

BILAN WEEK-END DETECTION TERRITOIRE NORD LES 30 SEPTEMBRE ET 1^{ER} OCTOBRE A SAINTES



C'est dans le superbe complexe de Saintes que s'est déroulé les 30 septembre et 1er octobre un regroupement de détection territoire Nord.

12 joueurs étaient réunis issus des quatre départements du territoire nord dont 9 clubs.

4 cadres ont encadré ces deux journées (Christelle Cognet cadre technique de la ligue, Laurent Moalic éducateur au club de Fouras, Louis Lusson éducateur au club du Gond Pontouvre et Noé Malécot (éducateur en formation BPJEPS TT) au club de Fouras.

Notons la présence de Martine Martine (présidente du club de Fouras) le samedi après-midi, un grand merci à elle pour son aide précieuse (conseils avisés auprès des jeunes) et la prise de photos. Je remercie également les dirigeants du club de Saintes pour leur accueil ainsi qu'à Sébastien Conoir l'éducateur du club.

Félicitations aux joueurs, groupe très agréable à entrainer très concentré et à l'écoute des consignes durant ces deux jours.

Ce qui a été travaillé

La préparation mentale : Maîtrise des émotions, fixation d'objectifs et la motivation chaque journée
Séances individuelles au panier de balles : Top CD et top revers (pour certains), technique de base pour d'autres

Séances collectives : prise d'information, technique des petits déplacements, ajustement, jouer juste (lent vite), top, services,

Séance de physique : passage de tests physique proposé par la détection nationale

Travail de la cohésion et coordination, travail de l'œil

Travail tactique (schéma de jeu)

Organisation générale :

4 entraîneurs (2 sur la séance collective, 2 en relance ou en leçon individuelle)

Séquence 4 au panier de balles

Organisation du stage

- Séance collective
- Entraînement en utilisant des aires de jeu réduites
- Entraînement en relance avec 2 entraîneurs
- Leçon individuelle et les autres en séances collectives avec 2 entraîneurs
- Paniers de balles avec un entraîneur pour 3 jeunes
- Travail physique (tests physiques de la détection nationale), coordination, vitesse (réaction, vitesse)
- Travail tactique de façon ludique
- Travail mentale (distribution d'un livret avec des exercices sur le travail des émotions, motivation, objectifs et bonhomme de la performance)
- Travail de la cohésion et écriture des règles de vie du stage pour mieux vivre ensemble

Les objectifs généraux du stage détection :

- Travail de la prise d'information (à la table, hors table)
- Travail de l'attention, maîtrise des émotions et de la motivation intrinsèque (fixation d'objectifs de maîtrise)
- Tenue de balles : contrôle de balle, direction, gestion du rythme (lent/vite)
- Travail de la main et habilité
- Séquences de régularité avec ou sans déplacement
- Toujours bien se placer par rapport à la balle (travail de l'ajustement avec ou sans la balle (repère sur la table)
- Schémas de jeu simples à partir du service latéral (compréhension de la tactique)
- Être à l'écoute des consignes ou conseils et être coopératif par rapport au partenaire d'entraînement
- Travail physique (tests physiques de la détection nationale, sport collectif...)
- Travail du duel sous différentes formes

Duel

Compétitions montées/descentes

Compétition par équipes (matches relais)

Double (travail du déplacement, travail de la coopération avec son partenaire ne pas le mettre en difficulté, placement de balle..)

Coupe Davis

Avoir une bonne attitude, être combatif, malin

Physique

Types de travail :

- Tests physiques de la détection nationale coordination/vitesse/ proprioception/souplesse
- Échauffement généralisé
- Jeu à blanc
- Jeu collectif
- Jeu de cohésion (apprendre les prénoms, jeu du Lucky Luke)

Quelques remarques pour les groupes :

Groupes agréables à entraîner, certains ont parfois des difficultés à rester concentrés tout au long de l'entraînement et rester attentifs à l'ensemble des consignes.

Ils ont du mal à jouer juste (lent vite)

A reproduire la technique en matche (exemple lorsqu'on travaille le service recherche de mettre de l'effet ou recherche de placement (avec cible), en situation de match le service est souvent une simple remise en jeu..

Concernant le domaine physique les jeunes ont souvent de bonnes dispositions, mais certains manquent de souplesse, de coordination et de qualité de pied (explosivité)

- Accentuer le travail spécifique sur la coordination entre les membres inférieur et supérieur

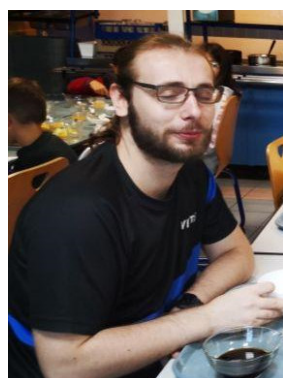
Les participants



Les participants

AIME GIORIA	Clotaire	2014	NIORT TENNIS DE TABLE
ARRIGNON	Arwen	2013	COZES
BELLANGER	Elliot	2014	POITIERS TTACC86
CHARTIER	Robinson	2014	POITIERS STADE POITEVIN TT
COLINET	Raphael	2015	CP FOURAS TT
DELAUNAY	Charly	2015	JAUNAY CLAN VAL VERT TT
GUILLON	Maxime	2014	COZES CP
JOTTREAU	Cindy	2013	NUEIL LES AUBIERS AP
JOTTREAU	Lary	2014	NUEIL LES AUBIERS AP
LAINE	Agathe	2015	GOND PONTouvre TTGP
MERCIER	Constant	2014	JAUNAY CLAN VAL VERT TT
PELLETIER	Lucie	2014	ST MAIXENT SASM TT

Les cadres



Louis



Laurent



Noé



Christelle



Agathe



Charly



Cindy



Lucie



Maxime



Raphaël



Clotaire



Constant



Elliot



Lary



Robinson



Arwen



La préparation mentale

Bilan effectué par Christelle Cognet (Conseillère technique de la ligue