

# SECTION SPORTIVE SCOLAIRE FEMMININE HANDBALL

LYCEE LES HABERGES  
VESOUL



# Un collectif de 20 joueuses des niveaux de seconde et de première générale et technologique



Partenariat des élèves de Terminale (participation à un entraînement par semaine et aux compétitions UNSS)

# DEUX ENTRAINEMENTS PAR SEMAINE

- ▶ **Mardi 12H00 – 13H55**
- ▶ **Jeudi 16H00 – 17H50**



**ANIMATION** : assurée par le Comité départemental de HAUTE SAONE de Handball, avec l'aide du CSV HS et des cadres de l'équipe technique départementale

**ENCADREMENT :**

Professeure référente :

- Frédérique GERARD, professeure d'EPS

Cadres techniques diplômés d'état de Handball :

- Nicolas TERRIER, coordinateur technique (CD70HB)
- Tristan LHENRY, entraîneur responsable (CSV HS)
- Cindy LEBRUN (HBC Val de Saône)



**OBJECTIF** : Permettre à des jeunes de concilier harmonieusement études et pratique sportive approfondie en handball.

**SUR LE PLAN SPORTIF :**

- acquérir des savoir-faire technico-tactiques
- développer ses connaissances dans les domaines du règlement, de l'activité et de l'arbitrage (formation jeunes officiels)
- développer ses connaissances dans les domaines de l'encadrement en toute sécurité d'un public de moins de 12 ans (Formation initiale d'éducateur Handball)

**SUR LE PLAN SCOLAIRE :**

- Aider aux apprentissages intellectuels par le biais d'une pratique physique régulière.
- Développer les compétences méthodologiques et sociales liées à la pratique des sports collectifs.
- Enrichir son parcours de formation, voire d'orientation.

# UNE SEANCE TYPE

- ▶ - Pivots articulaires
- ▶ - Echauffement collectif
- ▶ - Echauffement des gardiennes
- ▶ - Situation évolutive sur un thème donné
- ▶ - Match de fin de séance



Mais aussi...

# Préparation physique en salle de musculation



Motricité

# RENCONTRES UNSS NIVEAU EXCELLENCE

- ▶ avec les autres sections de Bourgogne - Franche Comté

Avant-match au pôle à Besançon (octobre 2021)



Match à Vesoul (Gymnase J.Jaures)  
Contre le lycée Jule HAAG (2018)





# ORGANISATION et ARBITRAGE du tournoi de Handball de NOËL du lycée



Tournoi de l'association sportive  
du lycée des Haberges  
2019 - 2020

# TOURNOI DES SECTIONS SPORTIVES et Invitation au MATCH de PREPARATION à L'EURO



MATCHES DES SECTIONS au Pôle de Besançon  
EURO féminin 2021 au Palais des Sports

# TESTS DE SELECTION : mercredi 11 mai 2022

- ▶ - Vitesse
- ▶ - Réactivité
- ▶ - Détente
- ▶ - Force/puissance de tir
- ▶ - Séquences de jeu
  
- ▶ - Entretien avec l'équipe d'encadrement

**ATTENTION** : en raison de la situation sanitaire, les tests pourront être annulés .  
La sélection se fera alors sur dossier.

# DOSSIER D'INSCRIPTION

- ▶ A retirer au secrétariat du lycée dès MARS
- ▶ Date limite de dépôt du dossier : **22 AVRIL 2022**

## PIECES à FOURNIR :

- ▶ CERTIFICAT MEDICAL datant de moins de 3 mois
- ▶ BULLETINS TRIMESTRIELS CLASSE DE 3EME
- ▶ LETTRE DE MOTIVATION

# A bientôt !

