

RAPPORT DE STAGES JEUNES SAISON 2020/2021

Afin de développer les actions sportives en faveur de la jeunesse et d'augmenter la compétitivité et la performance des archers ainsi que le nombre de tireurs susceptibles d'aller aux championnats nationaux, le département a décidé de mettre en place 6 stages pour tous les archers à partir de 10 ans munis de leur matériel sans distinction de niveau, de catégorie ou d'arme et désireux de progresser.

Ces stages initialement prévus à raison d'une fois par mois sur les week-ends, suite à une saison particulière n'ont malheureusement pas eu lieu :

- Confinement
- Salles fermées
- Perte des jeunes....

Seul 3 stages ont pu être effectués ; En effet les autres ont dû être annulés pour raisons sanitaires :

❖ **11 Avril 2021 à Bizanet : Beau temps**

Ce stage a permis de faire découvrir les différentes disciplines de parcours ;

- Le travail technique a porté essentiellement sur le travail des postures pour permettre un tir équilibré.
La position est un facteur décisif sur le comportement de la précision, du résultat en cible, de l'énergie que vous allez déployer sur votre tenue d'arc et sur la traction de la corde jusqu'à la libération
- D'autres par, les jeunes ont appris à apprécier la distance d'après différentes méthodes et du blason.

❖ **15 Mai à Narbonne : Temps chaud légèrement couvert ; pas de vent**

Découverte et perfectionnement aux distances réglementaires extérieures selon les catégories.

- Réglage des arcs
- Travail technique concernant la posture, l'armement et la libération
- Maintien de l'équilibre postural : la posture reste équilibrée pendant l'orientation.
- Travail technique concernant la **continuité de visée** et de mouvement.
- Tir compté sur 36 flèches et petit jeu par équipes (nombre de points).

❖ **13 Juin à Narbonne : temps très chaud avec un peu de vent sans incidence sur le tir**

Perfectionnement aux distances réglementaires extérieures selon les catégories.

- Travail technique concernant la continuité de visée et de mouvement.
- Maintien de l'équilibre postural : la posture reste équilibrée pendant l'orientation.
- Travail sur le rythme de l'armement.
- Travail d'un objectif en termes d'évaluation personnel et de % de réussite.

Ces stages ont proposé à chacun un entraînement individualisé et personnalisé. L'amélioration de la performance est optimisée par une approche technique, matérielle, physique et mentale.

9 jeunes ont répondu présents sur l'ensemble de ces 3 stages.

Nom	Prénom	Club	Licence	Catégorie
DOLLE	Lizéa	Castelnaudary	972263H	MFCL
MAS	Léa	Castelnaudary	937372H	CFCL
ROUZAUD	Louis	Castelnaudary	936435P	BHCL
ROUZAUD	Mathieu	Castelnaudary	910848C	MHCL
CROZES	Ambre	Limoux	964526Y	MHCL
BOSCO AUVENAVE	Noah	Narbonne	936349W	MHCL
MORTREUX	Morgane	Narbonne	936348V	CFAP
SERMON	Hugo	Narbonne	909511Z	CHCL
ST ETIENNE	Pierre	Narbonne	919288B	CHCL

- L'ensemble des jeunes ont apprécié les 3 stages ainsi que leur contenu. Ils souhaitent repartir pour une nouvelle saison sur le même dispositif.

Ils ont été assidus et ont adhéré au projet qui leur était proposé. Bravo à toutes et à tous ! Le sport sera toujours une « école de la vie » avec un ensemble de valeurs partagées : le respect d'autrui, le respect des règles, la solidarité et le « fair-play ».

- Les stages ont été encadré par des entraîneurs de clubs faisant partis de la CTD ; ils sont diplômés d'Etat et entraîneur fédéral.

Conclusion

Une bonne dynamique de groupe s'est installée progressivement avec une progression régulière et l'émergence de bons éléments.

Beaucoup de progrès concernant les acquis et notamment :

- Sur le plan technique
- Matériel notamment par la mise à disposition moyennant une « convention de mise à disposition du matériel »

Pour finir, je dirais qu'il nous faut continuer ces actions de découvertes et de perfectionnement pour augmenter la compétitivité des nos jeunes mais il semblerait qu'il soit nécessaire d'encadrer nos jeunes sur le plan du mental.