



Génération 2014 / 2015



Clubs représentés : Côtère, Trévoux, Montluel, Meximieux, Oyonnax, Belley et Bourg

Génération 2013



Clubs représentés : Côtère, Montluel, Meximieux, Oyonnax, Ambérieu, Ferney, Montréal, Bellegarde et Bourg



Objet : Regroupement départemental

Date et lieu : Le 01 février 2026 à Beynost

Responsables :

Jérôme EPS (Comité), Océana Maréchal (Bourg) et Nicolas Laumet (Chatillon).

Présences et absences :

Groupe 1 : 2 absences sur blessure

Groupe 2 : pas d'absence

Objectif du regroupement :

Groupe 1 : Sélection de 24 joueuses pour le stage des 21 et 22 février.

Groupe 2 : Evaluer et accompagner les joueuses dans des attentes précises.

Hébergement et restauration :

Repas tiré du sac

Objectif de travail :

Groupe 1 : Mettre de l'impact en défense et se faire aider de ses partenaires. Exploitation du jeu dans la profondeur et l'écartement pour favoriser une circulation de balle permettant de jouer autour de la défense.

Groupe 2 : Savoir identifier le porteur de balle et se donner comme objectif de ne pas perdre son duel. En attaque prendre l'initiative de progresser pour marquer et en tenant compte de la position de ses partenaires.

Description des séances pendant la journée

Groupe 1

Jeu d'échauffement :

Le matin, séquence de jeu où le but est d'empêcher le porteur de balle de rentrer dans un espace avec l'aide des partenaires. Pour cela nous attendions des défenseurs d'être ambitieux et de prendre beaucoup de volume pour repousser les attaquantes.

L'après-midi, nous avons mis en place la même organisation avec l'ajout d'un pivot et d'un défenseur. L'objectif était d'interdire la passe au pivot en ayant une densité forte des défenseurs dans le but d'harcéler, dissuader ou intercepter.

Séquence collective effectif réduit :

Le matin relation à 4 contre 4 en alternant secteur externe et central. Notre but est de favoriser le jeu vers l'extérieur en s'appuyant sur une ailière pour avoir un impact dans la profondeur. Exploitation du jeu secteur central pour favoriser l'écartement. Dans chacune des deux séquences, nous avons placé un pivot afin de jouer sur cette relation.

L'après-midi séquence 5 contre 5 avec ou sans pivot avec de l'alternance dans le changement de statut.



Séquence d'opposition :

Le matin nous avons constitué 2 collectifs avec une organisation en 1/5. Les repères du matin devaient nous indiquer comment les joueuses décidaient de jouer. En attaque identifier les relations privilégiées et quels moyens utiliser pour battre son adversaire. En défense rôle de chacune pour agir sur leur adversaire direct et quel rôle des partenaires. Pour l'après-midi nous avons axé les attendus sur l'acte défensif afin d'être en phase avec ce que nous attendions au niveau des filles et toujours en partant d'une 1/5.

Groupe 2

Jeu d'échauffement :

Le matin, séquence où le but est de poser la balle soit derrière une ligne, soit dans un espace délimité. Nos attendus pour l'attaque étaient de prendre une décision pour réussir à marquer. Au niveau défensif, réussir à gêner la progression du ballon. L'après-midi nous étions sur des séquences réversibles sur grand espace où l'esprit était d'observer les joueuses sur leur capacité à faire avancer la balle rapidement avec ou sans utilisation du dribble.

Séquence collective effectif réduit :

Pour le matin et l'après-midi notre but était de laisser un espace d'expression aux joueuses et pour cela nous sommes partis sur des séquences à 3 contre 3. Notre observation était orientée sur le placement et les choix.

Séquence d'opposition :

Etant dans une approche d'évaluation nous avons fixé deux attendus. En défense, ne pas perdre son duel et en attaque prendre une initiative dans le but d'aller marquer.

Travail au niveau des gardiennes :

Au niveau des gardiennes notre démarche était d'observer le placement et le choix dans l'intervention avec le tireur. Pour cela l'attaquant devait choisir intérieur ou extérieur avec une pression défensive. Nous voulions également avoir un repère dans la parade relance pour avoir une idée dans la réactivité et la capacité à lancer rapidement la balle.

Bilan du regroupement :

Ce regroupement était le premier avec les deux groupes distincts 2013 et 2014 avec 2 joueuses de 2015. Pour nous guider et avoir une continuité d'apprentissages nos observables seront les critères suivants :

- **Etre capable d'agir sur le porteur de balle**
- **Etre capable d'aider son partenaire proche**
- **Etre capable de rentrer en relation avec le pivot**
- **Etre capable de prendre une initiative dans le but de marquer**
- **Etre capable de s'appuyer sur un partenaire proche dans l'exploitation du jeu vers l'extérieur**
- **Etre capable de prendre de vitesse la défense dans le repli.**



Formation entraîneurs jeune et adulte territorial



Pour nous aider dans notre travail d'observation, nous avons des entraîneurs en formation, module jeune et adulte territorial du club de Montluel, Bellegarde et Montréal. La commande était de construire des outils d'évaluation dans l'acte défensif. Pour cela ils ont observé le collectif 2013 qui a été leur support.

Prochaines échéances :

- Les 21 et 22 février stage à Belley
- Le 15 mars lieu à définir

Pour les entraîneurs des joueuses, si vous souhaitez venir sur les regroupements pour être acteurs avec nous ne pas hésiter, nous vous accueillerons avec grand plaisir.

Jérôme EPS

Conseiller Technique Fédéral

Portable: 06 86 44 17 85

mail: 5101000.JEPS@ffhandball.net