



COMITE D'ILLE-et-VILAINE de HANDBALL

13b, avenue de Cucillé - 35065 Rennes Cedex

☎ 02 99 54 67 58 ☎ 02 99 54 35 19

hand-35@wanadoo.fr - hand35.org

BILAN STAGE 1 - SELECTION 98 GARÇONS

Du 28 février au 3 mars 2011

Campus de l'Excellence Sportive de Bretagne - site de Dinard

Cadres : Benoît Jambry – Alan Gauvineau.

Spécifique G.B. : Rachid Boufous.

Animatrice BAFA : Stéphanie Kacprzak.

Joueurs présents : 22, dont 3 gardiens et 3 gauchers.

Clubs représentés : 9. E.S. Redonnais (4). C.J.F St Malo (4). O.C. Cesson (3). C.P.B. Rennes (1).

A.S. Chantepie (3). H.B.C. Dol (2). A.G.L. Fougères (1). H.B.C. Saint-Aubin-d'Aubigné (1).

U.S. Bainaise (1). A.L. Cancale (1). A.S. Gévezé (1).

Excusés : Quentin Renaudeau (E.S. Redonnais). Clément Ramel (A.S. Chantepie).

Tailles			
Joueurs de champ		Gardiens	
1,74 m à 1,80 m	4	1,68 m	1
1,65 m à 1,70 m	4	1,67 m	1
1,59 m à 1,61 m	5	1,60 m	1
1,55 m à 1,59 m	3		
1,53 m	3		

Thème du stage

La relation passeur-réceptionneur.

Contenus de séances

Séance 1. Dissociation membres supérieurs/inférieurs, échange à deux pour l'échauffement. Travail de passe (armé long/armé court) dans la longueur face à face pour l'échauffement des gardiens. Relation passeur-réceptionneur sur grand espace. Situation d'alternance. Relation passeur-réceptionneur proche de la zone sous forme de 2 contre 1.

Séance 2. Gammes athlétiques avec mouvements d'armé long et d'armé court. Travail par ateliers (échelle de rythme, gainage, proprioception, relation passeur-réceptionneur à 2 avec engagement-désengagement sous forme de 15*15), renforcement musculaire haut du corps, travail de mobilité articulaire avec massue. Montée de balle sous forme de criss-cross.

Séance 3. Différents types de passes, à 2 mains, à 1 main pour l'échauffement. Travail d'engagement et remplacement avec armé court pour l'échauffement gardien. 2 contre 1 sur petit espace secteur central puis passage au 3 contre 2. Situation d'alternance avec relance des gardiens. Relation passeur-réceptionneur des arrières latéraux avec l'ailier et le demi-centre.

Séance 4. Relation passeur-réceptionneur sur grand espace par deux en variant le type d'armé, la fréquence des passes et l'écartement des joueurs. Reprise des deux dernières situations de la séance 3 avec de nouvelles évolutions. Circulation de balle sur la base arrière.

Séance 5. Réveil musculaire. Parcours de motricité sans ballon en continu (6 ateliers). Circulation de balle ailier-arrière-demi pour tir du demi pour l'échauffement des gardiens (évolution avec induction de l'arrière). Jeu en surnombre sur petit espace (3 contre 2 avec passeurs puis 4 contre 3).

Séance 6. Différents échanges et déplacements à 2 pour l'échauffement. Parcours par 2 avec 1 ballon sur la dissociation segmentaire, membres inférieurs et supérieurs. Relation demi-centre-arrière avec induction de l'arrière pour l'échauffement des gardiens. Surnombre sur petit espace (4 contre 3). Situation 3 contre 3.

Séance 7. Par 2, 2 ballons, différents échanges. Travail de dissociation segmentaire. Relation demi-centre-arrière pour l'échauffement gardien, puis évolution de la situation pour amener une relation de passe amenant un débordement sur un poste 2, ajout d'un ailier pour la continuité de la situation. Jeu en égalité numérique secteur central (3 contre 3).

Séance 8 : Formation de deux collectifs équilibrés (grand gabarit, gaucher), échauffement de type match. Jeu : 3 x 15 minutes (en variant les dispositifs de défense + un tiers temps à 5 contre 5).

Nous nous sommes réservés du temps à chaque séance pour proposer des situations de gainage et de proprioception (épaule, genou et cheville). A noter que sur toutes les séances, les gardiens ont travaillé avec Rachid sur la motricité spécifique, renforcement, vitesse gestuelle, etc.

Synthèse

Nous avons construit les séances en suivant une progression dans la difficulté des situations et des exigences. Il était important d'aborder dans les détails, la relation passeur-réceptionneur et plus précisément du passeur en lui-même. Nous avons donc beaucoup travaillé à vide et sans opposition pour se concentrer sur la gestuelle de la passe et beaucoup insisté sur les notions suivantes : position du bras dans l'espace arrière, armé long/armé court, ouverture d'épaule, orientation des appuis, passe de l'avant vers l'arrière.

Le groupe

Durant les séances, il a beaucoup et bien travaillé. En dehors, les comportements irrespectueux et insolents de certains ont été réprimandés dès le premier jour et durant tout le stage.

D'aucuns ont failli aux valeurs véhiculées par le Comité et l'encadrement : respect d'autrui et du matériel, politesse, esprit de groupe, solidarité, convivialité.

Quelques grands gabarits intéressants, quatre gauchers (un étant excusé) présentant plutôt des caractéristiques d'avants.

Trois gardiens aux profils différents. A noter le bon investissement de ces trois joueurs et la qualité du travail fourni, sous la houlette de Rachid Boufous que nous remercions.

Remerciements également à Stéphanie Kacprzak, en sa qualité d'animatrice.

Joueurs retenus pour le stage 2

Campus de l'Excellence Sportive de Bretagne - site de Dinard

Du 26 au 29 avril 2011

Robin De Saint Jores, Clovis Masselin, Pierrick Marliac (G), Nicolas Dufour (C.J.F St Malo).

Edwin Stanton, Axel Bonsignori, Lucas Monin, Quentin Renaudeau (G) (E.S Redonnais).

Lucien Guillemot (G), Nicolas Mathé (G), Basile Kaczmarek (O.C Cesson).

Étienne Pittoni (GB) (A.G.L Fougères). Logan Philippe (GB) (U.S Bainaie).

Léo Mondon, Lucas Duval, Clément Ramel, Valentin Guyomard (GB) (A.S Chantepie).

Thibault Selschotter (GB) (H.B.C Dol de Bretagne). Steven Cadorel (A.L. Cancale).

Reste une place non définie à ce jour.

Tournoi de Dol

A l'issue du stage, seize joueurs seront convoqués au tournoi du H.B.C. Dol, dimanche 19 juin, durant lequel ils rencontreront les sélections de la Manche, Finistère, Côtes-d'Armor et Eure.

Ce tournoi revêt deux raisons essentielles :

Nous permettre d'observer et d'évaluer les joueurs sur des temps de compétition.

Terminer la saison sur une circonstance conviviale.

Remplaçant

Corentin Guyozot (GB) (A.S Chantepie).

Joueurs non retenus

Romain Quebriac (E.S Redonnais). John Quevert (A.L Cancale). Gaëtan Boucanier (H.B.C Dol).

Yannis Tostivint (A.S Chantepie). Dimitri Fouquer (H.B.C.A. St-Aubin).

Antonin Lerosier (A.S Gévezé). Andy Zola (C.P.B Rennes).

Pour information

Nous restons en contact avec les responsables des clubs qui, à tout moment, peuvent nous contacter : Benoît Jambry (06.37.86.81.62), Alan Gauvineau (06.78.33.54.34).

Pour rappel

Vous pouvez retrouver sur le site du Comité (hand35.org) en rubrique « docs techniques », le projet pédagogique des sélections départementales.

Pour la Commission Technique

Benoît Jambry – Alan Gauvineau

