

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 !

