

À QUATRE, VERS UN NOUVEAU HANDBALL

En instituant une forme de pratique nouvelle pour toucher de nouveaux publics, la fédération française de handball opte pour un dispositif ludique et motivant, adapté et inspiré de sa culture scolaire.



En un demi-siècle, la pratique du handball a fortement évolué qu'il s'agisse du terrain (sur herbe puis en salle) et de l'effectif de jeu (de 11 puis à 7). Depuis la fin des années 1970, le jeu à 7 sur un terrain intérieur de 20 x 40 m s'est imposé, donnant une unité de forme aux pratiques scolaires et fédérales. Pourtant, les contextes d'organisation du handball et les objectifs se différencient. Si dès les années 1995, la

fédération française de handball a développé le mini-hand pour les moins de 12 ans (équipes de 5 joueurs sur terrain de 20 x 13 m), le jeu à effectif et/ou terrains réduits constituait avant tout un dispositif conciliant contraintes matérielles (plusieurs terrains de jeu simultanés) et objectifs pédagogiques (densité optimale entre morphologie et savoir-faire). Alertée par la baisse de la place du handball dans les programmations scolaires, avec comme

premières raisons la formation des enseignants et les contraintes d'organisation côté scolaire, et soucieuse de répondre aux besoins d'une pratique associative plus accueillante pour un public n'ayant pas un parcours sportif et/ou une appétence marquée pour la compétition, la fédération (encadré 1) propose une nouvelle forme de pratique : le hand à 4.

Le hand à 4, une nouvelle forme de pratique

Le choix de structurer le hand à 4 répond très concrètement à la difficulté de gestion des effectifs scolaires et universitaires : comment faire jouer et progresser une classe d'élèves, mixte, à l'engagement varié, quelle pratique proposer à des groupes de 35 à 40 étudiants en STAPS, etc., en conservant l'essence du jeu et en le rendant accessible et attrayant pour toutes et tous ?

Après avoir expérimenté différentes pistes (encadré 2) le jeu à 4 semble adapté. Il s'adresse à un public très large : de jeunes élèves du cycle 3, des élèves d'AS, des étudiants en STAPS spécialistes de l'activité ou non, et même dans les situations de formation continue des enseignants !

Penser le hand de demain

Aujourd'hui, il n'y a plus un seul handball mais des handballs : à chacun le sien, à chaque âge, et à chaque besoin.

Pour les plus jeunes, le babyhand, est centré sur l'éducation motrice et l'accès au jeu. Les programmes Premiers pas (pour les moins de 9 ans) puis Mini-hand ont depuis de nombreuses années fait leur preuve. Le Handensemble (adapté et fauteuil) concrétise notre fonction sociale avec un projet partagé et fédérateur. Le handfit offre les moyens de prolonger l'activité dans un esprit de plaisir, de maintien de sa santé et de bien-être. Le beach hand est l'opportunité du rayonnement universel de notre sport : nous devons agir pour, qu'après son entrée aux Jeux olympiques de la jeunesse puis sport de démonstration à Tokyo, il intègre le programme officiel des Jeux en 2024 à Paris. Avec le hand à 4, nous ne faisons pas que suivre la minimalisation des pratiques (basket 3 x 3, rugby à 7, foot à 5), nous créons un véritable « couteau suisse » : il est fait pour tous les publics, intergénérationnel, simple, ludique et convivial. Il doit être le starter d'un nouveau développement car il répond aux besoins actuels (espace de jeu, matériel et règles simplifiés) : c'est l'outil idéal pour que le hand conserve sa place majeure dans l'école et à l'UNSS. Et, faut-il le rappeler, la réussite de nos équipes de France tire son origine de ce parcours entre l'école et le club, puis dans notre organisation de la formation des joueurs et de l'encadrement.

Le concept est là, présenté lors du séminaire « L'élève handballeur aujourd'hui, citoyen 2024 » qui s'est tenu début novembre à la Maison du handball en présence des formateurs et conseillers pédagogiques, d'enseignants du 1^{er} et 2nd degré, de l'USEP, de l'UNSS et de l'UGSEL. Le hand à 4 sera proposé dans un grand nombre des manifestations éducatives labellisées en accompagnement de l'Euro féminin que nous accueillons pour la première fois en France en décembre 2018.

Philippe Bana,
Directeur technique national, FF Handball.

Les enjeux

L'analyse du jeu de la haute performance nous a aidé à proposer une forme de pratique adaptée aux contraintes de l'activité, en les aménageant afin de faire vivre à tous les élèves une « tranche de vie de handballeur ». Cette activité doit permettre à chaque élève/étudiant handballeur de s'approprier des savoirs issus du handball de haut niveau d'aujourd'hui, représentant notre culture contemporaine. Au hand à 4, la surface de jeu est réduite, les joueurs sont moins nombreux, la densité de joueurs dans cette aire d'évolution leur permet alors d'accéder plus souvent à la cible. Ils se confrontent au duel tireur/gardien de but avec une fréquence plus importante, ce qui procure un véritable attrait. L'incertitude, marque de fabrique des sports collectifs, impose de développer une activité adaptative permanente de la motricité, renforcée par le volume de jeu. Le fait de marquer des buts plus fréquemment, procure un plaisir immédiat



Le hand à 4 :

- un but à attaquer, protégé par un gardien de but ;
- un but à défendre, protégé par un gardien de but ;
- on joue avec des partenaires et des adversaires ;
- l'incertitude du jeu sans cesse renouvelée.

et déclenche une motivation intrinsèque pour l'activité.

Les principes d'organisation

(dessin)

Le terrain : un terrain d'environ 20 x 13 m (dimensions adaptables au contexte), tracé dans la cour d'école, le préau, le city stade, le gymnase (soit 3 terrains dans un gymnase de type C), en plein air... ;

Les buts : des buts emboîtables ou gonflables (1,70 x 2,40 m) ou cages Securit pliables.

La zone : matérialisée (plots souples, lattes, bandes en plastique tendues au sol, marquages...), elle peut être rectiligne, en arc de cercle ou trapézoïdale ; plus que sa forme, c'est la distance vis-à-vis du but (4 à 5 m en début d'apprentissage) qui est déterminante pour donner l'occasion de marquer et de rééquilibrer le rapport de force tireur-gardien (l'étalonner en début de séquence, l'ajuster régulièrement, donner aux élèves le pouvoir d'utiliser cette variable).

Le ballon : adapté à la manipulation d'une seule main pour pouvoir dribbler, passer et tirer, et assurer la sécurité du gardien de but (souple et suffisamment gonflé).

Les équipes : 3 joueurs de champ et 1 gardien de but (l'équipe peut compter jusqu'à 6 joueurs et bénéficier de changements de joueurs illimités).

Les règles : les règles minimales, proposées en début d'activité ou de

séquence d'apprentissage, sont les suivantes :

- un engagement du gardien de but afin de faciliter le jeu en gagne-terrain ;
- un nombre de pas illimité afin de

comprendre que les 3 appuis permis par le règlement fédéral, permettent de se rapprocher rapidement de la cible adverse en courant ;

- la reprise de dribble autorisée afin de

Réflexion, expérimentation et structuration du hand à 4

De l'école et des ligues vers la fédération

2012-2014 : expérimentation au STAPS Paris 13 Bobigny et au collège Victor Hugo d'Aulnay-Sous-Bois, puis dans quelques établissements de différentes académies (Créteil, Strasbourg, etc.).

2013 : lancement de l'événement « Just 4 Ladies » pour les benjamines (UNSS) de l'académie de Créteil. 300 participantes présentes lors de la journée des droits des femmes avec un dispositif proposé en partenariat avec la ligue Île de France de handball, le STAPS Paris 13, l'UNSS Créteil, sous la vigilance d'un observatoire fédéral.

2014-2017 : formation proposée au plan d'actions académiques de Créteil dans les initiatives d'accompagnement du Mondial 2017 en France (Ligue Île de France et Académie) permettant de former un enseignant d'EPS de chaque collège de l'académie.

2014 : à l'initiative des enseignants d'EPS, première compétition

Hand à 4 dans un district UNSS de Seine Saint Denis.

2016 – 2018 : les formations d'enseignants de l'académie de Créteil intègrent le plan académique de formation et sont étendues au lycée.

De la fédération vers les territoires et les académies

2015-2017 : réflexion des cadres techniques, responsables jeunes, et deux enseignants sur l'offre de pratique et rédaction du livret Hand à 4.

2017 : labellisation fédérale de l'activité.

2017 : présentation d'une séance et table ronde avec le milieu scolaire lors de l'école internationale des entraîneurs (mondial en France).

2017 : travail partenarial dans les commissions mixtes nationales (USEP, UNSS, UGSEL, FFSU) sur les outils de développement.

2018 : publication du livret Hand à 4 en version numérique

Septembre – novembre 2018 : promotion du hand 4 dans le dispositif d'accompagnement de l'Euro féminin (décembre 2018 en France).

5-6 novembre 2018 : séminaire national « Élève handballeur aujourd'hui, citoyen 2024 » co-organisé avec l'Éducation Nationale à la Maison du handball, nouveau siège de la fédération.

2019 : ingénierie de formation du hand à 4.

- ▶ donner plus de « pouvoir » aux attaquants pour aller vers la cible adverse;
- si la balle sort en touche dans la zone, la remise en jeu s'effectue juste avant la zone;
- des tirs indirects, pour réduire l'appréhension du gardien de but;
- l'interdiction du contact pour laisser davantage de temps au porteur de balle de discriminer les informations pour agir;
- une « extra-balle »: une possession de balle supplémentaire accordée à chaque équipe qui marque en jeu rapide (contre-attaque ou montée de balle) afin de confronter les joueurs à un contexte de jeu avec une densité de joueurs plus importante proches de la zone.

Ces règles seront éphémères: elles sont appelées à évoluer en fonction des progrès et des difficultés observées. Avec une organisation sur des terrains de jeu parallèles, on peut choisir de les faire évoluer différemment selon les terrains en fonction des besoins des joueurs.

Par exemple:

- l'engagement au milieu de terrain (plus grande densité de joueurs dans l'espace proche de la zone);
- l'application de consignes différenciées pour un même objectif d'apprentissage (par exemple, pour trouver les solutions pour accéder à la zone favorable de marque) avec des modalités différenciées (terrain 1: défense individuelle tout terrain; terrain 2: défense individuelle demi-terrain; terrain 3: défense 2 contre 1);
- le choix d'un terrain plus profond (10 x 40 m en organisant 2 terrains sur la longueur du terrain traditionnel avec 2 buts dans chaque zone: 1 pour chaque terrain) impose des passes plus longues favorables à la recherche de démarquage en profondeur, des



L'engagement par le gardien de but pour rendre le jeu dynamique et attractif

choix plus fréquents (course, passe ou dribble), le travail de certains postes (demi-centre et ailier); l'orientation des buts à l'oblique accroît le rôle des ailiers, etc.

Intérêts éducatifs de cette forme de pratique

Les plus-values pédagogiques

- des élèves toujours acteurs: disposer de trois terrains sur un terrain traditionnel de handball multiplie le nombre de joueurs/élèves en activité (24 joueurs avec 6 arbitres et 6 observateurs);
- une prise en compte réelle de l'hétérogénéité: possibilité de travailler un même objet d'étude sur des terrains différents (selon les besoins des joueurs ou par degrés de complexité);
- la compréhension et la différenciation des rôles: outre les joueurs (acteurs

moteurs), les rôles d'observateurs et d'arbitres sont favorisés par une responsabilisation nécessaire (gestion du jeu avec des effectifs réduits) et recherchée, sous la supervision de l'enseignant qui peut se centrer sur l'observation et l'intervention au service des progrès de chacun;

- la mixité prise en compte et levier de progrès: en combinant des formes de confrontations (mixtes, unisexes, par niveau, etc.) choisies ou imposées afin que chacune et chacun accède à son plus haut niveau de compétence motrice et décisionnelle et en activant le double levier affectif et/ou rapport de force.

Les plus-values didactiques

L'effectif réduit

Il apporte des effets notables sur différents éléments parmi lesquels:

Marcher et reprise de dribble tolérés, neutralisation de l'adversaire interdite: des adaptations évolutives pour permettre l'engagement individuel.



- une prise d'information facilitée (moins de partenaires et d'adversaires sur le terrain);
- une prise de décision plus fréquente, par l'augmentation des temps où chaque élève porteur de balle est en situation de décider;
- une implication forte (pas d'élèves « cachés » ou relégués dans un coin du terrain);
- des progrès moteurs rendus possibles par l'augmentation significative des temps de jeu, du nombre de contact avec le ballon, des sollicitations réciproques (porteurs/non porteurs du ballon) dans la recherche systématique d'une solution pour attaquer le but.

Duel tireur- gardien de but

Le hand à 4, avec son espace de jeu réduit et sa palette d'adaptations possibles, donne à chaque élève l'opportunité de marquer des buts et d'éprouver ce plaisir de voir la balle rouler au fond des filets. Ils accèdent à la finalité du jeu: pour gagner il s'agit de marquer un but de plus que l'équipe adverse. Cette motivation pour chercher l'accès à l'espace de marque impose de s'organiser en équipe pour que cela soit le plus fréquent possible. « Tous Traverseurs » devient alors le leitmotiv suscitant la recherche de stratégies à adopter ensemble afin qu'un joueur de l'équipe se retrouve en position de tir favorable.

Les éléments de vigilance

Systématiser le hand à 4 dans un continuum de formation remet en cause certains éléments constitutifs du handball à 7. Cependant, l'utilisation des variables didactiques permet de réduire ces limites:

- le jeu à l'aile est inexistant, et plus encore lorsqu'on utilise une zone rectiligne: possibilité d'adapter la forme de la zone;
 - l'espace réduit limite certaines dynamiques de relance (accélération, contre-attaque), de passes longues/interceptions, etc.: possibilité d'utiliser un terrain en profondeur 10 x 40 m;
 - la proximité du but peut restreindre les joueurs au moment du tir: possibilité de travailler des habiletés plus fines avec l'utilisation de tirs indirects tels que contournements, rebonds, chabala... pour rééquilibrer le rapport de force avec le gardien de but;
 - Enfin, le choix de cette forme de pratique est questionné par les modalités actuelles de l'évaluation au baccalauréat (pratique à 6 x 6 imposée), pourtant le référentiel national permet d'évaluer dès à présent les compétences attendues des élèves à ce niveau de leur scolarité en utilisant le hand à 4.
- À 4, l'utilisation d'un jeu sur tout le terrain dans un premier temps, puis la mise en place d'un dispositif offensif



plus proche de la zone avec 2 arrières et 1 pivot, contribuent au continuum de formation de l'élève handballeur. Ce continuum s'enrichira avec l'utilisation d'un terrain normal et l'ajout des ailiers (jeu à 6 contre 6), ce qui permettra alors une transformation attractive de l'activité. Ceci peut d'ailleurs relancer positivement la dynamique d'engagement et d'apprentissage des lycéens parfois lassés par la répétition de mêmes formes de pratiques tout au long de leur scolarité.



Le développement du hand à 4 est l'occasion de redynamiser la pratique de ce sport qui a puisé son rayonnement dans le milieu scolaire. En proposant cette nouvelle forme de pratique, il s'agit:

- de rendre l'activité accessible plus rapidement aux élèves grâce à un condensé de la pratique sociale de référence, car le temps dont dispose un enseignant d'EPS pour chaque séquence/cycle d'enseignement est contraint comparativement aux éducateurs des clubs;
- de faire vivre aux élèves des savoirs actuels, vivants issus de l'analyse de la haute performance qui représente la culture contemporaine;
- de rendre l'activité plus riche et plus variée grâce aux différentes adaptations possibles pour offrir aux enseignants un outil favorable aux progrès de tous les élèves;
- de proposer des formes de pratiques (2 terrains en longueur également) plus inclusives, accessibles tant aux filles qu'aux garçons;
- de s'adresser à des adolescents, qui s'éloignent progressivement, voire décrochent, de la pratique d'activité physique vers 13-15 ans en proposant une activité plus « fun » et plus « cool »;
- d'offrir aux élèves qui avancent en

âge et dont les centres d'intérêts s'éloignent des contraintes compétitives, les conditions d'un jeu dans lequel ils expriment des aptitudes et des capacités effectives;

- de conforter les sportifs qui trouvent, dans une pratique différenciée, l'occasion d'enrichir et de développer de nouvelles potentialités.

Avec le hand à 4, le handball doit retrouver une place majeure dans les programmations et les pratiques scolaires. Il constitue l'outil original pour assurer la liaison école-club. Avec un jeu dont le contact est aménagé, il offre l'opportunité de développer une pratique physique, conviviale qui permet d'enrichir l'offre sportive des clubs de la fédération: absence de la neutralisation mais contrôle du défenseur autorisé, possibilité de jouer jusqu'à un âge avancé, un handball où jouer en mixité est envisagé (comme le rugby à 5), la satisfaction de marquer beaucoup de buts, de jouer des tournois en plateau où la convivialité prime sur la compétition... tous les paramètres sont réunis pour faire du hand à 4, un jeu qui réponde aux aspirations de chacun dans cette société moderne en mutation constante.

Pascale Jeannin,
Professeure agrégée d'EPS,
STAPS Université Paris 13.
Membre du conseil d'administration
de la F. F. de handball, en charge des
relations scolaires et universitaires.

1. LE MEUR L., JEANNIN P., *Le guide du handball*, Ed. EPS, 2008.

2. Le handball se situe en 10^e choix des élèves pour l'évaluation au baccalauréat pour les 2 sexes (8^e pour les garçons et le 15^e pour les filles).

3. V. DEBUCHY, Doyenne - IGEN, Table ronde scolaire à l'occasion de l'organisation du Mondial en France, 2017.

4. PORTES M., « Nouveaux programmes d'EPS et rénovation des pratiques », *Revue EPS*, n° 278, 1999.
PORTES M., *La formation initiale des joueurs et joueuses en questions*. F.F. Handball, 2001.

Valorisation
du tir
indirect (avec
rebond, lob,
roucoulette,
chabala) pour
transformer
le duel tireur-
gardien en défi.