



LE PREMIER PAS 5 À 7 ANS

RÈGLES ET ORGANISATION DE LA PRATIQUE

ÉCOLE DE HAND

LE PREMIER PAS : RÈGLES ET ORGANISATION DE LA PRATIQUE

Années d'âge : (2021) – 2020 – 2019

Un temps fort pour le développement de l'enfant :

Avec pour objectif principal de leur apprendre à AIMER, à ÊTRE, à RIRE, à APPRENDRE et à GRANDIR au-delà de leurs limites actuelles. Les aider au travers de notre activité à développer leur potentiel.

ADAPTATION

Formules adaptées en fonction du nombre d'enfants

DES TEMPS DU PLATEAU

Les plateaux premiers pas sont organisés sur un créneau de 1h30 maximum. Ils sont découpés en ateliers motricités, duels, confrontations collectives, espaces détentes. Il peut être envisagé de mettre en place une pause goûter pendant celui-ci. Le nombre d'ateliers dépend du temps de jeu et des rotations. Si les ateliers durent 20min, 6 ateliers suffiront à la pratique d'un groupe.

DU NOMBRE DE JOUEURS

Les groupes peuvent être constitués de 4 à 8 joueurs. Il peut être envisagé de mélanger les clubs pour constituer les équipes et équilibrer le nombre de joueurs par équipe.

DES OBJETS MATÉRIELS DU JEU

Les ballons SEA, doubles 00, ballons picots, etc. sont idéals pour permettre à l'enfant de découvrir sa motricité fine.

La matérialisation des espaces et des ateliers doit être visuelle et représentée en 3D.

Si des zones sont à tracer elles doivent permettre à l'enfant de vivre une situation de réussite, il est possible de laisser le choix à l'enfant en proposant 1, 2 ou 3 zones à partir de laquelle il va pouvoir s'évaluer et choisir de se challenger.

La sécurité est primordiale, attention à être à distance des buts de hand à 7 (2m) ou de les protéger avec des mousses. Privilégier des plots souples, veiller à la bonne hauteur des haies ou de tout objet à sauter, etc.

DE LA COMMUNICATION

Pour l'enfant de 5 à 7 ans, les termes comme attaquants, défenseurs, espaces, cibles, zones, etc., peuvent être difficiles à comprendre. Ces concepts peuvent donc être transformés en images plus adaptées à leur niveau de compréhension. Par exemple : la rivière aux crocodiles (la zone), les aventuriers (les attaquants), les voleurs (les défenseurs), la grotte aux lions (la cible), l'espace de jeu (la jungle), etc.

L'ATELIER MOTRICITÉ / AISANCE CORPORELLE

Permet à l'enfant d'être dans la découverte de son corps, de ce qu'il ressent, avec ou sans ballon. C'est un temps de concentration, d'expérimentation, de jeu. Des parcours, des relais, des jeux d'adresse y seront proposés et devront permettre à l'enfant de développer une motricité générale, un équilibre dans son développement moteur, musculaire, sensoriel. Préférer intégrer des cibles à viser. Alternier entre des cibles fixes favorisant la « concentration », des cibles en mouvement favorisant le « jeu ». Le choix est un apprentissage qui doit faire partie de cet atelier, il aide l'enfant à oser prendre une décision. Le laisser expérimenter. Ex : parcours vert ou rouge ; sauter ou enjambrer ; viser le grand ou le petit cerceau...

** Vous pouvez également proposer sur ces ateliers des situations où l'enfant sera pieds nus pour mieux ressentir ses appuis et développer un bon ancrage (attention aux chaussettes ça peut glisser).*

L'ATELIER DUEL

Permet à l'enfant de découvrir la relation à l'autre dans l'opposition. Il devra utiliser les savoir-faire acquis dans l'espace aisance corporelle pour cette fois battre un adversaire. Il va naturellement inventer des stratégies individuelles pour battre un défenseur ou un gardien de but. Cet espace favorisera sa prise d'initiative. Vous pourrez intégrer une relation de coopération une fois que l'enfant aura réussi à explorer la notion d'opposition. Cette étape permet à l'enfant d'apprendre à se faire confiance en trouvant des solutions par lui-même. Elle permet aussi d'apprendre à gagner et à perdre en prenant ses responsabilités. Perdre permettra à l'enfant d'expérimenter différemment pour réussir à gagner.

L'ATELIER CONFRONTATION COLLECTIVE

Permet à l'enfant de découvrir la notion d'équipe et apprendre à y prendre sa place tout en respectant celle des autres. C'est l'espace qui va ressembler le plus au handball ou du moins au mini hand. L'enfant va maintenant collaborer avec des partenaires avec l'objectif d'atteindre une cible protégée par des adversaires. L'enfant va ici enchaîner des tâches et inventer des stratégies individuelles et collectives dans le but de remporter le jeu proposé. Cette étape est une alliée dans la construction sociale de l'enfant. Il apprend à faire des choix en se positionnant dans l'un des rôles proposés par le jeu. Il développe la coopération en prenant en compte les autres. On y apprend à gagner et perdre ensemble.

L'ESPACE DÉTENTE

Permet à l'enfant de se recentrer sur lui, être à l'écoute de ses émotions, de ses besoins. Un temps pour s'exprimer par le dessin, la parole etc. C'est un espace à délimiter, à préparer et à animer ! Il permet d'accueillir les enfants et leurs parents. On peut également y donner les consignes relatives au déroulement de la séance. C'est aussi un lieu dans lequel l'enfant pourra se ressourcer et s'hydrater.

LE PREMIER PAS : RÈGLES ET ORGANISATION DE LA PRATIQUE

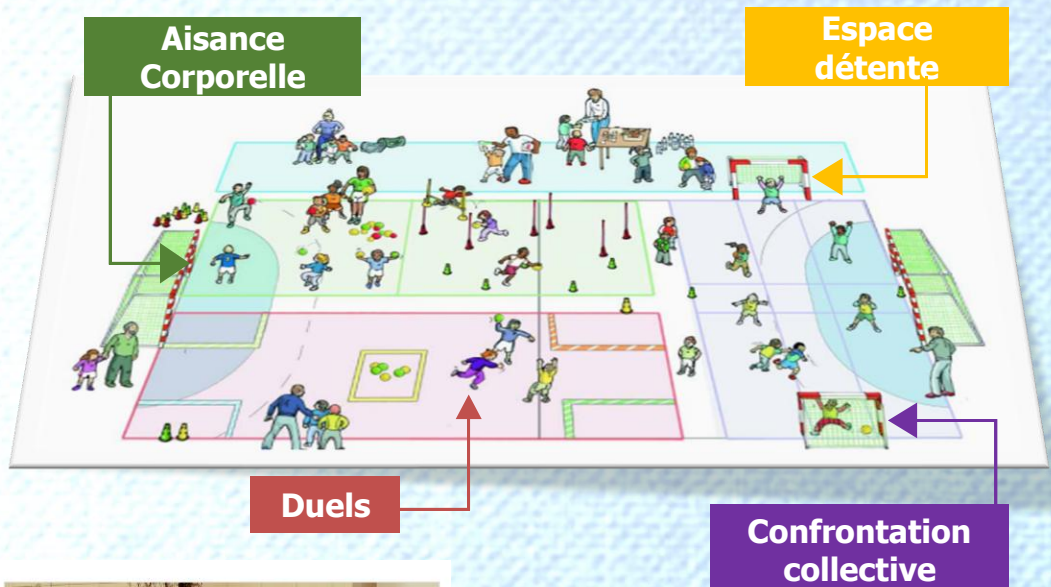
LES PARENTS

Ils sont présents et peuvent être animateurs sur un atelier, suivre ou accompagner un groupe. Eviter la situation où le parent sera en confrontation avec l'enfant, privilégier la coopération. Le parent doit permettre de mettre l'enfant en confiance dans le fait d'oser expérimenter. Il est là également pour sécuriser et être une écoute lorsque l'enfant a besoin d'exprimer ses émotions. Le parent peut prendre différents rôles lors de l'événement ou de la séance, il peut être acteur dans le jeu, être en charge d'un atelier, être en charge de l'espace buvette...

L'ENCADREMENT

L'animateur Premiers Pas a une connaissance du public et de l'animation. Il veille à la sécurité affective et physique des joueurs et joueuses. Il peut également coordonner un groupe de jeunes animateurs issu des catégories U13, U15 ou autres. Grâce aux fiches premiers pas, chacun se responsabilise dans l'animation d'un atelier.

ORGANISATION 1



ANIMATEUR ÉCOLE DE HANDBALL

**SE FORMER,
CLIQUEZ-ICI !**



HAND 1ER PAS

LE HANDBALL PREMIERS PAS EST UNE OFFRE DE PRATIQUE À DESTINATION DES ENFANTS DE 5 À 7 ANS.

Cette pratique peut être proposée en amont et/ou en complément du mini hand. Il est tout à fait envisageable de faire du Handball premiers pas avec des enfants de 8 et 9 ans qui débutent dans l'activité par exemple. La spécificité du Handball premiers pas est l'utilisation de l'aire de jeu. Le terrain de handball est en effet divisé en quatre espaces permettant de travailler sous forme d'ateliers.

**FICHES 1ERS PAS,
CLIQUEZ-ICI !**





LE PREMIER PAS : RÈGLES ET ORGANISATION DE LA PRATIQUE

LES GRILLES DE PLATEAUX : Adaptées selon le nombre d'enfants

3 ÉQUIPES ENTRE 12 ET 18 JOUEURS

Proposer 4 ateliers

1 à 2 équipes de 6 joueurs (Max) par atelier

15 min par atelier – 1h30 maximum

Ateliers	Rotation 1	Rotation 2	Rotation 3	Rotation 4	Rotation 5	Rotation 6
Aisance corporelle	C	B	A			
Duels	A / B	A / C	B / C			
Confrontation collective				A / B	A / C	B / C
Espace détente				C	B	A

4 ÉQUIPES ENTRE 16 ET 24 JOUEURS

Proposer 4 ateliers

1 à 2 équipes de 6 joueurs (Max) par atelier

20 min par atelier – 1h30 maximum

Aisance corporelle	C	A	B	C
Duels	A / B	C / D		
Confrontation collective			A / D	B / D
Espace détente	D	B	C	A

5 ÉQUIPES ENTRE 15 ET 30 JOUEURS

Proposer 4 ateliers

1 à 2 équipes de 6 joueurs (Max) par atelier

15 min par atelier – 1h30 maximum

Ateliers	Rotation 1	Rotation 2	Rotation 3	Rotation 4	Rotation 5
Aisance corporelle 2	D	A	E	C	B
Duels	A / B	C / E	B / D	A / E	C / D
Confrontation collective	C / E	B / D	C / A	D / B	A / E
Espace détente	Temps commun après la rotation 3				

ÉCOLE DE HAND





LE PREMIER PAS : RÈGLES ET ORGANISATION DE LA PRATIQUE

LES GRILLES DE PLATEAUX : Adaptées selon le nombre d'enfants

6 ÉQUIPES ENTRE 24 ET 36 JOUEURS

Proposer 4 ateliers

1 à 2 équipes de 6 joueurs (Max) par atelier

20 min par atelier – 1h30 maximum

Ateliers	Rotation 1	Rotation 2	Rotation 3	Rotation 4
Aisance corporelle	A / B	C / F	D / E	
Duels	C / D	A / E		B / F
Confrontation collective	E / F		B / C	A / D
Espace détente		B / D	A / F	C / E

7 ÉQUIPES ENTRE 28 ET 42 JOUEURS

Proposer 5 ateliers

1 à 2 équipes de 6 joueurs (Max) par atelier

12 min par atelier – 1h30 maximum

Ateliers	Rotation n 1	Rotation 2	Rotation 3	Rotation 4	Rotation 5	Rotation n 6	Rotation n 7
Aisance corporelle 1	B	A	F	E	G	C	D
Aisance corporelle 2	E	C	G	B	D	A	F
Duels	A / F	E / D	C / B	A / G	F / C	B / D	G / E
Confrontation collective	C / D	B / G	A / E	F / D	E / B	G / F	A / C
Espace détente	G	F	D	C	A	E	B

8 ÉQUIPES ENTRE 32 ET 48 JOUEURS

Proposer 4 ateliers

1 à 2 équipes de 6 joueurs (Max) par atelier

20 min par atelier – 1h30 maximum

Aisance corporelle	A / B	E / H	C / F	D / G
Duels	C / D	F / G	B / E	A / H
Confrontation collective	E / F	A / D	G / H	C / B
Espace détente	G / H	B / C	A / D	E / F