

Section Sportive Rink-Hockey « ESPOIRS »

La Vendéenne



Lycée notre Dame du Roc



3 sessions hebdomadaires dans le cadre de la section sportive:

- Le Mardi de 16h15 à 18h00 : Entraînement Rink en commun salle de l'Angelmière.
- Le Mercredi de 12h15 à 13h15 pour les U19 : préparation physique en salle de musculation au Lycée Notre Dame du Roc
- Le Mercredi de 12H45 à 14h15 pour les U17 : séance de perfectionnement rink à la salle de l'Angelmière
- Le Jeudi de 16h15 à 18h00 : Entraînement Rink en commun salle de l'Angelmière.

2 entraînements spécifiques Club sur les créneaux U19/N3:

- Le Lundi de 19h15 à 20h45
- Le Mercredi de 20h00 à 21h30

Transport :

En minibus du Lycée Notre Dame du Roc à la Salle de l'Angelmière, conduit par un éducateur du Lycée.

Stockage du matériel rink :

A la salle de l'Angelmière dans des casiers sécurisés mis à disposition spécifiquement pour la section sportive

Pôle sportif et médical

Sport

- Responsable SS : Lucas GAUCHER

- Educateurs :
 - Nuno Domingues
 - Manu Mir
 - Arnau Serra
 - Laurent Huvelin

3 grands axes de travail :

- Technique individuelle en dynamique
- Principes de jeu / Animation du jeu
- Développement athlétique

Médical

Médecin du Sport :

- Romain BOSSIS (prises de Rv via Baptiste Lucas)

Kinésithérapeutes :

- Cabinet Kin'Form

Mathieu TENAILLEAU (passer d'abord via Baptiste Lucas pour le 1^{er} RV)

Plan de formation du joueur

- Conception du joueur :

Adaptatif, compétitif, créatif, anticipatif (qualités sportives)

Rôle important des habiletés mentales (qualités mentales)

Partir de ses ressources et besoins (quelles aptitudes propres et quels besoins pour y parvenir)

- Conception du jeu :

Logique interne du rink-hockey

Gain du rapport de force (mettre l'opposant en crise)

Jeu dynamique en possession (jeu en mouvement, rapidité des transitions)

Méthode : le Pourquoi avant le comment. A partir de phases de conservation, progression, déséquilibre, finition, phases d'opposition de pressing et de protection du but.

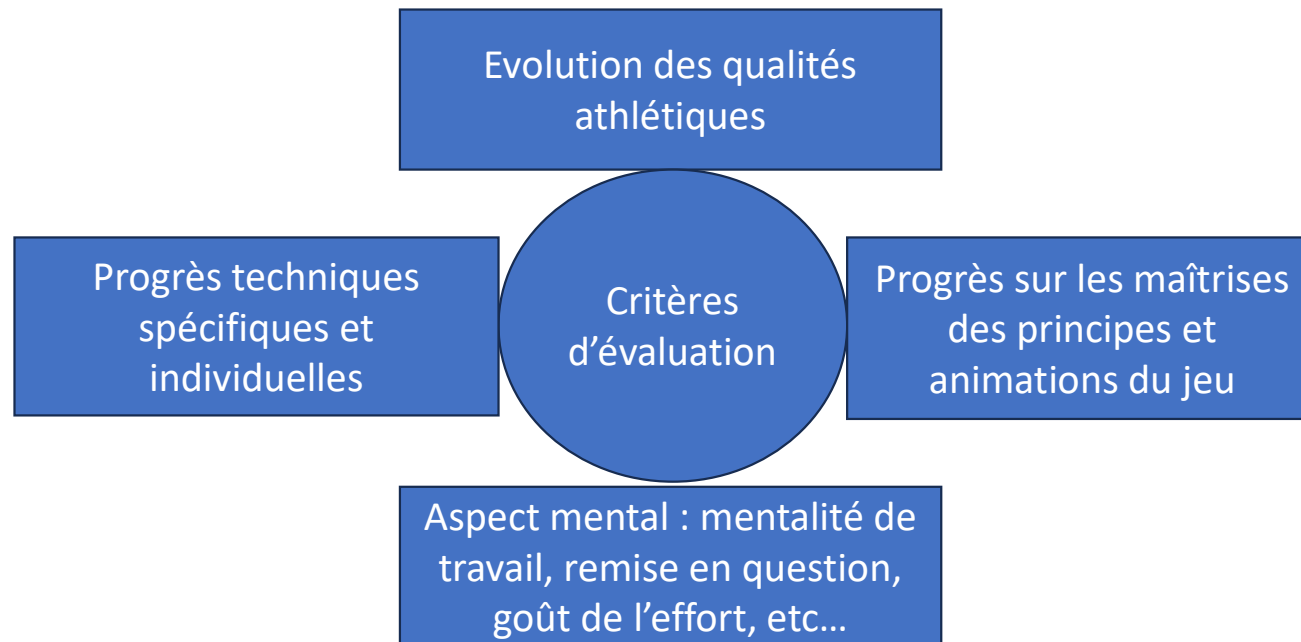
Détermination des problèmes de jeu et appropriation de solutions efficaces (utilisation des outils techniques, tactiques, mentaux...)

- Évaluation des progrès réalisés et mise en situation (en cours de réalisation)

- Climat: Instauration d'un climat d'apprentissage, de confiance et de progrès

L'évaluation

- Critères d'évaluation



Mise en situation (compétition / matchs)

- Catégorie U17 / Coach David Garro
- Catégorie U19 / Coach Mathieu GUIBOT et Mehdi Wahdane
- Catégorie N3 / Coach Mehdi Wahdane et Lucas Gaucher

- Entraîneurs N3 : Nuno Domingues et Lucas Gaucher