

REPUBLIQUE DU SENEGAL

MINISTERE DE L'EDUCATION NATIONALE

UNIVERSITE CHEIKH ANTA DIOP



INSTITUT NATIONAL SUPERIEUR DE L'EDUCATION POPULAIRE ET DU SPORT  
( INSEPS)

MONOGRAPHIE DE FIN DE STAGE POUR L'OBTENTION DU CERTIFICAT D'APTITUDE  
AUX FONCTIONS D'INSPECTEUR DE L'EDUCATION POPULAIRE, DE LA JEUNESSE  
ET DES SPORTS (CAIEPJS)

THEME

POUR UNE HARMONISATION DES PROGRAMMES DE  
FORMATION  
DES FORMATEURS DE BASE : L'EXEMPLE DU HAND BALL.

M003-26

PRESENTE PAR : MAHAMANE ZERBO  
ENCADRE PAR : GUIBRIL DIOP  
PROFESSEUR A L'INSEPS

X<sup>ème</sup> PROMOTION

REPUBLIQUE DU SENEGAL

MINISTERE DE L'EDUCATION NATIONALE

UNIVERSITE CHEIKH ANTA DIOP



INSTITUT NATIONAL SUPERIEUR DE L'EDUCATION POPULAIRE ET DU SPORT  
( INSEPS )

MONOGRAPHIE DE FIN DE STAGE POUR L'OBTENTION DU CERTIFICAT D'APTITUDE  
AUX FONCTIONS D'INSPECTEUR DE L'EDUCATION POPULAIRE, DE LA JEUNESSE  
ET DES SPORTS (CAIEPJS)

THEME

POUR UNE HARMONISATION DES PROGRAMMES DE  
FORMATION  
DES FORMATEURS DE BASE : L'EXEMPLE DU HAND BALL.

PRESENTE PAR : MAHAMANE ZERBO  
ENCADRE PAR : GUIBRIL DIOP  
PROFESSEUR A L'INSEPS



X<sup>ème</sup> PROMOTION

## DEDICACES

- A mes chers Parents **Baba** et **TITA**, très tôt disparus, je vous suis reconnaissant, pour l'éducation que vous m'avez donné ; au moment où je suis en train de récolter les fruits de vos bénédictions, j'aurai aimé que vous soyez à mes côtés, mais hélas le tout puissant en a voulu autrement. Dans ce virage si important dans ma vie, je ne cesse de penser à vous, je prie que **ALLAH**, le tout puissant, le miséricordieux, vous accorde une place de choix dans son paradis **AMINE** !
- A ma très chère et tendre épouse **ANNA**, à cet instant où nous abordons une nouvelle phase de notre existence, ensemble, je te suis reconnaissant pour tout ce que tu as enduré pendant nos vingt deux ans de vie commune, malgré les influences de toutes parts tu as gardé la tête froide, jusqu'à ce jour où tes efforts se voient récompensés.
- A mes très chers enfants **DEDEE – TITA – PAPA- VIEUX** et **AIDA**, je vous suis reconnaissant, pour tous les sacrifices que vous consentit durant ces deux ans, afin que je puisse franchir ce pas, pour le bonheur de la famille. Je vous aime.
- A mon Père et conseiller particulier Sidya **DABO**, je dis simplement merci du fond du cœur.
- A la Fédération Sénégalaise de Hand Ball, que ce document puisse vous être utile.
- A tous les Maîtres d'EPS de la 15<sup>ème</sup> promotion du C.N.E.P.S, et à tous les Instructeurs d'E.P.S option Hand Ball de la première promotion du C.N.E.P.S ( 1982 – 1984) un de vos camarades qui ne cesse de penser aux bons moments passés ensemble.



## REMERCIEMENTS

- A Monsieur Amadou DIARRA et famille à Thiès
- A Mon ami Souleymane « MANDIANG et Famille à Thiès
- A Mon ami et fils Papa Birahim FALL
- A Monsieur Ibrahima Faye « KRUMAH »
- A Monsieur Amadou Ba et Famille
- A Monsieur Ousmane Pouye – Faye et tout le Personnel de la Direction du Stade Iba Mar Diop
- A Monsieur Abdou Khadre Diatta « GORO »
- A Mon secrétaire PA DIOUF
- A Mon ami et Frère Papa Aimé MBENGUE à son épouse BINTA et leur fille Marème
- A Mon frère et collègue PAPA SALLE AWA DEMBELE

### **Je remercie particulièrement :**

- Monsieur Guibril DIOP Professeur à l'INSEPS qui m'a encadré pour la réalisation de ce document ;
- Monsieur Charles Mahip DIAW, Président de la Fédération Sénégalaise de Hand Ball, pour son assistance morale et matérielle, pendant ces deux années de formation
- Tous mes professeurs de l'I.N.S.E.P.S, durant cette formation.
- Monsieur DIABAKHATE, chef du Service de l'Administration Générale et de l'équipement du Ministère des sports.
- Monsieur Aloyse Ndiaye « KLEMBIE » pour son assistance
- Madame Tounkara Isseu Mbaye, pour son aide morale et matérielle.
- Enfin Merci à tous ceux qui de près ou de loin m'ont soutenu moralement, et matériellement pendant mes deux années de formation à l'I.N.S.E.P.S

## INTRODUCTION :

## CHAPITRE PREMIER :

Problématique de l'initiation au Hand Ball au Sénégal

### I. Présentation

I.1 : les encadreurs des Ecoles de Sport de la Fédération Sénégalaise de Hand Ball ..	(Page 10 )
I.2 Présentation d'un modèle de programme de stage d'initiation .....	(Page 11 )
I.3 Analyse de quelques textes régissant le sport au Sénégal .....	(Page 11)
I.3.1 L'arrêté 014084 du 12 Décembre 1973 .....	(Page 12)
I.3.2 la loi d'orientation du Sport.....	(Page 12)
I.3.3 la charte du Sport.....	(Page 13)
I.4 Conclusion .....	(Page 14)

## CHAPITRE DEUX :

### ETUDE DE CAS

II.1 Présentation de quelques contenus de programmes de formation d'initiateur .....	(Page 17)
II.1.1 les Programmes de la Région de Dakar.....	(Page 17 )
II.1.2 le Programme de la Région de Thiès.....	(Page 23)
II.1.3 le Programme de la Région de Kolda.....	(Page 25)
II.1.4 le Programme de la Région de Saint Louis .....	(Page 26 )
II.2 Analyse et critiques des différents programmes présentés .....	(Page 28 )
II.2.1 la Région de Dakar .....	(Page 28)
II.2.2 la Région de Thiès .....	(Page 29)
II.2.3 la Région de Kolda.....	(Page 29)
II.2.4 la Région de Saint Louis .....	(Page 31 )
II.4 conclusion .....	(Page 31)

## CHAPITRE TROIS :

### Propositions de Solutions

III.1 Présentation.....	(Page 34)
III.2 quelques considérations biologiques et psychologiques de l'enfant de 09 à 13 ans...	(Page 35)
III.2.1 l'âge de la scolarité avancée .....	(Page 36 )
III.2.2 la Première phase de maturation.....	(Page 36 )
III.3 Modèle de Programmes de Formation d'initiateurs .....	(Page 38)
III.3.1 Connaissances Générales Théoriques .....	(Page 38 )
III.3.2 Connaissances Spécifiques Théoriques .....	(Page 38)
III.3.3 Connaissances Pratiques .....	(Page 39)
III.3.3.1 Niveau d'enseignement dans les différentes étapes.....	(Page 39 )
A) Première étape .....	(Page 39)
B) Deuxième étape .....	(Page 42)
C) Troisième étape .....	(Page 45)

### III.4 Conclusion

Bibliographique .....	(Page 51)
-----------------------	-----------

# INTRODUCTION

La réalisation de toute œuvre humaine, exige de la part de celui qui est commis à cette tâche des connaissances appropriées, afin de répondre positivement aux attentes des bénéficiaires de cette œuvre. Dès lors une réactualisation des connaissances devient une nécessité, pour être en phase avec l'évolution du cours normal des choses.

Sous ce rapport, se placer dans une dynamique de remise en cause devient une obligation, non seulement pour répondre aux exigences du moment, mais pour faire face aux réalités de la vie sans beaucoup de difficultés. Aujourd'hui aucun secteur de la vie ne peut échapper à cette réalité.

Le Sport qui constitue notre domaine d'intervention est plus que jamais inscrit dans cette logique, surtout au regard de l'importance de la formation dans la vie du sportif.

Il appartient dès lors aux formateurs surtout ceux qui interviennent à la base ayant comme cible, des enfants, de réclamer de la part des institutions dont ils dépendent, des connaissances, toujours nouvelles, et appropriées, afin de bien mener leur tâche.

Après avoir passé dix sept ans dans la fonction de Conseiller Technique Régional à ce titre, membre de la Direction Technique Nationale de la Fédération Sénégalaise de Hand Ball nous ne pouvons quitter cette sphère, aujourd'hui sans apporter notre contribution au développement du sport d'une manière générale, et du Hand Ball en particulier.

Cette contribution, s'articulera autour de la formation de cadres plus précisément, la formation des encadreurs de base appelés « Initiateurs ».

L'initiation ou la formation initiale, encore appelée formation de base, est faite jusqu'ici de manière disparate au Sénégal, ce que nous présenterons dans ce document, bien que nous ayons eu des difficultés pour entrer en possession des programmes de certaines régions, telles que Kaolack, Tambacounda et Ziguinchor.

Notre étude nous a mené auprès de certaines Fédérations Sportives qui reconnaissent aujourd'hui leur faiblesse dans le domaine de la formation de base.

Cette faiblesse se caractérise par la non existence d'un programme harmonisé de formation des initiateurs, ce qui fait que nous assistons à une multitude de programmes élaborés par des techniciens faisant office de conseiller Technique Régionaux auprès des ligues Sportives.

La diversité de ces programmes de formation font que nous assistons aujourd'hui à travers le pays à différentes manières d'assurer l'initiation.

Ainsi le soucis majeur des formateurs au niveau des écoles de sport est d'amener l'enfant à atteindre le plus tôt possible le sommet de son art, sans se soucier des risques qui peuvent en découler plus tard.

Aujourd'hui l'harmonisation que nous réclamons au niveau des programmes de formation des initiateurs, à l'image du Premier, du deuxième ou du troisième degré, est plus que d'actualité, parce que étant la seule voie qui permettra aux jeunes des écoles de Sport, non seulement de jouer de la même manière, mais de suivre une évolution normale en fonction de leur âge, sur toute l'étendue du territoire où le Hand Ball est pratiqué.

La formation initiale qui constitue la base de notre réflexion, nous a amené à nous poser beaucoup de questions, questions, auxquelles nous avons tenté de répondre, en apportant des solutions.

L'objectif de ce document n'est pas de contester, ce qui se faisait, ou ce qui s'est fait jusqu'à nos jours en matière de formation initiale, il s'agit, pour nous d'apporter notre contribution en partant de notre propre expérience pratique, de prendre en compte ce qui nous semble positif dans les programmes antérieurs, associer le tout, pour obtenir un programme harmonisé de formation souhaitée.

Ainsi, le contenu du programme de formation des initiateurs que nous vous présenterons dans ce document, est une façon non seulement de montrer l'importance de la formation de base, mais de mettre en exergue la nécessité de l'harmonisation des différents programmes de formation initiale, sans lequel, l'encadrement des jeunes connaîtra toujours des perturbations.

A travers ce document, nous n'avons pas la prétention de régler définitivement le problème de l'initiation, mais nous osons espérer que le fruit de notre expérience insufflera un souffle nouveau quant à la réflexion sur la formation initiale.

A cet effet, quel que soit notre attachement et notre conviction, pour ce qui concerne ce travail, nous savons qu'il ne peut pas être parfait, sur tous les plans, et c'est pour cette raison que nous ne tarderons pas à présenter nos excuses à tous les lecteurs, s'il se trouve que nous avons omis certains détails importants comprenez que cela est indépendant de notre volonté.

En toute objectivité, nous sommes disposés toutefois à améliorer en d'autres circonstances notre insuffisance personnelle, et les lacunes décelées dans cette monographie, à la lumière des critiques des un et des autres.

Ainsi notre document s'articulera autour de trois chapitres :

**Chapitre Premier** : Problématique de l'initiation au Hand Ball au Sénégal

**Chapitre Deux** : Etude de cas

**Chapitre Trois** : Propositions de Solutions

Nous vous remercions d'avance pour votre compréhension et votre indulgence.



# CHAPITRE PREMIER

PROBLEMATIQUE DE L'INITIATION AU HAND BALL AU SENEGAL

## **I. PRESENTATION :**

De nos jours, l'importance de la formation n'est plus à démontrer dans la vie du Sportif, en effet elle constitue un passage obligé, que tout sportif doit emprunter, pour rayonner dans le futur.

Si former un joueur, consiste à amener l'enfant à découvrir, à aimer et à pratiquer correctement dans le futur la discipline Sportive de son choix, quand bien même souvent l'intervention de l'éducateur est nécessaire pour orienter l'enfant vers une discipline où il présente beaucoup plus de dispositions, il est cependant urgent de reconnaître que cette formation revêt multiples aspects : à savoir technique, psychologique physiologique et biologique.

D'où la nécessité d'armer celui qui a en charge l'encadrement de cet enfant, de connaissances appropriées et nécessaires pour mener à bien cette mission.

Aujourd'hui, à l'image de la Fédération de Football, et de Basket Ball, qui ont élaboré chacune en ce qui la concerne un programme de formation d'initiateurs dont l'homologation est en cours, la Fédération de Hand Ball ne doit pas être en reste.

En effet, il n'existe pas encore auprès de la Fédération Sénégalaise de Hand Ball, un programme officiel harmonisé, de formation à l'intention des initiateurs, mieux il n'est pas exigé un niveau d'étude pour participer à une session de formation d'initiateurs.

L'illustration de la non considération de la formation initiale, s'étend jusqu'au fait qu'il n'existe pas d'âge officiel retenu pour le début de la pratique dans les écoles de Hand Ball, ce qui fait que nous accueillons des enfants entre la tranche d'âge de 12 à 15 ans.

Si nous considérons le programme occidental qui constitue la référence chez certains de nos techniciens, nous découvrons que l'entraînement à long terme respecte un découpage officiel qui s'établit comme suit.

- de 8 à 12 ans : entraînement de base
- de 13 à 16 ans : entraînement avancé
- de 17 à 18 ans : entraînement de jonction
- 19 ans : entraînement de Haut niveau

Au vu de ce tableau, nous remarquons que le petit occidental termine la phase d'initiation au moment où, le petit sénégalais entre en jeu.

C'est pourquoi, nous devons imaginer des solutions qui nous sont propres, c'est-à-dire conformes à nos réalités, tout en tenant compte du développement de l'enfant dans les différentes étapes de son évolution, pour que l'initiation au Hand Ball connaisse un sort meilleur.

Dés lors la résolution du problème de la formation de base doit passer d'abord par l'harmonisation des âges en ce qui concerne le recrutement des enfants dans les écoles de sport, et la mise en place d'un programme unique pour assurer la formation de ces jeunes.

## **I. 1 LES ENCADREURS DES ECOLES DE SPORT DE LA FEDERATION SENEGALAISE DE HAND BALL**

L'encadrement des écoles de sport est confié aux initiateurs, à l'heure actuelle ces techniciens qui n'ont pas bénéficié de la même formation à travers le pays, sont remplacés pour la plus part dans beaucoup de clubs sportifs, par d'autres personnes. En effet nous avons des personnes de bonne volonté qui tournent autour de l'équipe à leurs heures perdues, d'autres intervenants sont d'anciens pratiquants qui se manifestent parce qu'ayant capitalisé un certain nombre d'années de pratique.

D'une manière générale, ce volet de formation initiale, est confié au technicien le moins gradé, et même quand il s'agit d'envoyer des éléments à une session de formation, les Clubs proposent les plus mauvais joueurs du moment, ou des administratifs, pour ne pas dire la dernière roue de la charrue.

Cette catégorie d'encadreurs n'apportera à l'enfant que son savoir-faire, c'est-à-dire son vécu. C'est ainsi que nous remarquons dans nos centres d'animation, dès la première année de pratique, des enfants que l'on fait jouer comme des grands en employant les mêmes termes surtout en défense (flotter – monter – couvrir).

C'est ainsi que l'enfant brûle les étapes de formation, et à un certain moment de son évolution se trouve bloqué. L'illustration la plus remarquable est l'exemple de l'équipe féminine de Hand Ball des HLM de Dakar, qui déjà en catégorie cadette, dominait quelques équipes Seniors, ce règne n'a pas duré cinq saisons sportives, après une seule participation en championnat d'Afrique des Clubs, l'équipe a disparu, à l'heure où nous produisons ce document, il n'existe plus de trace de ce groupe.

Seuls quelques enseignants d'EPS nous donnent satisfaction, parce qu'ayant abordé dans le cadre de leur formation, l'ensemble des différents aspects concernant le développement de l'enfant.

Il est rare de voir aujourd'hui intervenir au niveau de la formation de base dans les clubs sportifs, un technicien de Deuxième, de Premier degré, à plus forte raison un instructeur d'E.P.S, optionnaire en la matière.

Au vu de toutes ces considérations, nous osons dire que, aujourd'hui, la formation à la base souffre de beaucoup de manquements dont le principal est le volet formation de cadre.

## **I. 2 PRESENTATION D'UN MODELE DE PROGRAMME DE STAGE D'INITIATION AU HAND BALL**

D'une manière générale, le programme de formation des initiateurs tourne autour des points suivants :

- Historique du Hand Ball
- Enumération et définitions des Fondamentaux
- Ce qu'est l'initiation
- Bref aperçu concernant la psychologie de l'enfant
- Généralité du Secourisme
- Etude des règles de jeu

Ce programme dont certaines sessions de formation ne respectent pas toutes les parties, est enseigné pendant cinq jours, c'est-à-dire du lundi au vendredi.

Au bout de ces cinq jours, un examen est organisé le Sixième jour plus précisément ; le Samedi et le Dimanche qui suivent, consacrent la clôture du stage, et en général tous les candidats réussissent.

Comme nous vous l'annoncions plus haut, aucun niveau d'instruction n'est exigé actuellement pour participer à une session de formation d'initiateurs, nous avons même assisté à certains stage où l'on expliquait à certains stagiaires les cours en langue nationale Wolof.

A l'issue de ces cinq jours de formation l'encadreur prend service dans un club de son choix, et se charge de la formation des jeunes, encore que ce n'est pas tous les nouveaux diplômés qui se mettent au travail, la majorité met l'attestation dans les tiroirs et ne participe à aucune tâche d'encadrement.

Pour donner plus de crédit à ce niveau de la formation, on doit envisager une nouvelle formule d'encadrement, de recrutement et de contrôle après la formation, afin de pouvoir situer en tous temps les candidats formés.

### **I. 3 ANALYSE DE QUELQUES TEXTES REGISSANTS LE SPORT AU SENEGAL.**

Au Sénégal, la pratique sportive est réglementée par des textes, et ce, à l'image de tout pays qui se soucie du devenir de sa jeunesse. Ainsi nous ne pouvons parler de formation sans faire allusion à quelques textes auxquelles nous devons nous conformer pour atteindre nos objectifs.

Nous n'avons pas la prétention de fouiller tous les documents réglementant la pratique sportive.

Nous avons limité notre champ d'exploration à quelques textes dont l'étude nous semble indispensable pour l'élaboration de ce document. L'étude de ces textes nous amènera à survoler et noter quelques points importants, pour mettre en évidence le thème de notre réflexion.

Ainsi nous faisons l'étude des textes suivants :

### **I.3.1 L'ARRETE 0 14084 du 12 DECEMBRE 1973.**

Cet arrêté fixant les modalités et les programmes de diplômes d'entraîneurs de Foot Ball, de Basket Ball de Hand Ball, de Volley Ball d'Athlétisme et Judo des Fédérations Sportives est totalement muet sur la formation des initiateurs.

Ce document ne prend en charge que les diplômes d'entraîneurs de Premier de Deuxième et de Troisième degré qui sont considérés comme diplômes d'état.

Et pourtant la condition nécessaire pour se présenter au stage pour l'obtention du diplôme d'entraîneur de Premier degré, est la présentation de l'attestation d'initiateur délivrée par la ligue sportive dont dépend le candidat.

Les Fédérations sportives qui ont en charge la formation des initiateurs, ont délégué leur pouvoir aux ligues, pour ce qui concerne ce domaine.

Ce sont les commissions techniques des ligues, sous la houlette du Conseiller Technique Régional, qui élaborent et fixent les modalités du déroulement de la session de formation qui dure en général cinq à sept jours.

Tout ceci démontre encore une fois à quel enseigne la formation à la base est reléguée au second plan.

### **I-3-2 La Loi d'orientation du Sport**

Ce texte adopté par la cour suprême le 17 mars 1978 classe dans son titre premier, article 4, les activités physiques en cinq formes essentielles. Ce qui nous intéresse nous, c'est la forme qui précise que :

Les activités physiques et sportives de compétition auxquelles s'adonnent jeunes et adultes dans les épreuves locales, Départementales, Régionales ou Nationales soient organisées sous l'égide des Fédérations sportives.

L'article 5 de ce texte précise que l'action des pouvoirs publics consiste à soutenir en priorité toute initiative tendant à promouvoir une éducation physique et sportive, permanente et démocratique favorisant la participation du plus grand nombre de pratiquants.



La recherche de la perfection et du dépassement liée à toutes les formes de pratique des activités physiques et sportives doit s'inscrire dans l'effort général de développement national.

Cette loi d'orientation du sport dispose dans son Titre III, chapitre II, section 3, - article 32 :

- que la Direction Technique Nationale est chargée sous la responsabilité de la Fédération sportive concernée
- de l'élaboration et la mise en œuvre d'un programme national de développement de la discipline considérée, aussi bien dans le secteur extra-scolaire (Civile, Militaire Corporatif).

A ce titre, elle organise :

- Des centres d'animation (C.A.S) pour la détection des jeunes ;
- Des centres de perfectionnement sportifs (C.P.S) pour l'amélioration du niveau de pratique sportive.

### **Le titre IX de ce texte dans son article 50, précise que :**

- la formation des cadres sportifs est organisée par l'état ; les Fédérations sportives peuvent y contribuer sous le contrôle du Ministère chargé des sports

### **I 3-3 La Charte du Sport :**

Cette loi N° 84 – 59 adoptée le 04 Mai 1984 par l'assemblée Nationale et promulguée par le Président de la République, dispose :

### **Chapitre Premier : des Principes Généraux**

**Article : 1<sup>er</sup>** la pratique sportive vise l'éducation la formation et l'amélioration de la santé physique et morale des pratiquants. Elle participe également à l'amélioration de la qualité de vie.

**Article : 2** l'état et les collectivités publiques et privées créent les conditions préalables et les institutions qui garantissent la pratique sportive amateur pluridisciplinaire et démocratisée, principalement sous forme :

- D'éducation physique et sportive, facteur d'éducation, d'hygiène corporelle et de santé de la jeunesse.
- De sport récréatif, facteur de détente, de loisir et d'animation de masse.
- De sport de compétition, facteur de formation d'émulation et d'épanouissement physique et moral des individus ;

**Article : 4** : Des organismes publics ou privés peuvent recevoir délégation de pouvoirs, pour animer, organiser, gérer ou promouvoir, à l'échelon national, une ou plusieurs disciplines sportives.

Dans le chapitre II de cette même loi, on note ce qui suit concernant la formation des cadres :

**Article** : 6 La Formation des cadres de l'éducation physique et du sport est assurée par l'état dans les établissements spécialisés.

----- Elle est placée sous la responsabilité du Ministre chargé des sports qui en fixe les niveaux et programmes, met en place et contrôle les structures de formation, conjointement avec les Ministres concernés.

**Article** 7 : Des organismes sportifs peuvent contribuer à la formation de cadres dans les conditions fixées par le Ministre chargé des sports.

**Article** : 8 La formation dans le domaine de l'éducation physique et du sport consiste en :

- Formation d'enseignants en éducation physique et Sportive ;
- Formation de techniciens de l'animation et de l'entraînement Sportif ;
- Formation de cadres de l'administration et du contrôle du sport ;
- Formation permanente

**Article** 10 La Formation des techniciens de l'animation et de l'entraînement vise à la spécialisation la plus poussée possible des cadres, en vue de l'encadrement des associations sportives en général, de la formation et du perfectionnement technique des joueurs et athlètes de haute compétition en particulier.

**Elle intéresse :**

- Les entraîneurs
- Les animateurs de Clubs
- Les instructeurs
- Les professeurs et les maîtres d'éducation physique et Sportive spécialisés dans une discipline déterminée.

#### **I-4 : Conclusion**

L'étude des trois textes dont nous vous avons présentés des extraits, et que nous considérons comme étant la base des textes régissant le sport au Sénégal, nous a conduit au constat suivant :

Tous ces textes accordent une importance toute particulière à la pratique de masse, l'on peut même affirmer à la lumière de ces documents, que la pratique sportive au Sénégal est orientée vers le sport de masse ; surtout dans la loi d'orientation du sport qui propose des centres d'animation, pour la détection des jeunes, des centres de perfectionnement sportif pour l'amélioration du niveau de pratique sportive.

Ainsi pour qui accorde une importance à la qualité de la pratique de masse, d'où doit émerger l'élite, il va sans dire que l'encadrement de base comme nous le vivons actuellement au sein de nos Fédérations Sportives, doit être revue et corrigé, il ne doit pas être confié à n'importe qui. Il n'est pas dit seulement que l'on a été pratiquant pendant un certain nombre d'années, que l'on est apte à conduire des jeunes, sans avoir au préalable reçu une formation adaptée.

A cet effet, l'article 50 de la loi d'orientation du Sport, et l'article 6 de la loi portant charte du Sport : précisent que la formation des cadres est organisée par l'état, et que les Fédérations Sportives peuvent y contribuer, mais sous le contrôle du Ministre chargé des Sports.

Au vu de tout ce que nous venons de citer, nous ne comprenons pas pourquoi la formation initiale qui se trouve être la base du processus de formation du Sportif soit abandonnée au point d'être assurée par des personnes qui n'ont reçu aucune formation dans ce sens.

C'est pourquoi l'état pour exercer le contrôle qui lui est dévolu en ce qui concerne la formation des cadres, doit revoir l'arrêté 014084, qui fixe les modalités et les programmes des diplômes d'entraîneurs, en y insérant le programme de la formation des initiateurs, à l'instar du premier, du deuxième, et du troisième degré, afin que les techniciens animateurs des clubs sportifs comprennent leur rôle.

Ce n'est que par ce moyen que l'on arrivera à imposer aux Fédérations Sportives, une formation initiale bien pensée et harmonisée à travers tout le pays.

L'atteinte de ce résultat nous permettra de rompre avec la méthode actuelle qui consiste à confier la formation des initiateurs aux Fédérations Sportives, qui à leur tour se déchargent sur les ligues dans les régions pour une formation aussi capitale dans la vie du Sportif.

A l'enfant, il faut lui enseigner des choses justes, et bien contrôlées, en fonction de son âge, afin qu'il ne grandisse pas avec des tares, qui le bloqueraient dans son évolution plus tard.

Pour réussir cela, celui qui est chargé de cette œuvre doit être un homme averti en la matière.

Dès lors la refonte de certains textes tel que le 014084 nous semble urgent afin de prendre en compte tous les niveaux de formation des cadres.

# CHAPITRE DEUX

## ETUDE DE CAS

Ce nouveau chapitre nous amènera à vous présenter dans un premier temps les programmes lors de quelques sessions de formations d'initiateurs, organisés à Dakar, Thiès, Kolda et Saint Louis. Le choix porté sur ces régions n'est pas gratuit ; en effet ce sont des localités où un conseiller Technique Régional de Hand Ball est en fonction, donc un technicien qualifié de haut niveau pour diriger la commission technique de la ligue, chargée de l'élaboration des programmes de formation des initiateurs.

La Présentation de ces programmes ne se fera pas de manière détaillée, cela pour vous épargner des contraintes liées à la lecture, mais simplement en faisant ressortir les points saillants, à travers les grands thèmes développés, dans chaque programme.

Dans un Deuxième temps nous faisons une analyse critique de ces différents programmes, afin de dégager l'opportunité d'un programme harmonisé à l'intention de la formation de base.

## **II- 1 Présentation de quelques contenus de programmes de formation d'initiateurs.**

### **II – 1-1 les Programmes de la région de Dakar**

Nous vous présentons trois contenus de programmes élaborés par la ligue de Hand Ball de Dakar, entre 1980 et 2000

#### **A) Premier Programme**

Ce programme a été élaboré et enseigné, lors d'un stage organisé en 1980, par la ligue de Hand Ball de Dakar, et encadré par Alioune GADIAGA, Instructeur d'EPS option Hand Ball, et Joseph Diémé Maître d'éducation physique, et entraîneur National de l'équipe Seniors Hommes, donc des techniciens de haut niveau.

#### **Les Thèmes suivants ont été développés :**

##### **1) valeurs du jeu de Hand Ball**

Jeu crée par les Allemands, simple dans sa conception, varié dans son caractère.

**Avantages** : n'importe quel terrain

Le Hand Ball englobe trois épreuves athlétiques qui sont : la course, le saut et le lancer.

Tous ces éléments travaillent le tronc et les membres.

Des moyens de fortune nous permettent de créer un ballon de Hand Ball.



On peut jouer avec 5, 7, 12 joueurs.

Le Hand Ball active et corrige la circulation sanguine et les fonctions respiratoires.

L'entraînement du joueur de Hand Ball comprend : les exercices de gymnastique de course, de saut, de lancer de la technique du maniement du ballon de l'instruction tactique, le tout est accompagné d'une éducation à une saine conception du jeu, empreint d'un esprit sportif collectif.

## **2) Historique du Hand Ball (mondial)**

Les grandes dates :

## **3) Historique du hand Ball au (Sénégal)**

Introduction du Hand Ball au Sénégal.

Les différentes dates, et les différents Clubs qui ont été créés.

## **4) L'Initiation au HB et ses différentes parties**

### **Définition de l'initiation :**

- Les formes d'initiation :
  - a) l'aménagement du terrain
  - b) formation des groupes
  - c) établir un règlement de compétition
  - d) expliquer les règlements

## **5) L'entraînement**

### **Définition :**

- Importance de l'entraînement
- Les conditions matérielles

## **6) Les Etapes de l'initiation**

- regroupement autour du ballon
- conservation du ballon
- pas de progression
- pas d'orientation
- pas de jeu

### **Les moyens :**

- Distance à observer autour du porteur de balle
- Orientation
- Attaquer

- Placement déplacement

## **7) Théorie sur le règlement**

Etude de la règle 1, à la règle 16

### **B) Deuxième programme de la région de Dakar**

Ce deuxième contenu de programme a été élaboré lors d'un stage de formation d'initiateurs par la ligue de Dakar au C.D.E.P.S de Pikine, Guédiawaye en 1990. Ce programme a été élaboré par Mamadou Moustapha Diop, Instructeur d'E.P.S option Hand Ball, alors conseiller Technique Régional de Dakar/

Les Thèmes suivant sont été développés :

#### **1- quelles sont les règles Fondamentales du Hand Ball**

- jouer à la main
- ne pas toucher l'adversaire (au début)
- ne pas entrer dans la zone des 6 mètres quand on n'est pas gardien de buts
- ne pas marcher balle en main (permettre 3 pas)

A partir de ce règlement simplifié accessible à tous et du jeu qui en découlera, nous pourrions dresser un tableau analytique de l'évolution du jeu et des joueurs.

#### **2 – Organisation du travail et de la classe**

- Formation de clubs et d'équipes de même valeur
- Etablir un calendrier de championnat
- Match tous les jours séparés par une séance d'entraînement
- Responsabiliser les éléments des équipes qui ne jouent pas aux tâches d'organisation

#### **3 – L'initiation :**

- Première étape : débroussailler le jeu

**On voit :** - Groupement autour du ballon

- trajets brouillons
- trajets hasardeux du ballon

**Il faut :** - Faire éclater le groupe

- Donner un but à la passe (progression du ballon vers le but adverse)
- Se reconnaître attaquant ou défenseur
- Se déplacer surtout lorsqu'on n'a pas le ballon (jeu sans ballon)
- Se dégager surtout lorsqu'on n'a pas la balle démarquage
- Faire participer toute l'équipe au déroulement du jeu
- Interdire les passes redoublées

- Interdire le dribble (jet franc) parce que le dribble ne s'impose pas à l'initiation, il est nuisible et favorise l'individualisme, il limite les déplacements (marcher) et la vision du jeu (tête baissée dès qu'on reçoit la balle).

### **Conseils :**

Interdire le dribble

Interdire les passes redoublées

### **Deuxième étape :**

#### **Première phase :**

#### **Structure de l'attaque**

- Se reconnaître attaquant ou défenseur
- Les enfants s'écartent de la balle

### **Processus d'évolution durant la phase de structuration**

- Les passes n'arrivent pas à destination (parce que le réceptionneur est trop éloigné du passeur). Chacun doit prendre conscience de ses propres possibilités
- Faire ressortir le futur réceptionneur de l'ombre (contre alignement)
- Tout joueur sans ballon doit « appeler » la balle par son déplacement.

#### **Deuxième phase :**

Travail de une deux et autorisation des passes redoublées

### **Troisième étape :**

#### **Organisation de la défense**

##### **Du point de vue défensif**

- se placer entre le ballon et ses propres buts

##### **Du point de vue offensif :**

Une défense de zone, attaquer le porteur de balle

#### **Défense en bloc :**

Six élèves plus un gardien de buts en défense six attaquants. Si l'on perd la balle en attaque on devient défenseur ;

#### **Défense en deux lignes : 3 : 3**

#### **Réorganisation systématique de l'attaque :**

- Notion d'appui et de soutien
- Equilibration de l'ensemble du système
- Occupation des postes clés

#### **4 – Enseignement des Procédés Techniques de base**

Lors des entraînements, inclure l'étude des fondamentaux

- Position de base
- Réception
- Tenue du ballon
- La passe
- le tir
- le dribble

#### **C) Troisième programme de la région de Dakar :**

Ce programme est le plus récent de la région de Dakar, parce qu'il a été élaboré lors du stage d'initiation organisé par la ligue en juin 2000, au stade Iba Mar Diop, et encadré par Guibril Diop Professeur à l'INSEPS, Claude Sylva ancien entraîneur National Président de la ligue de Dakar, et avec la participation de quelques étudiants optionnaires de Hand Ball de l'INSEPS, dans l'encadrement.

Lors de cette session de formation, les thèmes suivants ont été développés :

#### **1 – L'Initiation**

- Définition
- Motivation (enfant jeu plaisir) (adulte, travail souffrance)
- Comment animer (utilisation de jeux pré sportif passe à 10, ballon prisonnier, la marelle) etc.....

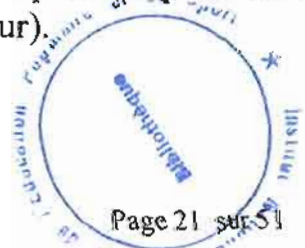
#### **2 – le joueur**

- les Fondamentaux :

Savoir que la conduite du joueur est influencée par les quatre sources suivantes :

- Ressources perceptives et décisionnelles (voir choisir, agir)
- Ressources biomécaniques (motricité)
- Ressources énergétiques, les filières énergétiques : (la tonicité, la détente la vitesse, la puissance la force) ;
- Ressources affectives et relationnelles (motivation, respect des partenaires, relation avec les partenaires, relation avec l'entraîneur).

#### **3 – Le jeu en attaque**



- Définition attaque : (loin de la cible)

#### **a) Formes de jeu :**

- Un jeu de grappes alternées
- Un jeu de progression contrariée
- Un jeu d'alternance en contournement

Près de la cible

Forme de jeu

- un jeu de blocage ou de rebond

Exploitation occasionnelle des espaces libres

- Un jeu de relais : le jeu se déroule à la périphérie, l'utilisation du couloir de jeu direct se fait occasionnellement.
- Un d'alternance traversée : l'évolution du rapport de force et la prise de risque décident de l'alternance entre la traversée et le contournement.

### **4 – Le jeu en défense :**

#### **a) Un projet visant :**

- à protéger un espace bien déterminé (placement)
- à conserver la balle devant soi
- à aider le partenaire en difficulté
- à reconquérir la balle

#### **b) Formes de jeu**

- Un jeu défensif de récupération ou de protection de but (les joueurs se regroupent autour de la balle, l'incertitude des trajectoires de la balle amène la confusion des espaces du jeu offensif et défensif).
- Un jeu d'agression sur le porteur de balle (non respect du règlement).

### **5 – les modalités d'animation**

#### **a) Mise en place de la situation**

- privilégier les consignes collectives (courtes et précises de la situation).
- les consignes de mise en place (nombre de joueurs le placement sur le terrain les différents rôles).
- les consignes de fonctionnement (le but à atteindre, les règles).

#### **b) Le déroulement :**

- Observer et contrôler : pour cela il est important pour l'entraîneur :



- De faire référence aux réponses apportées
- De prendre en compte la richesse et la pauvreté des réponses
- De se placer en situation d'observation

## **6 – Le Managérat**

### **7- L'entraîneur / le Formateur**

- son rôle
- son importance

## **8 – Choix des situations d'animation**

- Formes de travail mettant en relation des partenaires face à des adversaires sur un espace orienté avec une cible à conquérir, une cible à défendre.
- Des situations d'opposition en équilibre numérique avec des conditions authentiques (rotation attaque défense)
- Des duels (attaquant / défenseur)
- Eviter :
  - d'utiliser des situations sans opposition
  - d'utiliser des exercices ne mettant en jeu que quelques joueurs (travail avec de longues colonnes)
  - d'utiliser des exercices de passe face à face.
  - d'apprendre à tirer sans gardien de buts, sans cible.
- Chercher à valoriser l'aspect ludique

## **9) Le Code d'arbitrage**

- Matériel (dimension terrain adapté)
- Règlement du jeu (durée de jeu adapté)
- Forme de compétition (le plus souvent par tournoi, favorisant le brassage, facilitant la formation des jeunes arbitres).

## **10) Les accidents musculaires**

- la contracture – l'élongation – le claquage – la déchirure – la contusion musculaire, les entorses les ruptures ligamentaires.

## **11) Organisation d'une Fédération**

## **II – 1-2 Le Programme de la région de Thiès**

Ce programme est celui du stage de formation d'initiateurs organisé par le C.D.E.P.S de Mbour en collaboration avec la ligue de Thiès, sous la conduite du conseiller Technique Régional d'alors Mahamane Zerbo et de Assane Diop arbitre International, en 1990.

Les Thèmes suivants ont été développés :

## 1 – L'Initiation

- a) Définition
- b) Méthodologie (l'initiation ne peut se faire ni par le jeu seul, qu'il soit libre ou dirigé ni fondamentalement par l'apprentissage initial des gestes techniques fondamentaux ou par les jeux préparatoires, elle se fait étape par étape).
- c) Organisation :  
Composition de clubs (subdivisés en équipes de même valeur)
  - Présentation de la compétition
  - Répartition des différentes fonctions au sein des clubs et équipes
  - Calendrier de compétition

$C_1 \sim E_1 \sim E_2 \sim C_2$   
 $E_1 \sim E_2 \sim C_1$

Match et entraînement sont les deux méthodes indispensables de l'action pédagogique

## 2 – l'Entraînement

- Définition
- Les différentes parties d'une séance d'entraînement et leur importance

## 3 – La Technique

- Définition
- Les procédés techniques de base (l'attitude de base, tenue du ballon la passe, la réception, les mouvements du joueur, le tir, le dribble, la feinte).

## 4 – L'attaque

- Définition
- Constats (Groupement autour de la balle)
  - ❖ pas de précision dans les passes
  - ❖ pas de progression
  - ❖ difficulté de différencier attaquant et défenseur)

### Utiliser les moyens visant à :

- ❖ désagréger le groupe le groupe
- ❖ amélioration du comportement individuel
- ❖ régler le problème de l'orientation
- ❖ placement
- ❖ organisation collective
- ❖ appui soutient
- ❖ occupation des postes

## **5 - La Défense**

- Définition
- Placement
- Harceler
- Aider

## **6 – Le Gardien de But**

- Définition
- Choix du gardien de but
- Jeu du gardien de but
- Déplacement du gardien de but

## **7 – Le Règlement**

- rôle de l'arbitre (avant, pendant et après le match)
- pouvoir de l'arbitre
- étude de la règle 1 à la règle 19

## **8 – Secourisme**

- conduite à tenir face au blessé

## **II 1-3 Programme de la région de Kolda**

Ce contenu a été élaboré par Ibrahima Diallo, Conseiller Technique Régional en collaboration avec Mamadou Ngom Instructeur d'EPS option Hand Ball, alors Entraîneur National.

Ce programme a été enseigné lors du stage de formation d'initiateur organisé par la ligue de Kolda en 1998.

## **Les thèmes sus dessous ont été développés :**

### **1- Historique du Hand Ball :**

- Présentation de la discipline, depuis le hazena, le Hand- Bold en passant par le Tor –Ball etc. .... jusqu'à l'actuel Hand Ball à sept.

Evocation des dates importantes, et l'introduction du Hand Ball au Sénégal.

### **2 – Connaissance de l'enfant**

- Connaissance de l'enfant et les indications que l'on peut en tirer en E.P.S
- Les étapes de développement de l'enfant de 08 à 12 ans.
- Point de vue fonctionnel
- Conséquences en E.P.S

- Point de vue musculaire
- Point de vue psycho-moteur
- Point de vue psychologique

### **De 12 à 17 ans :**

- la Pré puberté
- la Puberté
- conséquences en E.P.S
- point de vue fonctionnel, musculaire moteur et psychologique

### **De 18 à 21 ans :**

- point de vue osseux, fonctionnel, moteur psychologique et social

## **3 – La Séance d’entraînement**

- Importance de la séance d’entraînement
- Structure de la séance d’entraînement

## **4 – Les Fondamentaux**

- Importance dans la technique de l’attaquant
- Enumération et Définition des gestes techniques fondamentaux
- La technique du Défenseur
- La dépossession du ballon
- L’interception
- Le contre
- L’attitude de base

## **5 – Le Règlement**

Etude du code d’arbitrage de la règle 1 à la règle 19

## **6 – Principes Généraux de Secourisme**

- Gestes élémentaires de suivi
- Gestes élémentaires du secourisme

## **II-1-4 : Le Programme de la région de Saint Louis**

Ce programme a été élaboré par Serigne Saliou Diom, conseiller Technique Régional pour l’encadrement du stage de formation d’initiateurs organisé par la ligue de Hand Ball en 1996.

Les thèmes suivants ont été développés

## **1 – Historique du Hand Ball**

- origine
- les grandes dates
- son introduction au Sénégal

## **2 – les Gestes Techniques de base**

- Définition
- Chez l'attaquant : les principaux gestes sont la passe, la réception, le tir
- Les différentes sortes de passe (directe, javelotée, latérale, dans le dos en lobe en suspension, derrière la nuque)
- Le tir (en appui, en course, en suspension)
- Conditions pour faire un bon tir.

**a) une tenue correcte du ballon**

**b) un bon armé**

**c) une fouettée du poignet**

**d) un bon équilibre**

**e) déplacement avec le ballon**

- drible
- feinte

**f) déplacement sans ballon**

- les courses d'engagement
- le démarquage
- le remplacement

## **3 – les Gestes Techniques du défenseur**

- attitude de base
- les déplacements (en avant, en arrière, latéral)

## **4 – la Pédagogie**

- la relation entraîneur entraîné
- la conduite d'une équipe

## **5 – la Séance d'entraînement**

- définition
- les différentes parties d'une séance d'entraînement

## II – 2 Analyse et critiques des différents programmes présentés

### II- 2 -1 : la Région de Dakar

Cette région qui se trouve être la plus nantie en Techniciens qualifiés, nous a présenté trois programmes différents sur trois stages organisés par la ligue. Nous constatons que les contenus des enseignants changent en fonction des encadreurs, ce qui nous amène à dire que chaque encadreur a apporté sa touche personnelle.

Pour ce cas précis de la région de Dakar, autant les contenus des programmes changent, autant on remarque une certaine évolution dans le domaine de recherche de l'amélioration.

En effet le premier programme de Dakar qui date de 1980, semble se focaliser sur les deux thèmes suivants :

Les valeurs du jeu de Hand Ball, et l'Historique de la discipline.

Les deux autres thèmes qui représentent le socle du programme, à savoir l'initiation au Hand Ball et ses différentes parties, et le thème sur l'entraînement n'ont pas été bien détaillés à notre avis.

D'autre part, l'inexistence de la partie psychologique portant sur la connaissance de l'enfant nous oblige à noter que nous sommes en face d'un programme d'enseignement incomplet.

Le deuxième programme de la région de Dakar nous montre une amélioration par rapport au premier.

Si les dans ce deuxième programme, les différentes étapes ont été bien développées et la progression bien claire, cependant nous nous posons la question suivante : pourquoi le dribble ne s'impose – t-il pas à l'initiation, et pourquoi l'interdire.

Cependant, plus loin dans l'enseignement des fondamentaux, qu'il faut inclure dans les séances d'entraînement, on nous impose le dribble parmi les procédés techniques de base à enseigner.

Au plan du règlement l'initiation ne se faisant pas en une seule étape, il serait bon de proposer une évolution du règlement en fonction des différentes étapes, à l'image de la technique.

Pour terminer l'inexistence d'un programme sur l'évolution de l'enfant nous amène à constater que ce programme présente un vide important.

Si le contenu du Troisième programme de Dakar nous semble plus fouillé, cependant à notre avis, l'évolution du jeu en fonction des étapes d'avancement dans le jeu de

l'enfant a été occulté. Ce qui fait que ce programme nous donne un contenu riche par rapport aux deux précédents mais présente des manquements quand à la conduite du jeu

## **II 2- 2 : la région de Thiès**

L'étude du programme de Thiès nous a amené aux constats suivants :

-dans le thème Initiation, le contenu nous dit que l'initiation se fait étape par étape, cependant il ne nous précise pas combien d'étapes faut-il respecter, et quel contenu pour chaque étape.

-Enumérer et donner la définition des gestes techniques suffisent-elles à éclairer la lanterne de l'initiateur ?

-Arbitrage : le contenu est trop vaste pour ce qui concerne l'initiation.

Absence de thème portant sur la connaissance des différentes étapes du développement de l'enfant.

D'une manière générale, ce programme à l'image des programmes précédents, présente beaucoup de manquement qui font que nous le trouvons incomplet, pour assurer la formation d'initiateurs.

## **II – 2-3 La Région de Kolda**

Dans ce programme, nous remarquons que le volet connaissances générales a été fouillé.

En effet ce programme accorde une grande importance à l'enfant dont on a la charge ; ici les différentes étapes concernant le développement de l'enfant ont été abordé largement. Etant donné qu'on se situe dans le domaine de l'initiation c'est-à-dire la tranche d'âge qui va jusqu'à quinze (15) ans au maximum, nous ne voyons pas l'opportunité d'étendre cette étude jusqu'à l'âge adulte.

Non seulement l'étude a été prolongée jusqu'à l'âge adulte d'une part, mais d'autre part nous constatons un non respect du découpage des tranches d'âge concernant le développement de l'enfant.

D'après nos recherches, les différentes étapes du développement de l'enfant s'établissent selon le tableau suivant :

4 – 6 ans âge préscolaire

- 7 – 9 ans début scolarité
- 10 – 13 ans scolarité avancée
- 13 – 15 ans Première phase de maturation
- 16 – 18 ans Deuxième phase de maturation

A partir de 18 ans début âge adulte au plan biologique.



Il reste entendu qu'un décalage peut intervenir à partir de la scolarité avancé, et ce qui fait que les filles peuvent passer dans une tranche d'âge un (01) ou deux (02) ans avant les garçons.

Cf: DR – H ZIMMER – (1998).

Dans un deuxième temps, ce programme présente le problème des gestes techniques Fondamentaux, mais n'indique pas comment les enseigner, en fonction des différentes étapes du processus de formation.

Cependant une satisfaction est à noter, et cela en ce qui concerne les principes généraux de secourisme.

*DR. H ZIMMER (1998) cours de méthodologie de l'entraînement ( ontogenèse motrice) Faculté de la science du Sport : Institut de la science du mouvement et de l'entraînement de l'Université de LEIPZIG (Allemagne).*

## II 2-4 la Région de Saint louis

L'étude du programme de cette région, nous invite aux critiques suivantes :

- l'initiation ne peut pas se limiter à l'énumération et à la définition simple des gestes techniques fondamentaux en attaque et en défense.
- Le programme présente un vide quand à la manière même de conduire l'initiation.
- Les thèmes développés ne nous montrent nulle part l'organisation et les différents enseignements en fonction des différentes étapes dans le jeu.
- L'absence d'une étude concernant d'une manière générale ou détaillée, l'enfance, nous fait noter que ce programme présente beaucoup de lacunes à combler.

### II-4 Conclusion :

L'étude de ce chapitre nous a montré différents contenus de programmes de formation d'initiateurs élaborés par certains des meilleurs cadres du Hand Ball de notre pays.

Au vu de ces programmes, nous constatons que les contenus changent en fonction des différents stages de formation, pour ne pas dire en fonction des hommes qui ont assuré la conception, même si souvent on rencontre des similitudes concernant certains thèmes tel que les Procédés technique de base, l'initiation ou l'historique du hand Ball.

Malgré ses thèmes qui se recoupent, on constate que la manière de les enseigner diffère.

A la lumière de toutes ses considérations, il va sans dire que nous allons assister à travers le pays, des enfants souvent de la même catégorie d'âge qui ont été formé de manière différente et qui forcément évolueront différemment sur les terrains de jeu.

Les olympiades organisées par la Fédération Sénégalaise de Hand Ball, sont là pour nous édifier.

Lors de la dernière organisation de cette compétition jouée à Dakar, en juillet 2000, nous avons observé chez ces jeunes des écoles de Hand Ball, dans la catégorie Minimes, surtout chez les garçons différents niveaux de jeu.

En effet l'équipe de Saint Louis nous gratifié d'un bon jeu d'attaque avec des combinaisons dignes des équipes de la première division, d'autres équipes nous ont montré un jeu en défense articulé autour de la 3 :2 :1.

Ces formes de jeu pour des enfants qui n'ont souvent capitalisé que deux années de pratique au maximum trois selon leurs encadreurs respectifs, a entraîné la disqualification de ces équipes. Ce qui montre encore une fois un manque de contenu approprié pour la formation de base d'une part, mais d'autre part l'inexistence d'une structure de coordination de contrôle et de suivi, qui harmoniserait le jeu à ce niveau.

Dès lors, l'impérieuse nécessité de reconsidérer les différents programmes de formation d'initiateur s'impose, afin d'amener les futurs encadreurs des écoles de sport à s'armer qualitativement de connaissances afin de conduire les enfants selon un canevas bien tracé, pour un bon devenir de l'initiation, en fonction d'une nouvelle approche.

# CHAPITRE TROIS

## PROPOSITIONS DE SOLUTIONS

### III.1. PRESENTATION

Après avoir présenté les différents programmes enseignés en matière de formation de base et les principaux enseignements que nous en avons tiré, il nous revient de proposer dans ce chapitre, le contenu que nous avons élaboré pour contribuer à notre manière, à une harmonisation de programme pour la formation initiale.

Aujourd'hui, parler le même langage est indispensable chez les techniciens afin de réaliser l'habillage correct de la formation de base.

Le volet pratique, c'est-à-dire les niveaux d'enseignement dans les différentes étapes de la formation de base, est le fruit de notre propre expérience, que nous avons mené, avec des jeunes, garçons, élèves âgés de 10 à 11 ans, des écoles élémentaires Amadou Diaw, et Amadou Moctar Thiam de THIES à partir du mois d'octobre 1998, et ceci dès notre retour d'un stage d'entraîneur à l'université de LEIPZIG en Allemagne.

Le volet connaissance théorique, est le fruit des différents programmes qui ont été enseigné jusqu'ici au Sénégal, ajouter à cela quelques considérations tirées des cours reçus lors du stage en Allemagne.

Nous ne terminerons pas cette présentation sans vous préciser que le volet pratique de ce programme a duré une période de trois ans quand à son enseignement, ce qui nous a permis d'aboutir aux résultats qui nous ont poussé à aborder aujourd'hui ce travail.

Considérant la facilité d'application de ce programme, nous estimons que la formation des encadreurs de base, ne doit plus se situer dans de grandes définitions théoriques, mais partir concrètement de ce que l'enfant doit savoir exécuter dans chaque étape de sa formation, pour une période de trois ans au maximum.

Le choix porté sur la tranche d'âge de 10 – 11 ans n'est pas gratuit. En effet cette phase correspond à la période de scolarité avancée, dans les étapes du développement de l'enfant, comme nous l'avons cité plus loin, moment favorable pour l'apprentissage moteur universel, communément appelé âge d'or.

Ainsi tous les enfants étant des élèves, il fallait composer avec les études, surtout pour ceux qui étaient en classe d'examen.

Nous avons étalé notre enseignement sur des étapes décomposées en phases.

Chaque étape correspond à une année scolaire c'est-à-dire au maximum neuf (9) mois.

Chaque phase correspond à une période de trois (03) mois.

Ainsi nous avons totalisé dans chaque phase un nombre de quarante huit (48) séances parce que le travail se faisait à raison de quatre séances par semaine (lundi, Mercredi, vendredi, et dimanche).

L'attention de l'enfant étant limitée, le travail ne dépassait pas quarante cinq (45) minutes par séance.

Les dimanches étaient destinés aux matchs qui servaient d'évaluation, aux objectifs que l'on se fixait.

C'est à travers ce processus que nous avons conduit notre enseignement, avec des jeunes enfants qui constituent à l'heure où nous élaborons ce document, la catégorie Cadette, c'est-à-dire la relève de l'USC – RAIL de Thiès.

Avec l'application de ce programme, nous disons encore une fois que la formation des initiateurs, ne doit plus se faire par l'énumération et les définitions des gestes Techniques Fondamentaux, l'étude du code de jeu, ou le bref survol de la psychologie de l'enfant.

A partir de ce moment, il s'agira d'adopter une nouvelle formule, qui consistera à former l'initiateur, en lui enseignant le programme, qu'il doit dispenser aux enfants, dans chacune des différentes phases et étapes de la formation, en fonction de leurs âges et de leurs possibilités, d'une part, mais d'autre part, faire appel à des enseignements spécialisés en sciences humaines et en secourisme, afin que l'initiateur puisse disposer de connaissances essentielles et appropriées des enfants dont il a la charge.

### **Les objectifs de la formation de base étant :**

- La découverte du Hand Ball ;
- Amener le jeune à comprendre et à maîtriser les gestes techniques fondamentaux ;
- Faire comprendre à l'enfant, l'esprit du jeu ;
- Faire connaître à l'enfant les règles du jeu
- Former un nouveau Hand Balleur.

Dès lors, nous devons en notre qualité d'agent de conception poser les jalons de la réflexion pour enrichir la pratique sportive dans nos clubs sportifs, afin de présenter lors des grandes joutes internationales qui nous interpellent, des sportifs de haut niveau formés à la bonne école.

### **III- 2 Quelques considérations biologiques et psychologique de l'enfant : de 09 à 13 ans**

Nous avons choisi de parler de cette tranche d'âge, parce qu'elle correspond à la période dans laquelle les enfants que nous avons encadré ont baigné. Mais aussi cette

période est en phase positive pour l'apprentissage moteur universel, d'une part, et d'autre part la fin de cette période représente la fin de l'enfance au plan biologique.

### **III-2-1 l'âge de la scolarité avancée**

#### **a) Au plan biologique**

Dans cette période, nous avons la continuation dans le développement de l'enfant à l'âge de la scolarité (07 à 09 ans), qui se caractérise par :

Les proportions corporelles (Tronc / extrémités) équilibrées (harmonieuse) croissance continue non perturbée, croissance musculaire encore limitée et lente, cependant une compatibilité de charge cardio-pulmonaire étonnante. Le plus grand point faible reste les tissus conjonctifs et de soutien.

Donc pas de nouveaux aspects biologiques essentiels jusqu'au début de la maturation.

#### **b) Au plan psychologique**

Les conditions sont favorables en ce qui concerne :

Les capacités intellectuelles, la conviction de l'autorité l'engagement et la disposition à la soumission, mais le courage aussi, l'insouciance lors d'une ambiance de confiance et d'optimisme.

#### **c) Au plan Ecole et entraînement**

Dans l'ensemble, un âge très favorable pour l'apprentissage moteur, jusqu'à la manifestation distincte des caractéristiques de la maturation, accentuation prononcée de la formation technique sportive, l'imagination motrice, jusqu'au début de l'entraînement idéomoteur est ici d'une haute importance.

Visualisation, consolidation, correction, contrôle sont essentiels, les capacités physiques (Force de vitesse, mobilité de vitesse) doivent être entraînées de façon universelle, sans pour cela les forcer ou exagérer leur pourcentage nécessaire.

### **III – 2-2 La Première phase de maturation**

Cette période correspond à la tranche d'âge de 11 à 13.

#### **a) au plan biologique**

Cette période correspond à la deuxième transformation de la stature : période de transformations hormonales importantes qui provoquent en partie, une accélération considérable de la croissance (extrémités organes) ainsi que la maturation et le développement du caractère sexuel.



## **b) Au plan psychologique**

A cet âge, l'enfant présente une fermeture définitive sur lui-même. Ce moment se caractérise par le développement de la personnalité, la prise de conscience et l'affirmation du moi.

L'enfant veut se débarrasser de son ancienne personnalité, il cherche donc à nier toutes les valeurs qui étaient les siennes et en particulier c'est la famille qui est la plus visée, il est plus facile de nier que d'affirmer, cette période englobe la crise d'opposition.

## **c) Au plan Ecole et entraînement :**

Dans cette phase à l'école, l'attention sera beaucoup plus tournée vers la découverte de choses nouvelles, l'enfant apportera le plus souvent des critiques à ce qui lui sera proposé. Son enseignement prendra un nouveau visage.

Au plan entraînement, l'accent sera porté sur le travail du développement de la force explosive.

La vitesse, l'endurance et plus particulièrement les capacités de forces sont entraînables très favorablement la formation coordinative et technique sportive sont décisives.

*Cf: DR H ZIMMER (1998) cours de méthodologie de l'entraînement (ontogenèse motrice) Faculté de la science du sport ; Institut de la science du mouvement et de l'entraînement université de LEIPZIG (Allemagne).*

### **III : 3 Modèle de programme de Formation d'initiateurs :**

Dans cette partie qui constitue le cœur de notre réflexion, il s'agit d'armer l'initiateur de connaissances générales et spécifiques appropriées, tant au plan théorique que pratique.

L'enseignement de la partie connaissances générales se fera si nécessaire par des enseignants spécialistes en sciences humaines et en secourisme, cela nous paraît d'une importance capitale, étant donné que l'encadreur doit être dépositaire de connaissances justes concernant l'enfant dont il a la charge.

La partie connaissances théoriques spécifiques aura trait à tout ce qui est en rapport avec le Hand Ball, de l'histoire, en passant par les structures administratives jusqu'aux connaissances techniques, support indispensable pour l'enseignement.

Au plan pratique il s'agira de la mise en valeur du savoir faire propre, en ce qui concerne le programme à enseigner.

#### **III : 3-1 Connaissance Générales Théoriques**

##### **A - Sciences Humaines :**

- les différentes étapes du développement de l'enfant, et les différentes implications Biologiques et psychologiques.
- Les relations : jeunes et encadreurs, et jeunes entre eux

##### **B – Hygiène et Secourisme**

- Les premiers soins
- Conduite à tenir face au blessé

#### **III- 3 – 2 Connaissances Spécifiques Théoriques**

##### **A – L'historique du Hand Ball**

##### **B - l'Initiation au Hand Ball**

- Définition
- Les différents niveaux d'enseignement dans les différentes étapes ;
- Organisation d'une école de sport

##### **C – La Séance d'entraînement**

- Définition
- La Structure de la séance d'entraînement

##### **D - Les Gestes Techniques Fondamentaux**

- Importance dans le jeu
- Énumération, définitions et comment les exécuter

### **E – L'attaque et la Défense :**

- **Définition :**

### **F – Le Gardien de but :**

- Recrutement
- Importance dans l'équipe
- Jeu du gardien de but

### **G – L'encadreur :**

- Rôle et comportement

### **H – L'arbitre : Rôle**

- Avant - Pendant et après le match

### **I – Les Structures Administratives :**

- La Section
- Le Club
- Le District
- La ligue
- La Fédération

## **III -3-3 Connaissances Pratiques**

L'initiateur doit savoir exécuter correctement les gestes techniques fondamentaux qui sont la base de la pratique. Il doit être à mesure de comprendre comment les enfants se comportent durant l'enseignement de ces fondamentaux qui doit se faire par le jeu. A cet effet, durant la session de formation, chaque stagiaire doit pouvoir diriger au minimum deux séances d'entraînement avec des enfants, en utilisant les éléments des différents niveaux d'enseignement dans les différentes étapes.

### **3-3-1 Niveau d'enseignement dans les différentes étapes**

#### **A) Première étape : (10 – 11 ans)**

#### **1 – Première phase :**

##### **a) Attaque**

### Au plan individuel :

- Familiarisation avec le ballon
- Début de l'enseignement des fondamentaux (tenue du ballon – la passe et la réception)

### Au plan collectif

- début du travail d'éclatement de la grappe autour du ballon

#### b) Défense :

- Intervenir seulement au plan individuel par les consignes suivantes :
- Se placer sur la trajectoire de la passe
- Essayer de prendre la balle de l'adversaire sans le toucher

#### c) Règlement à appliquer :

- Ne pas arracher la balle
- Ne pas toucher le porteur de balle
- Ne pas injurier
- Ne pas courir avec la balle
- Ne pas entrer dans la surface de but

**NB :** Faire arbitrer les rencontres par les enfants eux-mêmes.

## 2 – Deuxième phase

### a) Attaque

#### Au plan individuel :

- Imposer la passe à une main
- Début enseignement du tir en appui
- Pouvoir se déplacer d'un but à l'autre, quelque soit l'orientation : avec ou sans ballon ;
- Imposer : recevoir la balle, s'arrêter faire la passe et repartir (se démarquer).

#### Au plan collectif :

- Continuer le travail d'éclatement du regroupement autour du porteur de balle.

#### b) Défense :

- Intervenir seulement au plan individuel par les consignes suivantes ;

- Se déplacer sur la trajectoire de la passe ;
- Marquage individuel (chacun s'occupe d'un seul et même joueur sur tout le terrain.

### **c) Règlement à appliquer**

- Ne pas courir avec la balle
- Passe à deux mains est une faute
- Tolérer le marcher
- Ne pas faire la passe au Gardien de but dans sa surface de but.

## **3- Troisième phase :**

### **a) Attaque :**

#### **Au plan individuel :**

- Introduction des notions de passe haute et de passe basse (selon la position du défenseur) ;
- Début apprentissage du tir en course ;
- Recevoir la balle en course, s'arrêter, s'orienter vers son partenaire, faire la passe et se démarquer

#### **Au plan collectif :**

- Fin du travail d'éclatement de la grappe autour du porteur du ballon
- Se reconnaître attaquant

### **b) défense :**

- Intervenir seulement au plan individuel en insistant sur les données suivantes :
- Bonne attitude de base ;
- Harceler le porteur de balle ;
- Marquage individuel sur tout terrain en contrôlant un seul et même adversaire

### **c) Règlement à appliquer**

- Début d'application de la règle du marcher
- Respecter la distance des trois (3) mètres dans l'exécution des jets (exiger 3 pas en arrière) ;
- Arrêter de jouer au coup du sifflet de l'arbitre.

Dans cette première étape, le soucis majeur de l'encadreur doit être l'animation, l'enfant est venu au centre pour jouer au Hand Ball, donc quelques soient ses

maladresses, il faut le faire jouer, même si ce qu'il fait est tout sauf du Hand Ball. Ne pas donner à l'enfant l'occasion de se sentir frustré.

Tout l'enseignement des gestes techniques fondamentaux doit se faire dans le jeu. Eviter de disposer dans la partie étude de la séance d'entraînement les enfants en colonnes ou en vagues, pour leur enseigner les gestes techniques. Cette méthode présente une monotonie qui ennuie les enfants, ils ne travailleront pas assez, et ceci peut les inciter au découragement. Dans cette première étape, faire passer les enfants au poste de gardien de but à tour de rôle, et ne leur donner qu'une seule consigne : empêcher le ballon de pénétrer dans les buts, en s'aidant de tout son corps. Voilà pourquoi nous avons opté de ne pas parler du gardien de but dans les différentes phases de cette première étape. Faire passer chaque enfant dans le rôle d'arbitre, afin que les enfants découvrent aux mêmes non seulement l'importance du sifflet, et de l'autorité, mais cela les amènera à connaître le règlement appliqué, ce qui plus tard les aidera dans leur évolution au plan de la pratique.

## **B) Deuxième étape : (11 – 12ans)**

### **1 – Première phase**

#### **a) Attaque**

##### **Au plan individuel :**

- Amélioration de l'orientation dans la course (se déplacer face au but à attaquer)
- Recevoir la balle et faire la passe en course (début du travail des enchaînements).
- Savoir faire la passe à rebond
- Début apprentissage du dribble

##### **Au plan collectif :**

- Introduction de la notion d'appui et de soutien (aide)

#### **b) Défense**

- Intervenir seulement au plan individuel par la consigne suivante :
- Attitude de base améliorée, se placer entre son gardien de but et son adversaire direct.

#### **c) Gardien de but :**

- Attitude de base (surtout insister sur la position des membres supérieurs les bras repliés les mains ouvertes au dessus de la tête, paumes tournées vers l'avant) face toujours au porteur de balle.

## **Règlement appliqué :**

En plus de ce qui a été vu dans la première étape ; Interdire au Gardien de but de retourner dans sa zone avec le ballon récupéré sur le champ de jeu.

## **2 – Deuxième phase :**

### a) **Attaque :**

#### **Au plan individuel :**

- Introduction du dribble en course
- Apprentissage du 1 contre 1 (savoir se défaire d'un adversaire à l'aide du dribble).

#### **Au plan Collectif :**

- Savoir se déplacer d'un but à l'autre dans un mouvement d'ensemble ;
- Début d'écartement (jeu large)

### b) **Défense**

- Intervention au plan collectif en introduisant la notion d'aide (aider le partenaire battu donc possibilité de changement d'adversaire)

#### **Gardien de but :**

- Introduction de la notion de déplacement en fonction du ballon en arc de cercle

### c) **Règlement à appliquer**

- Comment exécuter un jet de 7m
- Comment exécuter une remise en jeu

## **3– Troisième phase :**

### a) **Attaque**

#### **Au plan individuel :**

- Introduction de la notion de changement de direction ;
- Amélioration du 1 contre 1 (Feinte) en augmentant la vitesse d'exécution ;
- Introduction du tir en suspension (sur trois appuis).

#### **Au plan collectif :**



- Début d'occupation des postes (dispositif d'attaque) .

b) **Défense** :

- Marquage individuel sur moitié de terrain avec des initiatives individuelles ou sectorielles en vue de récupérer la balle (introduction de la notion d'interception).

c) **Gardien de but**

- Apprentissage de la relance en vue de jouer la contre attaque.

Règlement à appliquer :

- Interdire la reprise de dribble
- Indication de la direction des jets sans parler (début d'utilisation des signes)

Au terme de cette deuxième étape, l'enfant doit être capable en attaque :

D'arriver à dribbler, à feinter, à tirer en suspension sur trois appuis, occuper un poste et attaquer de face la cage adverse. L'enfant doit être conscient de l'importance du ballon, et savoir qu'il n'est pas seul à jouer, reconnaître qu'il a des partenaires et que c'est en associant leurs efforts que l'équipe arrivera à gagner le match.

En défense : l'enfant doit être capable de se placer par rapport à l'adversaire harceler le porteur de balle, agir sur la trajectoire de la passe pour intercepter, aider son partenaires en difficulté, et prendre des initiatives.

Le Gardien de but doit prendre conscience de l'importance de son rôle dans le jeu.

Faire jouer tous les enfants au poste de gardien de but, afin non seulement de se familiariser avec la cage, mais de découvrir les responsabilités du gardien de but.

En arbitrage, faire passer tous les enfants à la fonction d'arbitre, d'abord un seul arbitre par match, pour ce qui concerne la première et la deuxième étape.

La consolidation des acquis de la première étape étant faite, la deuxième étape posera moins de problèmes à l'encadreur.

C'est pourquoi, avant la reprise de la deuxième étape, organiser au moins trois séances de rappel, au cours desquelles les enfants expliqueront et exécuteront les gestes justes et à cet effet amener les enfants aux mêmes à apporter les corrections nécessaires ; l'encadreur n'interviendra que pour compléter éventuellement.

Dans cette deuxième étape, ne pas spécialiser un enfant à un poste, les enfants doivent évoluer chacun à tous les postes.

## **C) Troisième étape (12 – 13ans)**

### **1 – Première phase**

#### **a. Attaque**

##### **Au plan individuel :**

- Amélioration du dribble (savoir utiliser les deux mains) ;
- Amélioration du tir en suspension (réduction des appuis tirer sur 1 ou 2 appuis)
- Introduction de la passe extérieure (revers) ;
- Ebauche de la contre attaque

##### **Au plan collectif :**

- Attaquer la défense individuelle à partir des flancs avec blocage ;
- Amélioration de la course d'engagement (engagement réengagement en fonction du couloir libéré par l'adversaire).

#### **b. Défense :**

##### **Au plan individuel et collectif :**

- Introduction de la défense individuelle avec glissement
- Défense avec changement d'adversaire
- Occupation des postes en défense de zone – 6 : 0

##### **Gardien de but :**

- Amélioration de la contre attaque (choix direct ou indirect)
- Parade : ne pas imposer une forme particulière de parade, mais mettre le Gardien de but dans plusieurs situations de parade.

### **c) Règlement à appliquer :**

- Comment effectuer un changement

### **2 – Deuxième phase**

#### **a) Attaque**

##### **Au plan individuel :**

- Etude élaborée de la contre attaque
- Quand peut –on lancer une contre attaque
- Comment partir en contre attaque (la course)

### Au plan collectif :

- Introduction des notions de :
- Arrêt de la contre attaque
- Retarder la montée de balle (gêner)
- Quand monter sur le porteur de balle
- Comment monter
- Introduction des notions de : flottement, montée, couverture.

### Gardien de but :

- Opérer le choix pour l'orientation au poste de gardien de but.

#### **b) Règlement à appliquer**

- Correction dans l'exécution des jets (respects de la distance des 3 mètres) ;
- Sanctionner toutes les fautes.

### **3- Troisième phase**

#### **a) Attaque**

### Au plan individuel

- Rapidité dans l'exécution des tirs
- Feintes : (de tir, de passes, etc....)
- Sortie coté bras lanceur, ou côté opposé bras lanceur ;
- Utilisation du mauvais bras dans les passes comme dans les tirs.

### Au plan collectif :

- Montée de balle rapide
- Utilisation de la tactique de groupe

#### **b) Défense**

### Au plan individuel et collectif

- Jouer la dissuasion
- Etude élaborée du repli défensif
- Introduction de la défense mixte
- Défense en deux rideaux (3 :3)
- Comprendre les différents déplacements et sa position en fonction du ballon.

## Gardien de but :

- Introduction des différentes techniques d'arrêt du tir (Ailier – Pivot – Arrière)
- Renforcement de la coopération avec les joueurs de champs

### **c) Règlement à appliquer**

- Siffler la défense en zone
- Utilisation correcte de tous les signes
- Introduction de l'exclusion, et de l'expulsion.

Cette troisième étape étant la fin de l'initiation, l'enfant doit savoir jouer correctement au Hand Ball, et arbitrer les rencontres sans difficulté.

Ainsi on aura participé pleinement à la fois à la formation d'un joueur et d'un arbitre.

## Les grands objectifs de cette troisième étape sont :

### En Attaque :

Savoir monter la balle rapidement, relever le niveau de la vitesse d'exécution dans toutes les actions (déplacement, feinte, passe tir), savoir se placer par rapport au défenseur et savoir utiliser les relations (tactique de groupe) dans un dispositif d'attaque 3 :3.

En définitive, l'enfant doit savoir quelle défense est en face de lui et comment l'attaquer.

### En défense :

L'objectif principal est de savoir défendre en zone dans un dispositif 3 : 3 et d'assimiler sa position, son rôle, bref savoir circuler dans cette défense en fonction du ballon et de l'adversaire.

D'une manière générale, on aura obtenu au bout du processus un joueur qui saura défendre individuellement, et utiliser cette individualité dans le collectif.

On remarquera à la fin de cette troisième étape que l'enfant n'aura plus besoin de dire à son camarade : fais moi la passe, il se trouvera dans des situations où il commencera à prendre des initiative afin de trouver des solutions aux difficultés qu'il rencontrera en attaque comme en défense. C'est en ce moment que l'encadreur doit prêter attention à l'esprit de créativité de l'enfant, l'encourager dans ce sens, afin de l'orienter plus tard vers une certaine autonomie dans le jeu.

# **III 4 : CONCLUSION**

Parler de la formation de base, revient à mettre sur le tapis, l'un des maux dont souffrent certaines disciplines sportives au Sénégal.

En effet l'absence de programme de formation initiale harmonisé, entraîne une certaine déperdition dans la formation du joueur. Il est grand temps d'amener les initiateurs à suivre le même processus de formation, dans une discipline donnée ; cela suppose que les encadreurs à la base disposent d'un même support pour mener à bien la tâche de formation qui leur est confiée.

Il s'agit désormais de former des encadreurs avertis ayant un certain niveau intellectuel, ce qui nous oblige à opérer des choix quant à la désignation des candidats aux différentes sessions de formation d'initiateurs.

L'application du contenu de programme que nous venons de proposer en théorie comme en pratique ne peut se faire qu'avec des stagiaires ayant au moins le niveau intellectuel du cycle secondaire, avoir été pratiquant du Hand Ball et être âgé au moins de vingt (20) ans.

Ce programme ayant été expérimenté avec des enfants durant trois ans, doit nous amener à réglementer l'âge du recrutement dans nos écoles de sport, cet âge doit se fixer à 10 ans et 11 ans au maximum. Cette harmonisation des âges ne peut se faire qu'avec le contrôle des structures décentralisées de la Fédération de Hand Ball.

Pour réussir une bonne formation aux candidats des futures sessions de formation, en application de ce programme, nous proposons désormais que les stages se déroulent suivant ce canevas qui suit :

Etaler le stage sur quinze (15) jours, à l'issue de ces deux semaines de cours théoriques et pratiques organiser un examen, et chacun des candidats qui auront obtenu la moyenne de dix (10) sera déclaré admissible. On appellera cette première partie, la Partie théorique.

Ces candidats déclarés admissibles, aborderont une deuxième partie appelée Partie Pratique et cela consistera à assurer l'encadrement d'une école de sport durant une saison sportive, sous le contrôle de la commission Technique de la ligue concernée.

A l'issue de cette partie pratique qui se sera déroulée sous l'encadrement du conseiller Technique Régional, le candidat sera évalué et ce n'est qu'à partir de cette évaluation pratique que le stagiaire recevra son certificat qui lui sera délivré par la ligue dont il dépend.

Aujourd'hui nous avons tenté de mettre en place un programme que nous avons expérimenté et qui a porté ses fruits. Nous invitons la Fédération Sénégalaise de Hand Ball, à travers ses structures de formation de prendre en compte ce programme, tout en essayant de l'améliorer d'avantage.

Nous n'avons pas la prétention de régler définitivement le problème de la formation des initiateurs, mais simplement à travers ce document, contribuer à la recherche de solutions qui pourraient être louables.

Aujourd'hui, l'initiation ne doit plus être confiée à des profanes, mais elle doit être l'affaire de techniciens avertis, guidés par un programme élaboré pour le bonheur des jeunes générations.



## BIBLIOGRAPHIE

- archives Fédération Sénégalaise de Hand Ball
- Dossiers de stage des ligues de Hand Ball
- Direction Technique Fédération Sénégalaise de Foot Ball
- Commission de Formation Fédération Sénégalaise de Basket – Ball
- Docteur – H. ZIMMER Professeur de méthodologie de l'entraînement à l'Université de LEIPZIG.
- Cours de méthodologie de l'entraînement Université de LEIPZIG (1998).

