COMPTE RENDU D'ACTION	FORMATION JOUEURS (FJ) ~~FORMATION CADRES (FC)~~	saison 2022/2023

Intitulé et Objectif(s) de l'action	**Stages U12 :** **- Contribuer à la formation individuelle des U12 détectés sur les différentes manifestations et actions CT22, dans le cadre de la détection fédérale.** **- Identifier les potentiels à présenter au CIC U12 dans le cadre de la détection fédérale.**

Date	**Du 15 au 17 février 2023**	**Lieu**	**Saint-Brieuc**
Nombre de participants	**37** (20 F + 17 M)	**Niveau ou catégorie**	**U12 (2011)**

Encadrement			
Nom -Prénom	**Groupe en responsabilité**	**Qualification**	**Association**
HYBOIS Mathys	Assistant U12M	BF Jeunes / en formation BPJEPS	EB SAINT-BRIEUC
LE BOUVIER Marie	Assistante U12F	BF Jeunes + en formation BPJEPS	TREGUEUX-LANGUEUX BA 22
PARANT Vincent	Référent U12F / CTF22	DE	CD22 BASKET
PATRIER Titouan	Intervenant arbitrage	Arbitre régional	STAGIAIRE CD22
RIVET Jonathan	Coordinateur stage U12	BE 1	CD22 BASKET
WIDART Maël	Référent U12M	BPJEPS Basket / en formation DE	TREGUEUX-LANGUEUX BA 22

Bilan

U12F

Effectif :

20 joueuses présentes sur les 23 convoquées pour ce stage.

3 absentes excusées.

Vincent P.

Contenus :

MATIN : séance 1

- Mise en place d'un protocole d'échauffement (motricité et aisance avec la balle : dribble) où les filles pourront ensuite être en semi autonomie.
- Situation d'attraper-jouer : Passes-Dribble-Tirs sur traversée.
- 1 contre 1 dans le dribble : travail de finition dernier dribble fort et tir en course.

Evolution : rajout d'une situation de transition attaque-défense et inversement.

- Séquence de tir de plain-pied : attraper-tirer et attraper-départ en dribble-tir.

APRES-MIDI : séance 2

- Mise en place d'un protocole d'échauffement (motricité et aisance avec la balle : dribble) où les filles pourront ensuite être en semi-autonomie.
- Situations proposées par les stagiaires en formation Brevet Fédéral Jeunes.
- Exercice de 3 contre 3 en continuité :
  - Travail de transition.
  - Occupation des espaces sur jeu rapide.
- Etirements.

Jour 2

MATIN : séance 3

- Mise en place d'un protocole d'échauffement (motricité et aisance avec la balle : dribble) où les filles pourront ensuite être en semi-autonomie.
- Travail de finition des tirs en course sur les paniers pour les 6 axes de tirs :
  - 0° droite et gauche
  - 45° droite et gauche
  - De face droite et gauche
  - Axes de travail sur le dernier dribble et les appuis et lâchers libres.
- 1 contre 1 dans le dribble : travail de franchissement du défenseur.
- Jeu rapide : occupation des espaces => couloirs.
  - Situations de 3 contre 0.
  - *Evolutions* : 3 contre 1 et 3 contre 2
- Travail de transition et jeu rapide : 3 contre 3 en continuité.
  - Une attaque et une défense puis sortir.
  - Pas de remise en jeu.
  - Travailler :
    - Le dribble de contre-attaque et le franchissement du défenseur pour aller au cercle ou faire la passe.
    - L'intensité dans les courses sans ballon.
    - L'anticipation des joueuses côté faible.
- Etirements

APRES-MIDI : séance 4

- Mise en place d'un protocole d'échauffement (motricité et aisance avec la balle : dribble) où les filles pourront ensuite être en semi-autonomie.
- Drills pour travailler le dribble et le tir de plain-pied.

- 1 contre 1 long avec transition : travail des finitions du tir en course avec retard défensif puis 1 contre 1 avec passeur sur longueur.
- Séquence de tir de plain-pied : attraper-tirer et attraper-départ en dribble-tir.
- Travail de transition et jeu rapide : 3 contre 3 en continuité.

  Une attaque et une défense puis sortir.

  Pas de remise en jeu.

  Evolution à 4.
- Etirements

Jour 3

MATIN : séance 5

- Mise en place d'un protocole d'échauffement (motricité et aisance avec la balle : dribble) où les filles pourront ensuite être en semi-autonomie.
- Exercice de passes et tirs en course avec notion de couloirs.
- Situation de 1 contre 1 avec passeur sur quart de terrain avec notion d'espaces clés pour l'attaquante.
- Travail de transition et d'agressivité offensive : 2 contre 2 en continuité sur demi-terrain.
- Étirements

APRES-MIDI : séance 6

- Mise en place d'un protocole d'échauffement (motricité et aisance avec la balle : dribble) où les filles pourront ensuite être en semi-autonomie.
- Situation d'attraper-jouer et de dribble : les souris et les chats.

  Travailler la communication.

  Transiter après sa passe.

  Attitude dès la réception du ballon.
- Matchs en 4 contre 4

  3 équipes : celle qui ne joue pas arbitre.

  Durée : 5 minutes.

  Consignes :

  Attaque :

  Jeu de relance.

  Jeu placé : occupation des espaces / espaces clés et mouvement après ma passe.

  Défense :

  Tout-terrain.

  Priorité de contrôler son duel.

  Défense jusqu'à la récupération du ballon.

Bilan général du stage :

- Mise en place d'un Ice breaker sur un temps libre afin que les filles apprennent à se connaître.

J'ai demandé aux filles ayant déjà fait des stages d'intégrer les nouvelles ce qu'elles ont fait.

Cela s'est traduit par une meilleure communication entre elles surtout lors des séances.

- Entretiens individuels réalisés pendant le stage en leur répétant nos attentes vis-à-vis d'elles.
- Très peu de bobos sur les 3 jours. Deux joueuses (U11) ont quitté le stage le jeudi soir mais pas de blessure en cause.
- Groupe travailleur mais très hétérogène dans le niveau de pratique.

Notion de couloirs.

Notion d'espaces clés.

Intensité lors des séances.

Compréhension des consignes

U12M

Effectif :

17 joueurs présents sur les 25 convoqués.

8 absents excusés.

Maël W.

Contenus :

Jour 1

MATIN : séance 1

- ➔ Réveil musculaire.
- ➔ Travail de dribbles en lignes drills. Différentes façons de casser les rythmes, changer les appuis.
- ➔ Shooting sous forme de challenge.

APRES-MIDI : séance 2

- ➔ Echauffement échelles + finitions.
- ➔ Travail défensif : pression sur la balle, capacité à bouger les appuis dans la montée de balle.
- ➔ Travail offensif : 1C0+1 transition.
- ➔ 2c1+1 en transition après RD différentes situations de surnombre.
- ➔ Jeux de passes : Taureau, 4C3, etc… Le but est d'introduire la prise d'informations liée à la prise de décision rapide (moins d'une seconde).
- ➔ Shooting analytique. Travail de la mécanique de tir.
- ➔ 4C3 continu. Capacité à relancer rapidement et à trouver un panier en 1C0 en un minimum de temps.

Jour 2

MATIN : séance 3

- ➔ Réveil musculaire.
- ➔ Ball handling 2 ballons + 1 ballon.
- ➔ Jeu de dribbles avec stimuli variés (bataille, miroir, etc…).

- ➔ 1C0 attaque du cercle : différentes façons de conserver ou agrandir un avantage dans les situations de jeu de relance.
- ➔ 1C0+1 Jeu de relance + transition. Capacité à finir sous pression de différentes façons et de transiter vers l'avant en prenant des décisions de passe ou de dribbles.
- ➔ 1C1 demi-terrain --> agrandir un avantage.

APRES-MIDI : séance 4

- ➔ Echauffement échelles + finitions.
- ➔ Situation de surnombre.
- ➔ 3C0 : travail du jeu de relance. Situation de RD ; prise d'info sur le dribble ou la passe. Concept des couloirs.
- ➔ 3c1+2 idem mais avec opposition.
- ➔ 3C2+1 Même situation, 1 seul joueur en retard.
- ➔ Shooting analytique. Technique de tir.
- ➔ Shooting challenge. Volonté de réaliser des « swish ». Différents types d'arrêts.
- ➔ 4C3 en continuité. 3C3+1 joker, toujours en attaque.
  La situation se fait directement avec la possibilité de dribbler.
- ➔ 3C3 tout-terrain

Jour 3

MATIN : séance 5

- ➔ Réveil musculaire.
- ➔ Ball handling 2 ballons + 1 ballon.
- ➔ Développement des fondamentaux offensifs : exploiter un avantage dans le catch (attraper-jouer). Différents types de retard. Travail du 1C0, vers le 1C1.
- ➔ Aspects défensifs : travail d'appuis variés, close-out, déplacement en course, reprise en sprint, etc…
- ➔ 1C1 : créer un avantage. Demi-terrain.
- ➔ 1C1 : exploiter un avantage. Situation de démarquage --> corner vers l'aile. Possibilité de backdoor mise en avant.
- ➔ Jeu de tir.

APRES-MIDI : séance 6

- ➔ Echauffement échelles + finitions.
- ➔ Défense dans le close-out + transition en 3C3. Concepts défensifs abordés.
- ➔ 4C0 demi-terrain : concept des spots de jeu. Relations dans le dribble (drive) ; réaction après la passe (clear out).
- ➔ 4C4 tout-terrain. Posture d'observation.

Bilan général du stage :

Stage très positif de façon générale.

Les joueurs, hormis lors du 5ème entraînement, ont placé une grande intensité et une grande concentration dans le travail abordé. L'entraînement moins bon est certainement dû à la fatigue.

En ce qui concerne l'extra-basket, bon comportement des enfants. Rien à signaler.

Dans les contenus, on remarque une hétérogénéité dans les niveaux techniques des joueurs. C'est également le cas au niveau maturité physique. Cependant, le groupe est capable de travailler ensemble sans difficulté.

Pour les contenus, une amélioration dans le jeu de relance a été détectée. Nous avons atteint un nombre plus élevé de paniers en 1C0 dans la transition.

Au niveau des attitudes, certains joueurs ont montré du leadership, dans la capacité à prendre la parole, motivé un groupe.

Le bilan est très positif pour le staff.

Mercredi :

En parallèle du stage de détection, une journée de formation BF Jeunes s'est tenue en compagnie de Gaëtan GARNIER, formateur de cette session.

Les stagiaires ont pu mettre en place des situations préparées lors de 2 temps d'entraînement le matin et l'après-midi en complément des contenus théoriques abordés.

Jeudi après-midi :

Un temps de sensibilisation à la préparation mentale a été organisé pour chaque groupe avec Loïc MARREC, préparateur mental certifié. Cela s'est passé sur le temps de repos du jeudi après-midi.

Après un 1er temps de présentation de la préparation mentale au service de la performance sportive, chaque jeune a eu la possibilité de créer sa routine en situation de lancer-franc.

Chaque groupe a ainsi pu bénéficier de l'expertise de l'intervenant pendant 1 heure.

Vendredi :

Un temps de sensibilisation à l'arbitrage a été organisé sur la journée du vendredi (temps hors entraînement).

Titouan PATRIER, arbitre officiel et stagiaire au comité 22 à ces dates, a ainsi pu effectuer une formation théorique avec les règles de base et un quiz ludique lors de la matinée. Pendant le temps hors entraînement de l'après-midi, des situations de pratique ont été mises en place afin d'accompagnement les jeunes dans ce rôle d'arbitre.

Participants

Liste convoqués stage U12F du 15 au 17 février 2023				
Nom	***Prénom***	***Sexe***	***Club***	***Présence***
ANDRIEUX-MARTIN	Awen	F	US Yffiniac	OK
BARGUILL	Mathilde	F	AL Saint-Brieuc	OK
BERESCHEL-RUAULT	Ilona	F	BC Broons	OK
BOLORE	Léonie	F	Trégueux-Langueux BA 22	Abs
CONOIR	Clara	F	CS Merdrignac	OK
DELAPORTE	Lison	F	Plaintel SP	OK
FALL	Amina	F	Trégueux-Langueux BA 22	OK
FLAGEUL	Elea	F	Vigilante Plémet	OK
FROGER	Youna	F	Plaintel SP	OK
GOURANTON	Laurine	F	US Yffiniac	Abs
JALLU	Anaïs	F	CS Merdrignac	OK
JOSSE	Clara	F	Vigilante Plémet	OK
JOSSE	Doriane	F	Vigilante Plémet	OK
LAINE-BEAUSSER	Emma	F	Trégueux-Langueux BA 22	OK
LAMAILLE	Jaily	F	AL Ploufragan	Abs
LE CAMUS DERRIEN	Luna	F	AL Saint-Brieuc	OK
NICOLAS	Laura	F	US Yffiniac	OK
PIERRE	Manon	F	AL Saint-Brieuc	OK
RAULT	Valentine	F	AL Ploufragan	OK
ROUXEL	Livia	F	Dinan BS	OK
TANGUY	Alice	F	Dinan BS	OK
TARIK	Salma	F	AL Saint-Brieuc	OK
THORAVAL	Lina	F	AL Ploufragan	OK

Liste convoqués stage U12M du 15 au 17 février 2023				
Nom	***Prénom***	***Sexe***	***Club***	***Présence***
AGNITHEY	Léo	M	US Yffiniac	Abs
BANNIER	Albin	M	Plaintel SP	OK
CHAU	Gweltaz	M	Trégueux-Langueux BA 22	OK
CHEVALIER	Theodor	M	AL Saint-Brieuc	Abs
CLAIRMONT	Mathis	M	Dinan BS	OK
COTTAIS	Tristan	M	Dinan BS	OK
FALL	Nazim	M	Trégueux-Langueux BA 22	OK
GABLE	Florimond	M	AL Ploufragan	Abs
GLATRE	Augustin	M	Dinan BS	OK
GRIFFOUL	Jean	M	Dinan BS	OK
JARRY	Aloïs	M	Lannion TB	Abs
JOANNOT	Abdelmalik	M	BB Pordic	OK
KACZMAROW	Louka	M	US Yffiniac	OK
KVATERNIK	Marin	M	Trégueux-Langueux BA 22	OK
LE COGUIEC	Sacha	M	AL Ploufragan	OK
LEGALLAIS	Ewenn	M	BB Pordic	OK
LIBOA	Léo	M	Trégueux-Langueux BA 22	OK
NICOLAS	Rafael	M	Lannion TB	OK
RAULT	Antoine	M	Dinan BS	Abs
ROKIA	Elhan	M	AL Ploufragan	OK
SMEJKAL	Tom	M	Dinan BS	Abs
TRAORE	Abdoulaye	M	AL Saint-Brieuc	OK
TROGOFF-JOLIVET	Célian	M	Lannion TB	Abs
URVOY	Ben	M	BB Pordic	OK

Photos

U12F

U12M