





Mesdames, Messieurs les Entraîneurs,

Nous constatons avec beaucoup de fierté que le nombre de licenciés au sein de notre Comité ne cesse d'augmenter et tout particulièrement chez les jeunes. Nous ne devons pas les décevoir. Au delà du meilleur accueil que nous leur réservons dans nos clubs nous devons aussi répondre à une attente grandissante et bien légitime quant aux contenus d'entraînement. C'est pourquoi sous la houlette de Cyrille le Comité de Vaucluse met à la disposition de tous les entraineurs des catégories moins de 12 et moins de 14 ans filles et garçons un nouvel outil baptisé par son auteur **TECHNIK 84**. Je sais qu'il va répondre à vos attentes car il est accessible et va à l'essentiel. Enfin je formulerai le vœu qu'il devienne le point de départ d'une véritable identité de jeu chez nos équipes de jeunes.

Bonne lecture, bon entraînement et vive le handball Vauclusien.

Pascal VASSET, Président de l'Equipe Technique Départementale 84

TECHNIK 84 est lancé!

Ce document technique (et non exhaustif) s'adresse plus particulièrement aux entraîneurs des catégories -12 et -14 ans M et F; il se veut être un lien incontournable entre vos projets de jeu et ceux des sélections vauclusiennes (N-2, N-1 et N).

Paraissant toutes les 2 semaines, **TECHNIK 84** s'inscrit dans le cadre du projet technique territorial comme document référent de l'Equipe Technique Départementale 84, et est également le complément des interventions mises en place par secteur depuis cette année.

Au travers de ce document, **TECHNIK 84** aborde et explore les Savoir-Faire requis chez les -12 et -14 ans. Ainsi, dans chaque numéro, il vous sera fait un rappel des contenus, en tenant compte de 3 critères : « Le joueur a la balle », « L'équipe a la balle », « L'équipe n'a pas la balle ». Un éclairage particulier sur 2 savoir-faire (un en attaque et un défensif) permettra de les approfondir en vous proposant une situation en adéquation à mettre en place auprès de votre jeune collectif.

Ce document est avant tout le votre. Si vous souhaitez voir aborder des thèmes en priorité, faîtes-nous le savoir et l'Equipe Technique Départementale se fera une joie d'y répondre du mieux possible.

Sportivem'hand



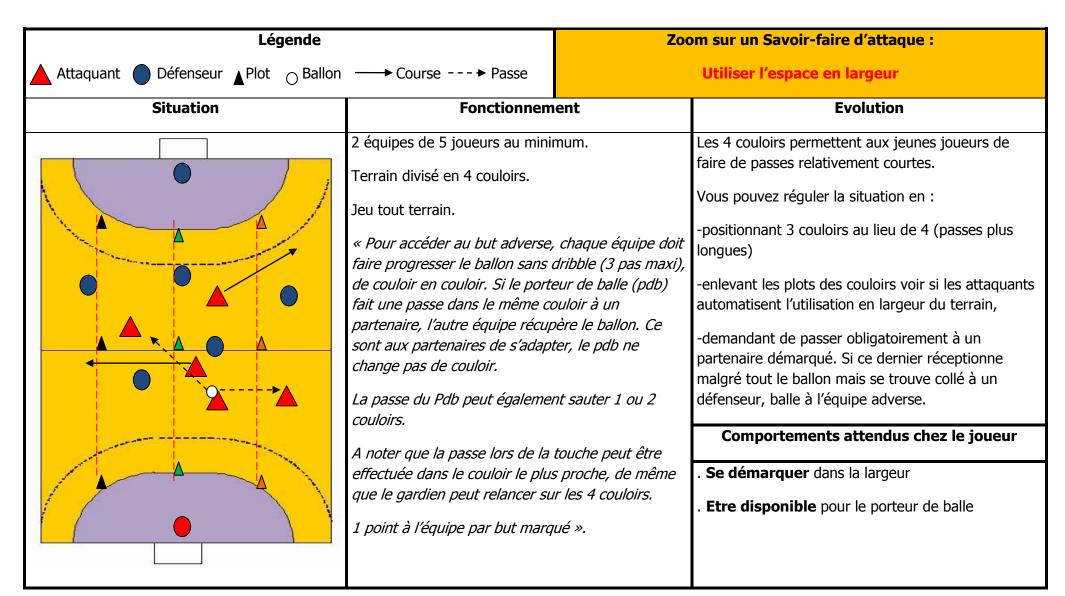
technik 84 HANDR



Catégorie -12 ans (1999, 2000 et 2001)			
Le joueur a la balle	Son équipe a la balle	Son équipe n'a pas la balle	
L'éducateur observe que le joueur est capable :	L'éducateur observe que le joueur est capable :	L'éducateur observe que le joueur est capable :	
.de courir dans les espaces .de déborder son adversaire direct et/ou de passer le ballon dans la course d'un partenaire (lecture) .d'utiliser à bon escient le crédit d'actions (règlement balle en main) .d'utiliser diverses formes de tirs (suspension, appui) .de tirer hors de portée du GB (impacts) à différentes distances .de jouer dans son couloir de jeu direct sur grand et petit espaces. Le Gardien de But : .de relancer rapidement à un partenaire démarqué (le plus proche du but adverse en priorité)	.de voir la récupération de la balle et de se sentir automatiquement attaquant .d'être orienté vers le but adverse .de recevoir le ballon en mouvement dans un espace libre .d'être disponible pour le porteur de balle .d'utiliser l'espace en largeur et profondeur .de faire progresser la balle vers le but adverse	.de se sentir défenseur dès la perte de balle .de prendre en charge son adversaire direct tout en voyant le ballon (positionnement entre adversaire/but à défendre, ou ballon/but à défendre) .de développer des intentions de récupération de balle au plus proche du but adverse .s'organiser collectivement (harcèlement / dissuasion) pour récupérer la balle Le Gardien de But : .se positionner dans son but de manière à fermer l'angle de tir, tout en se déplaçant rapidement .de passer du mode réactif à anticipateur / protecteur dans ses parades	

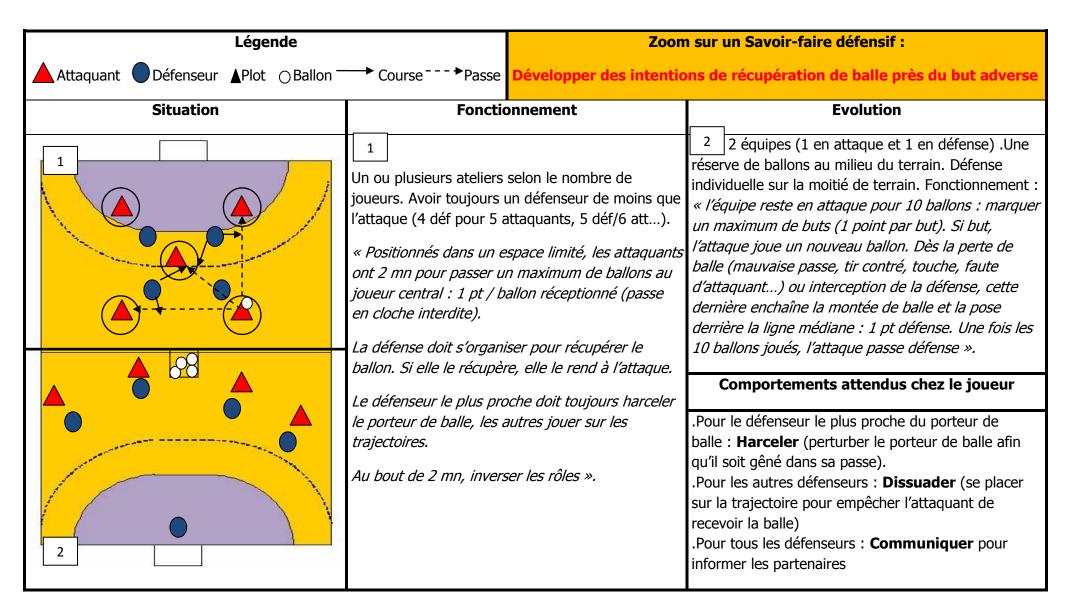














technik 84 HANDRA



Catégorie -14 ans (1997, 1998 et 1999)			
Le joueur a la balle	Son équipe a la balle	Son équipe n'a pas la balle	
En plus des savoir-faire listés en -12 ans, l'éducateur observe que le joueur est capable :	En plus des savoir-faire listés en -12 ans, l'éducateur observe que le joueur est capable :	En plus des savoir-faire listés en -12 ans, l'éducateur observe que le joueur est capable :	
.d'être dangereux à l'approche du but adverse en respectant la triple menace (manœuvrer, passer, tirer) .d'attaquer un des 2 intervalles proches du pivot (pour	de changer de statut défenseur/attaquant dès que le ballon quitte la main du tireur adverse. de prendre de vitesse le repli défensif adverse par	.de changer de statut attaquant / défenseur dès la perte de balle .d'interdire l'espace intérieur (courses) en excentrant	
exploitation en surnombre) .de faire circuler le ballon en vue de la continuité du jeu	anticipation à l'opposé du tir .de participer au jeu de transition à l'issue de la montée de balle	l'adversaire .de communiquer en vue de mieux se répartir les joueurs et tâches défensives	
.de rechercher un surnombre offensif .d'améliorer la relation avec ses partenaires proches (AR/AL, AR/PVT)	.de respecter l'espace, le placement de son poste autour de la défense adverse	.de se situer dans un dispositif défensif (étagé de préférence)	
Le Gardien de But :	de respecter la notion de trapèze en attaque placée (2 ailiers et 2 arrières latéraux) en cas de mouvement	de prendre en compte le duel du partenaire défensif proche et d'agir en fonction (soutien/dissuasion)	
.d'agir en vue d'avoir la balle le plus proche possible et enchaîner la relance le plus vite	Le Gardien de But : .de participer à la montée de balle en sortant de sa zone (relais potentiel)	.d'être aligné pour mieux aider le ou les partenaires proches (orientation des appuis selon le système utilisé)	
de relancer la balle en respectant les 3 plans du positionnement des partenaires sur la montée de balle :		.de flotter pour obtenir un surnombre côté balle (système de zone)	
1-ailiers et pivot à l'approche du but adverse 2-arrières sur ligne médiane (écartement)		.de prendre en charge collectivement le pivot	
3-demi-centre en appui proche		Le Gardien de But : .de provoquer le tir adverse et d'induire son impact	





