

Savoir faire du Porteur de Balle (PdB)

1- Dribble :

Le dribble au hand ne doit pas être la priorité car sa maîtrise est plus difficile qu'au basket, son maniement règlementé (voir règle maniement du ballon / site FFHB) et a tendance à priver le joueur de prise d'information. Il a cependant du sens pour : (intentions)

- progresser rapidement (si aucun partenaire libre devant soi)
- se dégager, déborder un adversaire (par exemple sur une Homme à Homme haute)
- temporiser

Même en attaque placée, l'utilisation du dribble a du sens selon Canayer = arme qui permet de déséquilibrer le défenseur, d'utiliser plus d'appuis, de se projeter dans un intervalle avec moins de risque que la passe...surtout si défense « agressive » (séance EE n°18)

Inconvénients du dribble :

- on ne contrôle plus la balle : perte d'informations
- ralentit le jeu

Remarque : souvent indice qui montre que NPdB n'est pas en mouvement...donc utilise le dribble pour se lancer

Son utilisation passe par des savoir faire à développer :

- savoir dribbler vite : avec balle devant soi (ex : course de dribble, relais...)
- savoir dribbler pour conserver, éviter adversaire : changer de main, dribbler sur le côté, protéger avec son corps en opposition, essayer de garder la tête haute...

2- La passe :

Priorité au hand car permet jeu collectif, relation entre les joueurs pour faire progresser la balle, passer le rideau défensif.

L'exécution de la passe doit prendre du sens vis à vis d'un défenseur (éviter l'interception) : trajectoire relativement tendue, précise, dans le sens du déplacement...

Une passe est une tâche d'anticipation / coïncidence donc exige :

- appréciation d'une trajectoire pour se mettre à distance : placement du corps pour que le bras soit disponible (passer de corps référent à corps référé, Paillard)
- appréciation des distances

- appréciation des vitesses et direction de la cible mobile : lancer dans sa zone d'action, le sens de son mouvement

Réception :

- dans un espace libre, à distance du défenseur
- à hauteur poitrine avec main cible et attraper 2 mains*

* le Hand de Haut niveau exige la capacité de recevoir le ballon à une main (exemple pour le pivot, en montée de balle...)

La qualité de la passe doit permettre pour le réceptionneur d'enchaîner vite les actions : tirer, déborder, passer...

Sur le plan perceptivo-décisionnel : le passeur

- doit attendre un appel de balle
- doit choisir la meilleure solution
- ou attendre (règle des 3" ou dribble)

sur le plan moteur : savoir faire à développer

- qualité du lancer pour être capable de lancer dans toutes les positions : assis, en appui, en suspension...

- avec une dissociation bras-tronc qui permet de libérer le bras, ainsi qu'une dissociation poignet – doigts pour finir le geste avec un fouetté de la main en final pour assurer la direction et la trajectoire (à ce niveau, importance de la répétition et du travail analytique pour intégrer le geste juste permettant précision mais aussi éviter les pathologies liées à défaut technique, exemple, coude mal placé, non aligné)

- en dosant puissance / vitesse, précision, forme de la trajectoire (lob, rebond...) pour pouvoir prendre en compte les possibilités de réception du partenaire et la présence des défenseurs

- intérêt de jouer avec les deux mains (Ailier droit sur aile droite, demi centre capable de passer indifféremment des deux mains)

- en variant les formes de passes :

A rebond : utile par exemple pour transmettre dans de petit espace*, pour donner au pivot par exemple mais ralentit la vitesse de transmission sur de plus grande distance latérale avec le poignet à hauteur de hanche : utile dans certains cas comme après un débordement mais à éviter car facile à « lire »
arrière (sur croisé)
en suspension (suppose maîtriser le « schwenker » si la passe n'est pas possible)

* cette passe au pivot peut être réalisée avec effet pour contourner le défenseur (idem tir en roucoulette)

3- Mobilisation (ou fixation) de l'adversaire

Principe : tout joueur doit être dangereux et mobiliser un ou plusieurs adversaires

Cette mobilisation s'effectue balle en main en se portant vers le défenseur à distance permettant de protéger sa balle tout en l'attirant

donc dépend du rapport de force, des intentions de l'attaquant et du défenseur

Sur la plan tactique, deux cas de figure :

en cas de surnombre : fixation d'un adversaire pour libérer mon partenaire

en cas d'égalité : intérêt de fixer un adversaire en s'engageant dans l'intervalle pour attirer un deuxième défenseur

Sur le plan de l'exécution :

- l'organisation de la motricité doit permettre d'être dangereux, d'effectuer des choix (entre tir, débordement...) tout en protégeant sa balle
- d'où intérêt de la dissociation pour avoir les appuis orienté vers but et dégager le bras
- avoir le bras placé, disponible pour être prêt à tirer, passer ou déborder (ex : passage de bras...)

4- feinte : induction

Feindre = faire semblant

La feinte est un des principes fondamental des sports collectifs.

Principe d'action réaction : faire réagir le défenseur par une feinte pour exploiter sa réaction (dans le sens inverse = contre-pied)

Cela correspond à la notion de contre communication.

limites : dans l'excès = ralentit le jeu
permet au def de s'adapter (lecture)

Induction = feinte de course et changement de direction pour se libérer d'un défenseur, gagner un espace libre

Intentions tactiques : l'objectif de la feinte est

- de trouver l'espace libre d'engagement (l'intervalle)
- de favoriser la passe décisive
- de tirer dans de meilleures conditions
- éventuellement, provoquer une modification du système défensif (déclenchement d'un décalage, enclenchement d'une combinaison...)

On peut évoquer plusieurs formes d'induction :

Sans ballon : feinte de course dans une direction et accélérer en changeant de direction pour se libérer d'un défenseur

Avec ballon :

- feintes de tirs : permet de fixer avant passe
- permet de provoquer un mode de contre pour mieux contourner (feinte en haut et tir en bas)
- feintes à plusieurs : croisé / faux croisé

5- La manœuvre 1 contre 1 : ou débordement

Intentions : les objectifs de la manœuvre sont

- se démarquer, aller dans l'espace libre, un intervalle et tirer
- fixer pour passer ou tirer ou jouer un nouveau duel
- pouvoir jouer sur incertitude (masquer / feinter)

plus précisément : en terme d'enchaînement d'actions

- aller dans un premier intervalle (pour tirer, traverser ou passer si 2^{ème} def intervient)
- aller dans un 2^{ème} intervalle si 2^{ème} def se place en face du joueur (avec à nouveau mêmes choix)
- revenir dans le 1^{er} intervalle

La manœuvre est la continuité dans l'enchaînement des intentions tactiques appel de balle, mobilisation avec toujours pour point commun la recherche de l'espace libre.

Selon les intentions et ses moyens physiques, le joueur peut opter pour :

- la manœuvre « fine », technique, basée sur la feinte
- la manœuvre « en force » en essayant d'imposer sa puissance athlétique et morphologique.

Sur le plan perceptif : éléments à prendre à compte

- distance de combat : à quelle distance se situe le défenseur ?
- Comment agit-il ?
- Est-il équilibré ?
- Moment d'intervention ? En retard ? À temps donc équilibré ?

A ce niveau se joue la notion de contrainte temporelle : CT

Contrainte temporelle = temps dont j'ai besoin pour réaliser la tâche / temps dont je dispose pour réaliser la tâche

$$CT = TR / TD$$

TD = Temps Disponible

TR = temps de réalisation

Si $CT > 1$, le joueur ne peut pas effectuer son action

Conséquence : il faut chercher à augmenter tps dispo (TD) et diminuer temps de réalisation (TR)

Comment ?

Augmenter TD en développant compréhension du jeu et lecture

en anticipant (ex : ne pas être surpris par le défenseur)

Diminuer TR en améliorant organisation motrice (ex : armé court pour tirer, équilibre des appuis...)

Ainsi que les ressources énergétiques = vitesse / explosivité

Exécution : savoir faire à développer

en terme de placement / déplacement :

démarre toujours par la recherche de l'espace libre :

- dans un intervalle, pas sur le défenseur (donc démarre par une mobilisation / fixation de l'adversaire : plus cette fixation est bonne, plus la manœuvre est facilitée ; elle doit aboutir à déséquilibrer le défenseur)

- sur un déplacement pour recevoir en mouvement sur une passe ou après un dribble

- l'idéal étant de recevoir la balle en l'air = permet d'utiliser 4 appuis (voir règlement) en étant orienté vers le but

- en pouvant enchaîner les actions : avant = déplacement/placement par rapport au défenseur et après tir ou passe ou repli...

en terme de ressources biomécaniques à mobiliser :

- dissociation : entre les 2 appuis, entre bas et haut du corps

- équilibration : anticiper déséquilibre pour pouvoir compenser et se rééquilibrer (intérêt travail de proprio)

- coordination : coordonner réception et pose de l'appui

- exploiter 2, 3 ou 4 appuis selon situation

- coordonner déplacement latéral et en profondeur en fonction distance de combat : transfert d'appui pour prendre def de vitesse ou à contre-pied

- souplesse permettant amplitude du mouvement (passage de bras) : épaule et hanche

En terme d'alternative / incertitude : pouvoir jouer sur 3 formes d'incertitudes

incertitude spatiale : côté du passage

temporelle : nombre d'appui, déclenchement du tir
 évènementielle : type de feinte

Synthèse : d'après article Approche du handball 160 (P. TAILLE)

JOUER au HANDBALL
<p>Suppose :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1- connaître / comprendre le jeu 2- reconnaître / percevoir les situations 3- choisir des intentions pour créer et / ou gérer un avantage (ex : surnombre) 4- mettre en oeuvre ces intentions dans une contrainte temporelle grâce à une organisation motrice permettant de réaliser tous les choix possibles

Gestion de l'avantage sur la manœuvre suppose :

Les PRE REQUIS	Comment ?
Chercher à prendre de vitesse son adv direct	Se placer dans un couloir de jeu direct libre
S'offrir toutes les possibilités du règlement dans l'utilisation des appuis	Recevoir sa balle en suspension
Pouvoir constater l'avantage sur son adversaire direct ou changer d'intervalle	Moins l'avantage est prononcé et plus le basin doit être face au def
Pouvoir à tout moment apporter du danger de tir	La balle doit être dispo avant pose du 2 ^{ème} appui (prêt à tirer)
Pouvoir changer de direction si le def s'aligne	La recherche du 1 ^{er} intervalle à droite doit entraîner la pose de l'appui gauche en premier
Déséquilibrer l'adv vers l'avant	Etre capable de jouer sur la distance de duel en utilisant l'esquive
Empêcher le déf de regagner l'avantage	Offrir le moins de surface d'accroche possible grâce à l'utilisation du haut du corps Utiliser le bras proche du def *

* montée du bras le plus éloigné du def pour ne pas offrir de surface d'accroche
 Utilisation du bras proche du def pour passer ou dessus ou dessous