

3

AVRIL
2021

ENCYCLOPÉDIE

L'histoire du handball (1ère partie)

LE HANDBALL VU D'AILLEURS

Le Handball Suisse

(ANTI)MANUEL DE HANDBALL
LE JEU DU PIVOT
EN ATTAQUE

OBJECTIF HAND



PAR DES HANDBALLEUR(E)S, POUR LES HANDBALLEUR(E)S



by entrainement-handball.fr et Handday

EDITORIAL

by Sebastien

Nous restons fidèles pour ce nouveau numéro à notre volonté de vous informer, mais surtout vous aider et répondre à vos différentes attentes, tout en proposant des solutions concrètes et pratiques.

Ce mois-ci, un joli programme vous attend avec l'envie de vous donner les outils pour améliorer vos séances tels que comment attaquer une défense 0-6, analyse du jeu du pivot en attaque, comment aider les entraîneurs dans la gestion et la prise en charge de leur gardien.

La découverte d'une autre culture et d'un autre championnat, direction la Suisse. Comment gérer la coopération et la compétition ?

Vous faire découvrir l'histoire de notre sport préféré à travers son évolution dont le handball à 11. Bien entendu, vous permettre de découvrir différents liens pour suivre vos matchs et plus encore. Tel est le but de notre rubrique Coin Télé. Un portrait, des citations et une rubrique lecture à la découverte d'un ouvrage, telles sont les différents articles qui composent ce numéro d'avril 2021.

Un grand merci à toutes et tous pour votre soutien inconditionnel !

by Philippe

Un nouveau numéro et un nom auquel on a ajouté un "+". Pourquoi ?

Parce que l'on va essayer encore d'en faire plus ! Vous avez formidablement accueilli les 3 premiers numéros et cela nous donne encore plus envie de nous mettre en 4 pour faire vivre ce webzine.

Comme vous l'a présenté Sébastien, nous vous proposons de nouvelles rubriques, le nombre de page a presque doublé, de nouveaux rédacteurs se joignent à nous. On a fait évoluer la maquette pour que votre lecture soit encore plus agréable !

Ce magazine est le votre alors n'hésitez pas à proposer vos articles vous aussi ;-)

Pour vous proposer encore plus, en toute indépendance (sans publicité), nous mettons en place à partir du prochain numéro, **une formule par abonnement.**

L'objectif est de pouvoir faire vivre cette initiative dans la durée et nous espérons que vous soutiendrez "Objectif Hand +" pour que ce magazine unique puisse continuer son chemin....

On compte sur vous !

Soutenez Objectif Hand + en vous abonnant ;-)

Par votre abonnement, nous pourrons continuer à faire vivre la revue chaque mois de manière indépendante et surtout sans publicité !

Vous profitez également de nombreux avantages comme :

- un podcast exclusif
- des vidéos d'interviews
- l'accès au Handdays
- et plein d'autres choses à venir



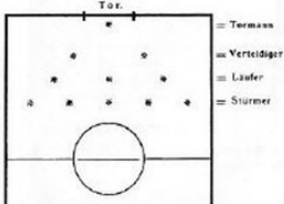
SOMMAIRE

07

Wiesbadener Corballspiel

Eduard Hagelauer

Plan des Spielfeldes.



Sein Gebote für Bellspiel

- 1.) Sei freundlich gegen jede fremde und begrüße sie herzlich kameradsch!
- 2.) Schaue dich genau um auf dem feenplatz und berechne nach seiner Größe art Deine Schüsse!
- 3.) Sei schweigsam und hüte Dich vo Bemerkungen!
- 4.) folge willig dem Urteil des Schichters wenn es falsch wäre!
- 5.) Jede möglichkeit rausch den Korb heraus und bede ihn sofort ab!
- 6.) Ruhige Heberzeugung sollst Du bei recht bei einer Niederlage!
- 7.) Du sollst nicht moegeln!
- 8.) Ehre auch dem Gegner den wol Sieg!
- 9.) Sei gegen die Zuschauer zurückhaltend!
- 10.) Verleihe die Wertspiele zur Kraft Vertiefung herzlicher Kameradschaft freundschaft!

Savoir Faire Collectif en attaque
LE BLOC-REMISE AVEC LE PIVOT

12

MISE EN PLACE

1. Bloc à 4 pivots
2. Bloc à 3 pivots
3. Bloc à 2 pivots

CONSIGNES

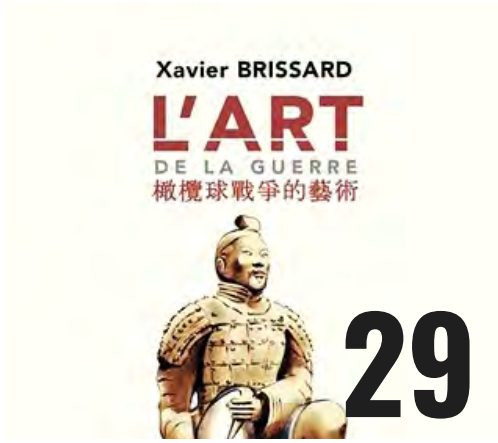
1. Bloc à 4 pivots
2. Bloc à 3 pivots
3. Bloc à 2 pivots

RÉGULATIONS

Agir en bloc...
Changer les pivots...

CONSEILS

1. Bloc à 4 pivots
2. Bloc à 3 pivots
3. Bloc à 2 pivots



- 04 Croquez l'actu
- 05 Le coin télé
- 06 Les liens utiles
- 07 Encyclopédie - Histoire et découverte du Handball
- 11 Archives : Les règles du Handball à 11
- 12 (Anti)Manuel de handball : le jeu du Pivot en attaque
- 17 Le sport, un modèle pour se réinventer ? La compétition
- 20 Tactique de Match : l'attaque d'une 0-6
- 21 Le Hand vu d'ailleurs : le handball suisse
- 22 La rubrique du Gardien de But
- 26 La fiche bio : Mirko Basic
- 28 On a lu...
- 29 Ils ont dit...
- 30 Devenez rédacteur
- 31 Sommaire du prochain numéro
- 32 Qui sommes-nous



CHAQUE MOIS UN ILLUSTRATEUR

CROQUE L'ACTU

The Sériar Buteur is Back



Emmanuel Jarniou



OBJECTIF HAND +

by entrainement-handball.fr et Handday



LE COIN TÉLÉ

POUR NE RIEN RATER CE MOIS-CI

Final 4: Ligue des Champions féminine 2020/2021

On connaît le programme des festivités de ce dernier carré et la ville de Győr organisera le tournoi les 29/30 mai prochain. Brest qui sera le représentant tricolore cette année dans la plus prestigieuse des compétitions va retrouver les Hongroises et tenantes du titre. Une belle opposition face à l'armada de Győr et ses françaises présentes dans l'effectif (Estelle Nze-Minko, Laura Glauser, Amandine Leynaud et Béatrice Edwige).

Le tableau des rencontres

Győr Audi Eto KC (Hongrie) – Brest Bretagne Handball (France)

Vipers Kristiansand (Norvège) – CSKA Moscou (Russie)

Final 4: European League féminine 2020/2021

Une compétition qui verra le Nantes Atlantique Handball représenter dignement la France à ce stade de la compétition. Cette année, le fameux Final 4 aura lieu en Roumanie du côté de Baia Mare les 8/9 mai prochain.

Les horaires restent encore à déterminer. Ces matchs seront retransmis sur Eurosport Player et sur le site officiel de la fédération européenne de handball (EHF TV).

Le plateau des demi-finales sera le suivant :

Siofok KC (Hongrie) – Herning-Ikast Handball (Danemark)

Nantes Atlantique Handball (France) – CS Minaur Baia Mare (Roumanie)

L'équipe de France masculine sera concernée par les qualifications pour le prochain Euro masculin et les matchs seront retransmis sur beIN Sport et le site de l'EHF



OBJECTIF HAND +

by entrainement-handball.fr et Handday



LE COIN TÉLÉ

POUR NE RIEN RATER CE MOIS-CI

Final 4: European League masculine 2020/2021

Pour ce plateau chez les masculins, la France sera également présente avec Montpellier qui aura un joli challenge à relever face Cet événement se déroulera en Allemagne du côté de la SAP de Mannheim dans laquelle évolue la formation des lions de Rhein-Neckar Löwen.

L'intégralité des matchs sera diffusé sur le lien ci-dessous (sous réserve des droits TV selon les différents pays)

LES LIENS UTILES !

Alors ce mois-ci, nous avons pensé à vous pour celles et ceux qui souhaitent voir les résumés, matchs en intégralité, sans compter des matchs "VINTAGE" pour les nostalgiques ou les curieux. Il y en a pour tous les goûts : nationaux, étrangers, international, Europe, etc...

EHF-TV : International - Euro - Equipes nationales : ehftv.com

Handball Planet : Ligues des Champions - résumés - matchs complets : [Handball Planet - YouTube](#)

Chaîne de Dragan Stanic : Vintage et le Hand des Balkans : [Dragan Stanić STANKE - YouTube](#)

I Love Handball : International - Europe - Résumés - matchs complets : [I Love Handball - YouTube](#)

PartHistBM : Vintage - Espagne - Asobal : [PartHistBM - YouTube](#)

Handball Nation : résumés - matchs complets - vintage - équipes nationales [Handball Nation - YouTube](#)



ENCYCLOPÉDIE

HISTOIRE ET DÉCOUVERTE DU HANDBALL

Un peu d'histoire chaque mois sur notre sport préféré !

La véritable impulsion pour le handball a été donnée à la même période dans différents pays : Danemark, Allemagne ainsi que la Suède. Les professeurs de sport allemands ont été considérés comme les fondateurs du handball sur grand terrain (handball à 11), tandis que les pays scandinaves ont donné la préférence à petit champ (handball à 7).

Au Danemark

Holger Nielsen, né en 1866, a donné en 1898 l'autorisation officielle pour jouer un jeu appelé "*Haandbold*" dans le gymnase de Ortrup (près Helsingør) en fixant les règles correspondantes du jeu en même temps. Le terrain de jeu est un rectangle de 45 m de long et 30 m de large, tandis que la taille des buts était de 2 m x 3 m. Le jeu était avec un ballon de football ordinaire et les règles du jeu ont été considérablement influencées par le rugby. Dans un match de "*Haandbold*", chaque équipe était composée de 11 joueurs placés de la même manière que les joueurs de football. Les filles avaient les mêmes règles que les garçons.

Parmi, les règles mises en place, le fait que le joueur en possession de la balle est touché à trois reprises sur l'épaule par un adversaire, alors que ce joueur doit immédiatement jeter la balle à la verticale dans l'air.

Cependant, le handball ne doit pas son essor uniquement au développement d'une forme de pratique au Danemark.

En Allemagne

Konrad Koch (1846-1911) a développé un jeu très proche du handball. En effet, comme le rapporte le CIO : "*Le jeu de handball, qui se joue aujourd'hui, a été introduit un certain temps autour de 1890 par la gymnastique pédagogue allemand Konrad Koch sous la forme d'un jeu d'arracher-ballon, mais il ne se propage pas*".

En 1897, Eduard Hagelauer créé à Wiesbaden un jeu appelé "*Goalball*" où les joueurs étaient seulement autorisés à jeter le ballon.



ENCYCLOPÉDIE - HISTOIRE ET DÉCOUVERTE DU HANDBALL

Les règles du jeu ont été considérablement influencées par le football. Un jeu avec le même nom a été inventé à Berlin en 1915.

Ce jeu a été caractérisé par une surface de but en demi-cercle, mais aussi par des éléments des autres jeux de gymnastique. A la même époque, un jeu, le "*Königsberger Ball*" a été spécialement conçu pour les filles et a été présenté en 1909 pour la première fois. Il se jouait sur un petit terrain (30 m x 50 m) avec deux buts et 11 joueurs par équipe en utilisant un ballon de football ordinaire qui était, cependant, plus légers.



En Suède

G. Wallström a présenté "Handboll" à Karlskrona en 1910, tandis que, en 1912, son compatriote GH Wahlliden a publié des premières règles pour les jeux de plein air, dont le handball.

En Tchécoslovaquie

En Tchécoslovaquie, un jeu appelé "Ceska Hazena" jouissait d'une grande popularité à la fin du 19ème siècle. Ce jeu a été développé par Smichov Vaclav Karas à partir de 1905. Le terrain de jeu (45 m x 30 m) était divisé en trois parties tandis que les joueurs de chaque équipe (7 par équipe) ne pouvait agir que dans certaines parties du terrain. Cependant, le développement de l'"Hazena" est resté limité dans les régions de Bohême et de Moravie.



ENCYCLOPÉDIE - HISTOIRE ET DÉCOUVERTE DU HANDBALL

D'un jeu préparatoire à la gymnastique vers un sport de compétition

La période post première guerre mondiale semble avoir été une période d'accélération du développement du handball. Le CIO a résumé cette évolution comme suit dans son Encyclopédie: «Une période d'une importance cruciale pour la poursuite du développement du handball ont été les années de guerre, 1915-1917, lorsque le superviseur de gymnastique à Berlin, Max Heiser a souhaité développer les jeux de handball en plein air ...

Il était le véritable créateur de nouveaux jeux, même si Karl Schelenz, professeur de sport à l'école d'Éducation Physique de Berlin, est toujours salué comme le fondateur de handball ".

Dans un premier temps les deux protagonistes ont mené des actions communes concernant le développement du handball, mais ils ont finalement fini par aboutir à des résultats différents.

Pendant les années d'oppression et dramatiques de la Première Guerre mondiale, Max Heiser (1879-1921) a fait des tentatives pour introduire le handball en plein air pour les employés de sexe féminin des usines Siemens de Berlin. Le but était de créer un jeu "compétitif" inspiré du football pour les filles et les femmes.

Par manque de salles à l'intérieur, il a développé une forme de handball qui a été joué sur un terrain avec des dimensions proches de celui d'un terrain de handball actuel (20m x 40m). Le but était de marquer le plus de buts possibles durant des matchs de 2 x 20 minutes. Le jeu se déroulait sans contacts et le ballon ne pouvait être tenu que 5 secondes.

Le 29 octobre 1917, ont été présentées les règles correspondantes du jeu élaboré en collaboration avec Karl Erich König et Schelenz. Titre: "Les règles et règlements régissant l'organisation des jeux de handball pour les départements des femmes de la Berliner Turnrath". Le terme de "handball" est officiellement utilisé pour la première fois pour décrire ce nouveau jeu.

Plus tard, le professeur de sport Carl Schelenz (1890-1956) suit les traces de Heiser. En 1919, dans le Berlin-Charlottenburg Stadium, il fait - en collaboration avec ses étudiants - des tentatives décisives pour introduire et promouvoir le handball sur grand terrain.



ENCYCLOPÉDIE - HISTOIRE ET DÉCOUVERTE DU HANDBALL



Quelle: Deutsche Fotothek

l'approbation générale et se propage rapidement.

Le 13 Septembre 1920, après les premiers matchs joués au début de l'année et un tour de la Coupe d'Allemagne avec 16 équipes, Carl Diem en tant que directeur de l'Université de l'éducation physique à Berlin intègre le jeu de handball dans le curriculum de son institut.

En 1922, seulement deux ans plus tard, un total de 1282 équipes ont pris part à des matchs, tandis que, en 1929, pas moins de 8100 équipes étaient parmi les

Schelenz utilise la formation tactique du football, un terrain de la taille d'un terrain de football (60 m x 110 m) ainsi qu'un but de football. La règle de hors-jeu est maintenue au départ et la zone de but est étendue à 11 m. Schelenz introduit la possibilité de courir avec le ballon et de dribbler. En 1920, ces règles du jeu sont améliorées et publiées. Les innovations de Schelenz ont donné une impulsion décisive au développement du handball à partir d'un jeu essentiellement "gymnastique" à un véritable sport collectif de compétition.

Schelenz, est entré dans l'histoire du sport comme le «père du handball», le handball à la Schelenz rencontre

participants à la Coupe d'Allemagne.

Ainsi, le handball s'est développé et établi chez les femmes, les hommes et les jeunes dans de nombreux pays aussi bien sur grands et petits terrains. La seule chose qui manquait était une organisation internationale globale.

Sébastien Ribstein

Archive : L'édition de 1928 des règles du jeu à Onze



Pour aller plus loin...

Merci à Thierry Pineau et Thierry Legrand qui nous ont communiqué le livret des règles du Handball à Onze telles qu'elles ont été éditées en 1928 en français par un éditeur allemand.

Téléchargez le document complet sur le site www.entrainement-handball.fr à cette adresse :

<https://www.entrainement-handball.fr/entrainement-handball/les-regles-du-jeu-de-handball-a-11-en-exterieur-de-1928/>

De quoi inspirer vos entraînements ... en extérieur ;-)

(ANTI)MANUEL DE HANDBALL

LE JEU DU PIVOT EN ATTAQUE

Le Pivot est une pièce maîtresse indispensable dans le jeu d'attaque !

Cependant lorsque l'on voit les matchs de jeunes, ou de moins jeunes le week-end, on se rend compte qu'il est plutôt souvent invisible ou très peu utilisé. Il est même parfois plutôt un 7e défenseur qu'un attaquant.

Je vous propose donc de partager avec vous les fondamentaux qui me semblent indispensables à apprendre à vos joueuses et joueurs pour que le Pivot devienne un atout de votre jeu !

Tout d'abord à quoi sert-il ?

Son rôle premier est de **perturber la défense adverse** en :

- gênant le flottement des défenseurs
- créant de l'incertitude dans la répartition défensive. Les défenseurs doivent se demander sur qui ils défendent et pourquoi ils doivent couvrir 2 joueurs

C'est le seul poste où le joueur :

- passe d'une position perpendiculaire ou dos au but à une position de tir, dans peu d'espace avec très peu de temps
- est au contact permanent de la défense et donc doit être fort sur ses appuis
- doit savoir (idéalement) attraper la balle à une main et si possible des 2 mains et dans toutes les positions

C'est donc un poste complexe, qui demande des Savoir Faire particuliers tant individuellement que collectivement, Savoir Faire que doivent maîtriser à la fois le Pivot mais aussi ses partenaires !

Quels Savoir-Faire ?

Je vous propose ici les Savoir Faire qui me semblent essentiels et qui doivent être transmis en priorité.

Bien sûr, ceux-ci ne sont pas exhaustifs et peuvent (doivent) être complétés au fur et à mesure que vos Pivots prennent en compétence et en assurance.

Savoir Faire individuel

Les fondamentaux :

- **recevoir sa balle à une main** (si possible de chaque main)
- **Prendre position** : se placer dans un intervalle et travailler uniquement dans cet intervalle (au début). Il doit être solide sur ses appuis, décalés et perpendiculaires à la zone
- **Enchaîner rapidement la réception de la passe et le tir** (changement de rythme)
- **savoir se démarquer et le faire savoir à ses partenaires** : faire des appels clairs et appropriés pour bien montrer que l'on est prêt à recevoir la balle dans le bon timing



(ANTI)MANUEL DE HANDBALL - LE JEU DU PIVOT EN ATTAQUE

Savoir Faire Collectif

Les fondamentaux :

- **faire un écran** : protéger son partenaire tireur
- **sortir au poste** : se désaligner des défenseurs pour aider ses partenaires et proposer ainsi des solutions de passes et de continuité de circulation du ballon
- **faire un bloc-remise** : enchaîner différentes actions pour jouer un 2 contre 1
- **jouer collectivement avec un 2e Pivot** : pour déstabiliser encore davantage la défense adverse

Apprentissage du jeu du Pivot

Je distingue dès lors 4 grandes phases d'apprentissage de ces Savoir Faire.

Les 4 phases d'apprentissage :

- **1ère étape - les Savoir Faire individuels** : sans les répéter ici (voir plus haut), il s'agira surtout d'apprendre aux joueur(se)s à réceptionner les balles, à se positionner, bref à trouver sa place et son rôle dans la défense
- **2e étape - l'introduction du jeu simple avec le Pivot** : la relation avec ses partenaires (démarquage, invitations), l'écran, la sortie au poste
- **3e étape - la mise en place du bloc-remise** : un temps spécifique car essentiel dans la mise en place du jeu avec le Pivot, des relations à 2
- **4e étape - le jeu plus complexe avec le Pivot et le jeu avec un 2e Pivot** : comment faire de son(ses) Pivot(s) des atouts tactiques essentiels de votre jeu.

Pour moi, ces 4 temps devraient être **suivis de manière séquentielle** : ne passer à l'étape suivante que lorsque vos joueuses, joueurs

ne maîtrisent pas l'étape que vous êtes en train de travailler

De la même manière, ces 4 temps sont indépendants de l'âge ou de la catégorie de vos équipes. En effet, selon leur niveau ou leur "bagage", vous pourrez reprendre l'une ou toutes les phases (même en catégorie séniors par exemple).

De plus, au cours de ces apprentissages, je vous conseille de faire **travailler l'ensemble de vos joueuses ou joueurs à ce poste** car il me semble intéressant que chacun :

- de la difficulté du poste
- du rôle de chaque attaquant dans sa relation avec le Pivot (qualité de passe, timing, prise d'informations)
- acquiert les Savoir Faire afin de jouer un rôle actif lors d'une rentrée en 2e Pivot dans la défense. Aujourd'hui, ces rentrées sont possibles depuis chaque poste : le plus classique : l'Ailier qui rentre en 2e Pivot mais les Arrières peuvent le faire et bien sûr le Demi-Centre également. Tous les joueurs doivent donc savoir quoi faire une fois dans la défense et comment interagir avec leurs partenaires

Un exemple en pratique : l'invitation au bloc-remise

Comment le Pivot doit se positionner pour indiquer à ses partenaires qu'il est prêt à jouer un bloc-remise... et sur quel joueur ?

Peut être utilisez-vous des annonces, des combinaisons pour cela ?

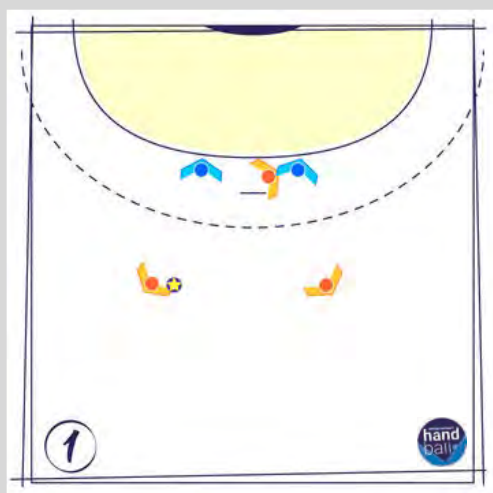


(ANTI)MANUEL DE HANDBALL - LE JEU DU PIVOT EN ATTAQUE

Il y a cependant **quelques fondamentaux** qui peuvent facilement être mis en place dans vos équipes pour que toute l'équipe sache où et comment va se jouer le possible bloc remise.

Je vous en propose 3 qui, je le crois, si ils sont connus, maîtrisés par vos équipes, permettront à tous les joueuses et joueurs de comprendre, d'anticiper et de jouer avec le Pivot (encore une fois quelques soient les catégories d'âges et les niveaux de jeu)

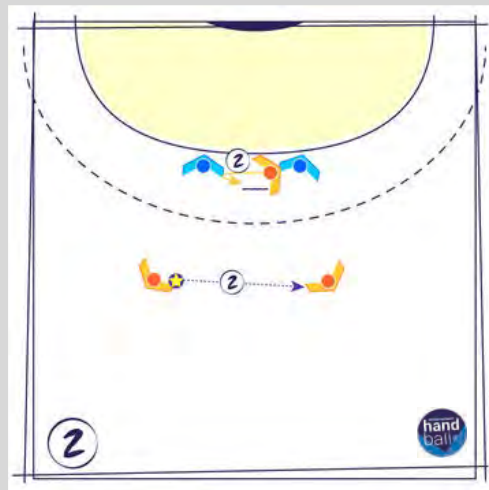
1/ Le premier point fondamental pour moi est que le **Pivot doit toujours jouer et être orienté face au ballon**, près à recevoir la balle (1).



Dans un premier temps, au cours de la phase d'apprentissage des Savoir Faire, je vous conseille de demander à vos Pivots de ne travailler que dans un intervalle. Ma préférence au début est de le faire travailler au centre, entre les 2 défenseurs n°3 et je construis une relation simple entre le Demi-Centre et le Pivot et les Arrières avec le Pivot

Au moment où la balle passe au niveau de son intervalle, le Pivot doit se déplacer dans l'intervalle qu'il a choisi.

Quand la balle quitte la main du passeur, il se déplace pour arriver à sa nouvelle position au moment où l'autre attaquant reçoit la balle (2) l'autre attaquant reçoit la balle (2)



A la fin de la passe, le Pivot continue ainsi à être bien orienté face à la balle (3)



2 / Le 2e point essentiel à mettre en place avec vos équipes et pour moi de **favoriser au maximum le jeu dans le sens du ballon**, c'est dire que si le jeu, la balle vient de la droite, la solution la plus simple se trouvera certainement vers la gauche et inversement.

Cette idée fera l'objet prochainement d'un nouvel article de l'(anti)manuel de handball.

(ANTI)MANUEL DE HANDBALL - LE JEU DU PIVOT EN ATTAQUE

3/ Enfin, peut être l'idée essentielle à mon sens : c'est la position du Pivot qui détermine là où va se jouer le Bloc-Remise et sur quel défenseur aura lieu le Bloc.

Ainsi par exemple, c'est par sa position auprès du défenseur n°2, que le Pivot indique au Demi-Centre qu'il va bloquer le défenseur n°3 (1)

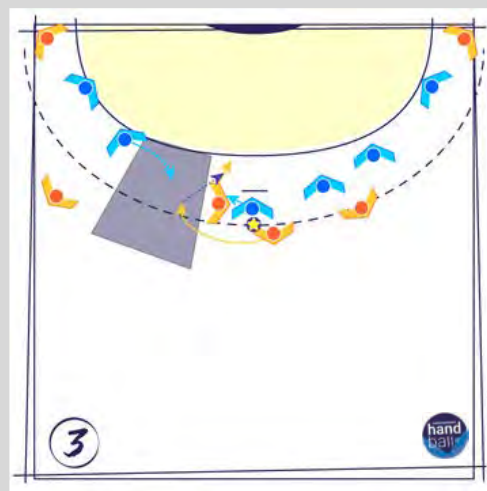


En s'appuyant sur les 2 principes précédents (le Pivot est orienté face à la balle et on joue dans le sens de circulation de la balle) alors au moment de la passe entre l'Arrière et le Demi-Centre, le Pivot va accompagner la montée du défenseur n°3 (2)



Le Demi-Centre change alors d'intervalle pour profiter du bloc du Pivot (3)

Et si la passe de remise au Pivot n'est pas possible, il y a un 3 contre à jouer vers la gauche !



En guise de conclusion

Vous trouverez sur la page suivante, un exemple d'exercice que vous pourrez retrouver sur www.entrainement-handball.fr pour travailler ces différents points avec vos Pivots.

Encore une fois, comme pour chaque article de cet "(anti)manuel (voir celui sur le croisé), mon objectif est de rester focalisé sur les fondamentaux essentiels qui permettent de jouer quel que soient les âges, les catégories, les niveaux.

Le sujet du jeu avec le Pivot est tellement vaste, complexe qu'il laisse, une fois ces fondamentaux connus, maîtrisés par l'ensemble de vos joueuses, joueurs, de nombreuses autres possibilités bien sûr !

Philippe Boeckler



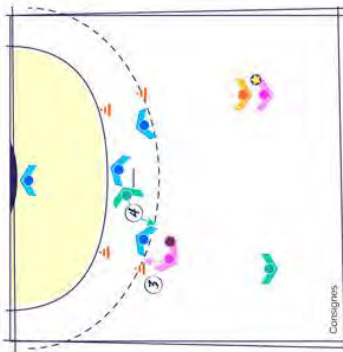
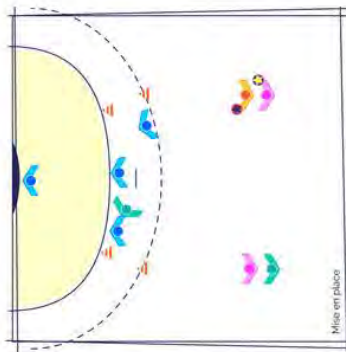
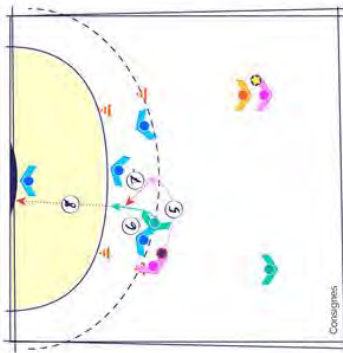
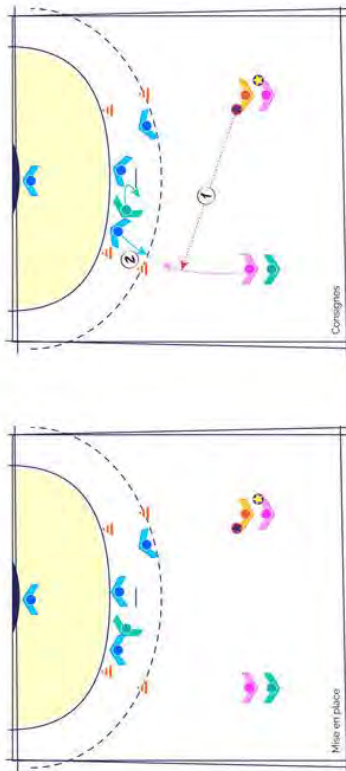
ATTAQUE

Savoir Faire Collectif en attaque

LE BLOC-REMISE AVEC LE PIVOT



Exercice 204



Cet exercice permet de continuer (après l'exercice 05 et 203) de travailler la remise au pivot après le bloc

MISE EN PLACE

On délimite un espace de jeu secteur central à l'aide de 4 plots

On positionne :

- 1 Pivot à 6 mètres
- 3 défenseurs
- 2 colonnes d'attaquants avec 1 ballon pour 2
- 1 Gardien de But dans ses buts

CONSIGNES

Dans cette situation à 3 contre 3, les attaquants se font des passes (1) pour attaquer le but.

Les défenseurs doivent monter à 9 mètres sur l'attaquant qui a le ballon (2)

L'Arrière fixe du côté externe (3) pendant que le Pivot monte alors au bloc (4)

L'Arrière revient alors interne pour profiter du bloc du Pivot et s'engager vers le défenseur central pour le «fixer» (5)

Lorsque le défenseur qui défendait sur l'arrière est bloqué par le Pivot, ce dernier redescend à 6 mètres (6) pour recevoir la passe de l'arrière (7) et aller tirer (8)

RÉGULATIONS

- Agrandir ou réduire l'espace de jeu pour avoir de plus grands ou plus petits intervalles et rendre la relation Arrière-Pivot plus ou moins simple
- Interdire le dribble dans la relation
- Demander différents types de passes-réceptions : à une main, à rebond, dans l'espace libre, directe...
- Changer les secteurs : après le secteur central, jouer le bloc-remise sur les défenseurs n°2 de chaque côté du terrain

CONSEILS

- Vérifiez bien que le Pivot est toujours orienté vers le ballon et que ses mains (pensez à le faire travailler à une main) soient toujours prêtes à recevoir le ballon
- Veillez à ce que les timing entre les Arrières et les Pivots soient bons car ils sont la clé de la réussite du bloc remise
- Bien aidez au Pivot de ne pas se «coller» au défenseur lors de la montée au bloc pour éviter les fautes... C'est le défenseur qui vient «buter» sur le pivot et non l'inverse



GARDIENS

les Gardiens de But participent à l'exercice



POSTES

Arrière
Pivot



CATÉGORIES

de moins de 14 ans à Seniors



MATÉRIEL

4 plots
1 ballon par groupe de 2 attaquants
des chasubles pour différencier les attaquants des défenseurs



PARTICIPANTS

au moins 6 joueurs



TEMPS

20 minutes



Discipline hand XP rience par entraînement-handball.fr

Retrouvez nos contenus sur les réseaux et sur www.entrainement-handball.fr tous droits de reproduction interdits. © www.entrainement-handball.fr



LE SPORT, UN MODÈLE POUR SE RÉINVENTER ?

LA COOPÉTITION

« Je suis toujours dans la projection, jamais dans le moment présent. J'aime dire que mes joueurs, le staff sont dans l'heure qui vient et moi dans le jour qui suit. »

Claude Onesta

D'aussi loin que je me souviens, le sport a toujours accompagné mon existence : par les compétitions que mes parents regardaient à la télévision ou dans les stades. Par ma pratique personnelle, plus collective qu'individuelle ; ou plus tard par mon rôle d'entraîneur amateur et bénévole de handball. Mais pour la première fois de ma vie, il est impossible pour la très grande majorité des personnes dans le monde de pratiquer du sport. Tous les stades, toutes les salles de sports, tous les gymnases sont fermés. Le sport amateur est lui aussi touché et au point mort.

Alors comment pouvait-on imaginer cela le 12 mars 2020, il y a plus d'un an maintenant ?

Ce jour-là, en terminant mon entraînement, j'ai dit « à samedi » à mes jeunes handballeurs, pensant les retrouver pour notre « game day » hebdomadaire. Je ne les ai pas revus depuis.

La pandémie virale que nous combattons aujourd'hui avec des moyens inédits, que l'on n'aurait pas pu imaginer même quelques jours avant la crise, nous rappelle à quel point nous sommes fragiles et dépendants de notre environnement.

Elle redistribue les cartes pour toutes et pour tous.

Tous les domaines sont impactés et tout le monde s'interroge encore sur le monde d'après.

Claude Onesta, ma référence privilégiée déclare : « *l'échec est utile car la souffrance qu'il génère permet une analyse réelle des problèmes* ».

Je partage avec lui cette idée. Aujourd'hui plus que jamais, le temps est venu de regarder en face notre monde actuel et d'en repenser le fonctionnement, les valeurs, les urgences, les liens.

Cette crise planétaire est un échec qui nous donne une occasion unique de changer de paradigmes et de choisir de nouvelles voies.

Nous sommes à la mi-temps d'un match qui n'est pas gagné, loin de là. Notre 2e mi-temps sera-t-elle identique à la première ? Lorsque l'on est entraîneur sportif et que son équipe est en difficulté dans un match, un principe fondamental est de changer quelque chose.

Ne rien faire, ne rien changer même sans surprise à d'autres défaites.



LA COOPÉTITION. LE SPORT, UN MODÈLE POUR SE RÉVINCENTER ?

Pour faire face, chacun à un rôle à jouer. Comme dans une équipe. Pour me réinventer, je vais m'appuyer sur les valeurs du sport qui m'accompagnent depuis si longtemps. Elles m'ont permis de réaliser la majeure partie de mon parcours personnel et professionnel : elles m'ont aidé à trouver ma place dans la société et ont donné du sens à ma vie.

Mon cheminement m'a amené à considérer le sport et ses valeurs sous trois angles différents. Au départ, j'étais plutôt : « *citius, altius, fortius* ». Toujours plus ! Mon objectif était d'être le meilleur, le plus fort et de faire partie de l'élite des sportifs de haut niveau. Il s'agissait toujours de compétition, de gagner, de vaincre, de battre mon adversaire. Un peu plus tard, il s'agissait de gravir la plus haute montagne possible : après un sommet de 5000 mètres, puis un de 6000 mètres ou enfin un 8000. Plus tard encore dans ma vie professionnelle, j'ai retrouvé cette compétition dans mon métier d'acheteur de grande distribution.

Puis, je me suis posé la question du sens : le fameux « Why ».

La compétition en soi est-elle suffisante, une fin en soi ?

C'est donc bien plus tard que j'ai découvert et me suis intéressé aux autres façons de pratiquer du sport : seul, en équipe, en loisir, de 7 à 77 ans. Si chacun a un objectif propre, il me semble, que ce qui réunit malgré tout tous les pratiquants est une certaine recherche de la performance.

Et dans beaucoup de sports, celle-ci est liée à la compétition, mais une compétition « saine », axée sur le dépassement de soi et de ses limites. Dans cette école de la vie, l'important est d'apprendre, de partager les valeurs que cette recherche de performance mobilise inévitablement : **l'entraide, le respect, la solidarité, le sens de l'effort et du dépassement de soi**, ces valeurs que l'on trouve dans le monde amateur et bénévole en particulier. Dans la majorité des cas, il me semble que ces valeurs restent principalement à l'échelle du sportif, de son équipe ou de son club. On reste dans une proximité rassurante.

Cette introspection associée à cette crise et cet épisode de confinement m'ont permis de réfléchir et d'imaginer une troisième voie pour moi, le sport et notre société.

« Ce n'est pas gagner qui rend heureux. On est d'abord heureux, ensuite, on gagne parce que l'on a su être heureux ensemble »

Yannick Noah

Si la place du sport dans la société n'est plus à démontrer, je pense qu'aujourd'hui, le sport doit se réinventer : au « toujours plus » et à la recherche de performance individuelle doit succéder la possibilité de lier étroitement la performance et la collaboration. Les adversaires, les concurrents d'aujourd'hui coopèrent pour obtenir des bénéfices communs. Ce que l'on appelle, dans d'autres disciplines la coopétition. C'est elle qui permet l'évolution des espèces et leur survie : elle incite des espèces à mettre en place des systèmes de garantie collective pour être plus résilient et antifragiles (capacité à s'améliorer après un choc).



LA COOPÉTITION. LE SPORT, UN MODÈLE POUR SE RÉVINCENTER ?

Prenons l'exemple d'un sport, à priori, très individuel : les courses à la voile en solitaire comme le Vendée Globe Challenge. Dès sa première édition en 1990, on assiste à un comportement coopétitif : Loick Peyron se déroute de sa course pour secourir son adversaire, Philippe Poupon.

Prenons l'exemple d'un sport collectif, le handball et le palmarès exceptionnel de l'équipe de France. Claude Onesta a réussi à placer « des individualités exceptionnelles », aux objectifs antagonistes, en mode coopétitif : ce qui permis à l'équipe de France d'être « plus qu'une équipe, c'est une philosophie, une culture ».

Ces exemples restent marginaux dans le monde professionnel où le « toujours plus » reste la valeur première. Cependant, on peut facilement imaginer le potentiel de la coopétition. Il me semble qu'il est temps de faire naître et de diffuser cette notion de coopétition dans le sport amateur.

Il s'agit, par exemple, de montrer aujourd'hui que :

- collaborer et partager les ressources entre les clubs devient essentiel ;
- apprendre la compétition à des joueurs de -10 ans, n'est pas forcément bienveillant ;
- spécialiser trop tôt les jeunes dans un sport n'est pas le mieux pour leur développement ;
- Différents clubs de sports d'une même ville doivent multiplier les passerelles entre eux et ne plus faire la course aux licenciés ;

- il est certainement plus intéressant d'organiser des rencontres dans son environnement proche pour éviter les déplacements, revenir au concept d'« Intervilles » mais dans un même département ;
- ...

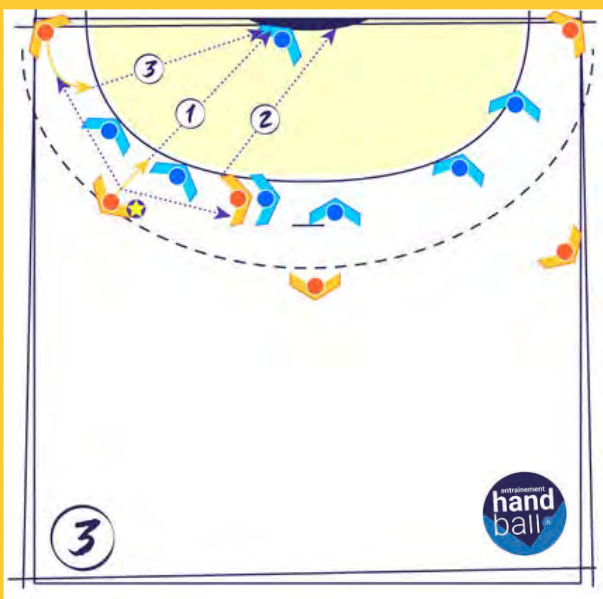
Et il s'agit aussi, par exemple, d'éviter que :

- pour chaque rencontre, tous les week end, il y ait 3-4 voitures qui se déplacent et consomment des énergies fossiles ;
- chaque année, les sportifs renouvellent leurs équipements ;
- chaque clubs se fassent concurrence pour trouver des sponsors locaux et au contraire mutualisent leurs ressources ;
- chaque clubs se fassent de la concurrence pour recruter des joueurs, des entraîneurs ;
- ...

Le sport peut être un formidable vecteur d'éducation pour réinventer la façon dont on considère « l'adversaire », les relations avec notre entourage et le monde de demain. La coopétition est également à mon sens, le principe qui devrait guider tous les secteurs professionnels mis en difficultés par les événements actuels (qui ne manqueront pas de ressurgir d'une manière ou d'une autre). Il s'agit de transformer son rapport à sa concurrence, son environnement et de trouver les réponses dans l'intelligence collective, la collaboration et le partage. J'ai l'intime conviction qu'**appliquer cette transition au sport et plus largement à la société est une question de survie aujourd'hui**. Le monde de demain ne peut plus être le monde d'hier.

Philippe Boeckler





TACTIQUE DE MATCH

ATTAQUE D'UNE 0-6

PAR LE RENVERSEMENT ET LE BLOC DU PIVOT SUR LE N°3

LE PRINCIPE

Le pivot se place entre le n°2 et le n°3 (à côté du n°2) et suit le N°3 pendant le déplacement de la défense

L'ailier, l'arrière latéral et le demi-centre fixent dans l'intervalle du surnombre (à droite si la balle vient de gauche ou à gauche si la balle vient de droite) (*terrain 1*)

Pendant que le Demi-Centre renverse le jeu (2), le Pivot inverse ses appuis et pose un bloc sur le N°3

L'Arrière latéral se désengage et se réengage sur l'intervalle extérieur (entre N°1 et N°2)

L'Ailier se repositionne au point de corner (*terrain 2*)

LES SOLUTIONS

(*terrain 3*)

Si le N°1 se repositionne devant l'ailier et le N°2 reste sur le pivot, alors l'arrière latéral reçoit le ballon et s'engage dans l'intervalle entre le N°1 et le N°2 (1)

Si le N°2 vient sur l'arrière latéral, alors l'arrière latéral passe le ballon, en diagonale, au pivot (2)

Si le N°1 vient sur l'arrière latéral, alors l'arrière latéral passe le ballon à son ailier (3)

CONSEIL

Demandez à vos joueurs d'accélérer le jeu dès la première passe de l'Ailier

Retrouvez d'autres tactiques de matchs sur :

<https://www.entrainement-handball.fr/category/tactique-de-match/>

LE HANDBALL VU D'AILLEURS

LE HANDBALL SUISSE



En Suisse, le handball est un sport marginal et peu médiatisé. Avec un nombre de licenciés en baisse, le handball peine à trouver sa place et sa popularité est notamment liée aux résultats de l'équipe nationale qui ne participe que rarement aux grandes compétitions internationales.

Concernant le championnat, seul le Kadetten Schaffhouse a une structure professionnelle et, depuis peu, un centre de formation. Les autres équipes, telles que le Wacker Thoune (champion 2013), le GC Amicitia Zürich (né de la fusion de l'Amicitia Zürich et des Grasshoppers, 26 titres de Championnat de Suisse cumulés) ou encore le Pfadi Winterthur (performant dans les années 1990 et 2000), ont un statut semi-pro. Ces équipes ne comptent le plus souvent que deux joueurs professionnels, les autres joueurs ayant un emploi à côté ou étant encore étudiants.

Toutefois, la Fédération suisse de handball souhaite changer cet état de fait en développant la formation et en organisant des événements tels que la Swiss Handball Cup.

Un peu d'histoire

Le handball suisse a été fortement influencé par le handball allemand. Ainsi, le premier club du pays, créé en 1923, est une section du club omnisports germanique du TV Abstinenten Bâle. À une époque où le handball se joue à 11 sur un terrain de football, l'équipe nationale dispute son premier match en 1935 puis remporte la médaille de bronze aux Jeux olympiques de Berlin en 1936 où le handball fait sa première participation, dans un contexte particulier.

Créé en 1950, le Championnat de Suisse a longtemps été dominé par le Grasshopper Club Zurich avec 21 titres cumulés entre 1951 et 1991.

Dans les années 1980, l'équipe nationale dirigée par Sead Hasanefendić participe aux Jeux olympiques en 1980 (8^e) et 1984 (7^e). Toutefois, le principal objectif est le Championnat du monde de 1986 organisé à domicile. Si la Suisse se qualifie pour la phase principale, elle termine dernière de sa poule et ne peut faire mieux qu'une modeste onzième place, ce qui sonnera la fin du mandat d'Hasanefendić.



LE HANDBALL VU D'AILLEURS - LE HANDBALL SUISSE

Dans les années 1990, le handball suisse se développe autour des clubs avec notamment le recrutement de plusieurs joueurs sud-coréens tels Kang Jae-won, élu meilleur handballeur de l'année en 1989 et qui a évolué au Grasshoppers Zürich entre 1989 et 1992 puis au Pfadi Winterthur entre 1992 et 2002. Avec notamment le Suisse Marc Baumgartner et le Coréen Cho Chi-hyo, Pfadi Winterthur remporte 9 titres de champions entre 1992 et 2004 et réalise les meilleures performances de handball suisse sur le plan européen avec une finale de la Coupe Challenge en 2001 et les quarts de finale de la Ligue des champions en 1997, 1998 et 2003.

Aujourd'hui, ses 17 061 licenciés en 2013 ne lui laissent que peu de place dans l'espace médiatique, en comparaison avec les 300 000 licenciés en gymnastique, 275 000 en football ou 83 000 en golf. Le nombre de licenciés est même en baisse de 12% depuis 2009. Les 250 clubs sont ainsi à la recherche de forces vives pour poursuivre leur développement. Le renouveau viendra peut-être des clubs, à l'image du Kadetten Schaffhouse, finaliste de la Coupe EHF en 2010.

Et l'équipe nationale ?

Si les Suisses faisaient partie des meilleures nations en handball à onze en plein air avec la médaille bronze olympique aux Jeux olympiques de 1936 et cinq médailles (deux d'argent et trois de bronze) aux Championnats du monde, elle est moins performante en handball à sept en salle.

Si elle a atteint à deux reprises la 4e place d'un Championnats du monde (en 1954 et en 1993), elle n'est plus parvenue à s'y qualifier depuis 1995. Elle compte également trois participations aux Championnats d'Europe au début des années 2000 avec une 12e place en 2004 comme meilleur résultat.

Depuis, sous l'impulsion du nouveau sélectionneur Michael Suter a pris part au dernier mondial en Egypte avec les Nikola Portner (Chambéry), Andy Schmid (Rhein-Neckar) et consort. Une qualification des Helvètes au tour principal et quelques belles perfs notamment contre l'Islande, l'Autriche ou l'Algérie. Un renouveau semble se profiler ? L'avenir nous le dira !

Meilleur marqueur de l'histoire : Marc BAUMGARTNER (ex Lemgo notamment)
Joueur le plus capé de l'histoire : Max SCHÄR (279 sélections)

Sébastien Ribstein

Pour le prochain numéro, Yohann PLOQUIN (ex gardien de l'équipe de France masculine, Aix, Toulouse, Chartres, Gummersbach et j'en passe) nous parlera du handball Helvète de son point de vue. Rappelons que Yohann qui s'occupe des gardiens de l'équipe de France garçons des U21 est cette saison : Entraîneur/Formateur à l'Académie Genève Handball et Entraîneur au HBC Nyon. Son interview dans le numéro de mai à ne pas manquer !



L'UNIVERS DU GARDIEN DE BUT

CHAQUE MOIS UN NOUVEAU RDV !



(crédit photo : Olivier OSTYN)

Chaque mois, nous mettrons en avant ce poste si important et vital dans notre sport que celui du gardien de but. Pour cette première, nous avons fait appel à notre ami Yohann PLOQUIN que l'on ne présente plus et qui s'est penché sur deux premières problématiques.

Dans la formation du jeune ou du gardien de but confirmé quelles sont les attitudes à avoir pour être le plus performant voir décisif sur les tirs à 9 mètres et les tirs à 6 mètres ? Sur cette première thématique, Yohann vous propose deux types d'exercices à mettre en place.



OBJECTIF HAND +

by entrainement-handball.fr et Handday

L'UNIVERS DU GARDIEN DE BUT

LE TIR A 9 METRES

Exercice autour de la Relation Gardien de But / Contreur

On place une colonne de joueurs avec un ballon chacun (colonne centrale ou latérale) et un contreur entre 7 et 8 mètres et bien sûr un Gardien dans les buts ;-)

L'objectif pour le tireur, marquer !

Objectif pour le contreur, empêcher un but côté bras!

Objectif du Gardien de But, empêcher un but à l'opposé du bras!

Le tireur à la possibilité de tirer à la hanche, en appui, en suspension, mais toujours dans la zone du contreur.

Le contreur peu défendre sur le tireur si celui-ci est trop proche. Son objectif n'est pas de contrer le ballon mais bien d'inciter le tireur à croiser son tir.

Le Gardien de But doit s'interdire de prendre le tir croisé mais toujours se garder la possibilité d'intervenir sur un tir côté bras.

On peut sanctionner le tireur ou le gardien si but il y a, pour « mauvaise réparation ».

Conclusion: l'intérêt de cet exercice est de récupérer des ballons en acceptant les tirs

Yohann Ploquin



L'UNIVERS DU GARDIEN DE BUT

LE TIR A 6 METRES

Exercice de base (toutes catégories)

On place un Gardien dans le But, 1 Pivot à 6 mètres et une colonne centrale ou latérale (droite / gauche)d'Arrières avec 1 ballon chacun

Le Gardien de But doit rester sur sa ligne au moment du début de l'exercice. Il doit monter de 3/4 mètres vers le Pivot au moment où on lui fait la passe.

Très rapidement le pivot choisit de se retourner côté bras ou opposé avec obligation de tirer du côté duquel il s'est retourné.

Important pour débiter : le tir peut être en haut ou en bas, mais le lob est interdit !

Une fois le Gardien de But monté, Le Pivot doit agir en conséquence avec une indication claire et précise sur l'impact.

L'intérêt de cet exercice ? : cette montée sur la passe au Pivot permet de travailler le timing, la réactivité et la rapidité qui sont des éléments moteurs sur la prise de décision.

Suivant le choix du tir, le Gardien de But doit jouer au maximum sur le "volume". L'analyse du côté du tir et mettre ainsi un maximum de volume sur sa parade.

Variante : Il existe plusieurs types de variantes pour mettre le gardien bien plus en réaction et analyse :

- le lob est permis
- le Pivot peut être placé secteur central ou à droite ou à gauche
- Inciter aussi le Gardien de But à observer le regard du tireur, son bras, son épaule qui sont également de bons indicateurs sur l'impact.

Yohann Ploquin





PORTRAIT DE GARDIEN DE BUT

MIRKO BASIC : LE PRÉCURSEUR

Mirko Basic est l'un des premiers joueurs étrangers à avoir évolué dans un championnat de France qui n'attirait ni les foules, ni les stars.

Quand Mirko Basic arrive en France en 1989 pour évoluer avec Vénissieux, l'équipe de France décroche est en passe de décrocher son billet pour les jeux olympiques de Barcelone en 1992 et évolue dans un relatif anonymat sur l'échiquier international. Il est déjà l'une des stars du handball mondial et un gardien reconnu.

En 1972, Mirko Basic commence sa carrière au Partizan Bjelovar, club où il évolue jusqu'en 1980 et avec lequel il remporte deux titres de champion de Yougoslavie. Il rejoint ensuite ce qui sera l'une des plus grandes équipes de tous les temps : le Metaloplastika Sabacavec lequel il a remporté deux Coupe d'Europe des clubs champions, ainsi que 6 titres consécutifs de champion de Yougoslavie entre 1982 et 1988.

Avec la grande équipe de Yougoslavie, il participe à seulement 21 ans au Championnat du monde 1982. Lors de finale face à l'URSS, il détourne cinq penaltys sur sept, mais ne peut empêcher son équipe de s'incliner après prolongations. Deux ans plus tard, Basic et les Yougoslaves profitent du boycott de l'URSS pour remporter le titre olympique à Los Angeles. Pour autant, ce titre n'est pas usurpé puisque, au championnat du monde 1986, les deux équipes se retrouvent dès le premier match du tour préliminaire.

La Yougoslavie s'impose 26 à 22 face à l'URSS puis remporte tous les autres matchs : Basic est champion du monde.

En décembre 1989 la France et le HB Vénissieux 85 ont le plaisir de l'accueillir, club avec lequel il remporte la Coupe de France en 1991. La saison suivante, il prend la direction de l'OM Vitrolles avec lequel il remporte la Coupe d'Europe des vainqueurs de coupe en 1993.

Après la disparition de la Yougoslavie, il est sélectionné en équipe nationale de Croatie avec laquelle il porte le maillot à au moins 47 reprises.

En 1996, à 36 ans, il reprend sa carrière dans le club croate du Badel Zagreb avec lequel il atteint la finale de la Ligue des champions à trois reprises et remporte cinq titres de champion de Croatie.

Frédéric Aymé



Palmarès

Médaille d'or aux Jeux olympiques de 1984 à Los Angeles

Médaille d'or au Championnat du monde 1986, Suisse

Médaille d'argent au Championnat du monde 1982, Allemagne de l'Ouest

Médaille de bronze aux Jeux olympiques de 1988 à Séoul

Vainqueur de la Coupe des clubs champions/Ligue des champions : 1985, 1986

Vainqueur de la Coupe d'Europe des vainqueurs de coupe (1) : 1993 (avec OM Vitrolles)

10 titres de champion de Yougoslavie.

4 Coupes de Croatie

3 Coupes de Yougoslavie.

3 Coupes de France avec Vénissieux et l'OM Vitrolles



Parcours

1976-1980 : Partizan Bjelovar

1980-1989 : Metaloplastika Šabac

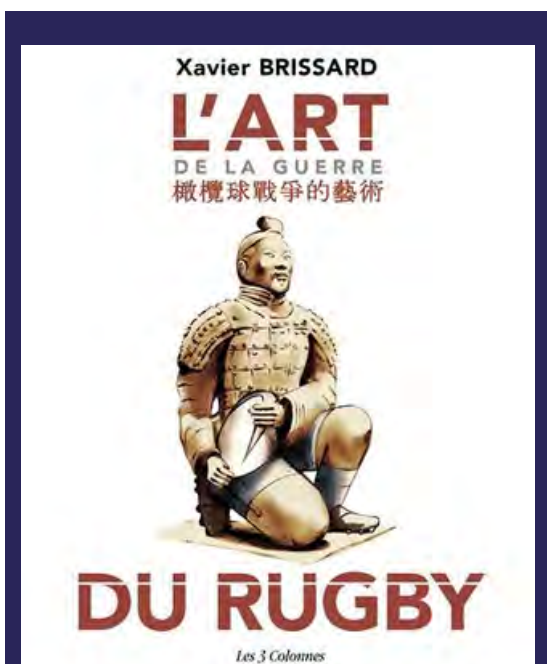
12/1989-1991 : HB Vénissieux 85

1991-1993 : OM Vitrolles

1996-2001 : Badel 1862 Zagreb

2001-2002 : Medveščak Zagreb

2003 : Fotex KC Veszprém



Editeur : Les 3 colonnes
158 pages
15,50 euros



pour tous les entraîneurs amateurs ou non qui souhaitent se poser de bonnes questions sur leur pratique



ON A LU...

L'ART DE LA GUERRE DU RUGBY

de Xavier Brissard

J'ai découvert cet ouvrage grâce à un post de son auteur sur LinkedIn.

Amoureux du rugby (presque autant que du hand), du retour aux fondamentaux, et toujours à la recherche de nouveaux points de vue, l'accroche du livre : "*Pour avoir un autre point de vue du rugby, de l'éducation et de la vie !*" a tout de suite fait vibrer la corde sensible.

Je l'ai donc précommandé et je n'ai vraiment pas été déçu. Bien au contraire !

Xavier Brissard, l'auteur est un entraîneur amateur et bénévole de jeunes rugbymen qui transcrit ici sa vision de l'apprentissage mais surtout à mon sens, sa passion de la transmission.

Donner confiance au jeune sportif

Pour lui la clé est là ! Faire réussir les fondamentaux aux joueur(se)s pour qu'ils prennent confiance en eux. C'est à partir de cette confiance que le sportif pourra alors développer ses compétences.

Ainsi, tout au long de l'ouvrage, l'auteur partage avec nous son expérience, propose des clés d'entrées, des idées des réflexions qui sont bien sûr valables pour le rugby mais comme souvent pour les fondamentaux, ils sont applicables dans d'autres sports.

Vous comprendrez que j'ai adoré ce livre, c'est pourquoi j'ai plaisir à le partager avec vous.

Philippe

DES PISTES D'INSPIRATION

ILS ONT DIT...

Essayer

"Je peux accepter l'échec, tout le monde rate quelque chose. Mais je ne peux pas accepter de ne pas essayer."

Michael Jordan

Champions

"Les champions ne se font pas dans les salles. Les champions sont faits de quelque chose à l'intérieur d'eux : un désir, un rêve, une vision"

Mohamed Ali

Talent

"Je n'ai aucun talent particulier, je suis juste passionnément curieux."

Albert Einstein

Chance

"La chance n'existe pas ; ce que vous appelez chance c'est l'attention aux détails"

Winston Churchill

Choix

"Les entraîneurs font des choix, les joueurs les rendent bons ou mauvais."

Didier Deschamps

GÉNIE

**"LE GÉNIE :
1 % D'INSPIRATION,
99% DE
TRANSPIRATION."**

THOMAS EDISON

Possible

"Mon job, c'était de montrer à tous que l'impossible est possible."

Sir Alex Ferguson

Diriger

"Diriger, c'est assumer et faire devenir. On ne peut entraîner une équipe que si on lui montrer qu'il y a un chemin."

Jean Louis Etienne

Coeur des hommes

"Le coeur des hommes sera toujours plus fort que la tactique mais si tu as les deux, tu deviens imbattable"

Claude Onesta



CE WEBZINE EST LE VOTRE

DEVENEZ RÉDACTEUR

Vous avez envie de contribuer à objectif Hand + ?

Vous souhaitez vous aussi partager votre passion ?
Vos connaissances, vos idées ?

C'est très simple : contactez Sébastien ici : hand.day.fr@gmail.com

Aidez nous à faire en sorte que ce webzine soit bien le votre, dites nous en moins de 5 minutes comment l'améliorer pour que cette nouvelle aventure vous convienne :

<http://bit.ly/handball-webzine>

PROPOSEZ LES SUJETS QUE VOUS SOUHAITEZ VOIR TRAITÉS

Dites nous quelles questions vous avez ? Quels thèmes que vous voudriez voir abordés ?

Quelqu'un que vous aimeriez que l'on interview ? Une nouvelle rubrique ?

A nouveau c'est très simple, rendez-vous ici et en moins de 3 minutes vous pouvez participer à l'amélioration de votre webzine :

<https://forms.gle/RX68JwJYYPZTdwS2A>



SOMMAIRE DU PROCHAIN NUMÉRO

DOSSIER SPECIAL "ON PRÉPARE LA REPRISE"

Croquez l'actu

Le coin télé

Les liens utiles

Le dossier :

- **Conseils pour un retour progressif sur les terrains**
- **Des exercices proposés par les préparateurs physiques des clubs de LNH et LFH**
- **Comment remobiliser vos licenciés ?**

Encyclopédie - Histoire et découverte du Handball - 2e partie

L'(Anti)Manuel de Hand : l'Attaque de l'Intervalle et l'intervalle du surnombre

La rubrique Arbitrage

La rubrique Techno

Le Hand à l'écoute des autres / Le hand au prisme des autres sports

Le Handball vu d'Ailleurs : l'entraînement du Gardien de But en Espagne

Le Sport, un modèle pour se réinventer ? De la bouteille au maillot

Tactique de Match : l'attaque d'une 1-5

L'Univers du Gardien de But : des exercices spécifiques

On a lu...

Ils ont dit....

Sortie le 20 mai

ABONNEZ-VOUS POUR RECEVOIR CE PROCHAIN NUMÉRO

Par votre abonnement, nous pourrons continuer à faire vivre la revue chaque mois de manière indépendante et surtout sans publicité !

Vous profitez également de nombreux avantages comme :

- un podcast exclusif
- des vidéos d'interviews
- l'accès au Handdays
- et plein d'autres choses à venir

Page d'abonnement disponible le 1er mai



QUI SOMMES-NOUS ?

HANDDAY



HandDay est né de la volonté de parler du handball sous toute ses formes aussi bien amateurs que professionnel, le handball masculin / féminin / jeunes et donner la parole à tout le monde et chaque actrices/acteurs de ce sport grâce à :

- des reportages
- des interviews
- des résumés

notre devise : **un site de passionnés pour les passionnés !**

ENTRAINEMENT-HANDBALL.FR



Entrainement Handball est la plateforme de ressources et d'échanges, référence pour les entraîneurs amateurs et bénévoles de handball.

Vous y trouverez :

- des exercices, des séances clés en main
- des articles de fonds pour vous aider dans votre pratique quotidienne
- des webinaires, des ateliers, des masterclass en ligne pour favoriser l'échange entre nous
- une application (handXPrience) pour créer vos exercices et vos séances
- ... et plein d'autres choses ;-)

Retrouvez nous : www.entrainement-handball.fr

