



Bilan stage PJD – Toussaint 2022
Projet Jeunes Détectés
Voiron, campus de La Brunerie
29 et 30 octobre 2022

1) OBJECTIFS DU STAGE

1. Dresser un constat sur l'acquisition et la maîtrise des priorités hautes des OTHN pour les 9 - 13 ans.
2. Observer le comportement des jeunes sur un stage « HN » (Implication, motivation, transformation...)

2) EFFECTIFS

14 JOUEURS PRÉSENTS / 7 ABSENTS

	SEXE	PRÉNOM	NOM	CATÉGORIE	STATUT	CLUB	PARTICIPATION	RAISON
1	♀	Lumei	BOLUSSET LI	Poussin 1	INVITÉ	BACO 69	✓	
2	♀	Inès	GUERIMAND	Poussin 1	INVITÉ	BCBP 26	✓	
3	♂	Aymeric	VALETTE	Poussin 2	INVITÉ	EB 38	✓	
4	♀	Camille	RATTIN	Poussin 2	INVITÉ	CBC 69	X	Vacances à l'étranger
5	♂	Evan	ZHANG	Poussin 2	INVITÉ	ABBC 42	✓	
6	♂	Hugo	DURAND	Poussin 2	INVITÉ	CBC 69	X	Évènement familial
7	♂	Raphaël	GAY	Poussin 2	PJD	B2A 74	✓	
8	♂	Benjamin	CHALERON	Poussin 2	PJD	VDD 63	X	Vacances à l'étranger
9	♀	Inaya	ALHALLI	Poussin 2	INVITÉ	EB 38	✓	
10	♂	Joslyn	BIFFAUD	Poussin 2	INVITÉ	ABBC 42	✓	
11	♀	Emma	HURTAUD	Poussin 2	INVITÉ	EB 38	✓	
12	♀	Mathilde	MOREL	Benjamin 1	PJD	BACO 69	X	IFB
13	♂	Yolin	REY	Benjamin 1	INVITÉ	BACO 69	✓	
14	♂	Louis	BROUTIN	Benjamin 1	PJD	BACO 69	✓	
15	♂	Basile	COURT STEMPEL	Benjamin 1	PJD	BACLY 69	X	Vacances à l'étranger
16	♂	Kenzo	SAYSSET FOLZ	Benjamin 1	INVITÉ	CBR 42	✓	
17	♂	Alec	ROPERS	Benjamin 1	PJD	BCSV 01	✓	
18	♀	Lucie	CHEVALIER	Benjamin 1	INVITÉ	ACROBAD 38	✓	
19	♀	Mylie	JOURDAN	Benjamin 2	PJD	TBC 74	X	IFB
20	♀	Armelle	LE DIMET	Benjamin 2	PJD	BPV 38	X	Vacances à l'étranger
21	♀	Mai-Anh	COJAN	Benjamin 2	INVITÉ	BACLY 69	✓	

ENCADREMENT :

Frédéric CHATEAU (Comité 73)

Vincent PETIT (Comité 69)

Pierre-Marie BAUDOUIN (CTR ligue AURA)

3) PLANNING DU STAGE

	SAMEDI	DIMANCHE	LUNDI	
8h > 8h30		PETIT DÉJEUNER		
8h30 > 9h				
9h > 9h30	Arrivée joueurs	<i>Échauffement (Fred)</i> QUALITÉ DE DÉMARRAGE Multivolants retard imposé <i>MATCHS</i>	Top Élite Régional	
9h30 > 10h	<i>Échauffement (PM)</i>			
10h > 10h30	REPRISE D'APPUIS MARQUÉE Poste fixe au T + joueur mi court			
10h30 > 11h				
11h > 11h30				
11h30 > 12h	<i>MATCHS</i>			<i>MATCHS</i>
12h > 12h30	DÉJEUNER			
12h30 > 13h				
13h > 13h30				
13h30 > 14h	SIESTE 			
14h > 14h30				
14h30 > 15h				
15h > 15h30				<i>Échauffement (Vincent)</i>
15h30 > 16h	TIMING DE REPRISE D'APPUIS Dans l'ensemble des situations <i>(favorable, neutre et défavorable)</i> <i>MATCHS</i>	TESTS PHYSIQUES <i>Corde à sauter, circuit vivacité, test de détente, test d'explosivité (3 bonds)</i> SPORT COLLECTIF		
16h > 16h30				
16h30 > 17h				
17h > 17h30				
17h30 > 18h				
18h > 18h30	Douche	Départ joueurs		
18h30 > 19h				
19h > 19h30		DÎNER		
19h30 > 20h				
20h > 20h30	Animation (championnats du monde U19) "Le sac de badminton"	Jeux de société		
20h30 > 21h				

Le stage était orienté vers 2 des 7 priorités hautes des Orientations Techniques de Haut-Niveau (OTHN) pour les 9-13 ans, à savoir :

- Timing de reprise d'appuis
- Reprise d'appuis marquée + qualité de démarrage

Le collectif de 14 joueurs a été divisé en 3 groupes :

- GROUPE 1 : Lumei, Inès, Inaya, Emma, Lucie, Mai-Anh
- GROUPE 2 : Aymeric, Evan, Raphaël, Joslyn
- GROUPE 3 : Yolin, Louis, Kenzo, Alec

Cela a permis aux 3 coachs de porter une attention particulière à chaque jeune et d'en dégager des observables pour les bilans individuels.

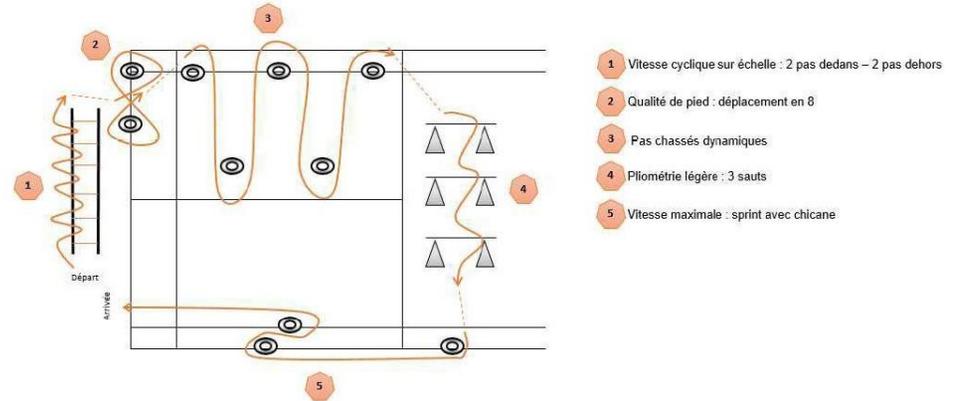
4) TESTS PHYSIQUES

En lien avec le travail sur le terrain, des tests physiques ont été réalisés afin d'évaluer les qualités physiques des jeunes.

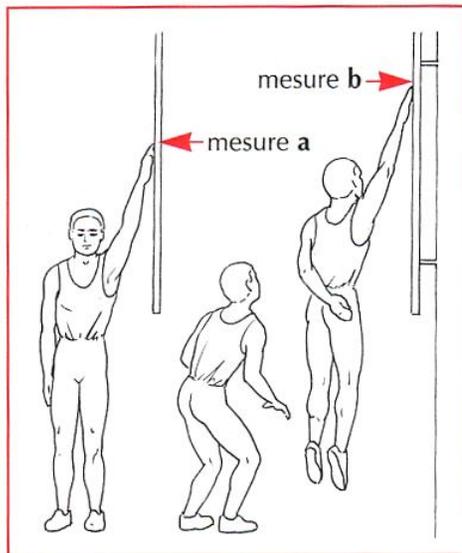
Corde à sauter (maximum de double tour en 2 minutes)



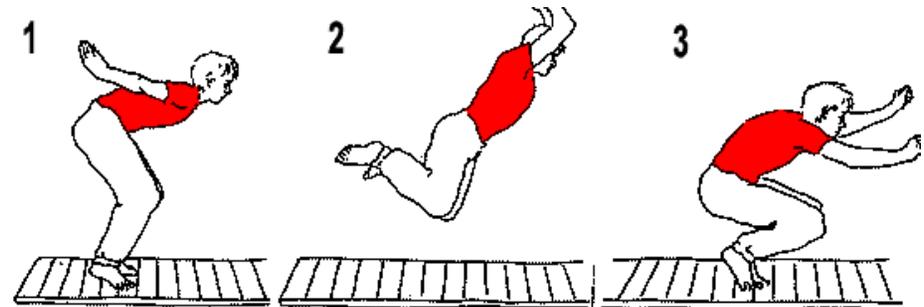
Circuit vivacité : vitesse et changement de direction



Test Sargent (détente verticale)



Test d'explosivité (1 bond)



RÉSULTATS DES TESTS PHYSIQUES

	CORDE À SAUTER (doubles tours)	TEST DÉTENTE VERTICALE (en cm)	TEST D'EXPLOSIVITÉ (en m)	CIRCUIT VIVACITÉ	SPRINT A/R TERRAIN DE BAD
Inaya	0	0,34	1,77	20" 33	7" 4
Lumei	35	0,3	1,91	21" 14	6" 81
Mai-Anh	67	0,35	1,93	19" 19	6" 38
Emma	20	0,34	1,81	19" 41	6" 95
Lucie	1	0,3	1,62	20" 51	6" 74
Ines	0	0,22	1,36	22" 83	7" 79
Raphaël	17	0,32	1,93	19" 11	6" 87
Joslyn	36	0,34	2	18" 96	6" 29
Aymeric	4	0,27	1,6	21" 05	7" 01
Evan	18	0,33	1,7	18" 99	7" 09
Kenzo	7	0,34	2,12	17" 76	6" 5
Yolin	36	0,38	1,79	17" 42	6" 32
Louis	10	0,32	1,73	17" 56	6" 51
Alec	33	0,41	1,81	18" 53	6" 63



5) BILAN

Le stage s'est bien déroulé, les jeunes ont été sérieux et impliqué durant les séances d'entraînements. Les joueurs présents ont l'habitude de se côtoyer sur les compétitions régionales ou inter-régionales ce qui favorise la cohésion et les ententes. Une animation « vide ton sac » a été proposée samedi soir, nous avons demandé aux jeunes de vider leur sac de badminton et nous avons listé ensemble ce qu'il est nécessaire d'avoir dans le sac d'un jeune badiste. Les sacs étaient relativement complets mais il manquait généralement :

- 1 tee-shirt de rechange
- 1 paire de chaussettes
- Des pansements pour les ampoules

Tous les jeunes n'ont pas encore conscience de ce que représente une sélection ou une invitation sur un stage régional, il est important de leur rappeler les différentes étapes du processus (club > comité > ligue).

Concernant la thématique abordée, la plupart des jeunes a connaissance de ce qu'est une reprise d'appuis, ce qui révèle la qualité du travail effectué en club ces dernière année. Mais la reprise d'appuis n'est pas encore automatisée car on peut observer un manque d'écart entre les appuis et souvent l'absence de saut d'allègement.

Afin de continuer à développer le démarrage du déplacement chez les jeunes joueurs, il est important de prioriser les situations avec au moins 1 incertitude, des postes semi-fixe ou encore des routines ouvertes car cela favorise la prise et le traitement de l'information ainsi que la recherche du timing pour la RA.

Pour la préparation physique, la vivacité et la disponibilité motrice sont des priorités hautes chez les 9/13 ans, alors dès l'échauffements nous avons intégré des « gammes de pieds » (actions motrices avec de la dissociation et des changements de rythme), tels que :

- Déplacement avec 1 jambe qui effectue un mouvement différent (talons fesses, montées de genoux, jambes tendue, ...)
- 3 montées de genoux rapides puis équilibre (2s) avec une montée de genoux
- 2 pieds / 1 pied
- RA + 1 pas chassé à gauche, RA + 1 pas chassé à droite, ...
- Changement de direction avec différents déplacements

Les jeunes sont en plein apprentissage, en lien avec le dispositif parcours club et les OTHN, l'objectif est qu'ils maîtrisent d'ici la fin de leur année Minime 1, les priorités hautes 9/13 ans de la formation du jeune joueur. L'exigence et la rigueur doit se faire dès l'échauffement en proposant des situations où les joueurs devront s'adapter et trouver des nouvelles solutions. Ce stage n'a pour objectif que de porter un constat, une photo, sur le niveau d'acquisition de ces priorités hautes, il est donc tout à fait normal qu'elles ne soient pas encore maîtrisées.

J'ai pu constater que les jeunes avaient des bonbons dans leur valise, et cela va à l'encontre du discours des coaches quant à l'alimentation du sportif. Ce n'est pas un stage colo, il serait donc préférable que tous les jeunes aient des barres de céréales et des fruits secs ou frais comme collation entre les repas, plutôt que des confiseries.

Pierre-Marie BAUDOUIN
CTR ligue Auvergne-Rhône-Alpes de Badminton
pm.baudouin@badminton-aura.org
07 65 67 24