

Dispositif Avenir Départemental n°2 – Saison 2015/2016

Encadrement

JOLIVEL Yann (Cadre ETD) / MENANT Marie (Membre ETD) / MENEZ Thiebault (Cadre ETD) / LEMASSON Yann (Cadre ETR)

Effectif

36 joueurs répartis en 4 groupes. Répartition par année de naissance.

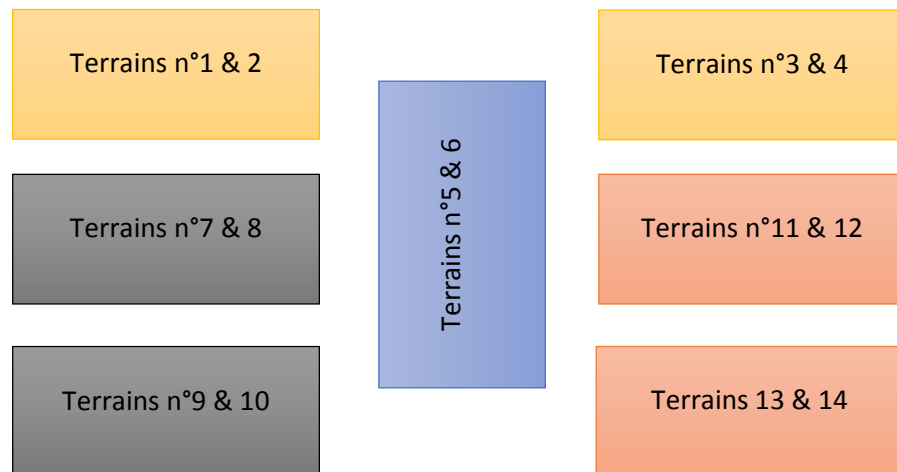
Groupe 1 : 7 joueurs de 2005

Groupe 2 : 10 joueurs de 2006

Groupe 3 : 7 joueurs de 2007

Groupe 4 : 12 joueurs de 2008/2009

Organisation des terrains (ateliers de travail + tests du DAD)



Fonctionnement de la journée

Système de rotative pour alterner les exercices préconisés par le DAD et des ateliers de travail.

15 minutes par ateliers

10h30/12h30

- ⇒ BASTON : terrains n°1/2/3/4
- ⇒ Atelier SERVICE : terrains n°5/6
- ⇒ DEFI FILET : terrains 7/8/9/10
- ⇒ Atelier DEPLACEMENT : terrains 11/12/13/14

12h30/13h30

- ⇒ Pause déjeuné

13h30/15h30

- ⇒ DOUBLE IMPACT : terrains n°1/2/3/4
- ⇒ Atelier MOTRICITE : terrains n°5/6
- ⇒ CARRE : terrains 7/8/9/10
- ⇒ Atelier MANIABILITE : terrains 11/12/13/14

15h30/16h45

- ⇒ Jeux/Matches par équipe
- ⇒ Goûter/Débriefing

Contenus des différents ateliers de travail – 10h30/12h30

LA BASTON (Yann Lemasson)

- ⇒ Match en 9 points sur ½ terrain, sans filet, sans couloirs (avant, arrière, latéral)
- ⇒ Service HAUT et LONG obligatoire
- ⇒ Receveur à 1 pas de la ligne de service

Atelier SERVICE (Marie)

- ⇒ Service revers en simple, (court et long), avec orientation des appuis en fonction du côté du service. Matérialiser des cibles au sol avec comptage des points
- ⇒ Match à thème où le service est valorisé

LE DEFI FILET (Yann Jolivel)

- ⇒ Match en 9 points sur la zone avant sans le couloir
- ⇒ Serveur et receveur derrière la ligne de service avant le service
- ⇒ Bande gagnant = 2 points

Atelier DEPLACEMENT (Thiebault)

- ⇒ Jeux axés sur la reprise d'appuis

Contenus des différents ateliers de travail – 12h30/17h00

DOUBLE IMPACT (Thiebault)

- ⇒ Match en 11 points sur ½ terrain, sans la zone avant
- ⇒ Zone centrale réduite de moitié
- ⇒ Services simultanés
- ⇒ Fin de l'échange quand les 2 volants sont au sol
- ⇒ Chaque volant vaut 1 point

ATELIER MOTRICITE (Yann Lemasson)

- ⇒ Jeux améliorant la motricité générale coordonnée et rapide

CARRE (Marie)

- ⇒ Match en 9 points sur ½ terrain sans la zone avant, le couloir et le couloir fond de court

Atelier MANIABILITE (Yann Jolivel)

- ⇒ Situations à base de jeux permettant l'amélioration des changements de prise, l'utilisation des doigts pour la frappe

NOM	Prénom	N° Licence	Club	Année de naissance
AVERTY	Maud	6765101	FIB	2005
CHEMIN	Mathéo	6847245	SJB	2005
DISTINGUIN	Arthur	6847235	SJB	2005
MARTIN	Josselin	6971992	USL	2005
METAY	Nathan	6751820	FIB	2005
RIAUD	Mathieu	6816474	BCG BDC	2005
TACHER	Matieu	6847236	SJB	2005
ABSIN	Agathe	6918396	FIB	2006
CHURIN	Lucas	6842214	USVB	2006
DELEON	Oscar	6847236	SJB	2006
JOSSE	Nolan	6968152	ELB	2006
LANNUZEL	Quentin	6948685	ALBRUZ	2006
GOURAPA	Philippe	7004406	AGT	2006
PREVERT	Bastien	7055168	ASV	2006
RIAUD	julien	6879404	BCG BDC	2006
RIAUD	corentin	7039880	BCG BDC	2006
TILLMAN	Ariane	6820331	ELB	2006
COLLETTE	Titouan	7011319	ELB	2007
CORDELIER	Lucas	7019482	FIB	2007
COSSAIS	Thomas	6911018	SJB	2007
G. DURAND	Sohil	6926432	USC	2007
POULAIN	Eliott	6837965	MSB35	2007
TACHER	Théo	6911016	SJB	2007
CHRETIEN	Noa	6972005	USL	2008
DELEON	Zélie	6847236	SJB	2008
DOUILLARD	Alexandre	6976358	FIB	2008
GOMI	Ambre	6964170	FIB	2008
G.FROMONT	Roman	6951262	FIB	2008
HURE	Marius	6975203	BCG BDC	2008
KERAUDREN	Jules	6883484	ALBRUZ	2008
LATCHOUMY	Timéo	6914117	USL	2008
LEMASSON	Zoé	6991138	BCG BDC	2008
MEHAT	Baptiste	6914133	USL	2008
VICENT	Lucas	7015342	USGM	2008