

## Recommandations pour le mini beach handball

par Dr. Frowin Fasold & Alex Gehrler (2019)



### Valeurs et avantages du Beach Handball en général

- Valeurs: plaisir, soleil, action, éléments acrobatiques, enthousiasme et épanouissement personnel
- Possibilité d'équipes mixtes (h/f)
- Moins de risques de blessures causées par le sable
- La balle est facile à saisir et ne fait pas mal
- Rôle particulier du gardien de but
- Position permanente 4:3 en attaque
  - ➔ probabilité de réussite élevée



### Sujets à transmettre



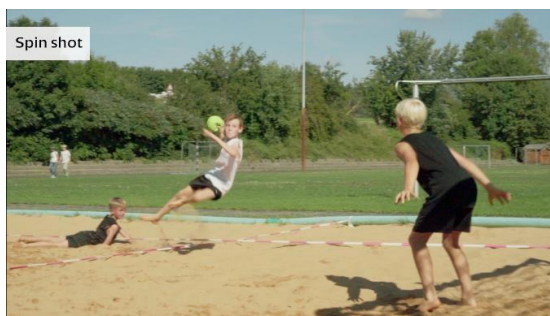
- Défense sans contact avec le corps, pure attaque du ballon
- Jeu créatif et ingénieux
- Préparation aux actions de tir complexes (tirs en rotation, en vol) et les tactiques de substitution complexes
- Familiarisation avec le système de points et le système de shoot-out

### Recommandations pour le Mini Beach Handball (enfants de moins de 10 ans)

- Taille de terrain réduite, en particulier distance réduite au but (par exemple 12x8m, deux zones de but de 5m)
- Le jeu se joue avec une balle méthodique et adhérente (par ex. GOALCHA street handball)
- Pas de gardien de but/spécialiste marqué, chaque joueur d'une équipe porte la même couleur (un joueur fait office de gardien de but)
- Remplacements par bloc après avoir marqué : Lorsqu'une équipe marque un but, les quatre joueurs de cette équipe sont remplacés en bloc

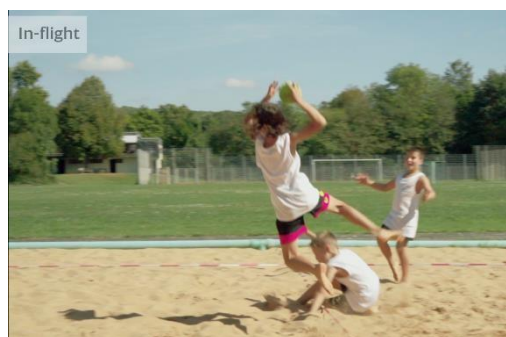


- Toutes les tentatives de lancers spectaculaires comptent deux points (tous les types de lancers en rotation, en vol, les sauts de grenouille, derrière le dos, les buts de pénalité de 5 m, les tirs d'un but à l'autre)
- Chaque jeu se compose de deux manches (de 5 min chacun) et d'un shoot-out (tous les joueurs doivent tirer)
- Shoot-out : Les deux gardiens sont placés dans leur propre zone de but (ils ne sont pas confinés à la ligne de but mais ne peuvent pas quitter leur propre zone de but). Le joueur de champ doit attraper la balle et essayer de marquer un but sans enfreindre les règles ; cependant, avant le tir, la balle est autorisée à toucher le sable une fois (soit avant ou après avoir reçu la passe du gardien de but).



### **Recommandations supplémentaires pour l'Ultimate Beach Handball (enfants de moins de 12 ans)**

L'Ultimate Beach Handball comble l'écart avec le Beach Handball régulier. Toutes les règles du Mini Beach Handball sont appliquées mais partiellement adaptées :



- La taille normale du terrain est recommandée et un ballon de beach handball de taille 0
- Deux joueurs de chaque équipe portent un maillot d'une couleur différente de celle de leurs coéquipiers (un sur le terrain et un dans la zone de remplacement). Ces joueurs font office de gardien de but et (!) de spécialiste.
- Si une équipe marque un but ou perd le ballon (!), tous les quatre joueurs de cette équipe doivent être remplacés en bloc (y compris le spécialiste).
- Les actions suivantes comptent pour deux points : les tirs en rotation, (une rotation de 360° n'est pas nécessaire), les buts en vol, (le ballon ne doit pas être attrapé avant d'être lancé), les buts de gardien de but/spécialiste, les buts de 6m.
- Chaque match se compose de deux manches (de 7 min chacun) et d'une séance de shoot-out (incluant tous les joueurs).
- Pendant le shoot-out le ballon ne doit pas toucher le sable

### **Système de points en Mini Beach Handball et Ultimate Beach Handball**

Si une équipe gagne les deux manches et le shoot-out, elle gagne 2:0. Si une équipe gagne une manche et le shoot-out, elle gagne 2:1. Si une équipe gagne les deux manches et perd le shoot-out, elle gagne 2:1.

