

Dimension Sport

Asbl

Rue René RUTTEN 16
4890 CLERMONT
Tél : 087 / 44 63 96
GSM : 0496/ 33 02 82

E-Mail : info@dimension-sport.be

Site : www.dimension-sport.be

KORFBAL

Objectifs de la formation :

L'objectif principal est de donner aux enseignants suffisamment de maîtrise du règlement et de la technique de jeu pour se sentir à l'aise dans l'enseignement du Korfbal. Nous allons donc voir toute l'étendue des techniques et stratégies que propose ce sport. Il y aura donc un maximum de pratique de jeu et d'arbitrage.

L'objectif est donc de rendre l'enseignant :

- apte à initier un groupe de débutants
- apte à appliquer, via l'arbitrage, toutes les règles de ce sport
- apte à augmenter le niveau technique et tactique du groupe
- apte à transmettre les valeurs et la philosophie

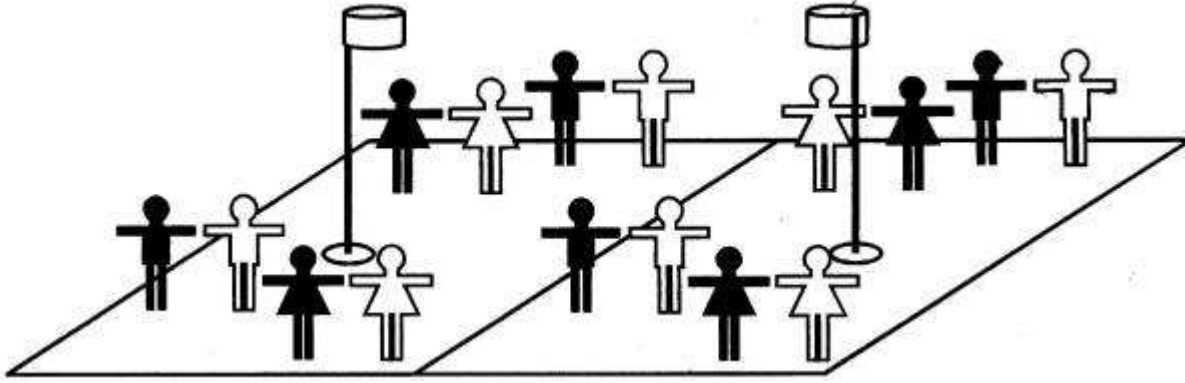
A. : Théorie :

Le but du jeu est de faire progresser un ballon rond jusqu'à un panier situé à 3,50 mètres du sol et de marquer. Chaque panier inscrit rapporte un point. L'équipe, toujours mixte, qui a marqué le plus de paniers, l'emporte. Quand deux paniers sont marqués, les joueurs permutent leur position dans chaque zone. Ils occupent ainsi à tour de rôle différentes fonctions.

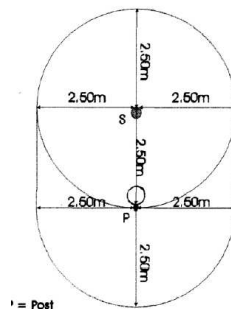
1. En résumé :

- le **but du jeu** est d'envoyer réglementairement, de haut en bas, le ballon dans le panier adverse. Le terrain correspond, à l'extérieur, à une surface de maximum 60 m sur 30 m (40m sur 20 m avant 12 ans) et, à l'intérieur, au terrain de hand-ball (40m sur 20m) pour toutes les catégories. La surface de jeu est divisée en 2 zones égales (A et B) au moyen de lignes parallèles à la largeur.
- Le bord supérieur (2 à 3 cm de large) du **panier** se trouve à une hauteur de 3.5 m dès 10 ans (3 m pour les 8-9 ans et 2.5 m pour les 6 – 7 ans) et a une hauteur de 25 centimètres, un diamètre intérieur compris entre 39 et 41 centimètres. Le poteau du panier est situé, par rapport à la ligne de fond, à une distance de 1/6 de la longueur totale du terrain
- Le **ballon** est rond et consiste en une vessie de caoutchouc placée dans une enveloppe de cuir. La circonférence du ballon est comprise entre 68 et 71 cm. et le poids du ballon, avant le début de la rencontre, se situe entre 425 et 475 grammes. Il s'agit, en fait, d'un ballon de football n° 5 dès 12 ans et n° 4 avant 12 ans.
- La **surface de jeu** peut être un revêtement classique de salle mais aussi du gazon ou du sable
- Une partie se joue en **2 périodes de 35 min** (et 2 x 30 min indoor) - 4 x 10 min pour les moins de 12 ans

- C'est un sport **MIXTE** : deux équipes de 8 joueurs (4 filles et 4 garçons)



- Maximum 8 **remplacements** sur le banc mais 4 changements maximums sans l'accord de l'arbitre (après suite à une blessure : il faut son accord)
- Chaque fois que deux buts ont été marqués, tous les joueurs **changent de zone** (les attaquants deviennent défenseurs et vice-versa). Lorsque la limite du temps de jeu de la première mi-temps est atteinte, il y a un changement de camp et de panier.
- Les **remises en jeu** en début de période et après chaque but se font au centre du terrain.
- A l'arrêt, un joueur en possession de balle n'a droit qu'au **pied pivot** mais lors d'une réception en mouvement il a droit à deux appuis.
- Chaque équipe a droit à 2 **temps morts** de 60 secondes par partie
- Le ballon est sorti dès qu'il touche une ligne de délimitation de la surface de jeu, une personne, un objet ou le sol situé au-delà des limites de jeu.
- Un **lancer-franc** est attribué à une des deux équipes, en cas d'infraction aux règles de jeu commise par l'autre partie. Il est pris à l'endroit même où l'infraction a été commise (4 sec pour l'effectuer et les adversaires doivent se trouver à minimum 2.50 m de l'endroit). En zone d'attaque, il n'est pas permis de tirer immédiatement au panier (le lancer-franc est toujours indirect).
- Le **lancer de pénalité** est la sanction la plus sévère. Il est sifflé quand une faute empêche une occasion de but. Le lancer est direct et est pris à une distance de 2,50m. devant et dans l'axe longitudinal du poteau.



2. Historique :

Le Korfball est la quintessence d'un jeu de ballon, d'origine obscure qui, dès 1903, chez nos voisins d'Outre-Moerdijk, et sous l'impulsion d'un enseignant dynamique du nom de Nico Broekhuysen, a rapidement évolué d'un simple jeu à un sport véritable.

Cet enseignant revenait d'un séjour dans un pays scandinave. Il s'est inspiré d'un jeu appelé ringball, qui opposait deux villages. Il peut être apparenté à la soule qui se pratiquait en France. Le but essentiel du korfball a été d'en faire un sport mixte et non-violent.

La fédération néerlandaise a été fondée en 1903. Pendant de nombreuses années, le korfball ne s'est pas exporté. Il a même rencontré des problèmes d'adaptation aux Pays-Bas. Les églises catholiques et protestantes voyaient en effet d'un mauvais oeil la pratique d'un sport qui réunissait les deux sexes.



Après la fin de la première guerre mondiale, les Belges réfugiés aux Pays-Bas, importèrent le sport "du poteau et du panier" dans leur mère-patrie et plus particulièrement dans la Métropole anversoise, où, en 1920, à l'occasion des Jeux Olympiques, la Belgique présentait le Korfbal en démonstration et devenait ainsi la deuxième nation pratiquante.

L'entre-deux guerres vit le Korfbal consolider de nouvelles extensions vers d'autres contrées, très probablement à cause de la présence simultanée d'hommes et de femmes sur une même surface de jeu, sujet considéré "tabou" à cette époque.

Après la seconde guerre mondiale, l'histoire devait se répéter, en ce sens que Korfballers Belges et Hollandais, expatriés en Espagne, Angleterre, Suriname et aux Antilles Néerlandaises, y implantèrent leur sport.

On compte aujourd'hui quarante-cinq pays qui pratiquent le korfbal. La discipline est jouée sur les cinq continents, à faible dose néanmoins en Amérique et en Afrique.

3. Règlement :

Le Korfbal exige de l'adresse, une grande diversité de mouvements et un sens profond du jeu collectif.

Les règles de jeu excluent toute forme d'individualisme et, de ce fait, même les joueurs "vedettes" doivent se plier aux exigences de la collectivité.

Les deux communautés en présence (car, ne l'oublions pas, le Korfbal est MIXTE!), se complètent et évoluent, non séparément, mais ensemble sur la surface de jeu. En effet, les 4 dames d'une équipe se voient opposées directement aux 4 joueuses de l'équipe adverse. Il en est de même en ce qui concerne leurs partenaires masculins.

On pourra rapidement se rendre compte que, en Korfbal, les deux sexes en présence sont placés sur un strict plan d'égalité et partagent les mêmes responsabilités.

La force pure n'y a pas droit de cité et le contact corporel intentionnel est interdit. La vitesse d'exécution et la diversité des mouvements sont un régal pour les yeux.

Simple à mettre en oeuvre et éducatif dans un cadre scolaire il est cependant spectaculaire et technique en compétition.

REGLES DE JEU :

Pendant le jeu, il est interdit :

- de toucher le ballon du pied ou de la jambe;
- de frapper le ballon du poing;
- de s'emparer ou de toucher le ballon lorsqu'une autre partie du corps que les pieds est en contact avec le sol;
- de courir ou de marcher avec le ballon;
- de jouer individuellement (de dribbler);
- de transmettre le ballon à un partenaire sans qu'il n'ait circulé librement en l'air;
- d'interrompre inutilement le jeu;
- de frapper, prendre ou bousculer le ballon hors des mains d'un adversaire;
- de pousser, de retenir ou écarter un adversaire;
- de défendre un adversaire trop lourdement et de le gêner dans la liberté de ses mouvements;
- de défendre un joueur du sexe opposé ou un joueur déjà couvert;
- de jouer en dehors des limites de sa propre zone;
- de tirer au panier en position couverte *;
- de tirer au panier après avoir "coupé" le long d'un partenaire (blocage d'un défenseur par un attaquant adverse) (= écran);
- de tirer au panier à partir de la zone de défense; directement à la suite d'un lancer-franc ou d'un lancer d'arbitre;
- de tirer au panier sans adversaire direct, lorsque par exemple, le compartiment défensif ne dispose que de 3 joueurs, face à 4 attaquants;
- d'influencer un essai au panier en secouant le poteau;
- d'agripper le poteau pour mieux sauter, courir ou prendre son élan;
- d'enfreindre les règles fondamentales lors de la prise d'un lancer franc ou d'un lancer de pénalité.

* Un attaquant est "couvert" lorsque, sur une tentative de but, un adversaire de même sexe :

- essaie, par un bras levé dans la direction du ballon, et en regardant l'attaquant, d'empêcher réellement le tir;
- est au maximum à une distance de bras de cet attaquant ;
- se trouve plus proche du poteau que l'attaquant.

L'arbitre peut remettre une carte jaune ou rouge (comme au football) en cas de comportement anti fair-play. L'arbitre peut se faire aider de deux juges de ligne et d'un chronométreur.

4. Adaptations pédagogiques :

- Au niveau scolaire, en primaire, on peut diminuer la hauteur du panier, la surface de jeu, ...
- Ajouter un joueur offensif dans chaque zone de manière à créer une supériorité offensive et ainsi permettre une plus grande facilité de circulation de balle (ce joueur ne pourra toutefois pas shooter au panier.

5. Eléments techniques :

Les passes sont très variées en raison du marquage individuel. On retrouve la passe-basket (à 2 mais hauteur poitrine), bras cassé (hand-ball), en cloche, crocheté, lobée, à rebond, derrière le dos, derrière la tête, ...



Pour les tirs à distance, le joueur utilisera la technique du « 6 » : mouvement qui dessine un 6 devant le ventre. Les mains sont posées latéralement et les pouces terminent le lancer vers l'avant.

Pour les tirs en percée (lay-up) et les tirs de pénalité, le joueur dessinera un « 8 » en terminant le lancer avec les deux index vers le haut.



Le tir crocheté est assez spécifique au korfbal : le joueur se déplace dans une direction et puis lors de la réception s'écarte du panier en 2 appuis pour tirer à distance.

6. Avantages :

- Peu de contact, pas d'agressivité, la force physique intervient peu : le jeu est surtout axé sur le démarquage
- Sport mixte : règles pensées pour la mixité, égalité des rôles et responsabilités
- Dans ce sport, l'accent est mis sur le jeu collectif et non sur la prestation individuelle.
- Règles et arbitrage simples
- Matériel très abordable et bon marché
- Pas de spécialisation des rôles : on est une fois défenseur, une fois attaquant
- Activité complète : courses, lancers, réceptions, passes, analyse de trajectoire, sens du placement, réflexes, démarquage, ...
- Beaucoup de transferts vers les autres sports collectifs de démarquage, ...

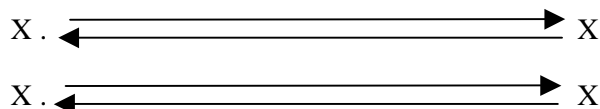
B. Exercices :

On pourra retrouver toute une série d'exercices venant du basket-ball ou du hand-ball qui permettront de travailler toute la base technique nécessaire.

Un accent pourra, toutefois, être mis sur les techniques de tirs en « 6 » et en « 8 ».

1. Passes à un partenaire

Objectif : passer en revue toutes les passes possibles



Variantes :

- Avec un pied fixé dans un cerceau pour obliger la passe précise
- Concours : un maximum de passes de tel type en 1 min
- Avec déplacement vers l'avant 2 appuis et puis passe (retour en marche arrière)
- Avec utilisation du pied pivot avant le lancer
- Présence d'un troisième joueur qui vient mettre une opposition sur le lanceur (le lanceur suit sa balle et devient défenseur) : apprendre à utiliser les différentes techniques de passes et le pied pivot

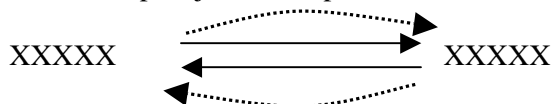
2. Criss cross

Passes en mouvement par groupe de 3.

Gestion des 2 appuis lors de l'enchaînement réception – passe.

3. Passer-suivre

Je lance et puis je vais me placer dans la file opposée, ...



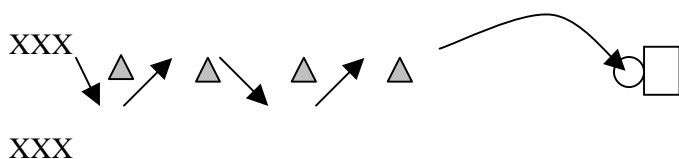
- Variantes :
- revoir tous les types de passes
 - sous forme de course relais

4. Exercices de tirs au but

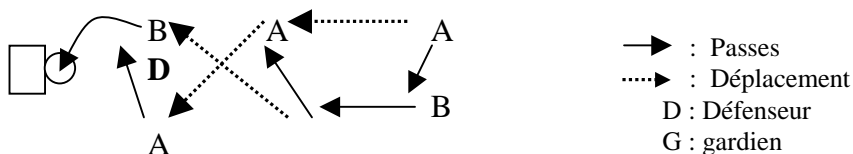
- 2 équipes en file devant leur panier : première équipe qui a marqué 10 paniers
- tour du monde : tirs dans différentes positions par rapport au panier : 1^{er} qui a fait le tour !
- tirs en mouvement : courir – réceptionner – s'arrêter et tirer (jump shot) : 1^{er} à 10 points !
- tirs en mouvement : courir – réceptionner – et tirer (lay-up) : 1^{er} à 10 points !
- « les 10 points » : le groupe est divisé en équipes de 4 à 6 joueurs. Les joueurs sont numérotés. Le n° 1 commence et ensuite le n° 2, ... et de l'endroit où le ballon est récupéré. Lorsque chaque joueur a tiré au panier, le n° 1 recommence. Objectif : arriver à 10 points avant les autres équipes.
- Tirs à distance : le joueur commence à tirer à 1 m et dès qu'il réussit il tire à 2 m, ... Le premier qui atteint la dernière ligne a gagné.

5. Redoublement de passes.

Deux joueurs progressent par passes successives avant de shooter à l'anneau.
Objectif : maîtriser les 2 appuis pour réceptionner et faire sa passe



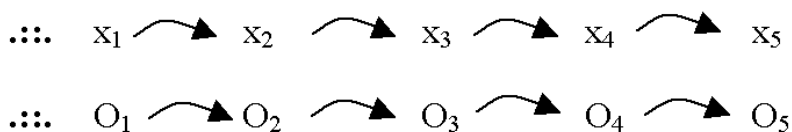
6. Phases de jeu en 2 >< 1 et puis aller au panier



7. Travail par ateliers – exercices-but

Lancer de loin dans un panier, lancer avec 2 pas d'élan,
Lancer avec précision dans différentes cibles (caisse de plinth, cerceau, ...) en variant la hauteur, la grandeur des cibles, ...

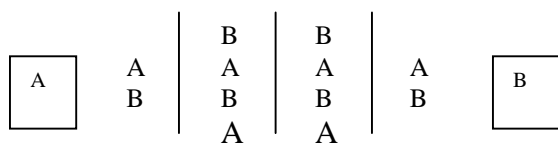
8. Vitesse de passes et réceptions



Faire parvenir les 10 ballons de 1 vers 5 en passant par chaque joueur et en utilisant son pied pivot.

9. Chacun sa zone « Balle au capitaine »

- Le ballon part de la zone défensive d'une équipe pour arriver à son capitaine.
- Si le capitaine n'arrive pas à réceptionner : le ballon va à l'adversaire et repart dans l'autre sens.



- Variante :
- 2 ballons en jeu
 - créer des supériorités numériques dans les zones offensives

10. Le monokorfbal :

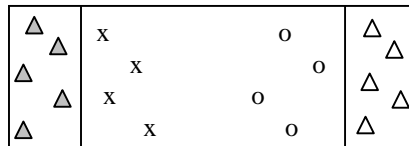
C'est la forme simplifiée (jouée notamment avec les enfants de 6-7 ans). Il n'y a pas de zones délimitées et on joue en 4 contre 4.

11. Tous les jeux de démarquages peuvent être adaptés au Korfball :

- Jeu des 10 passes : (commencer par donner un point lorsqu'il y a 5 passes successives)
Pour interrompre une série, il faut prendre possession du ballon (ou l'obliger à sortir des limites du terrain).
Evolutions :
 - pas de camps : l'objectif est de faire une série de 10 passes successives mais pas de dribble et pas de contact physique et pas de marcher avec le ballon
 - introduire le jeu en 2 zones délimitées (les passes ne comptent que dans sa zone offensive)
 - introduire la règle des 2 appuis lorsque le joueur est en mouvement lors de la réception ou du pied pivot s'il est à l'arrêt
 - introduction du panier et de la défense individuelle et de la règle du « couvert ».

- Buts mobiles : se faire des passes dans le but d'envoyer le ballon dans un but formé par les membres inférieurs de deux joueurs qui tiennent un bâton à deux mains à hauteur de hanches. Les deux joueurs du but peuvent juste se déplacer sur le terrain pour éviter de prendre un but. Ils ne peuvent donc ni descendre le bâton (en fléchissant les jambes ou en abaissant les mains), ni lâcher le bâton.

- Multibuts : deux zones de buts dans lesquels il y a un cône de plus que le nombre de joueurs dans l'équipe. Il s'agit de se faire des passes de manière à toucher les cônes adverses.



- ...

Pour tout renseignement ou toute animation en sports nouveaux (kin-ball, jeux coopératifs OMNIKIN, bumball, gouret, tchouk-ball, indíaca, ultimate-frisbee, disc-golf, korfball, fun in athletics

www.dimension-sport.be

Damien VANDEBERG,
asbl Dimension Sport
 0496/ 33 02 82
info@dimension-sport.be