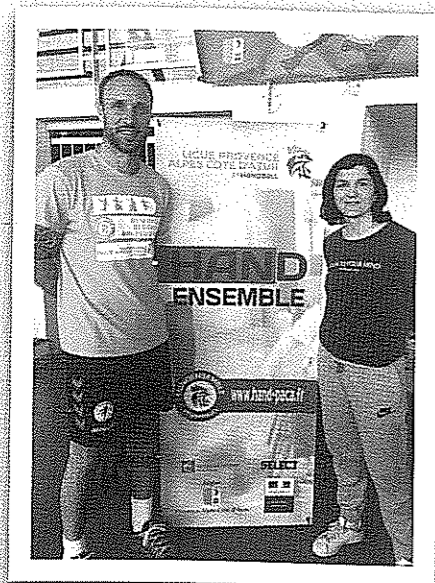




UNE SÉANCE HANDFAUTEUIL



Par Laetitia FIORI
Chargée de Projet de développement
Services aux clubs
Ligue PACA handball
Photos : © STUDIO JCD

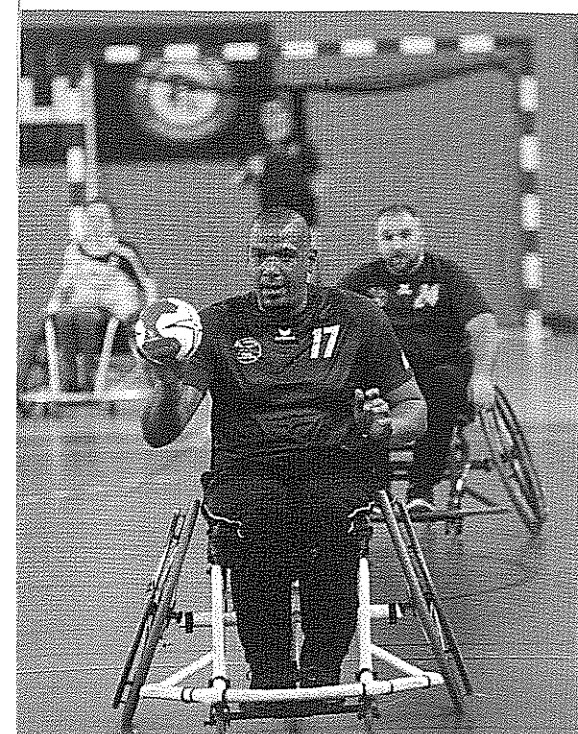
Et Vincent MORISSET
Conseiller Technique Fédéral du
comité du Var (83)

Séance présentée à l'Ecole Méditerranéenne 2018

Dans le cadre de sa politique citoyenne, la FFHandball a pour objectif de promouvoir la prise en compte des publics en situation de handicap en vue d'une inclusion dans les structures valides. Le Handensemble, programme de développement de la FFHandball pour les personnes en situation de handicap, symbolise la pratique du handball pour tous dans la mixité.

La pratique du Handfauteuil en PACA se fait actuellement dans 5 clubs : Vence, Les Collines, Tous Ensemble Sporting Club, Aubagne et Mazan. Des rencontres régionales sont organisées depuis le début de la saison 2018.





La pratique Handensemble comprend le hand adapté (en direction des personnes en situation de handicap mental) et le hand-fauteuil (en direction des personnes en situation de handicap moteur), ce dernier pouvant être mixte (personnes valides et personnes en situation de handicap).

Description

C'est un sport collectif d'opposition dont l'objectif est d'envoyer à la main le ballon dans le but adverse, tout en empêchant l'adversaire d'en faire autant.

Règlement

- 2 équipes de 6 joueurs (dont 1 gardien de but) s'affrontent pendant 3 périodes de 15 minutes. L'équipe ayant inscrit le plus de buts remporte le match.
- Les dimensions du terrain sont de 40m x 20 m et les buts de 2,40 m x 1,60 m (ou possibilité d'utiliser un but 3 m x 2 m avec un réducteur de but). Devant chaque but on utilise la « zone des 6 mètres » réservée uniquement au gardien (celle-ci peut être ramenée à 5 mètres en fonction des savoir-faire et adaptation de l'activité).

→ CAPACITÉS DÉVELOPPÉES

Maitrise du fauteuil.
Adresse et habileté manuelle.
Fonction cardio-vasculaire.
Fonction respiratoire.

- Le ballon a une circonférence et un poids adaptés à l'âge, au sexe et aux capacités fonctionnelles des joueurs, en général il est de taille 1 ou 2.
- Le déplacement d'un joueur en possession du ballon doit se faire en dribble, le joueur possède 3 rotations de roue avant d'enclencher une action (passe, tir...).
- Une faute est commise si un joueur :
 - en possession du ballon réalise 4 rotations de roue sans dribbler,
 - pénètre dans la zone des 6 mètres,
 - frappe volontairement le ballon avec son fauteuil ou avec une partie de son corps située en dessous des genoux,
 - percute frontalement un autre joueur, sans intention de prendre l'intervalle (passage en force).
 Le ballon est alors rendu à l'équipe adverse.
- Les contacts sont tolérés dans la limite où ils ne nuisent pas à l'intégrité physique du joueur. Le fauteuil étant une partie intégrante du joueur.

Sécurité

- Une majorité de fauteuils conviennent (hors fauteuil possédant une roue directrice par l'avant). Cependant l'utilisation d'un fauteuil multisports équipé d'un

système anti-basculer est recommandée. Les cales pieds sont obligatoires et sont réglés à la même hauteur.

- Sangler les pieds et le torse au fauteuil.

→ LA SÉANCE

14 stagiaires du public.

SITUATION 1

Découverte du fauteuil sans ballon

Sur un demi-terrain, un fauteuil par personne.

Se déplacer dans différentes directions, réaliser des pivots et des contournements.

SITUATION 2

Découverte du fauteuil avec ballon

Appropriation des règles du dribble et du marcher, les tirs, les passes.

Sur un demi-terrain, un fauteuil par personne :

- Ramasser le ballon avec ou sans l'aide de la main courante, à l'arrêt puis en mouvement.
- Dribbler à l'arrêt puis en mouvement.

- Effectuer des passes à l'arrêt, en mouvement, à rebond, en variant l'éloignement des joueurs.

SITUATION 3

Slalom par équipe

2 équipes de 7 personnes.

Sur un demi-terrain, placez les 2 équipes en colonne dans la zone.

Poser 4 plots devant chaque équipe en partant des 9 mètres et tous les 2 mètres.

1 balle par équipe.

- Se déplacer en réalisant un slalom, des pivots (replacements) et des contournements avec une balle.

- Puis, une fois le dernier plot contourné, revenir pour donner la balle au joueur qui attend.

Faire plusieurs manches.

L'équipe qui gagne est celle qui a terminé le slalom en premier.

SITUATION 4

Jeu type balle brûlante

2 équipes de 7 personnes avec des chasubles de couleur différente.

Chaque équipe dans un demi-terrain et au départ du jeu dans sa zone.

10 balles placées au sol vers la ligne médiane.

Consignes

Au signal, les joueurs peuvent sortir de la zone pour récupérer le plus de ballons et les ramener dans leur but.

Les joueurs n'ont pas le droit de prendre plusieurs ballons en même temps.

On ne peut envoyer le ballon dans le but que quand on est dans la zone.

On peut défendre sur les autres équipes.

On peut faire des passes et dribbler.

Les stratégies de jeu sont propres à chaque équipe.

SITUATION 5

Tournoi Handfauteuil

Composez 2 équipes de 7 joueurs avec des chasubles de couleur différente, 1 balle.

Pour le match, adaptez les dimensions du terrain, la durée des phases de jeu et de repos en fonction du nombre de joueurs par équipe, de la mobilité et de la fatigabilité des joueurs.

Faire respecter les règles du jeu.