2025 - 2026

RÈGLES AMÉNAGÉES

CATÉGORIE : -11 ANS

POULE GÉRÉE PAR :

COMITÉ HAUTE MARNE FFHANDBALL

-11 ANS

RÈGLES AMÉNAGÉES

ANNÉES D'AGE :

2015-2016-2017 (2018 sur dérogation)
Mixité possible sur demande au Comité (après étude individuelle de la demande)

TEMPS DE JEU :

- 3 x 12 mn pour un match sec
- 2 x 10 mn pour un tournoi à 3

Mi-temps de 5 mn / 1 temps mort par équipe et par période

TEMPS D'EXCLUSION :

1 minute (les règles aménagées sont suspendues pour l'équipe en infériorité numérique)
Jet de 7m exécuté à 6m

RÉDUCTEUR DE BUT :

- Sur toute la durée du match -

si le ballon touche le réducteur et rentre dans le but => but.
Sinon le jeu continue normalement

JOUEURS :

5 joueurs de champ + 1 GB
12 joueurs sur la FDME mais 10 joueurs maximum sont préconisés :
En effet un joueur ne devrait pas rester plus de 18mn sans jouer.
Changement attaquant / défenseur interdit y compris en infériorité numérique.

GARDIEN :

En dehors de sa zone, le GB participe au jeu d'attaque ou de défense.
Il est préconisé de faire vivre aux joueurs les expériences de gardien de but et de joueurs de champ.
Un minimum de 2 gardiens différents par rencontre nous semble pertinent.

BALLON :

Féminin : Taille 00
Masculin : Taille 0 ou 00 si accord des entraineurs
⚠️ ***Attention : Le gonflage du ballon doit permettre sa préhension facile par les joueurs (pas forcément un super rebond)***

ENGAGEMENT :

- GB pour le 1er tiers-temps (sans coup de sifflet)
- Centre pour les 2ème et 3ème tiers-temps

REPORT :

Programmation possible des rencontres en semaine. En cas de report, le dispositif défensif sera celui en vigueur à la date où le match aura lieu. Pas plus d'une seule rencontre par semaine.

Le signalement du non-respect des aménagements du jeu ou tout autre problème pendant une rencontre pourra être annoté sur un formulaire en ligne qui sera effectif en début de saison et qui sera mis à disposition de tous les clubs.

Pour les équipes qui ne suivent pas ou ponctuellement les aménagements du jeu :

- 1er signalement : Prise de contact avec l'entraineur pour échanger avec lui sur le match concerné et éventuellement consulter les images disponibles.
- 2ème signalement : Déplacement d'un technicien lors d'un entrainement pour éclairer la vision des choses de l'entraineur – possibilité de suivre une rencontre pour s'assurer de la véracité du signalement.
- 3ème signalement : la COC se réserve le droit de sanctionner l'équipe.

CALENDRIER & DISPOSITIFS DEFENSIFS -11 ANS

(Quel que soit le dispositif défensif la défense individuelle stricte[1] est interdite)
Pour la Coupe Départementale, voir règlement particulier

Du 1er Septembre au 30 Septembre 2025

Rentrée des Handballeurs
Défense tout terrain avec contrôle2 simultané de l'adversaire direct et de la balle

Du 1er Octobre un 31 Décembre 2025

Niveau bas (1er et 2ème tiers-temps) Défense tout terrain avec contrôle2 simultané de l'adversaire direct et du ballon	**Niveau haut (1er et 2ème tiers-temps)** Défense 1-4 avec le joueur avancé hors des 9m

Du 1er Janvier au 30 Juin 2026

Niveau bas (1er et 2ème tiers-temps) Défense 1-4 avec le joueur avancé hors des 9m	**Niveau haut (1er et 2ème tiers-temps)** Défense alignée

3ème tiers temps : Libre

1. Défense individuelle stricte : prise en charge et contrôle exclusifs d'un adversaire direct quels que soient ses déplacements et sa position sans prise en compte du ballon. Le défenseur doit au contraire rechercher systématiquement à prendre en compte son adversaire direct ET le ballon dans ses choix d'action
2. Le contrôle s'entend ici comme une surveillance constante des mouvements du ballon ET de l'adversaire direct. In fine cette surveillance fournira les indices nécessaires au défenseur pour agir efficacement sur le ballon et/ou sur son adversaire direct

-11 ANS

LE COIN DU TECHNICIEN

LE REDUCTEUR DE BUT

- Le but réduit rééquilibre les duels GB/Tireur favorisant d'autres comportements dans le jeu du GB et du tireur. Il s'agit ici d'élargir le registre des joueurs lors des duels GB/Tireur.

Pour plus de détails voir l'annexe « Modes de jeu du GB et du tireur »

LE GARDIEN DE BUT

- En agissant hors de sa zone le GB apprend à gérer la prise de risques dans ses choix d'action
- Faire vivre systématiquement les expériences de GB et de tireur à tous les joueurs leurs permettront d'enrichir leur connaissance du duel GB/Tireur
- Avec au moins 3 GB en -11 ans, la fidélisation dans les catégories supérieures sera augmentée

LA TAILLE DES BALLONS

- La taille du ballon facilite l'enrichissement des « techniques » de sa manipulation

EN DEFENSE

- Face au P.B, le défenseur proche l'empêche d'accéder au but (fermeture du C.J.D) ET cherche à le mettre en difficulté en épuisant son crédit d'action3 (C.A) **ET** en appauvrissant ses possibilités de passes (perturber le réseau des échanges possibles2 (R.E.P). Pour une description détaillée voir l'annexe « Les intentions défensives »
- L'évolution la plus favorable du duel défenseur proche/P.B consiste à récupérer le ballon en le subtilisant dans le dribble ou en provoquant une faute du P.B. Le défenseur proche recherche donc toujours à réduire le nombre de fautes qui redonnent l'avantage à l'attaque (ex. ceinturage)

1. *Le Couloir de jeu direct (C.J.D) : couloir virtuel qui relie le porteur de balle au but. Le R.E.P et le C.J.D font parties des objets immatériels du jeu que le jeune joueur en formation devra apprendre à identifier et à prédire les évolutions (voir l'annexe "Les intentions défensives")*
2. *Le Réseau des échanges possibles (R.E.P) : ensemble des possibilités de passes offertes au porteur de balle.*
3. *Le crédit d'action (C.A) du porteur de balle correspond à l'ensemble des possibilités de tenue de ballon, de déplacement ballon tenu, de dribble dont il dispose. En harcelant le P.B, le défenseur direct vise à réduire le crédit d'action du P.B, augmentant ainsi sans commettre de fautes, les possibilités de récupération du ballon (neutralisations maîtrisées).*

-11 ANS

LE COIN DU TECHNICIEN

EN ATTAQUE

- Le P.B doit créer l'incertitude chez les défenseurs en étant capable de choisir de :
  - Progresser dans son Couloir de Jeu Direct[1] (C.J.D) s'il est libre
  - Déborder le défenseur proche
  - Passer à un partenaire
- Le partenaire du P.B (P.P.B) cherche à occuper les espaces libres en évitant les alignements [ballon-défenseurs-P.P.B] afin de :
  - Recevoir le ballon pour progresser vers le but ou accéder au duel GB/Tireur
  - Attirer des défenseurs pour libérer (en partie ou totalement) le C.J.D[1]

SUR GRAND ESPACE

- Lors du repli, participer à la récupération active du ballon tout en contrôlant un attaquant
- Les défenseurs doivent saisir les opportunités d'action sur le R.E.P[2] et le C.J.D pour récupérer le ballon et retarder la progression des attaquants
- Les défenseurs doivent anticiper le changement défense / attaque et donc agir avant la récupération effective du ballon pour se projeter vers le but adverse
- Quelle que soit la situation (but ou pas), les attaquants cherchent à prendre de vitesse le repli défensif. Ils tenteront in fine de placer le porteur de balle (P.B) dans la situation la plus favorable pour affronter le GB à l'approche du but adverse. L'engagement rapide après un but doit donc être systématique

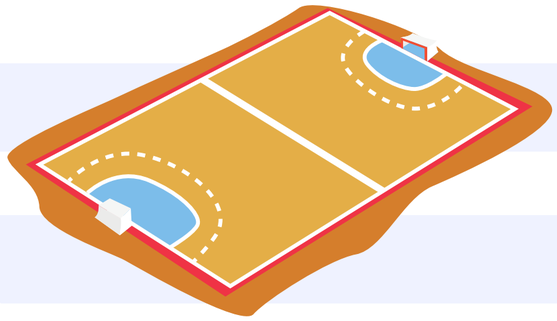
1. *Le Couloir de jeu direct (C.J.D) : couloir virtuel qui relie le porteur de balle au but. Le R.E.P et le C.J.D font parties des objets immatériels du jeu que le jeune joueur en formation devra apprendre à identifier et à prédire les évolutions (voir l'annexe "Les intentions défensives")*
2. *Le Réseau des échanges possibles (R.E.P) : ensemble des possibilités de passes offertes au porteur de balle.*
3. *Le crédit d'action (C.A) du porteur de balle correspond à l'ensemble des possibilités de tenue de ballon, de déplacement ballon tenu, de dribble dont il dispose. En harcelant le P.B, le défenseur direct vise à réduire le crédit d'action du P.B, augmentant ainsi sans commettre de fautes, les possibilités de récupération du ballon (neutralisations maîtrisées).*

-11 ANS

LE COIN DU TECHNICIEN

PRÉCONISATIONS DÉFENSIVES

- Un défenseur est en charge d'un secteur ET contrôle à minima un attaquant
- Le joueur avancé défend au-delà des 9m. Ponctuellement, il peut redescendre si le jeu de l'attaque l'impose (entrée d'un joueur)
- Un défenseur bas peut temporairement sortir des 9m pour agir sur le P.B ou agir sur la trajectoire du ballon, notamment dans un dispositif aligné

PRÉCONISATIONS OFFENSIVES

- Les 2 postes d'ailiers et les 2 postes d'arrières latéraux doivent être constamment occupés (trapèze), sans interdire le mouvement de joueurs. Le respect du trapèze permet la conservation de la balle et la continuité du jeu
- L'objectif est de battre le défenseur avancé pour créer un surnombre sur le second rideau défensif