**SECTION SPORTIVE HANDBALL DU LYCEE J.B. DELAMBRE**

Fonctionnement

La **participation** à la section sportive handball du **Lycée Jean-Baptiste Delambre** est **facultative**. **Mais pour les élèves s’y inscrivant**, elle devient **obligatoire** et s’intègre à l’emploi du temps à hauteur de :

\***1h30** d’entraînement chaque lundi de 16h à 17h30.

\***1h30** d’entraînement, le mardi entre 16h et 17h30 ;

**\*1 heure 30** de musculation le mercredi midi, dans le cadre de l’association sportive, obligatoire pour tous les joueurs de section : 2 groupes de 45’.

**De plus**, les lycéens évoluant au sein de la section s’engagent à adhérer à l’**association sportive** de l’établissement afin de participer aux entraînements, compétitions et manifestations organisés dans le cadre de l’Union Nationale du Sport Scolaire (UNSS) :

**\*2h d’entraînement supplémentaires chaque mercredi, lorsqu’il n’y a pas compétition.**

Nous aboutissons donc à un **total de 6h de pratique** qui viennent alors se greffer aux deux heures d’EPS exigées par les programmes scolaires et que les élèves doivent suivre chaque semaine dans le cadre de leur scolarité au Lycée.

Conditions d’entrée

Les élèves doivent demander à remplir un **dossier** (scolaire et sportif) distribué par le Lycée. Puis, Mr Morel, professeur d’EPS responsable du recrutement, reçoit les parents désirant des informations complémentaires (internat, scolarité…). Enfin, il devra être fourni un **certificat médical**, délivré par un **médecin du sport**, attestant que le joueur ne possède aucune contre-indication à la pratique quasi quotidienne du handball, dans le cadre d’une section sportive.

Une commission, composée du Proviseur ou Proviseur adjoint et du professeur responsable, se réunit ensuite afin d’étudier ces différentes pièces et décider de l’entrée ou non du prétendant au sein de la structure.

De plus, dans le cadre d’une collaboration étroite entre le Pôle Espoir et la section sportive, les postulants peuvent être convoqués aux tests d’entrée du Pôle Espoir. Ainsi, certains joueurs non retenus en Pôle se verront proposer d’intégrer la section sportive si les dossiers scolaires et sportifs sont positifs et permettent d’envisager une telle orientation. Mr Morel, responsable de la section, participe en tant que jury, aux tests d’entrée au Pôle Espoir.

Encadrement

L’**encadrement** de la section sportive est assuré par Mr Morel, **professeur d’EPS**, **spécialiste de l’activité** handball, co-entraîneur de l’équipe -18ans Nationaux du Val de Somme, **appuyé par des entraîneurs du club d’Amiens Picardie Handball**. Cette collaboration se place dans le cadre d’une convention officielle liant les deux structures (section-club). **Ainsi, une personne ressource sera présente à chaque séance d’entraînement avec Mr Morel**. Ceci dans le but d’améliorer encore la qualité des interventions et d’individualiser les apprentissages.

Enseignement

L’**objectif** de la section est de valoriser **la réussite sportive** des élèves **dans le cadre scolaire**. En cela, nous avons choisi de promouvoir le handball en tant qu’activité fortement représentée dans la région amiénoise. Nous proposons alors aux élèves un **approfondissement individualisé des apprentissages**.

**Plusieurs domaines** sont alors **étudiés** et **développés** :

\*la gestion du potentiel physique à travers la construction de méthodes d’entraînement (préparation à l’effort, récupération, renforcement musculaire, protocole de prévention des blessures)

\*l’amélioration technico-tactique du joueur

\*l’initiation et le perfectionnement du rôle d’arbitre

\*la participation à l’organisation des compétitions UNSS (accueil des équipes, secrétariat de table de marque).

Le rythme d’apprentissage ne doit pas représenter une contrainte pour le travail scolaire des élèves. C’est pourquoi le professeur responsable assure un **suivi régulier du parcours des lycéens** (connaissance des résultats, des difficultés et des besoins) à travers la tenue d’un **cahier de suivi scolaire,** délivré à chaque joueur. Ce cahier est ramassé par Mr Morel toutes les semaines. Il est consultable par les parents à n’importe quel moment de la semaine car le joueur doit toujours le conserver sur lui. Ainsi, grâce à cet outil et selon les résultats des élèves, il peut proposer des solutions adaptées aux problèmes que ces derniers rencontrent. Par exemple, **suspendre provisoirement une séance d’entraînement hebdomadaire est envisageable afin de permettre au jeune concerné de retrouver des repères dans sa scolarité (soutien, révision obligatoire…).**

**RECAPITULATIF DES ENTRAINEMENTS**

**Handball**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Jour** | ***Lundi*** | ***Mardi*** | ***Mercredi (AS)*** |
| **Horaires** | 16h / 17h30 | 16h / 17h30 | Entre 14h et 17h |
| **Groupes concernés** | 1ère/2ème /3ème années | 1ère/2ème/3ème années | 1ère/2ème/3ème années |
| **Thèmes** | **-coordination et motricité**  **-relation passeur/réceptionneur**  **-travail individualisé au poste de jeu (technique et tactique)** | **-jeu réduit (relation ailier-arrière, base arrière, demi-centre-pivot, travail de défense spécifique…)**  **-travail de préparation physique axé sur la PMA** | **Travail collectif de mise en**  **place du projet de jeu offensif et défensif.** |

**Musculation (AS)**

|  |  |
| --- | --- |
| **Jour** | ***Mercredi midi*** |
| **Horaires** | 12h30 / 14h ou 15h/16h30 |
| **Groupes concernés** | 2 groupes de travail de 45’ |
| **Thèmes** | -coordination  -renforcement musculaire  -prévention des blessures |

**Projet d’organisation de la section sportive handball années scolaires 2018-2021**

**Objectifs : \***SUR LE PLAN SPORTIF : développer ses ressources liées spécifiquement à l’APSA

handball

\*SUR LE PLAN EDUCATIF : -organiser son travail scolaire

-savoir préserver sa santé

-participer à la promotion du handball

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Lundi** | **Mardi** | **Mercredi** | **Jeudi** | **Vendredi** |
| Matin | Matin | Matin | Matin | Matin |
|  |  | **Midi : 12h30 / 14h**  **(2 groupes de 45’)**  **-renforcement et musculation pour les joueurs de la section : travail individualisé.** |  | Midi |
| Après midi | Après midi | Après midi | Après midi | Après midi |
| **16h05 / 17h35 :**  **-handball avec Mr Morel professeur d’EPS et un cadre technique entraîneur du club d’Amiens**  **-coordination, motricité**  **-relation passeur/réceptionneur, travail individualisé au poste de jeu (technique et tactique)** | **16h05 / 17h35 :**  **-handball avec Mr Morel et un cadre technique entraîneur du club d’Amiens**  **-jeu réduit (relation ailier-arrière, base arrière, demi-centre-pivot, travail de défense spécifique…)**  **-travail de préparation physique axé sur la PMA et le travail d’appuis** | **Entre 14h et 17h :**  **-AS handball pour tous les joueurs :**  **1) As Etablissement**  **2) As Excellence (section)**  **Travail collectif de projet de jeu offensif ou défensif**  **avec Mr Morel et un cadre technique entraîneur du club d’Amiens** | **Dans le cadre de la convention avec l’APH, les joueurs de notre section sportive handball ont la possibilité de s’entraîner, chaque jeudi soir, et après autorisation parentale, avec l’équipe**  **-18ans Nationale du club. L’entraînement a lieu au gymnase Beaumarchais, situé face au lycée Delambre, de 19h à 20h30. Elle est dirigée par le responsable technique du groupe, entraîneur au club.** |  |