



FFHàNDBàLL

GUIDE DE REPRISE DU
HANDBALL
POST-CONFINEMENT



BEACH HANDBALL



BABYHAND



HàND à 4



HàNDFIT



HàNDENSEMBLE

SOMMAIRE

- 3** [Rappel du contexte de reprise d'activités](#)
- 4** [Guide de reprise du handball](#)
- 5** [Fiche Beach Handball](#)
- 9** [Fiche Babyhand](#)
- 11** [Fiche Hand à 4](#)
- 14** [Fiche Handfit](#)
- 16** [Fiche Handfauteuil](#)
- 21** [Fiche Handball et milieu scolaire : dispositif 2S2C](#)
(Sport, Santé, Culture, Civisme)

- 22** ANNEXE 1 [Doctrine médicale de la FFHandball](#)
- 24** ANNEXE 2 [Covid-19 : préconisations gouvernementales](#)

Retrouvez tous les documents liés à ce guide [en ligne](#)

Rappel

CONTEXTE DE REPRISE D'ACTIVITÉS

Dans la période d'incertitude que connaît notre pays face à la crise du covid 19 et ses conséquences, il convient de rester attentif aux évolutions de la crise et, en permanence, à l'écoute des directives de l'État au regard de celles-ci, de nature à modifier le cadre et les préconisations contenus dans ce document.

Ainsi, toute activité mise en œuvre doit respecter un protocole sanitaire qui repose sur la doctrine élaborée par les autorités sanitaires du pays *[voir détail en annexe]*, avec comme principes :

- le maintien de la distanciation physique,
- l'application des gestes barrières,
- la limitation du brassage des publics,
- le nettoyage et désinfection des locaux et des matériels,
- l'information, communication, formation des publics, pratiquants, encadrants, dirigeants.

De même, la reprise d'activité doit se référer à la doctrine médicale prescrite par l'État et la commission médicale fédérale *[voir détail en annexe]*.

Notamment :

- la participation aux activités nécessite la possession d'une licence (pour la période de juin à septembre la licence 2019-20 reste valable),
- au-delà, et à titre exceptionnel pour la saison 2020-21, l'obtention de la licence (hors licence événementielle) est sous-tendue par la **production systématique d'un certificat d'absence de contre-indication à la pratique**, délivré après une visite médicale,
- en outre, un questionnaire fédéral spécifique covid-19 devra être diffusé à toute personne souhaitant obtenir une licence et devra être présenté au médecin lors de la consultation *[voir page 23]*.

Enfin, il est important de se rapprocher des directions des sports de la collectivité dans laquelle s'opérera les activités pour créer les conditions optimales de leur déroulement.

Fiche **GUIDE DE REPRISE DU HANDBALL****ACTIVITÉS ALTERNATIVES PROPOSÉES**

▶ Beach handball, BabyHand, Hand à 4, Handfit, Handfauteuil.

Esprit : Utiliser des activités dérivées connexes au handball en les repositionnant et les sécurisant dans le respect total des règles de distanciation sociale et d'hygiène fixées aux sports collectifs par le ministère des Sports.

PUBLICS CONCERNÉS

- ▶ Tous publics en reprise d'activité.
- ▶ Enfants accompagnés des parents.

LIEUX DE PRATIQUE ENVISAGÉS

▶ Terrains extérieurs, plages, espaces de sable, installations sportives pour la pratique 2S2C, plateaux bitumés polyvalents, gymnases et salles de sport situés en zone verte.

AMÉNAGEMENTS IMPOSÉS PAR LE CONTEXTE SANITAIRE

On rappelle que la doctrine médicale prescrite par l'État et déclinée dans le « plan initial de déconfinement et de reprise du handball et de ses activités connexes » par la FFHandball, reste un socle incontournable en vigueur.

De manière générale les éléments suivants sont à considérer au regard des règles sanitaires et de distanciation physique en vigueur.

- ▶ Les mesures édictées dans le « plan initial de déconfinement et reprise du handball et de ses activités connexes » reste en vigueur, à savoir :
 - des exercices de préparation physique généralisée destinés à une reprise progressive de l'activité après de longues semaines de confinement,
 - des activités individuelles avec ou sans ballon développant les qualités physiques, psychomotrices, énergétiques ou mentales nécessaires à la pratique du handball.
- ▶ Pratique en extérieur en général et en intérieur uniquement pour les zones géographiques en vert : gymnase, plateau polyvalent, terrain engazonné, espace sable...
- ▶ Aménagement des formes de pratique pour assurer le respect de la distanciation physique.
- ▶ L'effectif maximum accueilli pour une activité ne peut excéder 10 personnes, encadrement compris. **Par contre, plusieurs groupes de 10 pratiquants pourront être accueillis simultanément dans le même équipement (animation festive, rassemblement de club, ateliers d'initiation, etc.) dès lors que chaque groupe respecte en son sein les règles de distanciation physique**

imposée pour la pratique et que l'espace disponible est conforme aux principes généraux de distanciation.

- ▶ Utilisation de petit matériel individuel (ballon, gourde, serviette).
- ▶ Utilisation d'un ballon spécifique de type PVC moulé aisément désinfectable.
- ▶ Port du masque obligatoire pour les arbitres et encadrants.
- ▶ Utilisation du ballon selon un protocole sanitaire strict : désinfection du ballon avant chaque utilisation avec lavage des mains ou utilisation de gel hydro-alcoolique de chacun des participants préalable à son utilisation. Une désinfection du ballon et des mains sera à renouveler régulièrement durant l'activité. La main (ou du sable) au contact du visage durant l'activité est un élément d'alerte de l'encadrant qui conduit à une reprise du protocole de désinfection initial.
- ▶ Identification d'un « référent COVID » club, ayant bénéficié d'une formation lui permettant d'encadrer les activités dans le respect des mesures en vigueur.

RYTHME DE REPRISE DES ACTIVITÉS ENVISAGÉ PAR ÉTAPES PAR LA FÉDÉRATION

La Fédération propose au ministère des sports des scénarii de reprise de ses activités, selon un principe de progressivité, par étape et à ce stade sans précision chronologique. Ces scénarii, dès lors qu'ils seront validés, pourront être soumis à l'autorisation préalable des autorités locales en fonction de l'évolution des consignes sanitaires définies par le Gouvernement.

Étape 1

- ▶ Activités individuelles avec ou sans ballon (dès la parution du guide)

Étape 2

- ▶ Activités en relation à plusieurs, sans contact, avec ou sans ballon et sans opposition, en respect de distanciation physique (dès la parution du guide)

Étape 3

- ▶ Activités d'opposition (attaquant, défenseur, gardien de but) à plusieurs, sans contact avec ballon

Étape 4

- ▶ Activités d'opposition (attaquant, défenseur, gardien de but) à plusieurs, avec contact et avec ballon

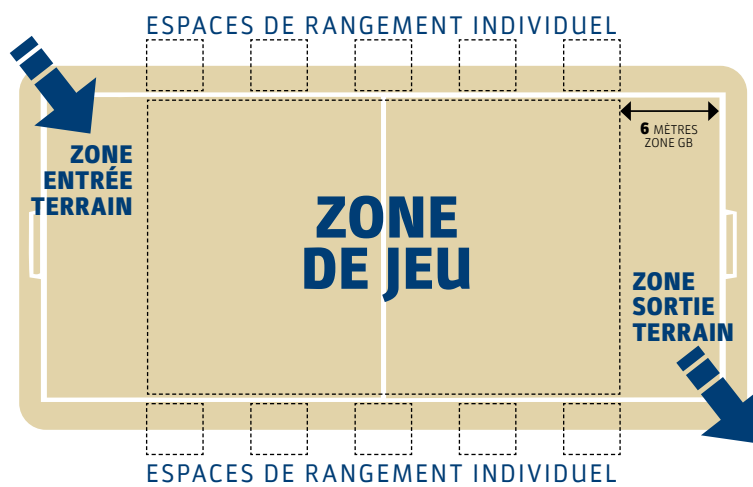
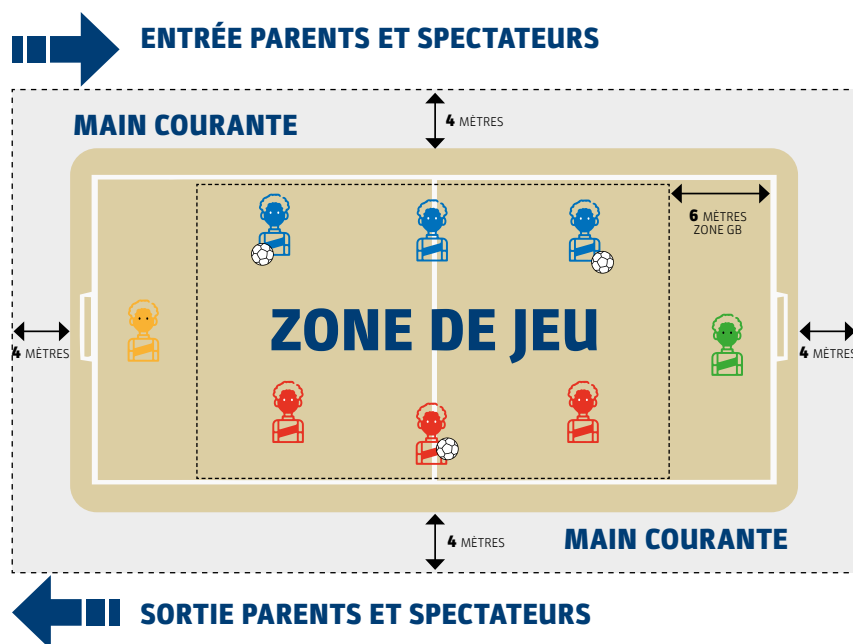
Étape 5

- ▶ Reprise des rencontres, tournois, plateaux

Attention ! Pour l'heure, seules les étapes 1 et 2 sont possibles. Pour les autres, il convient d'être à l'écoute des directives ministérielles et fédérales.

Fiche **BEACH HANDBALL****AMÉNAGEMENT DU TERRAIN ET DU JEU AU NIVEAU SANITAIRE**

- ▶ Pratique originellement sans contact
- ▶ Supériorité numérique en attaque
- ▶ Aire de jeu de 27 m x 12 m à minima, sur sable ou gazon
- ▶ Pratique privilégiée faite de déplacements, de passes, de lancers sans opposition
- ▶ animateur / entraîneur masqué

**CIRCULATION
JOUEURS****CIRCULATION
PARENTS &
SPECTATEURS**

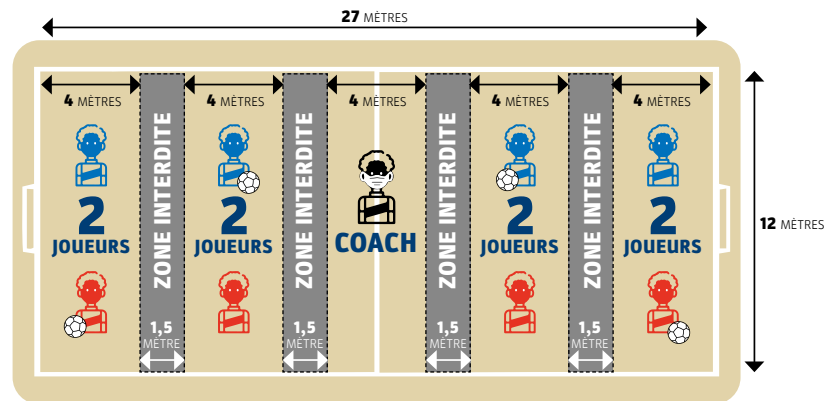
Fiche **BEACH HANDBALL****ÉTAPES 1 ET 2 À PARTIR DU 2 JUIN**

Activités individuelles avec ou sans ballon, activités en relation à plusieurs, sans contact, avec ou sans ballon et sans opposition, en respect de distanciation sociale

- ▶ Activités individuelles reprise cardio
- ▶ Motricité générale et spécifique
- ▶ Gestes techniques Beach (360°, kung-fu), en relation à plusieurs sans contact, avec ou sans ballon et sans opposition
- ▶ Échauffement GB et duel tireur / GB en associant les gestes techniques
- ▶ Shoot-out

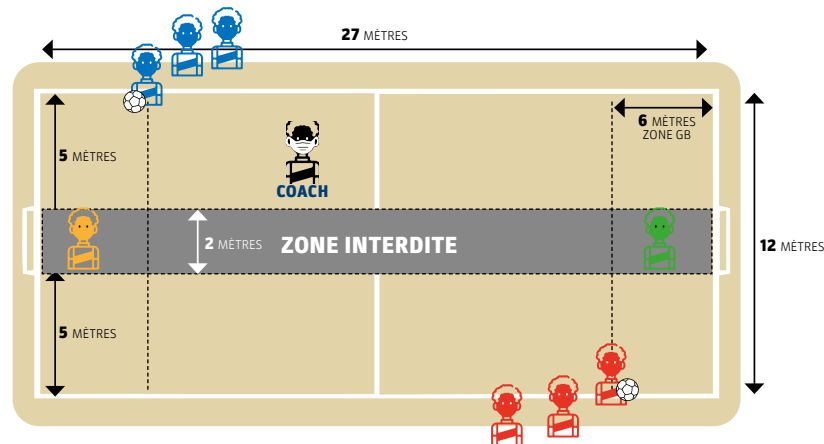
**CHAQUE
JOUEUR A
SON ESPACE
DE TRAVAIL**

Travail d'appuis,
motricité,
gestes techniques



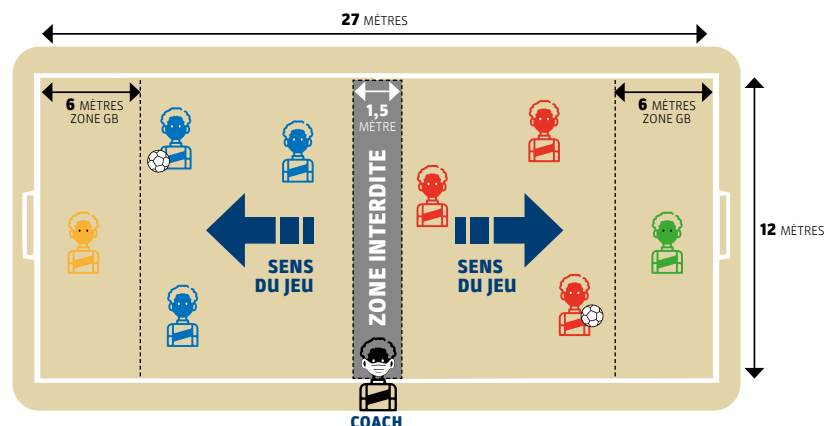
**À PLUSIEURS
SANS
CONTACT**

Disposition
shoot-out



**À PLUSIEURS
SANS
CONTACT**

Échauffement
gardien de but,
gestes techniques
(360°, kung-fu)

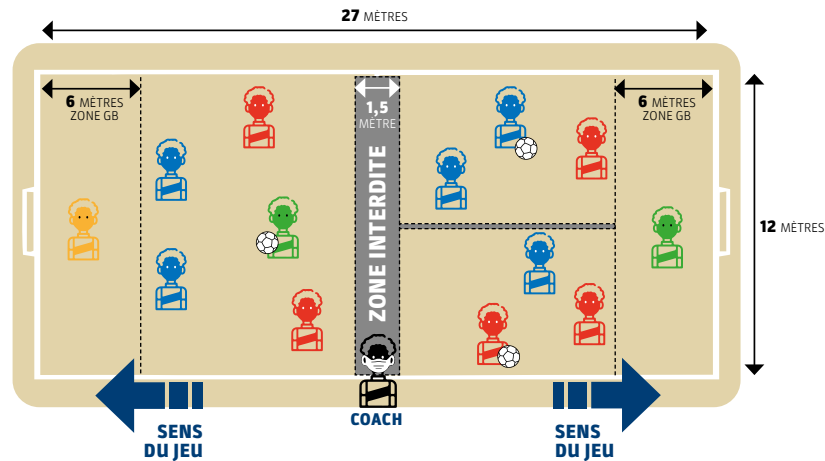


Fiche **BEACH HANDBALL****ÉTAPE 3**

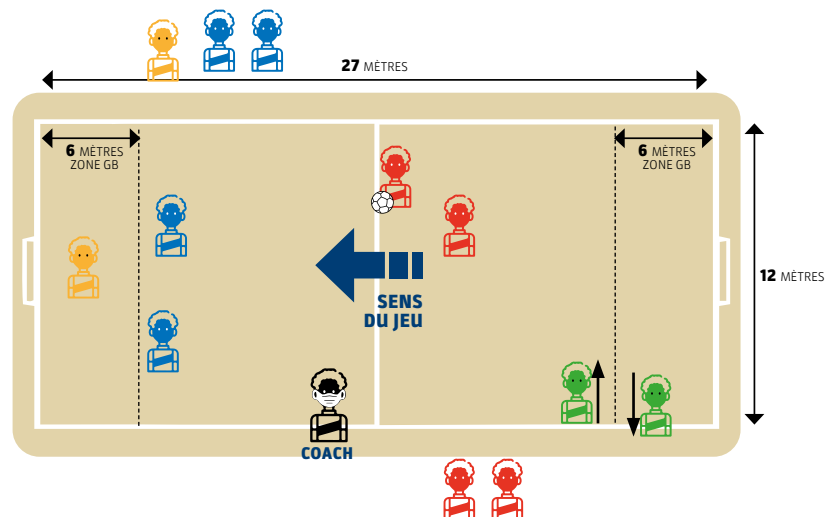
Activités d'opposition (attaquant, défenseur, gardien de but)
à plusieurs, sans contact

- ▶ 2 contre 1 avec accès au but
- ▶ 3 contre 2 avec accès au but
- ▶ sur tout le terrain ou sur 2 demi-terrains avec accès au but
- ▶ Activité très modérée du défenseur

**2 CONTRE 1
OU 3 CONTRE 2**
selon le nombre
de joueurs
autorisés



**JEU SUR TOUT
TERRAIN**
Comprendre et
apprendre les notions
de changement
attaquant / défenseur





Fiche **BEACH HANDBALL**

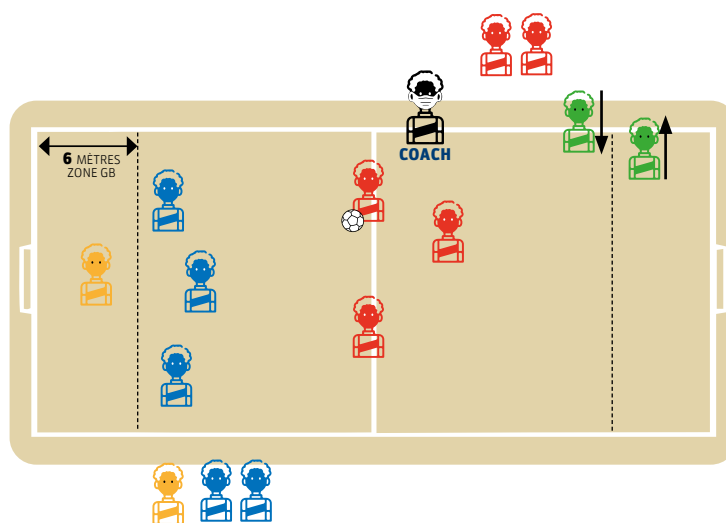
ÉTAPE 4

Activités d'opposition (attaquant, défenseur, gardien de but) à plusieurs

- ▶ Possibilité de rajouter à ce qui se faisait phase 1 2 3 des activités d'oppositions (attaquants / défenseurs / gardien de but) à plusieurs
- ▶ 4 contre 3 sur demi-terrain et tout le terrain
- ▶ Activité du défenseur dans le respect des règles du Beach

OPPOSITION 4 CONTRE 3

Petit espace
et grand espace



ÉTAPE 5

Reprise des rencontres, tournois, plateaux

Fiche **BABYHAND****AMÉNAGEMENT DU TERRAIN ET DU JEU AU NIVEAU SANITAIRE**

- ▶ Pratique originellement sans contact
- ▶ Aire de jeu de 20 m x 10 m à minima
- ▶ Pratique de l'enfant avec un parent
- ▶ Séance par groupe de 4 enfants, 4 parents, un ou 2 animateurs
- ▶ Animateurs et parents masqués
- ▶ Pratique en atelier : 1 atelier / couple parent-enfant

ÉTAPE 1**Activités individuelles avec ou sans ballon**

Cette étape sera caractérisée par la possibilité de mettre en place des séances avec des activités individuelles réalisées avec ou sans ballon.

À ce jour, l'effectif global accueilli pour les séances mises en œuvre ne devra pas dépasser 10 personnes, (exemple : 1 ou 2 animateurs cadre + 4 joueurs ou joueuses + 4 parents)

Les espaces de jeu pourront donc être :

- ▶ city stades
- ▶ city parks
- ▶ cours d'école
- ▶ terrains de plein air (sur sable ou sur herbe)
- ▶ plage
- ▶ espace de sable
- ▶ installations sportives autorisées pour la pratique dans le cadre du programme 2S2C
- ▶ espace ombragé si forte chaleur
- ▶ gymnases en zone verte

Il sera nécessaire de prévoir de l'eau (bonbonne d'eau) et du savon et/ou lingettes désinfectantes pour le lavage des mains car le gel hydro-alcoolique est dangereux

pour les enfants de moins de 5 ans (risque de projection dans les yeux).

Les activités qu'il sera possible de mettre en place seront proposées en binôme 1 enfant + 1 parent dans un espace dédié avec du matériel dédié à chaque enfant. Nous vous préconisons d'utiliser une caisse par enfant comprenant tout le matériel nécessaire à la séance et en fonction des jeux, les enfants utiliseront leur propre matériel sur toute la séance.

Il sera possible de faire des ateliers propres à l'activité babyHand en respectant une organisation en rotation et en privilégiant les exercices individuels ou à 2 avec le parent.

Durant cette phase, il conviendra donc **de ne pas** mettre en place :

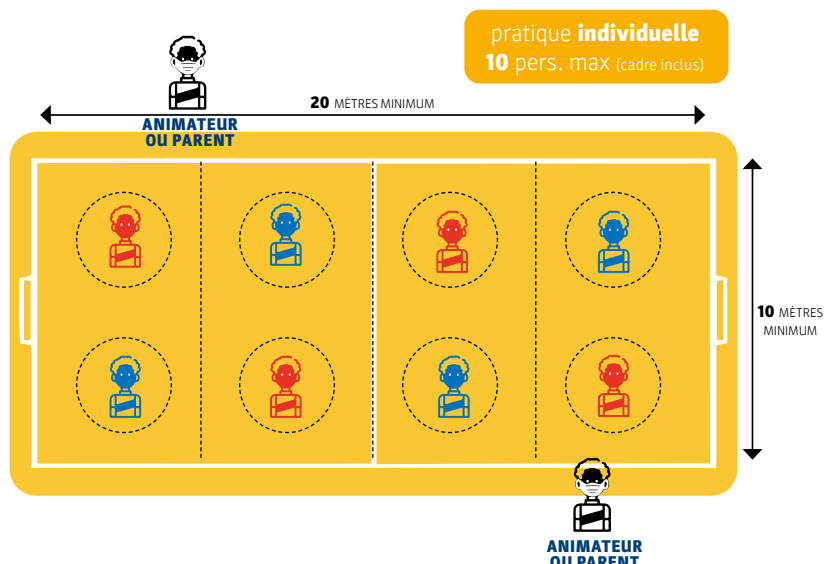
- ▶ des relations directes entre joueurs
- ▶ des oppositions
- ▶ des tirs avec gardien de but

L'espace **d'entrée dans la séance** doit faire en sorte de respecter la distanciation sociale (l'espace peut être matérialisé avec un plot ou cerceau que le joueur.se gardera dans sa caisse de matériel).

ESPACE DE JEU**4 espaces bien distincts les uns des autres.**

L'animateur.trice proposera une séquence de jeu commune à tous les joueurs, puis enchainera sans avoir besoin d'un temps de rotation entre les ateliers.

Prévoir la **désinfection** des mains au maximum toutes les 15'.



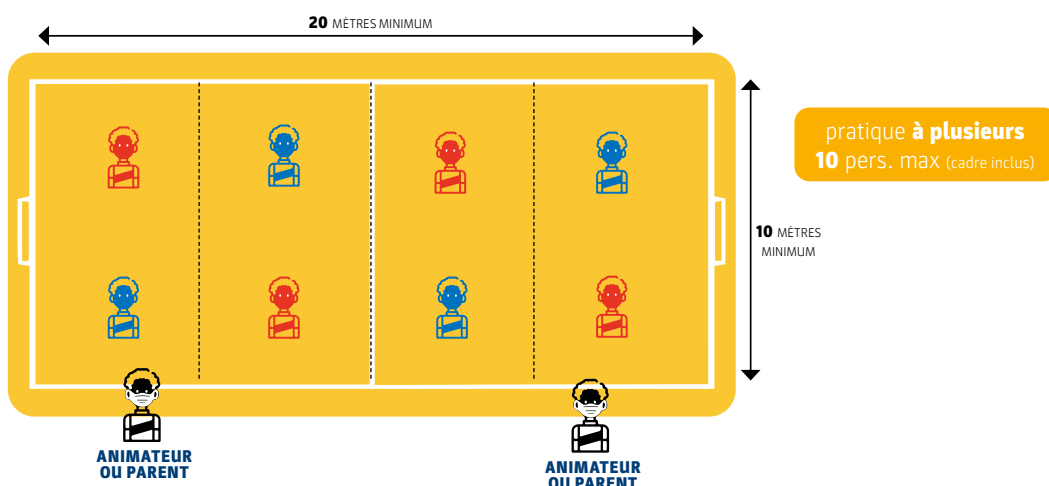
Fiche **BABYHAND****ÉTAPE 2**

Activités en relation à plusieurs, sans contact, avec ou sans ballon et sans opposition, en respect de distanciation sociale

En plus des activités précédentes, il sera possible de mettre en place :

- ▶ des séquences de jeu avec des passes (sur place avec au moins **1 mètre** de distance ou en déplacement avec **5 à 10 mètres** de distance selon la vitesse de déplacement).
- ▶ du duel tireur / gardien de but de manière ponctuelle

L'aménagement de l'espace pourra se faire comme indiqué ci-après :



Les **ÉTAPES 3 ET 4** peuvent être mises en place via le **Livret babyHand** tout en respectant la distanciation nécessaire (cf. doctrine sanitaire), la densité de joueurs.

ÉTAPE 3

Activités d'opposition (attaquant / défenseur / gardien de but) à plusieurs

- ▶ sans contact avec ballon

ÉTAPE 4

Activités d'opposition (attaquant / défenseur / gardien de but) à plusieurs

- ▶ avec contact et avec ballon

ÉTAPE 5

Reprise des rencontres, tournois, plateaux

Fiche **HAND À 4****AMÉNAGEMENT DU TERRAIN ET DU JEU AU NIVEAU SANITAIRE**

- ▶ Pratique originellement sans contact
- ▶ Aire de jeu de 20 m x 10 m à minima
- ▶ Pratique privilégiée faite de déplacements, de passes, de lancers sans opposition
- ▶ Animateur masqué

ÉTAPE 1**Activités individuelles avec ou sans ballon**

Cette étape sera caractérisée par la possibilité de mettre en place des séances avec des activités individuelles réalisées avec ou sans ballon.

À ce jour, l'effectif global accueilli pour les séances mises en œuvre ne devra pas dépasser 10 personnes, soit par exemple :

- ▶ 1 cadre + 9 joueurs ou joueuses
- ▶ 2 cadres + 8 joueurs ou joueuses

Les espaces de jeu pourront donc être :

- ▶ les city stades
- ▶ les city parks
- ▶ les cours d'école
- ▶ les terrains de plein air (sur sable ou sur herbe)
- ▶ les gymnases en zone verte
- ▶ les installations sportives autorisées pour la pratique dans le cadre du programme 2S2C

Les activités qu'il sera possible de mettre en place seront :

- ▶ de la motricité générale et spécifique avec 1 ballon par joueur (parcours, manipulation de balle)
- ▶ du travail physique (avec ou sans ballon) en prenant toutes les précautions nécessaires par rapport à un public qui n'a peut-être plus pratiqué d'activité sportive depuis plus de 2 mois

Durant cette phase, il conviendra donc de ne pas mettre en place :

- ▶ des relations directes entre joueurs
- ▶ des oppositions
- ▶ des tirs avec gardien de but

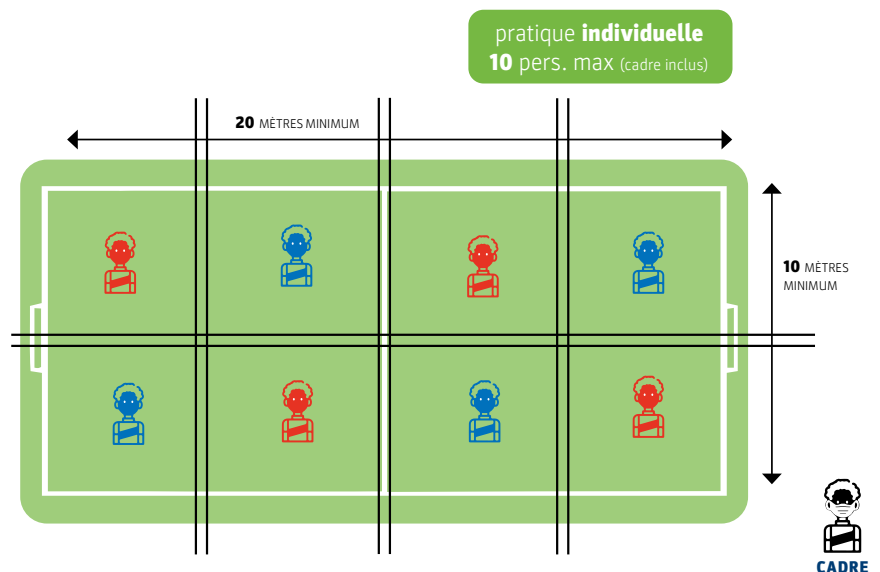
L'aménagement de l'espace pourra se faire comme indiqué ci-après :

ESPACE DE JEU

Selon la taille du terrain disponible, le couper en 4, 6 ou 8 parties.

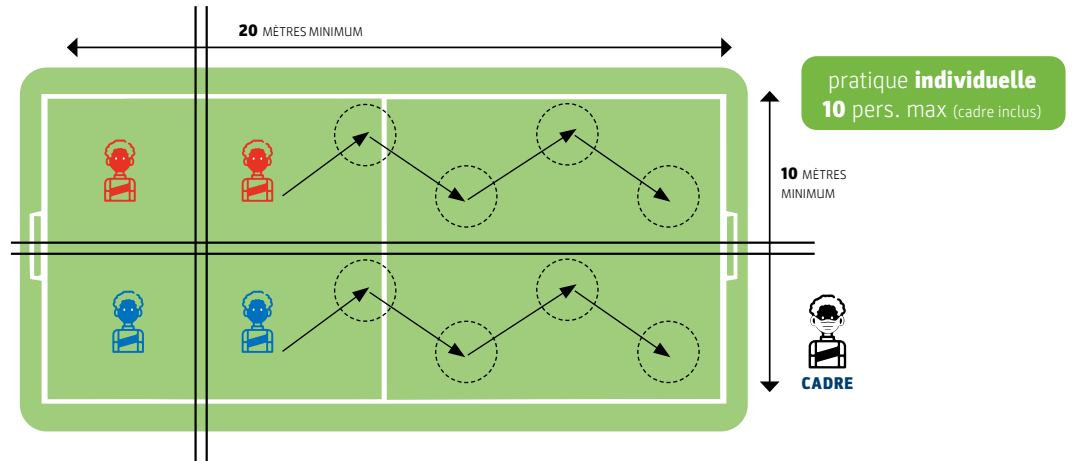
Faire en sorte que les séparations entre chaque espace soient plutôt des « couloirs interdits » que de simples lignes.

Chaque joueur devra rester en permanence dans sa partie pour les situations de manipulations de balle, de motricité ou de travail physique.



Fiche **HAND À 4****ÉTAPE 1 - SUITE**

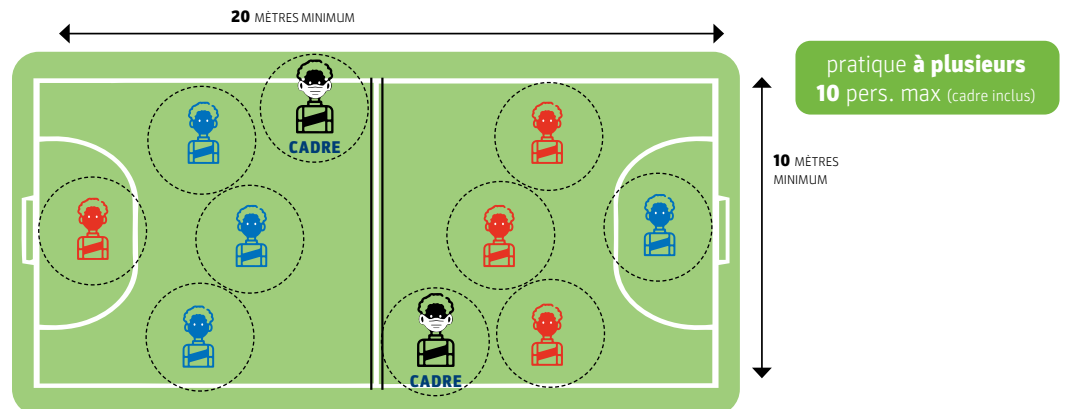
En cas de mise en place de parcours, veillez au respect des distances entre chaque joueur en permanence (pendant le parcours, dans la phase d'attente, dans la sortie du parcours...)

**ÉTAPE 2**

Activités en relation à plusieurs, sans contact, avec ou sans ballon et sans opposition, en respect de distanciation sociale

En plus des activités précédentes, il sera possible de mettre en place :

- ▶ du travail de passes (sur place avec au moins 1 mètre de distance ou en déplacement avec 5 à 10 mètres de distance selon la vitesse de déplacement)
- ▶ du duel tireur / GB
- ▶ du travail spécifique pour les GB



Pour les situations de duel avec le GB, veillez à ce que chaque joueur garde bien son ballon et faire respecter les distances de sécurité



Fiche **HAND À 4**

ÉTAPE 3

Activités d'opposition (attaquant / défenseur / gardien de but) à plusieurs, sans contact avec ballon

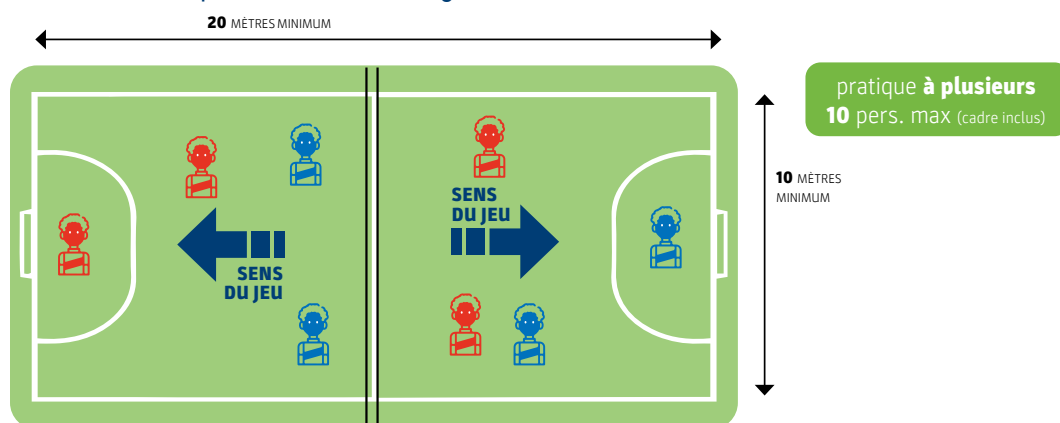
En plus des activités précédentes, il sera possible de mettre en place :

- ▶ des traversées de terrain avec de la coopération et de l'opposition pour accéder au tir (mais toujours sans contact)
- ▶ des oppositions (toujours sans contact) près du but adverse pour traverser, contourner ou passer par-dessus la défense

Afin d'éviter les contacts, il conviendra de :

- ▶ limiter les crédits d'actions des défenseurs (tenir une balle à 2 mains par exemple et interdiction de toucher les attaquants)
- ▶ mettre les défenseurs en infériorité numérique (2c1 / 3c1 / 3c2)
- ▶ utiliser des espaces suffisamment grands

2 CONTRE 1
sur demi-terrain de hand à 4
+ accès au tir
Travail simultané
sur les 2 demi-terrains
avec 2 sens de jeu opposés



ÉTAPE 4

Activités d'opposition (attaquant / défenseur / gardien de but) à plusieurs, avec contact et avec ballon

Le hand à 4 étant basé sur un jeu où le contact est aménagé (neutralisation interdite), il sera donc possible de reprendre les organisations de la phase précédente mais en amenant de l'égalité numérique dans les oppositions pour que les défenseurs soient davantage valorisés dans leurs actions et trouvent des stratégies de coopération « gagnantes ». Les oppositions pourront se dérouler :

- ▶ avec des enchaînements d'actions sur l'ensemble du terrain (faible densité de joueurs)
- ▶ avec du jeu sur un espace réduit (proche d'un but, forte densité de joueurs)
- ▶ avec des successions de phases sur espace réduits et de traversées de terrain

ÉTAPE 5

Reprise des rencontres, tournois, plateaux

Cette phase représentera la mise en place d'oppositions inter clubs.

Fiche **HANDFIT****AMÉNAGEMENT DU TERRAIN ET DU JEU AU NIVEAU SANITAIRE**

- ▶ Pratique originellement sans contact
- ▶ Aire de jeu de 20 m x 10 m à minima
- ▶ Activité individuelle avec matériel personnel géré par le pratiquant
- ▶ Interdiction de la phase « jouée » (Handjoy) d'opposition
- ▶ Programme d'activité prolongée à domicile

ÉTAPE 1**Activités individuelles avec ou sans ballon**

Cette étape sera caractérisée par la possibilité de mettre en place des séances avec des activités individuelles réalisées avec ou sans ballon.

À ce jour, l'effectif global accueilli pour les séances mises en œuvre ne devra pas dépasser 10 personnes (animateur ou coach handfit compris).

Afin d'organiser au mieux l'accueil des pratiquants, vous pouvez préparer des caisses individuelles désinfectées propre à chaque pratiquant comprenant tout le matériel nécessaire de la séance. À la fin de la séance, vous pouvez procéder à la désinfection complète avant la prochaine utilisation.

Les espaces de jeu pourront donc être :

- ▶ les city stades
- ▶ les city parks
- ▶ les cours d'école (quand il y a des conventions avec la collectivité territoriale)
- ▶ les terrains de plein air (sur sable ou sur herbe)
- ▶ les gymnases en zone verte
- ▶ les installations sportives autorisées pour la pratique dans le cadre du programme 2S2C

Il sera nécessaire de prévoir une solution pour le lavage des mains :

- ▶ de l'eau (bonbonne d'eau) et du savon,
- ▶ des lingettes désinfectantes
- ▶ du gel hydroalcoolique

Durant cette phase, il conviendra donc de ne pas mettre en place :

- ▶ des relations directes entre joueurs
- ▶ des oppositions
- ▶ des tirs avec gardien de but

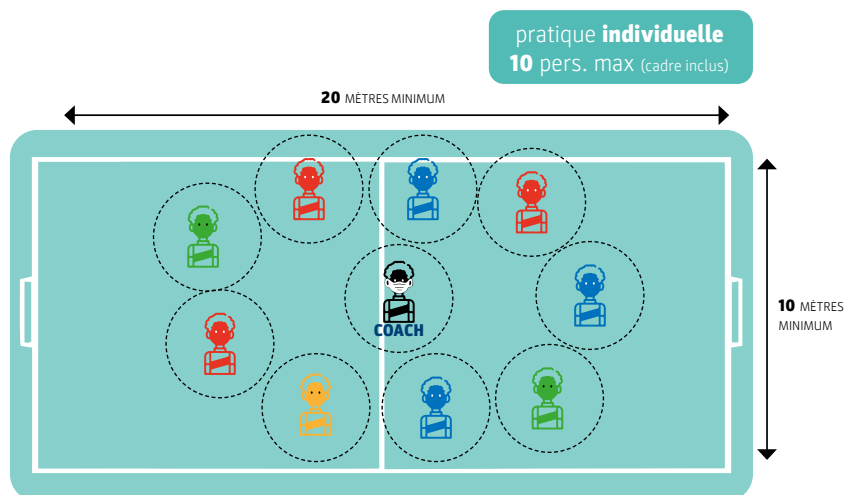
Éviter de proposer des circuits d'atelier (notamment sur la phase cardiopower-tabata) pour éviter les échanges de matériel. Un même travail peut se faire dans le même espace de travail sans rotation.

Le handfit est une pratique qui a su s'adapter au confinement réglementaire. Vous allez peut-être retrouver des joueurs ayant pratiqué l'activité, mais il n'en demeure pas moins qu'un principe de précaution quant à la reprise sportive doit être observé. Les différentes phases doivent être progressi. Un prolongement à domicile (seul avec un programme ou via une visio, un live...) peut être une proposition complémentaire de qualité pour poursuivre sa réathlétisation.

Bien **respecter la distanciation** sociale mais garder de la convivialité de pratique en organisant l'espace **en rond** afin que tout le monde puisse se voir.

Toutes les phases pourront se proposer dans cette organisation y compris la partie handjoy en ayant les préconisations du Hand à 4.

En cas de mise en place de parcours, veillez au respect des distances entre chaque joueur en permanence (pendant le parcours, dans la phase d'attente, dans la sortie du parcours...)





Fiche **HANDFIT**

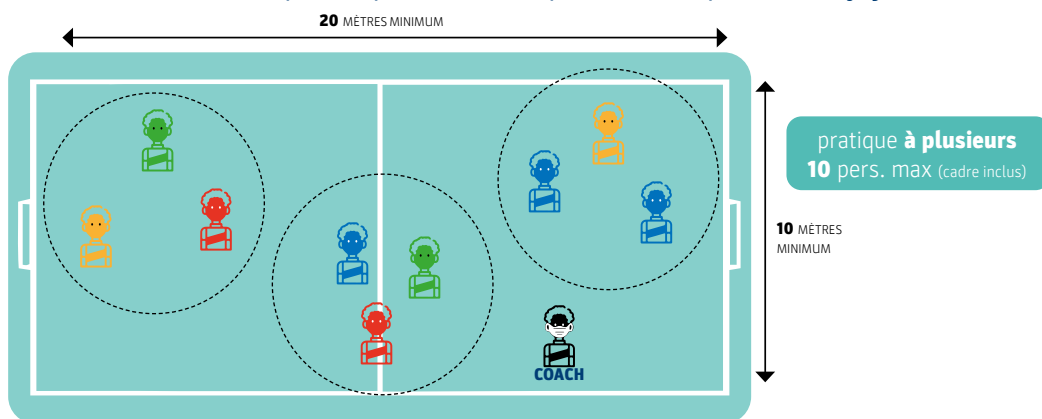
ÉTAPE 2

Activités en relation à plusieurs, sans contact, avec ou sans ballon et sans opposition, en respect de distanciation sociale

Cette étape sera caractérisée par la possibilité de mettre en place des séances avec des relations à plusieurs sans contact et sans opposition.

En plus des activités précédentes, il sera possible de mettre en place :

- ▶ du travail à 2 ou 3 sur les phases **handbalance**, **cardiopower** (sur place avec au moins 1 mètre de distance ou en déplacement avec 5 à 10 mètres de distance selon la vitesse de déplacement)
- ▶ du duel tireur / GB que l'on peut mettre en place avec la phase **handjoy**



ÉTAPE 3

Activités d'opposition (attaquant / défenseur / gardien de but) à plusieurs, sans contact avec ballon

Chaque phase handfit pourra être proposée en veillant (cf. fiche Hand à 4) aux préconisations de mise en place de la phase handjoy.

Garder le principe d'une organisation en rond pour maintenir de la convivialité dans la séance.

ÉTAPE 3

Activités d'opposition (attaquant / défenseur / gardien de but) à plusieurs, avec contact et avec ballon

Chaque phase handfit pourra être proposée en veillant (cf. fiche Hand à 4) aux préconisations de mise en place de la phase handjoy.

Garder le principe d'une organisation en rond pour maintenir de la convivialité dans la séance.

ÉTAPE 5

Reprise des rencontres, tournois, plateaux

Cette étape sera caractérisée par les événements que vous organisez autour de la pratique handfit (entreprise, ponctuelle...).

Fiche **HANDBAUTEUIL****AMÉNAGEMENT DU TERRAIN ET DU JEU AU NIVEAU SANITAIRE**

- ▶ Pratique originellement sans contact
- ▶ Aire de jeu de 40 m x 20 m ou 38 m x 18 m
- ▶ Pratique faite de déplacements, de passes, de lancers sans opposition
- ▶ Désinfection des fauteuils préalablement à l'activité
- ▶ Animateur masqué

ÉTAPE 1**Activités individuelles avec ou sans ballon**

Cette étape sera caractérisée par la possibilité de mettre en place des séances avec des activités individuelles réalisées avec ou sans ballon.

À ce jour, l'effectif global accueilli pour les séances mises en œuvre ne devra pas dépasser 10 personnes (animateur compris).

Les espaces de jeu accessibles aux PMR pourront donc être :

- ▶ les city stades
- ▶ les city parks
- ▶ les cours d'école (quand il y a des conventions avec la collectivité territoriale)
- ▶ les extérieurs stabilisés
- ▶ les gymnases en zone verte
- ▶ les installations sportives autorisées pour la pratique dans le cadre du programme 2S2C
- ▶ les plateaux bitumés polyvalents

Il sera nécessaire de prévoir une solution pour le lavage des mains :

- ▶ de l'eau (bombe d'eau) et du savon,

- ▶ des lingettes désinfectantes
- ▶ du gel hydro-alcoolique

Les fauteuils du club devront faire l'objet d'une désinfection très soignée avant et après chaque utilisation.

Les activités qu'il sera possible de mettre en place seront :

- ▶ de la motricité générale et spécifique avec 1 ballon par joueur (parcours, manipulation de balle)
- ▶ du travail physique (avec ou sans ballon) en prenant toutes les précautions nécessaires par rapport à un public qui, d'une part n'a peut-être plus pratiqué d'activité sportive depuis plus de 2 mois et, d'autre part, est un public dit « à risque » au regard de la crise sanitaire.

Durant cette phase, **ne devront pas** être mis en place :

- ▶ des relations directes entre joueurs
- ▶ des oppositions
- ▶ des tirs avec gardien de but

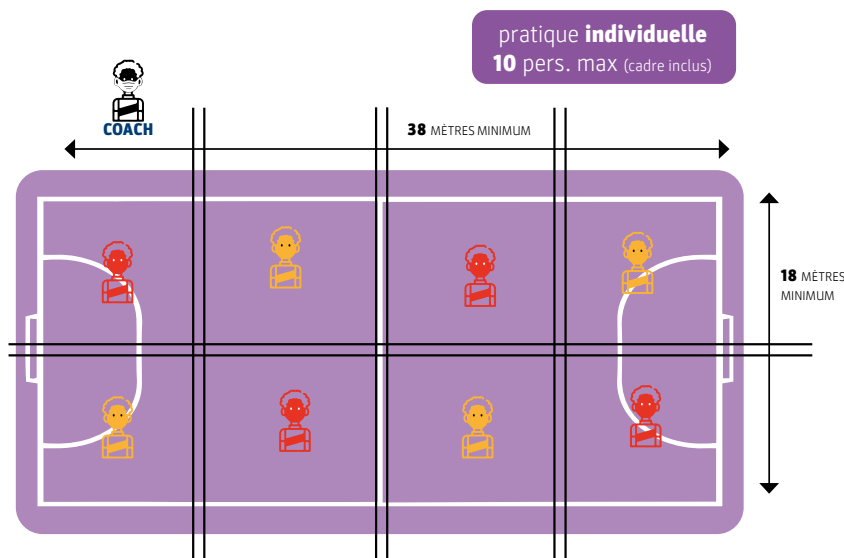
ESPACE DE JEU

Selon la taille du terrain disponible, le couper en 4, 6 ou 8 parties.

Faire en sorte que les séparations entre chaque espace soient plutôt des « couloirs interdits » que de simples lignes.

Chaque joueur devra rester en permanence dans sa partie pour les situations de manipulations de balle, de motricité ou de travail physique. Prévoir un espace assez grand pour se déplacer aisément avec le fauteuil.

En cas de mise en place de parcours, veillez au respect des distances entre chaque joueur en permanence (pendant le parcours, dans la phase d'attente, dans la sortie du parcours...).



Fiche **HANDBAUTEUIL****ÉTAPE 2****Activités en relation à plusieurs, sans contact, avec ou sans ballon et sans opposition, en respect de distanciation sociale**

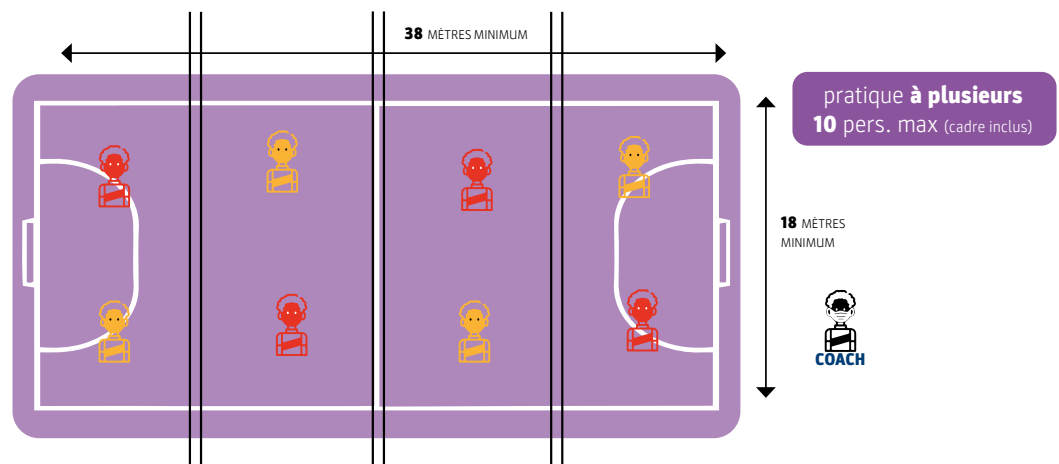
Cette étape sera caractérisée par la possibilité de mettre en place des séances avec des relations à plusieurs sans contact et sans opposition. À ce jour, l'effectif global accueilli pour les séances mises en œuvre ne devra pas dépasser 10 personnes, soit par exemple :

- ▶ 1 cadre + 9 joueurs.ses
- ▶ 2 cadres + 8 joueurs.ses

En plus des activités précédentes, il sera possible de mettre en place :

- ▶ du travail de passes (sur place avec au moins 1,5 mètre de distance ou en déplacement avec 5 à 10 mètres de distance selon la vitesse de déplacement)
- ▶ du duel tireur / GB
- ▶ du travail spécifique pour les GB

Pour les situations de duel avec le GB, veillez à ce que chaque joueur **garde bien son ballon** et faire respecter les **distances de sécurité**.





Fiche **HANDBAUTEUIL**

ÉTAPE 3

Activités d'opposition (attaquant / défenseur / gardien de but) à plusieurs, sans contact avec ballon

Cette étape sera caractérisée par la possibilité de mettre en place des séances avec des oppositions à plusieurs sans contact. Sachant qu'en handfauteuil, les contacts directs ne sont pas permis et le carénage met de fait une distanciation entre les joueurs.ses.

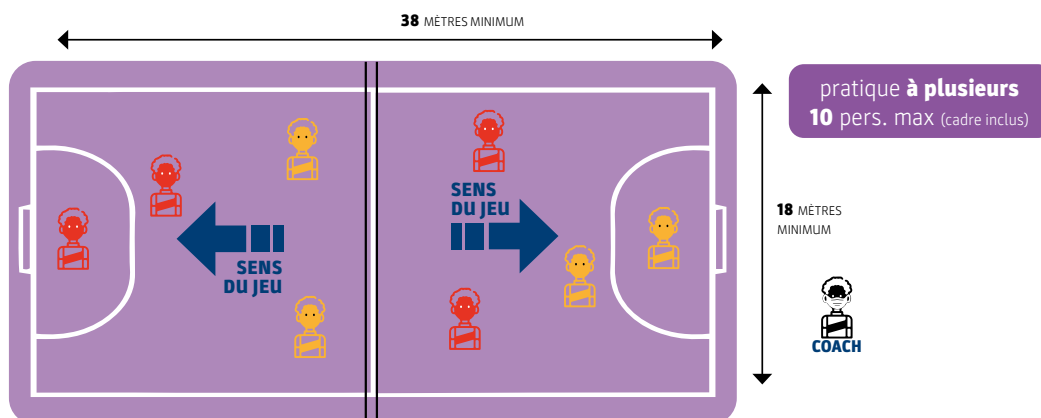
En plus des activités précédentes, il sera possible de mettre en place :

- ▶ des traversées de terrain avec de la coopération et de l'opposition pour accéder au tir (mais toujours sans contact)
- ▶ des oppositions (toujours sans contact) près du but adverse pour traverser, contourner ou passer par-dessus la défense

Afin d'éviter les contacts, il conviendra de :

- ▶ limiter les crédits d'actions des défenseurs (interdiction de toucher les attaquants)
- ▶ mettre les défenseurs en infériorité numérique (2c1 / 3c1 / 3c2)
- ▶ utiliser des espaces suffisamment grands

2 CONTRE 1
sur demi-terrain + accès au tir
Travail simultané
sur les 2 demi-terrains
avec 2 sens de jeu opposés



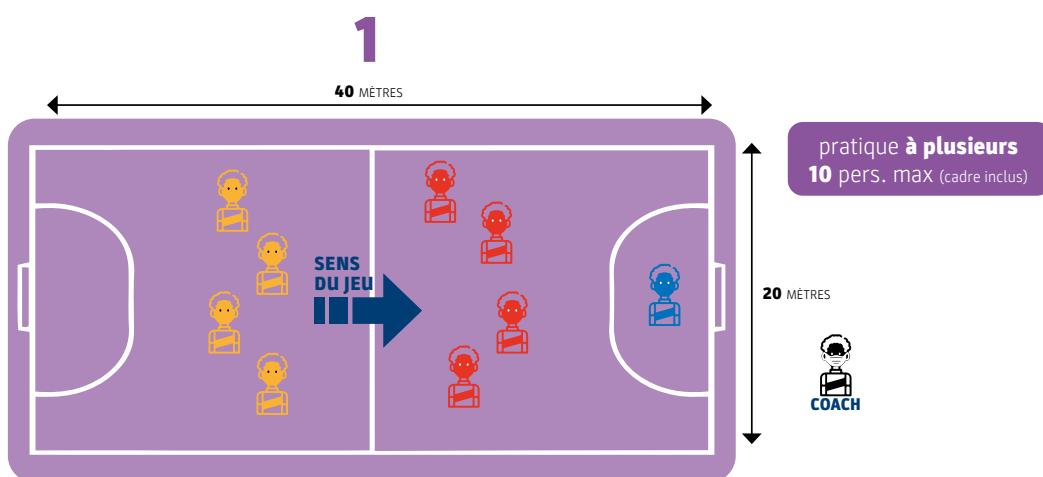
Fiche **HANDBAUTEUIL****ÉTAPE 4****Activités d'opposition (attaquant / défenseur / gardien de but)
à plusieurs, avec contact et avec ballon**

L'aménagement actuel du handfauteuil fait qu'il se joue avec une faible densité de joueurs. ses par rapport à sa forme traditionnelle (5+1).

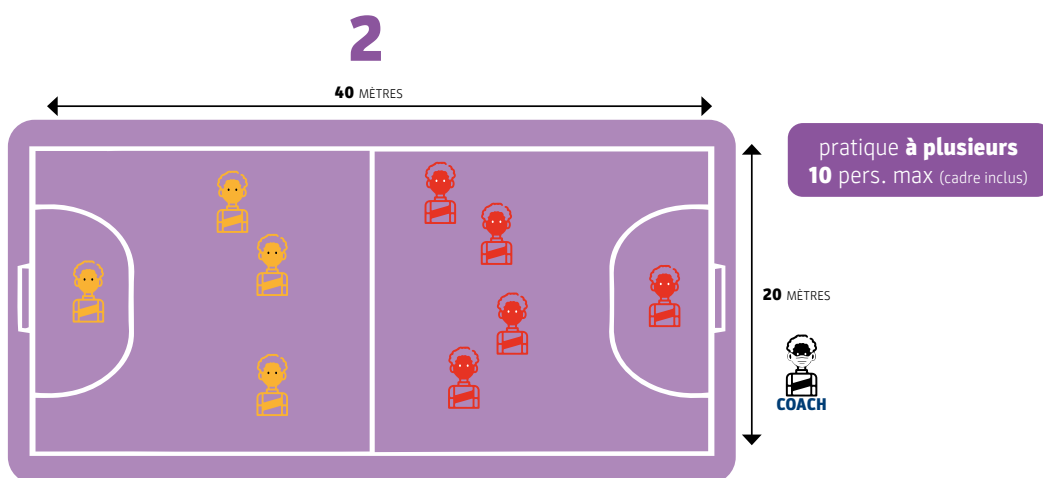
En plus des activités précédentes, il sera possible de mettre en place :

- ▶ toutes les phases de jeu depuis le jeu sur grand espace à faible densité de joueurs. ses (montée de balle / repli défensif) jusqu'au jeu à proximité de la cible sur plus petit espace et à plus forte densité de joueurs. ses (attaque / défense « placées »)
- ▶ ces phases pourront être mises en place séparément (situations spécifiques) et/ou s'enchaîner sur l'ensemble du terrain (jeu plus global)
- ▶ du jeu à égalité numérique, envisagé sous diverses formes, en lien avec l'espace occupé :

**4 CONTRE 4
SUR 1 CIBLE**
sur terrain 40 m x 20 m :
**jeu orienté vers une seule
cible gardée** permettant le
passage du grand au petit es-
pace jusqu'à l'accès à la cible
et le duel tireur / GB

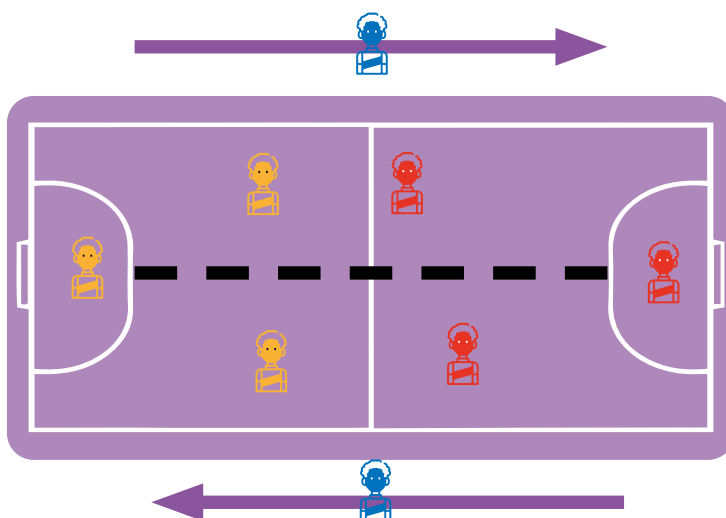


4 CONTRE 4
sur terrain 40 m x 20 m :
**confrontation entre 2
équipes (3joueurs + 1 GB)**
permettant la succession
continu de toutes
les phases de jeu



Fiche **HANDBAUTEUIL****ÉTAPE 4 - SUITE**

3

**1 CONTRE 1
AVEC PASSEUR JOKER**

sur demi-terrain en longueur
(fonctionnement en
« hippodrome »)

pratique à plusieurs
10 pers. max (cadre inclus)

**ÉTAPE 5****Reprise des rencontres, tournois, plateaux**

Cette phase représentera la mise en place d'oppositions interclubs sous toutes ses formes.

À SAVOIR

Il est possible en adaptant de proposer une activité handfit en fauteuil. Cela permet de mixer les différentes populations et ainsi recréer du lien social entre les pratiquants.

HANDBALL ET MILIEU SCOLAIRE

Dispositif 2S2C (Sport – Santé – Culture – Civisme)

Le ministère de l'Éducation nationale et de la jeunesse, le ministère des Sports ainsi que le mouvement sportif se sont engagés dans un travail commun pour la mise en place du dispositif 2S2C (Sport – Santé – Culture – Civisme), participant au retour progressif des élèves à l'école depuis le 11 mai.

Les élèves peuvent se trouver dans une à plusieurs des situations suivantes :

- ▶ en classe ;
- ▶ en étude si les locaux et les moyens de surveillance le permettent ;
- ▶ à la maison avec la poursuite de l'enseignement à distance ;
- ▶ en activité grâce à un accueil organisé par les communes dans le cadre du dispositif Sport – Santé – Culture – Civisme (2S2C).

#2S2C permet d'assurer localement l'accueil des élèves **par d'autres intervenants que leurs enseignants** pour encadrer une activité physique et sportive afin d'aider au dédoublement des classes.

La FFHandball estime important dans ce contexte particulier, de maintenir un lien avec l'école à l'échelle locale. Le handball, activité collective, doit pouvoir s'appuyer sur ses valeurs de cohésion pour participer à l'élaboration d'un nouveau « vivre ensemble » dans notre société.

Les propositions d'activités des clubs devront être adressées au groupe d'appui départemental (GAD) (cf. page 4 du dispositif) afin de se faire connaître. Ce protocole est à suivre scrupuleusement, il n'y a qu'en fonctionnant ainsi que nous entretiendrons la confiance avec le monde scolaire.

Il est préconisé de ne pas avoir d'accès direct avec l'école et la commune dans un premier temps. Le « Guide 2S2C Handball » vous explique le protocole de manière détaillée.

Ces propositions d'activités veilleront à suivre les recommandations de remobilisation physique et psychique des élèves indiquées dans le « cadre de recommandations de pratique d'APS post-confinement » élaboré avec l'appui de l'Observatoire national de l'activité physique et de la sédentarité (l'ONAPS).

La FFHandball juge opportun de favoriser les propositions à destination :

- ▶ de l'école primaire,
- ▶ des AS handball des collèges (lors de leur réouverture).

Ceci dans le but de maintenir la confiance avec les enseignants d'EPS du second degré qui accueillent ce dispositif de manière contrastée.

Vous trouverez en [dans ce dossier](#) une mallette « Dispositif 2S2C » comprenant :

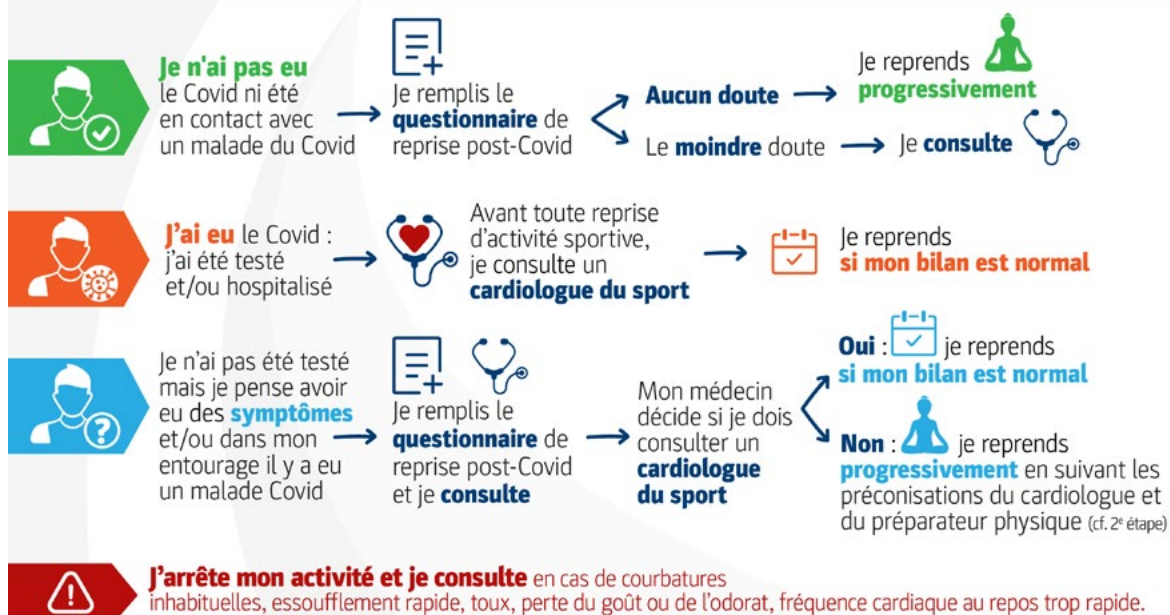
- ▶ le « Guide 2S2C Handball »
- ▶ le texte « Protocole du dispositif 2S2C »
- ▶ le « Cadre de recommandations de pratique d'APS post-confinement »
- ▶ le modèle de convention
- ▶ l'annexe à la convention
- ▶ la liste des correspondants USEP, UNSS, UGSEL
- ▶ des propositions de ressources pédagogiques

DOCTRINE MÉDICALE DE LA FFHANDBALL

Protocole de reprise

1^{re} ÉTAPE

Je veux reprendre une vraie activité physique



2^e ÉTAPE

J'ai eu l'aval médical





DOCTRINE MÉDICALE DE LA FFHANDBALL

Protocole de reprise

3^e
ÉTAPE

Je reprends une licence 2020-21

Pour l'obtention d'une licence permettant la participation aux activités compétitives et de loisirs :



Une visite médicale est **obligatoire** pour l'obtention d'un certificat d'absence de contre-indication à la pratique sportive en compétition ou en loisir, compte tenu des risques :

- cardio-vasculaires liés au virus lui-même
- musculo-tendino-ligamentaires dus au confinement

Rappel

La licence 2019-20 est valable jusqu'au 15 septembre 2020 (hors mutation, hors compétition).

PRENDRE UNE LICENCE À PARTIR DU 1^{ER} JUIN

Vous pourrez reprendre votre licence pour la prochaine saison sportive dès lundi 1^{er} juin prochain. Pour cela, votre club devra vous transmettre les documents suivants :

- ▶ Le modèle de certificat médical vierge ;
NB : l'original du certificat médical doit rester la propriété du licencié s'il veut s'en servir pour une autre activité sportive
- ▶ Le questionnaire de reprise post-confinement ;
NB : ce questionnaire de reprise post-covid 19 est un document médical confidentiel qui doit être confié uniquement au médecin (et pas au club)
- ▶ La notice « Surveillance post-délivrance d'un certificat médical » décrivant les symptômes évocateurs d'une complication secondaire ou d'une contamination ultérieure qui conduirait à reconsulter un médecin.

**MINISTÈRE
DES SPORTS**Liberté
Égalité
Fraternité

COVID-19

Les bons réflexes à adopter

Respecter les **règles
de distanciation**Éviter tout **contact
corporel**Respecter les **règles
barrières**Se changer et se doucher
à domicileRenoncer (pour l'heure) aux
compétitionsCommencer par des
**activités
extérieures**Renoncer **aux
manifestations**
comme les fêtes et
les assemblées générales limiter à **10 personnes
maximum** les rassemblements

SPORTS.GOUV.FR

Retrouvez-nous sur :



INFORMATION CORONAVIRUS

COVID-19

**PROTÉGEONS-NOUS
LES UNS LES AUTRES**Se laver régulièrement
les mains ou utiliser une
solution hydro-alcooliqueTousser ou éternuer
dans son coude
ou dans un mouchoirSe moucher dans
un mouchoir à usage unique
puis le jeterEviter
de se toucher
le visageRespecter une distance
d'au moins un mètre
avec les autresSaluer
sans serrer la main
et arrêter les embrassadesEn complément de ces gestes, porter un masque
quand la distance d'un mètre ne peut pas être respectéeGOUVERNEMENT.FR/INFO-CORONAVIRUS 0 800 130 000
(appel gratuit)

COVID-19

**PORTER UN MASQUE,
POUR MIEUX NOUS PROTÉGER**Se laver les mains **avant** de
mettre son masque
et **après** l'avoir retiréMettre et enlever
le masque en le prenant par
les lanièresCouvrir le nez
et la boucheUne fois posé,
ne plus le toucherAprès utilisation, le mettre
dans un sac plastique et le jeter
ou s'il est en tissu, le laver
à 60° pendant 30 min**Le masque est un moyen de protection complémentaire
qui ne remplace pas les gestes barrières**GOUVERNEMENT.FR/INFO-CORONAVIRUS 0 800 130 000
(appel gratuit)**LES BONS GESTES
FACE AU CORONAVIRUS :
OÙ JETER LES MASQUES,
MOUCHOIRS, LINGETTES ET GANTS ?**

COVID-19

Ces déchets doivent être jetés dans
un sac poubelle dédié, résistant et
disposant d'un système de fermeture
fonctionnel.Lorsqu'il est rempli, ce sac doit être
soigneusement refermé, puis conservé
24 heures.Après 24 heures, ce sac doit être jeté
dans le sac poubelle pour ordures
ménagères.Ces déchets ne doivent en aucun cas
être mis dans la poubelle des déchets
recyclables ou poubelle «jaune»
(emballages, papiers, cartons, plastiques).Pour les professionnels de santé et les personnes infectées ou symptomatiques
maintenues à domicile : suivre les recommandations du ministère des Solidarités
et de la Santé pour la gestion de vos déchets.

Vous avez des questions sur le coronavirus ?

GOUVERNEMENT.FR/INFO-CORONAVIRUS 0 800 130 000

**CRISE DU CORONAVIRUS :
FAUSSES BONNES IDÉES,
VRAIES SOLUTIONS**

COVID-19

En protégeant notre santé,
nous pouvons aussi protéger notre environnement.**FAUSSE BONNE IDÉE :**
PRIVILEGIER LES PRODUITS
EMBALLÉS DANS DU PLASTIQUE**VRAIE SOLUTION :**
EVITER LE PLASTIQUEDans vos achats alimentaires, privilégiez les emballages durables, comme le sac réutilisable.
Une fois à la maison, vos fruits et légumes peuvent être pelés ou, à défaut, lavés à l'eau potable
et essuyés avec un essuie-tout, comme le recommande l'Anses.**FAUSSE BONNE IDÉE :**
JETER MES LINGETTES
DANS LES TOILETTES**VRAIE SOLUTION :**
JETER MES LINGETTES
DANS UN SAC POUCELLELes lingettes sont majoritairement composées de plastique, elles ne se diluent pas. Les jeter dans les
toilettes crée des bouchons dans les canalisations qui nécessitent des interventions lourdes. Les lingettes
doivent être jetées dans un sac poubelle dédié. Une fois rempli, le sac doit être fermé, puis conservé 24 h
pour des raisons sanitaires. Après ce délai, il doit être jeté dans le sac à ordures ménagères.**FAUSSE BONNE IDÉE :**
BRÔLER MES
DÉCHETS VÉGÉTAUX**VRAIE SOLUTION :**
VALORISER MES
DÉCHETS VÉGÉTAUXBrûler 50 kg de végétaux chez soi représente en termes d'émissions de particules fines l'équivalent
de 14 000 km parcourus dans une voiture essence récente. Pour éviter cette pollution de l'air,
privilégiez le compostage de vos déchets verts. Vous pouvez aussi les stocker en fonction de
la proximité de la déchetterie la plus proche de chez vous.

Vous avez des questions sur le coronavirus ?

GOUVERNEMENT.FR/INFO-CORONAVIRUS 0 800 130 000