

Compte - Rendu du Stage de Perfectionnement Départemental Minimes et Cadets Garçons et Filles, qui s'est déroulé à Salbris du Dimanche 25 Février 2018 au Vendredi 02 Mars 2018

Nous ne changeons pas les bonnes habitudes de ces dernières années, à savoir, réaliser ce stage conjointement avec le Comité Départemental du Val de Marne (94). Ces collaborations sont importantes et intéressantes pour tous : mélange des joueurs (partenaires d'entraînement, systèmes de jeu, etc.), échanges enrichissants entre cadres, etc.

Un réel apport pour tous ! C'est donc un groupe de 22 personnes (15 joueurs, 2 relanceurs et 5 cadres dont 1 d'entre eux va se former au métier d'entraîneur).

L'organisation de la semaine et des journées ont été semblables aux saisons passées : réveil musculaire de bon matin, échauffement physique en salle (sous forme de circuit d'ateliers dynamiques pour le matin ; sur des thématiques pour l'après-midi), séances de rythme, séances de service/remise, séances de travail individualisé et séances de comptage de points ont été au programme de chaque journée.

Afin d'éviter de tomber dans une routine quotidienne, les temps de travail avaient été aménagés différemment chaque jour. Chaque journée de travail comprenait une séance collective, une séance de comptage de points ainsi qu'une séance de travail individualisé.

La séance de comptage permettait aux stagiaires de changer de groupe chaque jour. Afin d'augmenter le stress de ces matchs à enjeux, ces rencontres se disputaient seules devant le reste du groupe observateur.

Les journées se sont toutes terminées autour d'une autre activité (balle au prisonnier, football, basket et thèque) afin d'aérer un peu l'esprit des jeunes et de permettre un mélange des joueurs des différents groupes dans le but de créer une meilleure cohésion. Cette cohésion pouvait également se retrouver lors des veillées organisées de main de maître par notre équipe de relanceurs.

En plein milieu de la semaine, une grande séance de matchs par équipe a été mise en place. Les équipes étaient constituées de joueurs : 4 issus de chaque groupe. Chaque joueur y disputait 4 matchs. Cette compétition a été une vraie réussite avec tout ce que l'on souhaitait y observer : de la cohésion (encouragements, coaching) dans les équipes, des parties très disputées, des rebondissements et surtout des comportements de vrais compétiteurs (pas d'abandon, pas de larmes, etc.).





Le groupe de jeunes a été scindé en 2 sous-groupes.

Vous trouverez ci-dessous le détail concernant la constitution des groupes, les intervenants et les axes de travail durant cette semaine.

Groupe 1 : 8 joueurs, encadré par Christian OUAZ et aidé par Jérémy SERRE + 2 Relanceurs : Clément CARLIER (N°610) et Rémy LARQUETOUX (1935 points).

Ce premier groupe était constitué de 8 joueurs et de 2 relanceurs (suivant les journées). Un groupe sympa et agréable pour travailler, mais qui a dû être recadré par rapport aux relanceurs et leurs apports. Ils ont été trop peu sollicités sur toute la semaine et cela est regrettable !

L'objectif de la semaine sur les séances de rythmes était le travail du déplacement et de la liaison avec de l'incertitude.

Le groupe à travailler correctement en début de semaine avec une baisse sur la fin du stage, il leurs a manqué un petit quelque chose pour rendre la semaine de stage excellente, un manque d'engagements pour repousser ces limites.

Concernant les séances individuelles, elles ont été construites à partir des fiches entraîneurs. Elles se sont essentiellement déroulées aux paniers de balles avec une demande d'autonomie de notre part concernant ce travail (recherche des situations pour travailler, distribution au panier, í).

Cette gestion a été bonne avec l'ensemble du groupe concerné tant dans le rôle du joueur en situation de travail que dans le rôle du partenaire pour bien faire travailler. Le groupe a été à l'écoute des conseils pour s'améliorer.

Les séances autour du travail des services ont été évolutives : dans un premier temps, prendre le temps de maîtriser son service, puis apprendre à jouer derrière en intégrant, au fil des jours, plusieurs coups de raquette.

Dans l'ensemble, très bon stage du groupe. L'investissement a été constant durant toutes les séances, malgré un petit passage à vide dû à la fatigue en milieu de semaine.

Un signe très positif qui prouve que ces jeunes souhaitent progresser et font des efforts (engagement permanent) pour cela malgré la présence de la fatigue.



Groupe 2 : 7 joueurs, encadrés par Chafid LOUCIF et aidé par Ahmed ZEGLI + 1 Entraîneur en Formation / Relanceur : Guillaume NEYVOZ.

Le groupe 2 était composé de 7 jeunes joueurs âgés de 10 à 14 ans. Ces joueurs ont l'habitude de s'entraîner 4h par semaine en moyenne. Les différents objectifs ciblés étaient les suivants :

- La régularité des échanges (mise en place d'un fil rouge quotidien),
- Les déplacements latéraux et en profondeur,
- La maîtrise des effets au service et en remise (rotation avant/arrière/latéraux et remise en flip revers),
- La gestion des séances de compétition (échauffement type, gestion de match, í).

Globalement, les séances se sont bien déroulées malgré certaines différences de niveaux (2 joueurs assistaient à leur premier stage en internat). Toutes nos séances de rythme (de volume) ont été préparé avec des objectifs de score et de record à battre (concurrence et maintien de la concentration).

Chaque jour, différentes formules de matchs étaient préparées pour les jeunes dans leur groupe respectif.

En fonction des résultats par groupe, un match de barrage entre le premier du groupe 2 et le dernier du groupe 1 se disputait. Cette méthode permettait des changements au sein des groupes et une plus grande motivation des jeunes pendant les matchs et surtout le fait de jouer devant tous les autres joueurs et les entraîneurs (gestion mentale).

De plus, une partie de la journée était consacrée à un travail individualisé. Durant ce temps de travail, les jeunes ont pu travailler différents points techniques et tactiques au panier de balle. Les encadrants ont pu s'appuyer sur les fiches entraîneurs remplies préalablement pour travailler les points en question.

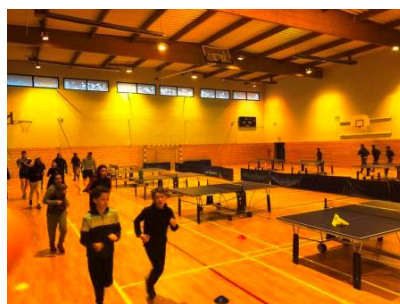
A la fin des séances de l'après-midi les relanceurs ont préparé des jeux collectifs (thèque, football, balle aux prisonniers, basket, í) dans le but de faire en sorte que les joueurs se défoulent après une grosse journée de travail et de renforcer l'esprit d'équipe et l'entente entre les jeunes des deux départements.

Le soir, aussi, des petites veillées furent organisées par les relanceurs (jeux de société, karaoké, baccalauréat, ...) toujours avec les mêmes équipes des jeux collectifs afin de comptabiliser des points tout au long de la semaine.

Les enfants furent motivés par le challenge sur la semaine et se sont prêtés au jeu (esprit de compétition).

Sur l'ensemble de la semaine, les joueurs ont fait un bon stage. Les consignes étaient en grande partie respectées. En revanche, on aurait voulu ressentir une plus grande motivation chez certains jeunes de par leur investissement et leur envie à la table.

La vie en communauté s'est très bien passée, que ce soit au niveau des temps de repos, des repas ou encore des veillées. Le travail à l'entraînement a été correct durant ces 5 jours mais doit être intensifié avec plus d'investissement et de rigueur dans les clubs.





De nouveau, le stage a été très positif pour tous !

Un grand merci au CRJS de Salbris pour leur accueil et leur disponibilité. Enfin, remercions toute l'équipe technique présente (Chafid LOUCIF, Christian OUAAZ, Guillaume NEYVOZ, Jérémy SERRE, Ahmed ZEGLI pour l'encadrement ; Clément CARLIER et Rémy LARQUETOUX pour la relance) pour leur investissement (eux aussi !) tout au long de cette semaine.



PLANNING DU STAGE

Planning du Stage de Perfectionnement - du Dimanche 25 Février 2018 au Vendredi 02 Mars 2018

Travail individualisé	Séance de comptage	Travail physique
Séance de rythme	Séance groupe S/R	Echauffement physique

	Dimanche 25/02	Lundi 26/02	Mardi 27/02	Mercredi 28/02	Jeudi 01/03	Vendredi 02/03
8h00		Lever	Lever	Lever	Lever	Lever
8h10		Réveil musculaire	Réveil musculaire	Réveil musculaire	Réveil musculaire	Réveil musculaire
8h30		Petit déjeuner + préparation séance TT	Petit déjeuner + préparation séance TT	Petit déjeuner + préparation séance TT	Petit déjeuner + préparation séance TT	Petit déjeuner + préparation séance TT + rangement
9h15		Circuit d'ateliers dynamiques	Circuit d'ateliers dynamiques	Circuit d'ateliers dynamiques	Circuit d'ateliers dynamiques	Circuit d'ateliers dynamiques
9h45	Rendez-vous 11h30 Départ 12h07 Arrivée 14h22 Train N°3909					
10h30						
11h00						
11h30						
12h00						
12h30		Etirements - Retour au calme	Etirements - Retour au calme	Etirements - Retour au calme	Etirements - Retour au calme	Jeu libre
12h45		Repas	Repas	Repas	Repas	Repas
13h30		Repos + préparation séance TT	Repos + préparation séance TT	Repos + préparation séance TT	Repos + préparation séance TT	Jeu libre
14h45		Echauffement	Echauffement	Echauffement	Echauffement	
15h00						
15h30	Réunion					
16h00			Séance de matchs			
16h30	Pause	Pause			Pause	Douche et bilans
16h45						
17h00						
17h30					Transfert gare	
18h15						
19h00	Douche + temps libre	Douche + temps libre	Douche + temps libre	Douche + temps libre	Douche + temps libre	Départ 19h24 Arrivée 20h53 Train N°3920
19h30	Repas	Repas	Repas	Repas	Repas	
20h30	Veillée	Veillée	Veillée	Veillée	Veillée	
22h00	Coucher	Coucher	Coucher	Coucher	Coucher	



Liste complète des jeunes présents : 15

Nom	Prénom	Points Phase 2	Catégorie	Club
ARMAND	Celian	1162	M2	Charenton TT
BORGNON	Paul	759	B2	Noisy le Grand CSTT
BOUGEARD	Matthieu	968	C2	Saint Maur VGA
CARBEL-QUISTIN	Lenny	684	M2	Livry-Gargan EP
GARMA	Maelys	514	M1	Bourgetin CTT
HOSENALLY	Oumehani	1080	C2	Bourgetin CTT
LEMOINE	Mathis	871	M2	Livry-Gargan EP
MARTIN	Florent	909	C1	Ormesson
MELLAB	Merwel	896	J1	Pantin CMS
OHAYON	Nathan	666	M1	Vincennes TT
QUEVA	Alexandre	1047	C1	Charenton TT
TEKEGLOU	Guillaume	955	C2	Saint Maur VGA
TOUCHARD	Frédéric	916	C2	Charenton TT
VILLA	Guillaume	803	M1	Noisy le Grand CSTT
VISAKAN	Renus	623	J1	Bourgetin CTT



La Technique du CD 93 TT
Ahmed ZEGLI

