

BILAN STAGE DETECTION / SELECTION JEUNES

Intitulé du stage	STAGE SÉLECTION DÉPARTEMENTALE 4 - FÉMININES 2006		
Date	Dimanche 5 Janvier 2020 9h45-17h30	Lieu	OCTEVILLE SUR MER Espace du Littoral
Responsable	Yoann LEFEVRE	Intervenant(s)	Aurélie LEBLOND Benjamin TAVERNIER

PROGRAMME & OBJECTIFS

Programme de la journée :

- ✓ REVEIL MUSCULAIRE
- ✓ ECHAUFFEMENT
- ✓ SEANCE D'ENTRAINEMENT 1
- ✓ OPPOSITIONS A THEMES
- ✓ REPAS (PIC NIC EN COMMUN)
- ✓ ECHAUFFEMENT
- ✓ SEANCE D'ENTRAINEMENT 2
- ✓ RECUPERATION
- ✓ RENCONTRE DE D2F D'OCTEVILLE

Objectifs :

- ✓ Préparation de l'équipe aux compétitions et au dernier tour régional
- ✓ Répondre aux manques observés lors de la dernière compétition

BILAN DU STAGE

Effectif : **24 jeunes convoquées**

- 21 Présentes
- 2 Excusées (dont 1 Arrêt)
- 1 Absente

JEU D'ECHAUFFEMENT TOUT TERRAIN

1 ballon, deux équipes, deux GB, toutes les passes et tirs se font assises.

Régulation 1 : les passes et tirs de la main faible

Régulation 2 : les passes main forte et tirs main faible

ECHAUFFEMENT GARDIENNE DE BUT

Deux GB, une dans chaque but, deux colonnes de DC avec ballon.

Système 1,2,3 : 1 et 2 tirs à l'impact du GB et se replace dans la même colonne et la N°3 passe à la GB qui enchaîne avec une relance pour se placer dans la colonne opposée.

La 3ème GB est en spécifique sur un swissball.

JEU EN CONTOURNEMENT DU PIVOT :

Mise en place : Symbolisant de l'intervalle 1,2 et 3,3

1 colonne de DC avec ballon, une AR sans ballon de chaque côté et une GB (sans défenseur)

Consignes : DC fixe pour que AR attaque l'intervalle 1,2

AR se désengage balle en main pour attaquer 3,3 et tir

DC prend la place d'AR et AR la place de DC

Évolution 1 : ajout d'un PVT

Évolution 2 : ajout de deux défenseurs (N°2 et N°3). les défenseurs ont un crédit de 5 pts, si l'AR tir -1, si PVT tir -2.

Évolution 3 : possibilité de jouer un croisé AR/DC quand AR vient jouer dans l'intervalle 3-3

Jeu sur 2 minutes si les défenseurs sont à 0 = 20 abdos

AMELIORATION DU DUEL TIREUR GARDIEN A L'AILE

Mise en place :

Matérialisation de la zone à ne pas dépasser pour tirer

Délimitation de la zone où les appuis doivent « retomber »

Exercices :

Séries de tirs des 8 ailières avec variations des départs :

4 séries : départ arrêté, 3 pas puis tir.

4 séries : passe, départ en mouvement, réception, tir.

2 séries : départ 9m, 3 pas, se réorienter vers l'endroit demandé, se désaxer et tir

4 séries : engagement, passe, désengagement, réception du ballon en mouvement, tir

Défis duel tireur/gardien et gardien/tireur :

Série de 8 tirs : l'objectif est de mettre 5/8 buts. Si Objectif atteint = 10 sauts groupés pour les GB sinon 10 sauts groupés pour les 8 tireuses.

OPPOSITION

3 équipes de 7

Match de 8minutes

Thème : si but sur contournement du PVT, la défense exécute immédiatement 5 sauts groupés

REPAS (PIC-NIC EN COMMUN)

JEU D'ÉCHAUFFEMENT SUR 1/2 TERRAIN

Mise en place :

3 équipes, 1 balle par équipe, interdit de jouer dans la zone

Consignes :

Interdit au dribble, 3 pas maximums, objectif le porteur de balle doit toucher un non porteur de balle adverse.

Le non porteur de balle à chaque fois touché doit faire 2 sauts

AMELIORATION DU JEU RAPIDE

Mise en place :

3 équipes, 2 équipes en oppositions, 1 en attente, temps de jeu 4minutes

Consignes :

Dribble interdit, en cas de perte de balle l'équipe doit aller toucher la ligne de touche avant de pouvoir défendre.

Pour l'équipe attaquante tout le monde doit passer le milieu de terrain pour marquer et la GB doit être sorti à endroit zone de changement.

OPPOSITION

Sur le même schéma que le matin mais sur un temps de jeu de 10 minutes

MATCH DE D2 FEMININE

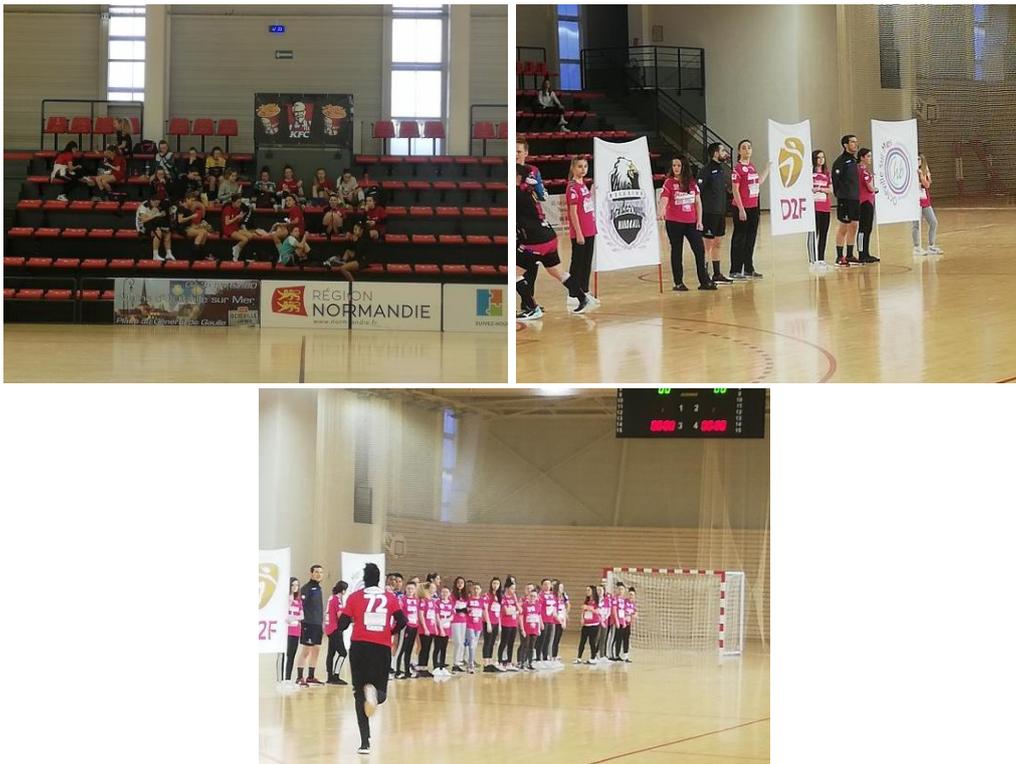
Les filles ont représenté le comité 76 en étant mis en avant sur lors de la présentation du match de la D2 d'Octeville

Les filles se sont bien investies sur cette journée, malgré une absence d'entraînement dans leur structure compréhensible sur cette période des fêtes de fin d'année.

Merci au club du HB OCTEVILLE SUR MER pour son accueil, la mise à disposition de ses installations et d'avoir permis aux joueuses d'assister à la rencontre de D2F et de participer à la présentation des équipes à l'avant match.

Prochain rassemblement le Dimanche 26 janvier 2020 à PONT AUDEMER pour le 2^{ème} tour territorial Inter-Comités.

REPORTAGE PHOTOS



LISTE DES PARTICIPANT(E)S

STAGE SÉLECTION DÉPARTEMENTAL 4 - FÉMININES 2006

Dimanche 5 Janvier 2020, 9h45-17h30
à OCTEVILLE SUR MER, Espace du Littoral

	Nom	Prénom	Club	Année	Lat.	Poste	Présence
1	AUCLAIR	MANON	OCTEVILLE	2006	D	GB	Présente
2	BARBOT	LALY	ALCL	2006	D	DC	Présente
3	BOISFER	LEANE	ROUEN	2006	D	AR	Présente
4	CERTAIN	AUCEANE	BOLBEC	2006	D	AIL	Présente
5	CHANTOSME DEROUARD	ROMANE	HAVRE	2006	D	PVT	Présente
6	CHARY	CARLA	OCTEVILLE	2006	D	AR	Présente
7	CHERON	ENOLA	ROUEN	2006	G	AL	Présente
8	DESNEULIN	LOU-ANNE	BUQUET-ELBEUF	2006	D	AL	Présente
9	DUVAL	KIMBERLY	HAVRE	2006	G	AL	Présente
10	EL HABIB DAHO	LOUISA	OCTEVILLE	2006	D	AR/PV	Présente
11	GOEMAERE	ALBANE	GOURNAY	2006	D	AR	Présente
12	HONNEUX	NAELLE	BUQUET-ELBEUF	2006	D	DC/AR	Présente
13	HOYAU	JADE	BRAY	2006	D	AR/AL	Présente
14	LAMEILLE	EVA	ARQUES	2006	D	GB	Présente
15	LEFEBVRE	LISA	OCTEVILLE	2006	D	AIL	Excusée
16	LEFEBVRE	LOUISE	ST NICOLAS	2006	D	AR	Présente
17	MAINNEMARRE	CAMILLE	LONDINIÈRES	2006	D	DC	Présente
18	MILON	AUDE	YVETOT	2006	AR	D	Arrêt
19	OSPITAL	MAEVA	OCTEVILLE	2006	AIL	D	Présente
20	PAPLOREY	MANON	ALCL	2006	PIV	D	Présente
21	SAUVAGE	CLARA	OCTEVILLE	2006	D	AL	Présente
22	TAVIOT	ARIANE	ROUEN	2006	GB	D	Présente
23	TUNY-DEPREAUX	ANGE	ROUEN	2006	G	AR/AL	Présente
24	WILLOQUEAUX	SERVANE	ROUEN	2006	D	AR	Absente