

Compte rendu du stage P.E.S. Détection Poussins / Benjamins Pâques 2017

Ce stage Détection est le dernier stage en externat de la saison. Afin de continuer notre idée d'ouverture aux autres départements, il a été organisé par 3 départements franciliens : le comité de Paris, le comité de Seine-Saint-Denis et le comité du Val-de-Marne. Cette mixité permet de rassembler différents enfants de nos départements, de varier les partenaires d'entraînement, d'échanger, ...

C'est un groupe de 28 personnes (22 joueurs, 5 cadres et 1 relanceur) qui a pris possession des lieux en ce dimanche 9 avril 2017.

L'établissement du planning et du contenu des différentes séances avait pour objectif d'éviter d'entrer dans une routine, d'interpeller les jeunes et de permettre un investissement sur toute la semaine. Les blocs de séances, rythme, travail individualisé, travail de service et comptages de points. Ces dernières permettaient aux enfants de pouvoir évoluer dans les groupes. Afin de se rapprocher au plus près de la compétition et du stress que cela génère, des parties couperets en toute fin de séances ont été mises en place avec comme spectateurs le restant du groupe. Des situations difficiles pour les enfants mais formatrices pour le futur.

Ce système de montées/descentes inter groupes n'a pas forcément été respecté par les cadres durant la semaine. En effet, étant donné les bonnes attitudes et investissements durant les séances d'entraînement, il était difficile de « sanctionner » un enfant et de le faire descendre de groupe uniquement sur le résultat brut d'une partie voire de quelques points. Les montants ont changé de groupe mais les descendants ont très souvent été maintenus dans leur groupe afin de récompenser leur sérieux à l'entraînement. Cela a donc amené un réaménagement des groupes (début de stage, G1 : 7 joueurs, groupe 2 : 8 joueurs et groupe 3 : 7 joueurs ; fin de stage : 8 joueurs, groupe 2 : 10 joueurs et groupe 3 : 5 joueurs).

Le groupe a très bien réagi durant la semaine et les enfants ont réussi à repousser la fatigue au maximum. Elle a fait une légère apparition lors de la matinée de jeudi mais a vite disparu jusqu'à la fin du stage. C'est un point positif car il n'est pas évident pour des enfants de cet âge de réagir de la sorte.

Retrouvez ci-dessous, les comptes rendus des différents groupes d'entraînement. Les comptes rendus des journées sont disponibles le blog technique du département.

Groupe 1 : 1 cadre (Christian) et 1 relanceur (Alexis)

Le groupe a été dynamique et agréable avec une envie de progresser bien présente. Il a été constitué de 7 à 8 joueurs selon les jours.

Durant la semaine, le travail a été axé sur le top spin CD ainsi que les petits déplacements (bien se placer par rapport à la balle, ...). Plusieurs progrès ont été recherchés sur ce thème : démarrage sur différents types de balles (coupées et plates), placement du top spin CD et enchaînements après le démarrage.

Un travail de service/remise a également été effectué tout au long du stage :

- travail du service coupé simple sans effet latéral.
- travail sur la remise de service en poussette où une action sur la balle était demandée afin de mettre de la qualité à la balle.

Malgré des journées chargées et denses, nous avons constaté une belle résistance physique de l'ensemble

du groupe mise à part sur la matinée du vendredi au cours de laquelle nous avons senti une réelle baisse d'énergie.

Le groupe a bien vécu et les signaux dégagés sont très positifs : de la progression, de l'envie, de l'écoute aux conseils, de bons comportements sur les périodes de matchs, ...

Groupe 2 : 2 cadres (Florian et Loïc)

Le groupe a été constitué de 8 joueurs en début de stage et l'a clôturé avec 10 joueurs en son sein. Un grossissement voulu par l'ensemble des cadres afin de récompenser les jeunes méritants du groupe d'en dessous et de ne pas faire descendre ceux qui se sont bien entraînés mais qui ont manqué de réussite sur les temps de parties.

Les séances collectives ont principalement été axées sur la tenue de balle (à plat ou en top), les déplacements (petit déplacement et grand déplacement du RV au CD) et la poussette RV (action sur la balle, ressortir de la table). Ces séances ont été vivantes avec des enfants qui ont fait les efforts de bien faire les choses aussi bien durant les situations sans comptage qu'avec. En plus des différentes consignes techniques liées au déplacement, à la tenue de la main, ... il a été insisté sur la notion de partenariat et sur le fait que les deux joueurs sont en position de travail quel que soit la situation.

Les séances de travail sur le service et la remise ont été organisées de la manière suivante :

- service : l'objectif était de faire découvrir et comprendre les différentes natures d'effets (sans effet latéral, effet latéral sortant et effet latéral rentrant). Chaque jeune devait essayer, à partir de la consigne demandée, de rechercher celui-ci sur deux services maîtrisés ou non.
- remise : l'objectif de ce travail était de lire correctement le service adverse et d'avoir la bonne réponse en retour en essayant de ne pas donner une balle facile à son adversaire. Afin de faciliter ce travail, il a été fait en réduisant les zones de placement de services sur la table.

Ces situations ont été intéressantes et bien réalisées car les jeunes se sont pris au jeu et ont cherché des solutions pour y parvenir.

Un groupe 2 agréable et volontaire avec des enfants motivés, ayant envie d'apprendre et de progresser !

Groupe 3 : 2 cadres (Arnaud et Camille)

Le groupe 3 était composé de sept joueurs de niveau assez homogène. Un groupe agréable et motivé à l'entraînement, qui nous a permis de travailler dans de bonnes conditions.

Les séances de rythme avaient pour but la tenue de balle et la régularité. Nous avons mis en place des situations de "comptage" afin d'impliquer au maximum les jeunes. Durant la semaine, des évolutions ont été instaurées afin d'améliorer le top spin coup droit, la liaison revers/coup droit ainsi que les déplacements.

Durant les séances de service/remise, nous nous sommes basés sur trois services : le service lancé coupé, le service bombe et le service latéral revers en fin de semaine. Les remises de service ont aussi été travaillées sur ces différents services grâce aux circuits organisés.

Les séances individualisées se sont faites en petits groupes de trois ou quatre joueurs. Elles se sont déroulées sous forme de panier de balle et de travail de service. Le but était de perfectionner la technique des jeunes sur différents coups: top spin coup droit (sur balle coupée et balle sans effet), poussette coup droit et revers, bloc coup droit et revers et liaison revers/coup droit. Ces séances ont été productives car la concentration et l'écoute des joueurs étaient à son maximum.

Dans l'ensemble, la semaine fût de qualité. L'investissement a été constant. Des moments de fatigue ont été constatés (souvent en fin de séance) mais les jeunes reprenaient rapidement des forces pour la séance suivante. Nous avons observé une vraie progression de tous les joueurs. Cette progression a été notamment visible dans les situations des parties. Trois des sept joueurs du groupe 3 ont fini leur stage dans le groupe 2 après leur montée. Une vraie réussite !!!

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 (Florian Denerier, Arnaud Galais, Christian Ouaz et Camille Sauzet) pour l'encadrement ; Alexis Millot pour sa relance et son investissement tout au long de cette semaine.



Loïc MAUSSION

LISTE DES JOUEURS

NOM	PRENOM	CAT	CLUB	Pts 09/16	Pts 01/17	Pts 03/17
BELTRANDO	Robinson	B2	AP 17	654	685	712
HUGES	Romain	B2	Espérance Reuilly	630	637	700
OHANA	Ethan	B1	VGA St Maur	646	667	669
PARICHON	Maxent	P	Vincennois TT	522	565	593
MACCARI	Paul	B2	Espérance Reuilly	522	536	588
TALBI	Yannis	B1	Charenton TT	543	567	584
DENIS	Gabriel	B1	Saint-Denis US	500	529	581
BOUEROUX-TRISTAM	Thomas	B2	KB US	515	558	580
PICHERY	Lazare	B2	Julien Lacroix TT	500	514	563
KACZONOWSKI	Louka	P	Vincennois TT	500	546	562
PANSU	Arthur	B1	JUMP	500	527	562
CRAUFFON	Etienne	P	Julien Lacroix TT	500	517	547
ABOULKHEIR	Vadim	P	US Fontenaysienne	526	512	546
BERTHODIN	Guillaume	B1	Plessis UMS	508	518	546
THAO	Mathys	B2	Charenton TT	515	539	536
LAFORST	Ruben	B2	Vitry ES	500	527	533
FOUREY	Guillaume	M	Brévannaise AS	502	516	522
HOSENALLY	Ashfani	B1	Bourgetin CTT	500	500	521
BERTON	Joachim	P	Vitry ES	500	500	508
HAN	Thomas	P	Paris 13 TT	500	500	488
DATH	Aube	B1	ATT XV	500	500	481
MENET	Alexandre	B2	Paris 13 TT	500	500	480



PLANNING DU STAGE

Stage Poussins/Benjamins - du 9 au 14 avril 2017							
		Travail individualisé	Séance de comptage	Travail physique			
		Séance de rythme	Séance groupe S/R	Echauffement physique			
	dimanche 09/04	lundi 10/04	mardi 11/04	mercredi 12/04	jeudi 13/04	vendredi 14/03	
7h55		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		séance de rythme, tenue de balles, ... commune à tous les stagiaires.					
10h30							
11h00					montée de tables avec barrages		
11h30							
12h00		montée de tables					
12h15		Etirements - Retour au calme	Etirements - Retour au calme	Etirements - Retour au calme	Etirements - Retour au calme	Jeu libre	
12h20		Repas	Repas	Repas	Repas	Repas	
13h15		Repos + préparation séance TT	Repos + préparation séance TT	Repos + préparation séance TT	Repos + préparation séance TT		
14h30		Echauffement	Echauffement	Echauffement	Echauffement	Douche et bilans	
14h45							
15h30						Transfert gare	
16h00							
16h15		Pause	Pause	Séance de matchs par équipes	Pause		
16h30	Rendez-vous 16h15 Départ 17h07 Arrivée 18h33		formule interne à chaque groupe avec barrages				Départ 16h25 Arrivée 17h53
17h00							
17h30		Autre activité	Autre activité		Autre activité		
18h15		Douche + temps libre	Douche + temps libre	Douche + temps libre	Douche + temps libre		
19h15	Réunion, repas et installation	Repas	Repas	Repas	Repas		
20h15		Veillée	Veillée	Veillée	Veillée		
21h30	Coucher	Coucher	Coucher	Coucher	Coucher		