



04

ACTUALITÉ

Les coulisses
de la performance



14

JOUEUR EN FORMATION

Intégrer l'arbitrage dans les séances
d'entraînement dès le plus jeune âge

La vitesse, mais la vitesse utile



28

CÔTÉ TERRAIN

Construire le jeu autour
des qualités des joueuses

Pourquoi parler de technique ou
d'arbitrage séparément ?

Récupération de la balle et projection
vers l'avant



48

ESPACE FORMATION

La préparation mentale dans
la pratique sportive

Situation à la loupe



58

PLACE «NET» A LA FORMATION

Pour une formation sur le tas



FÉDÉRATION FRANÇAISE DE HANDBALL
16 avenue Raspail - CS 30312 - 94257 Gentilly cedex
Tél. 01 46 15 03 55 - Fax : 01 46 15 03 60
www.ff-handball.org - approches.hb@ff-handball.org

Directrice de la publication et rédactrice en chef : Brigitte Blois - Secrétaire de
rédaction : Odile Pilleux-Le Flao - Comité de direction : Philippe Bana, Stéphane Debat.
Comité de rédaction : Stéphane Debat, Paul Landuré, Guy Petitgirard, Max Giagheddu.
Crédits photos : Sportissimo - Stéphane Pillaud, Mazzol, Uros Urcevar, ©fotolia.com
(Oleksiy Mark, Pixelspieler, Beboy Anna Rassadnikova, TonyRecena). Graphisme et
mise en page : Atelier Annic Aubert.

Dépôt légal : N° 325559 - Mai 2018
Impression : ETIC GRAPHIC - 53000 LAVAL



EDITO



Brigitte BLOIS
b.blois@ffhandball.net

La culture de la gagne

Ils sont nés dans une France victorieuse.
Les jeunes handballeurs d'aujourd'hui sont
bercés, depuis l'enfance par la Marseillaise
de leurs aînés. Ils se transmettent le témoin,
de père en fils, et l'on ne s'étonne plus
aujourd'hui de leur arrivée au sommet.

Il y a l'esprit qui les habite, cette culture de
la gagne qui traverse les années, résiste aux
épreuves. Il y a aussi cette formation, propre
à la France et au handball, qui irrigue tous
les niveaux ; le fruit d'une collaboration
inédite entre l'Etat, les structures fédérales,
les clubs et les familles.

Il ne faut pas chercher ailleurs les clés de
la réussite de cette nouvelle génération
qui rejoint, sans heurt, la précédente.
Avec un égal talent. Et déjà des succès
prometteurs comme l'a montré la dernière
étape de la Golden League en Norvège dont
la bande de jeunes est sortie invaincue.
En digne héritière de ses devancières.

Les prochains championnats du monde,
en janvier en Allemagne et au Danemark,
s'annoncent sous les meilleurs auspices.
Comment ne pas y croire quand tous
les voyants sont au vert.



Romain LAGARDE
©Stéphane Pillaud