Durée du tournoi	Temps de jeu global pour chaque équipe
3 équipes	2*15'	5'	15'	A/B, B/C, A/C	3h	60'
4 équipes	1*20'	0	10'	A/B, C/D, B/D, A/C, A/D, C/B	3h	60'
5 équipes	1*15'	0	5'	A/B, C/D, E/A, B/C, D/E, A/C, B/D, C/E, A/D, E/B	4h	60'
6 équipes / 2 Poules alterner 1 match poule 1 / 1 match poule 2	2*15'	5'	5'	Poule 1 => A/B, B/C, A/C Poule 2 => D/E, E/F, D/F	4H30	60'
7 équipes / 2 Poules alterner 2 matchs Poule 1 / 1 match Poule 2	Poule de 4 => 1*20' Poule de 3 => 2*15'	0 5'	5'	Poule 1 => A/B, C/D, B/D, A/C, A/D, C/B Poule 2 => E/F, F/G, E/G	5h	60' 60'
8 équipes / 2 Poules alterner 1 match poule 1 / 1 match poule 2	1*15'	0	5'	Poule 1 => A/B, C/D, B/D, A/C, A/D, C/B Poule 2 => E/F, G/H, F/H, E/G, E/H, F/G	5h	45'
9 équipes / 3 Poules alterner 1 match de chaque poule	1*20'	0	5'	Poule 1 => A/B, B/C, A/C Poule 2 => D/E, E/F, D/F Poule 3 => G/H, H/I, G/I	5h	40'



# Règles sportives de la commission technique (Saison 2022/2023)

# Aménagement des règles (saison 2022/2023)



		Tiers Temps 1	Tiers temps 2	Tiers temps 3
Moins de 13 ans Filles / Garçons	Buts – Terrain - Ballon	Terrain et buts normaux – zone des 6m – T0 pour les filles et T1 pour les garçons		
	Effectifs feuille de match	10 joueurs Maximum		
	Effectifs sur le terrain	5 Joueurs + 1GB	6 Joueurs + 1GB	
	Temps de jeu / repos	3x15 minutes / 5 min		
	Engagement	Engagement du gardien n'importe où dans la zone par un coup de sifflet de l'arbitre	Engagement du milieu de terrain par un coup de sifflet de l'arbitre	
	Règlement particulier	2 GB différents par match (tiers temps complet) Prise en strict INTERDITE CONTRAIREMENT À UNE DÉFENSE HOMME À HOMME <b>Le non-respect de ces règles pourra être indiqué sur la feuille de match.</b> <b>Cela entrainera match perdu avec 0 points</b> 1 <sup>er</sup> tiers temps tout terrain / 2 <sup>ème</sup> et 3 <sup>ème</sup> Attaque placée <b>Si lors du match les règles sportives ne sont pas appliquées, cette information devra être notifiée par le coach adverse sur la feuille de match.</b> <b>La COC l'étudiera et décidera à l'issue d'une sanction (match perdu) ou pas.</b>		
	Exclusion	2 minutes		
	Temps mort	1TM/Tiers temps/ équipe		

# RAPPEL TECHNIQUE

## LA PRISE EN STRICT

Systeme défensif qui privilégie la prise en charge et le contrôle d'un adversaire direct quelque soit ses déplacements et sa position.

**Remarque** : Responsabilisation de chacun. Les changements de joueurs sont interdits

## LA HOMME A HOMME

Systeme défensif dans lequel chaque joueur à la responsabilité d'un adversaire direct.

**Remarque** : Lorsqu'on utilise ce système le dispositif de référence est appelé à varier en permanence en fonction des déplacements des attaquants.

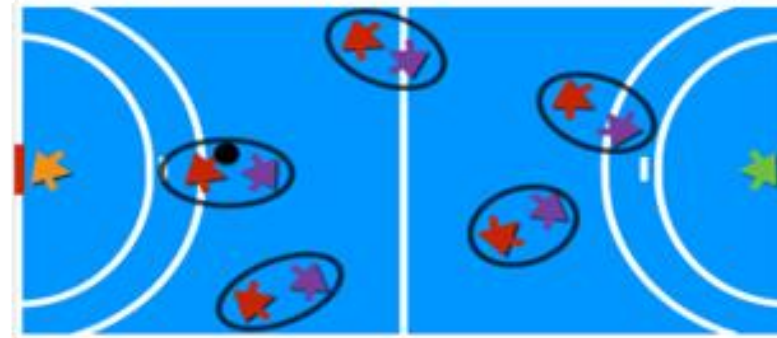


## Moins de 13 ans

### • DÉFENSE 1er TIERS TEMPS

Intentions défensives attendus :

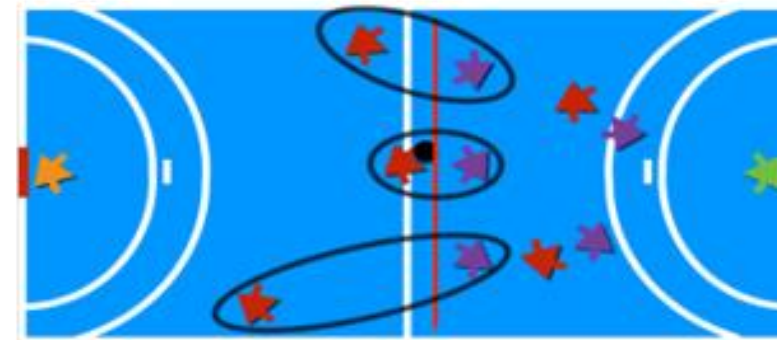
Récupérer : ★ ★ ★ Protéger : ★ ★ ★



Défense Homme à Homme sur tout le terrain

Chaque défenseur prend en charge un attaquant

Le défenseur doit se situer entre son adversaire direct et le but qu'il défend



Se placer / se replacer face à la balle (ne pas avoir la balle dans mon dos)

Toujours rester entre mon adversaire direct et mon but

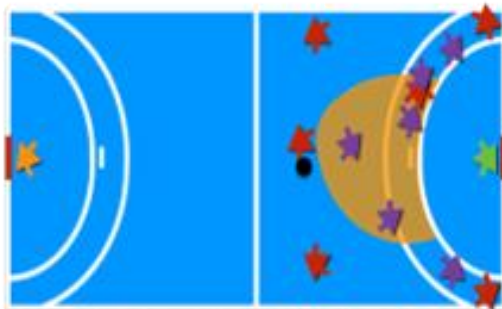
La récupération de la balle reste prioritaire (dissuader, harceler, intercepter)



# Moins de 13 ans

## DÉFENSE 2<sup>ème</sup> TIERS TEMPS

Intentions défensives attendus :  
Récupérer : ★★★ Protéger : ★★★

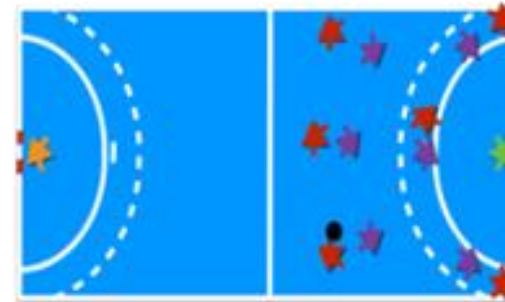


Défense 1-5 Homme à Homme

Alignement bas coté Pivot  
Alignement Haut à l'opposé du Pivot

Orienter le DC sur son bras faible (celui avec lequel il ne tire pas)

Intentions défensives attendus :  
Récupérer : ★★★ Protéger : ★★★



Défense 3-3 Homme à Homme

Chaque défenseur prend en charge un attaquant

Le défenseur doit se situer entre son adversaire direct et le but qu'il défend

Alignement / Changement

Notion d'entraide

Interdire le secteur central

La récupération de balle reste prioritaire, mais des notions de protection du but doivent émerger (neutraliser)

## Moins de 13 ans

### DÉFENSE 3<sup>ème</sup> TIERS TEMPS LIBRE

Intentions offensives attendus :  
Marquer : ★★ ★ Conserver : ★ ★ ★

Le jeu sur grand espace reste la priorité, en plus de cet axe majeur, les séances devront être orientées autour des objectifs de développement suivant :



- La relation passeur / récepteur du grand vers le petit espace
- Le duel dans des espaces plus réduits
- La relation base arrière / pivot
- Le jeu du non porteur de balle
- Le duel tireur / gardien de près et de loin

Lors du match, nous alternerons entre: le jeu à 5 autour (sans pivot) et le jeu à 4 ( ou 5) et 1 joueur dedans (pivot).  
Tout en respectant, à chaque fois, l'écartement maximum (2 Ailiers et 2 Arrières)

-15 ANS

NÉS EN 2008/2009

**COMITÉ LANDES**  
**FFHANDBALL**





## -15 ans F et G nés en 2008/2009

### • Phases :

- Coupe Puységur
- 2 phases de championnat

### • Formules de championnat :

- À définir suivant le nombre d'équipes engagées

### • Niveaux de jeu :

- À définir suivant le nombre d'équipes engagées

### • Répartition des équipes :

- Composition des poules et niveaux de jeu déterminés par le classement de la coupe du Comité
- Montée et descente après la 1<sup>o</sup> phase : 1 pour les poules de 4 / 2 pour les poules de 5 et 6
- Les 2 premiers de la poule excellence se qualifient pour le championnat TRI-DEP pour la 2<sup>o</sup> phase

### • Finalités :

- Le 1<sup>o</sup> de chaque championnat est déclaré champion des Landes par niveau
- **Le club qui sera le mieux classé en Tri-départemental sera défini Champion d'Excellence**

Afin de ne pas obliger les joueurs et joueuses à faire un choix entre un match de championnat et un stage de la sélection, **les dates ci-dessous sont réservées** aux stages de la sélection départementale.

Les rencontres de championnats -13 ans et -15 ans ayant lieu le même week-end doivent être prioritairement organisées le samedi :

## Organisation de la coupe du Comité -15 ans

Les règles sportives à appliquer pour la coupe du Comité sont identiques à celles mises en place lors de la 1<sup>o</sup> mi-temps des championnats -15 ans excepté en ce qui concerne les temps de jeu et de repos qui sont définis ci-dessous.

Nombre d'équipes -15	Temps de jeu	Temps morts	Mi-temps	Temps entre chaque match	Ordre des matchs	Durée du tournoi	Temps de jeu global pour chaque équipe
Tournoi à 3	2*20'	2*1'	5'	15'	A/B, B/C, A/C	3H	80'
Tournoi à 4	1*25'	1'	0	10'	A/B, C/D, B/D, A/C, A/D, C/B	3H30	75'
Tournoi à 5	1*20'	1'	0	10'	A/B, C/D, E/A, B/C, D/E, A/C, B/D, C/E, A/D, E/B	5H	80'
Tournoi à 6	1*16'	1'	0	5'	A/B, C/D, E/F, A/C, E/B, D/F, B/C, A/F, E/D, C/F, B/D, A/E, B/F, E/C, A/D	5H30	80'
Tournoi à 7 2 poules / alterner les matchs des 2 poules	Poule de 4 : 1*20' Poule de 3 : 2*15' Finales 1*20'	1' 2*1' 1'	0 5' 0	5'	<b>Poule de 4</b> : A/B, C/D, B/D, A/C, A/D, C/B <b>Poule de 3</b> : E/F, F/G, E/G  3 <sup>ème</sup> P1 VS 3 <sup>ème</sup> P2 2 <sup>ème</sup> P1 VS 2 <sup>ème</sup> P2 1 <sup>er</sup> P1 VS 1 <sup>er</sup> P2	6H	80'
Tournoi à 8 2 poules / alterner les matchs des 2 poules	1*20'	1'	0	5'	<b>Poule 1</b> : A/B, C/D, B/D, A/C, A/D, C/B <b>Poule 2</b> : E/F, G/H, F/H, E/G, E/H, F/G  3 <sup>ème</sup> P1 VS 3 <sup>ème</sup> P2 2 <sup>ème</sup> P1 VS 2 <sup>ème</sup> P2 1 <sup>er</sup> P1 VS 1 <sup>er</sup> P2	6H30	80'



# Règles sportives de la commission technique (Saison 2022/2023)

## Moins de 15 ans

		Mi-Temps 1	Mi-Temps 2
Moins de 15 ans Filles / Garçons	Buts – Terrain - Ballon	Terrain et buts normaux – zone à 6m – T1 filles et T2 garçons	
	Effectifs feuille de match	12 joueurs maximum	
	Effectifs sur le terrain	6 Joueurs + 1GB	
	Temps de jeu / repos	2X25 minutes / 10 min	
	Engagement	Engagement du gardien n'importe où dans la zone par un coup de sifflet de l'arbitre	Engagement du milieu de terrain par un coup de sifflet de l'arbitre
	Règlement particulier	Prise en strict <b>INTERDITE</b> CONTRAIREMENT À UNE DÉFENSE HOMME À HOMME Le non-respect de cette règle pourra être mentionné sur la feuille de match <b>Cela entrainera match perdu avec 0 points</b>	
	Exclusion	2 minutes	
	Temps mort	1TM/Mi-temps/ équipe	

# RAPPEL TECHNIQUE

## LA PRISE EN STRICT

Systeme défensif qui privilégie la prise en charge et le contrôle d'un adversaire direct quelque soit ses déplacements et sa position.

**Remarque** : Responsabilisation de chacun. Les changements de joueurs sont interdits

## LA HOMME A HOMME

Systeme défensif dans lequel chaque joueur à la responsabilité d'un adversaire direct.

**Remarque** : Lorsqu'on utilise ce système le dispositif de référence est appelé à varier en permanence en fonction des déplacements des attaquants.



# La commission technique pour toutes les catégories

(Saison 2022/2023)



# L'ENTRAÎNEMENT

**Mettre en place des situations qui génèrent de l'activité et du plaisir, dans le but de fidéliser les joueurs / joueuses**

**La séance d'entraînement doit permettre de résoudre une problématique, collective et/ou individuelle, ou permettre aux joueurs d'acquérir de « nouveaux pouvoirs »**

**Privilégier le travail offensif en supériorité numérique afin de développer l'aspect perceptivo-décisionnel des joueurs / joueuses (-15 ans)**

**Ne pas associer l'acte défensif à une sanction. Par exemple : lors d'une séance défensive, si le joueur marque un but, la récompense est de passer en défense. Aussi, si le joueur défend bien et ne prend pas de but, il marque des points et reste en défense »**

**Lors des séances défensives, privilégier le plus souvent possible un enchaînement de tâches « défense / montée de balle »**

**Mettre en place des défis avec un score lors des séances, afin de développer la combativité des joueurs / joueuses, et que ces derniers s'engagent totalement lors des séances**





# LE MANAGÉ RAT

**Evaluer les joueurs / joueuses, pour vérifier des compétences acquises**

**Donner du temps de jeu à l'ensemble des joueurs / joueuses**

**Accompagner le gardien de but**

**Adapter son niveau d'exigence en fonction des capacités du joueur**

**La victoire peut être un objectif pour les joueurs  
mais ne devrait pas être la priorité de l'entraîneur**

## L'ARBITRAGE

Les stages JAJ auront lieu en même temps que les sélections départementales surtout les vacances scolaires et aussi lors des préparations pour les Inter-Comités.

## LE GARDIEN DE BUT

### En Moins de 9 ans

Tous les joueurs / joueuses doivent évoluer sur le poste de gardien de but

### En Moins de 11 ans

Une très grande majorité des joueurs / joueuses doivent évoluer sur le poste de gardien de but à l'entraînement et en compétition

### En Moins de 13 ans

Un groupe de 4 à 6 joueurs / joueuses doivent évoluer sur le poste de gardien de but à l'entraînement et en compétition

### En Moins de 15 ans

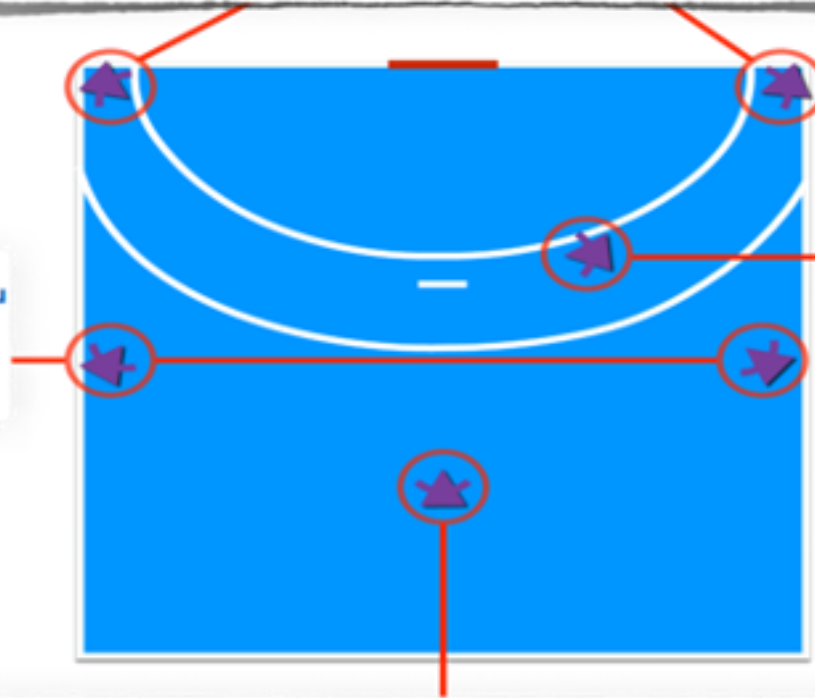
Spécialiser les joueurs / joueuses identifié(e)s sur le poste de gardien de but

## Les postes en attaque

### Les missions prioritaires

**ALIERS** : agrandir au maximum l'occupation de la zone d'attaque / assurer la continuité du jeu en appui et en soutien / conclure les actions / créer un déséquilibre défensif par un travail de 1 contre 1

**ARRIERES** : marquer des buts / assurer la continuité du jeu / être capable d'évoluer sur les 3 postes / écarter le jeu en largeur et en profondeur

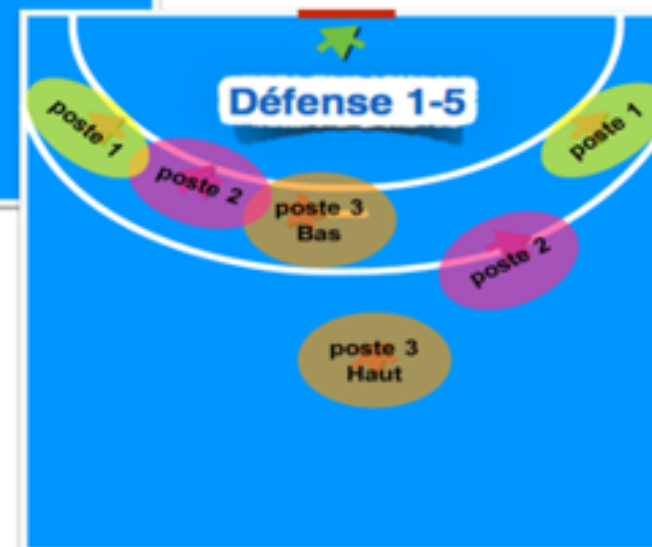


**PIVOT** : se placer pour se créer un espace pour soi, ou pour ses partenaires / Générer le flottement défensif / se démarquer dans des espaces réduits / aider ses partenaires par des actions de bloc, d'écran, de sortie poste

**DEMI-CENTRE** : marquer des buts / faire respecter le projet de jeu de l'équipe / communiquer avec l'ensemble des partenaires / créer des déséquilibres défensifs / bonifier le jeu par la qualité de sortie de balle

# Les postes en défense

La numérotation



## FORMATION ITFE

La Ligue Nouvelle Aquitaine va mettre son calendrier entre  
fin aout 2022 et mi-septembre 2022.

Vérifier vos boites dématérialisées et le site de la Ligue.

# SOIRÉE TECHNIQUE

- Pour contribuer à la formation des entraîneurs et nourrir la culture handball dans le comité 40, la commission technique organise à nouveau des soirées techniques
  - Ces soirées consistent en une intervention sur le terrain de la commission technique sur un thème donné en amont suivi d'échanges avec les différents acteurs présents.
  - Une proposition de calendrier de ces interventions est inscrite sur le calendrier général du comité 40 (les jours, heures et lieux restent à définir).
- Les clubs peuvent se rapprocher de l'équipe technique s'ils souhaitent accueillir une de ces soirées afin de définir les date/lieu/catégorie d'intervention et les thèmes de travail.