

<b>COMPTE RENDU D'ACTION</b>	FORMATION JOUEURS (FJ)	<b>saison 2020/2021</b>
	FORMATION CADRES (FC)	

<b>Intitulé et Objectif(s) de l'action</b>	<p><b>Stages U13 :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Contribuer à la formation individuelle des U13 détectés sur les différentes manifestations et</li> <li>- Actions CT22,</li> <li>- Présenter des équipes de sélection départementale et participer aux rencontres de TIC dans le cadre de la détection fédérale.</li> </ul>
--	--

<b>Date</b>	<b>Du 27 au 28 août 2020</b>	<b>Lieu</b>	<b>Lycée Sacré Cœur St Briec</b>
<b>Nombre de participants</b>	<b>29 (16 F + 13 M)</b>	<b>Niveau ou catégorie</b>	<b>U13 (2008)</b>

Encadrement			
Nom -Prénom	Groupe en responsabilité	Qualification	Association
GAPIHAN Delphine	Référente U13M / CTF22	CQP	CD22 Basket
GARROUJ Elias	Assistant U13M	En formation Initiateur	Trégueux BCA
GILLARD Sébastien	Président CT	ANIM	MJC Quintin
LAVENANT Josselin	Assistant U13F	En formation Initiateur	Langueux BC
MAZE Théo	Référent U13F	CQP / BPJEPS	Langueux BC

### Bilans

**Programme**

**Jeudi 27 août :**

**Matin**

30 minutes : - Echauffement / protocole d'échauffement mis en place par le référent du groupe

1 heure : - Ateliers pris en charge par les stagiaires en formation de cadres / prise de notes des référents de chaque groupe pour débriefing à la séquence (pendant le débriefing, l'assistant met en place un situation ludique – concours, de tirs).

→ Atelier dribbling, atelier physique, atelier tir en course, atelier tir de plein pied (15 minutes par atelier).

**Après-midi**

20 minutes : - Echauffement / protocole d'échauffement mis en place par le référent du groupe

1h20 : situation de 1x1 court sous format tournoi + situations de jeu rapide du 2x1 vers 3x2+1.

5 minutes : débriefing de la journée après la séance.

## **Vendredi 28 août :**

### **Matin**

30 minutes : - Echauffement / protocole d'échauffement mis en place par le référent du groupe

1 heure : - Ateliers pris en charge par les stagiaires en formation de cadres / prise de notes des référents de chaque groupe pour débriefing à la séquence (pendant le débriefing, l'assistant met en place un situation ludique – concours, de tirs).

→ Atelier dribbling, atelier physique, atelier tir en course, atelier tir de plein pied (15 minutes par atelier).

### **Après-midi**

20 minutes : - protocole échauffement avant-match U13

1h20 : tournoi 4x4 sous format tournoi + situations de tirs sous forme ludique/concours par équipe

5 minutes : Débriefing de la journée après la séance.

### **Contenus :**

Les séances en matinée devront s'articuler autour de 3 axes de travail :

- aisance avec la balle (dribbles-TC-passes)
- tir extérieur (aspects gestuels et compétitifs)
- transitions "mentales et techniques" dans de courtes séquences de jeu de relance et en surnombre offensifs du 2x1 au 3x2+1 (enchaînements d'actions et statuts PB/NPB).

→ Groupes U13 : voir si possibilité de mettre en place le challenge Benjamins FFBB sur temps OFF

Les séances en après-midi se découperont quant à elles en 3 temps :

- mise en route sur :

→ Groupes U13 : protocole habituel

- tournoi 3x3 terrain largeur ou 4x4 grand terrain sur principes de jeu simples mais avec de l'intensité.

→ Insister sur l'état d'esprit à avoir (combativité, intensité, encouragements, concentration, gagner son duel...). Temps de jeu et formule à ajuster en fonction des effectifs présents.

- concours de tirs individuels / par équipe (associer TC-TPP-LF)

**Effectif :**

16 joueuses sur les 19 convoquées (3 excusées).

**Contenus :**

**Jour 1 / Matin :**

La volonté première de cette séance était de faire un réel point sur l'ensemble de notre effectif mais également de retrouver des sensations après ce long épisode sans basket.

Après la mise en place d'un « nouveau » protocole d'échauffement, la première séance était essentiellement focalisée sur 3 axes :

- Aisance balle en main
- TIR (T.E.C / T.P.P)
- 1x0

Nous avons été agréablement surpris par l'investissement, la concentration mais surtout par la faculté des joueuses à sortir de leur « zone de confort » ; ou du moins, elles ont essayé de se mettre en difficulté.

Nous avons donc par la suite, pu réinvestir les aspects pré-collectif vu lors des derniers stages.

Nous sommes donc aller du 1x0 + 1 jusqu'au 2x2 en gardant comme fil rouge les mêmes thématiques que les stages précédents :

- **ESPACE** (occupation des couloir)

- **INTENSITÉ** (vitesse de transition)

- **AGRESSIVITÉ** (priorité aux duels : 1x1).

**Jour 1 / Après-midi :**

Dans la continuité de la matinée, nous voulions l'après-midi axer en priorité notre travail sur un seul aspect : le jeu à 3.

Nous l'avons ainsi décliné sous différentes formes, afin que les joueuses puissent se remémorer les différents aspects pré-collectifs, tant sur l'occupation des couloirs, que sur les mouvements non porteurs :

- 3x0 : ½ T. / T.T
- 3x2 : T.T
- 3x3 : T.T sous forme de tiroir

Le fil rouge restant le même que le matin mais nous nous sommes intéressés plus longuement au rôle que pouvaient avoir les non porteurs de balle (soutien au porteur de balle sur ½ terrain, lecture de jeu).

#### Jour 2 / Matin :

Après la mise en place du protocole, nous avons exclusivement travaillé sur les fondamentaux Individuelles Offensif, au même titre que la veille en axant beaucoup nos situations autour du 1c1 et de ses différentes finitions proches du cercle, que nous avons faites évoluer par la suite sur du tout terrain en continuité.

#### Jour 2 / Après-midi :

Nous avons fini ce stage par un tournoi : 4x4 afin d'avoir un aperçu de l'ensemble de nos joueuses sur de l'opposition directe sans consignes particulières (observation et évaluation des joueuses).

#### Bilan du stage :

Le bilan de ces 2 jours reste plutôt positif, d'une part en raison du contexte dans lequel nous étions, mais aussi par le fait de retrouver les joueuses ayant participées au TIC de janvier dernier, ce qui à mon gout, à donner un regain de combativité et de motivation dans le groupe.

Nous sommes impatients de les revoir au prochain stage afin de pouvoir continuer sur cette dynamique et de réellement se préparer aux prochaines échéances.

**Effectif :**

13 joueurs présents sur les 17 convoqués (4 excusés).

**Contenus :**

**Jour 1 / Matin :**

Échauffement musculaire : éducatifs de course.

Travail sur les fondamentaux individuels sur les départs en dribble : départ croisé + finition.

Travail sur la sortie de balle (curl, regarder vite devant, notion de timing de course entre chaque joueur).

Jeu rapide 3x0 : respect des couloirs, sortie de balle rapide, travail sur la réactivité (changement de rôle rapide = transiter le plus vite possible).

Fin de l'entraînement sur du 3x2 puis 3x3.

**Jour 1 / Après-midi :**

Echauffement basé sur la motricité et la coordination.

Travail sur le tir en course puis de plain-pied.

Rappel rapide sur la sortie de balle.

1x1 avec sortie de balle (retard du défenseur)

2x1 en continuité

3x2 en continuité.

Fin adresse tir : concours et contrats ludiques sur le tir extérieur.

**Jour 2 / Matin :**

Echauffement sur la motricité + dissociation du corps.

Travail sur le dribble + finition (avec beaucoup plus d'intensité, coach → défenseur pour travailler la gestion du contact)

Travail sur le 1x1 pour mettre en application les finitions en fonction de la position et des choix de la défense.

Fin de l'entraînement sur du jeu en surnombre en continuité.

Avec un temps de possession limité en attaque pour les forcer à jouer plus rapidement et jouer au maximum le surnombre.

Sur le 3x2 : obligation de tirer dans la raquette pour forcer le porteur de ballon à mobiliser au minimum un défenseur par le dribble ou la passe (développement de l'agressivité offensive) et avoir du mouvement sans ballon.

## Jour 2 / Après-midi :

Echauffement sur le travail de dribble et finitions vues pendant la matinée.

Tournoi 3x3 (observation et évaluation des joueurs par rapport aux éléments vus durant ces 2 jours).

### **Bilan du stage :**

Bonne implication et bon état d'esprit pour l'ensemble du groupe avec l'envie de progresser.

A chaque début de séance, le groupe a besoin d'être « poussé » pour « rentrer » dans l'entraînement au niveau de la concentration et l'implication qui ne sont pas suffisantes.

Un réel progrès est attendu sur ce point lors du prochain stage de la Toussaint qui sera le dernier rendez-vous avec le Tournoi Inter-Comité.

Après les avoir corrigés plusieurs fois, le groupe est intelligent donc ils comprennent assez rapidement ce qu'on leur demande.

Globalement, chaque jeune doit être encore plus exigeant avec lui-même pour exploiter pleinement le potentiel de ce groupe.

Les jeunes arrivent à se mettre en difficulté dans l'intensité et le travail avec opposition a été plus bénéfique que le travail à vide pour mieux comprendre les détails techniques à améliorer.

Globalement, le groupe a réussi à réutiliser les contenus vus ensemble précédemment notamment sur les intentions offensives collectives. Quelques joueurs sont tout de même plus en difficulté dans la compréhension tactique des principes de jeu demandés et dans la réalisation des éléments techniques demandés. Le groupe reste assez hétérogène sur ces points précis.

Défensivement, l'intensité ainsi que la capacité à effectuer les efforts sur défense porteur de balle n'ont pas été assez importants. Nous attendrons un investissement défensif supérieur lors du prochain rassemblement (explication par le fait que ce soit un stage de reprise ?).

Chacun a compris l'objectif de ces stages CD22 (sélection), chaque jeune donne le meilleur de lui-même au niveau des attitudes et une concurrence saine est présente dans le groupe.

**Participants**

**Liste convoqués stage U13F du 27 et 28 août 2020**

<u><b>Nom</b></u>	<u><b>Prénom</b></u>	<u><b>Sexe</b></u>	<u><b>Club</b></u>	<u><b>Présence</b></u>
ATTOUMANE MADI	Azariya	F	AL Saint-Brieuc	Abs
BIYOU	Thélia	F	AL Ploufragan	Abs
BOLORE	Maëline	F	US Yffiniac	OK
COUEDOU	Ines	F	Dinan BS	OK
DIABONDA	Orlane	F	AL Saint-Brieuc	OK
GUERIN	Selma	F	Dinan BS	OK
HERBERT	Rose	F	AL Saint-Brieuc	OK
HOUÉE	Mathilde	F	AL Saint-Brieuc	OK
HUET-LE COLLEN	Clémence	F	AL Saint-Brieuc	Abs
ILOFO	Manon	F	AL Ploufragan	OK
LE HELLOCO	Zelie	F	BB Pordic	OK
LARMET-LE MENN	Yanna	F	AL Saint-Brieuc	OK
LECAM	Loé	F	BC Pommeret	OK
PACTOLE	Lilou	F	Trégueux BCA	OK
PARIS	Jade	F	Trégueux BCA	OK
PETIT	Justine	F	BC Lamballe	OK
PRIOUL	Camille	F	AL Saint-Brieuc	OK
ROBICHON	Eline	F	MJC Quintin	OK
VANACKER	Sana	F	AL Saint-Brieuc	OK

**Liste convoqués stage U13M du 27 et 28 août 2020**

<u><i>Nom</i></u>	<u><i>Prénom</i></u>	<u><i>Sexe</i></u>	<u><i>Club</i></u>	<u><i>Présence</i></u>
AMON	Yves-Dominique	M	Lannion TB	Abs
BROUDIC	Matis	M	Tréguieux BCA	OK
COURTOIS	Aubin	M	Tréguieux BCA	OK
DUVAL	Idriss	M	Tréguieux BCA	Abs
FALL	Amadou	M	Tréguieux BCA	OK
FERNANDES	Nolan	M	BB Pordic	OK
GONZALEZ ROJAS	Sébastien	M	Langueux BC	Abs
GOURANTON	Quentin	M	US Yffiniac	OK
GUILLERM	Gabin	M	ABC Guingamp	OK
HADENGUE	Nolan	M	Plaintel SP	OK
JUGAN	Martin	M	Plaintel SP	OK
LEBOUDEC-DUFOUR	Hugo	M	Dinan BS	Abs
MISSONNIER	Axel	M	Plaintel SP	OK
PALCRO	Jefferson	M	AL Ploufragan	OK
REGNIER	Nino	M	Tréguieux BCA	OK
RENAULT	Ilan	M	Dinan BS	OK
VINCK	Noah	M	Tréguieux BCA	OK



