

INTRODUCTION

Etudiante en «deuxième année Master» option entraînement «Natation» à l'institut d'éducation physique et sportive dely brahim, je devais réaliser un stage d'une durée de 16 semaines .Ce stage a pour objectif de compléter notre formation par l'observation d'une structure sportive .J'ai alors choisi le club du« », club de Natationde , Ce stage était donc pour moi l'occasion d'enrichir mes connaissances dans un domaine intéressant et de valider ce projet .En effet, je devais vérifier si j'avais les capacités pour d'être futur entraîneur.



RAPPORT DE STAGE

Ce stage m'a permis de voir comment fonctionnait une structure sportive ce dont je n'avais pas véritablement vu auparavant.

Il m'a permis également de mettre en pratique les bases théoriques que j'ai du apprendre durant mon cursus scolaire.

Aussi j'ai pu apprendre les bases du métier d'entraîneur J'aurais aimé poursuivre le stage plus longtemps, c'est-à-dire faire plus de séance et assistée à plus de compétition pour avoir plus d'expérience

J'aurais préféré faire d'avantage de tâche dans le domaine d'entraînement (par exemple, réaliser des séances d'entraînement seule) Le stage m'a paru beaucoup trop court, j'aurais aimé entreprendre des actions

Ce stage m'a permis d'affirmer mon désir de poursuivre dans la filière entraînement en réalisant par la suite un doctorat.

En effet, j'ai éprouvée un réel plaisir durant ces seize semaines de stage à travailler avec des gens vraiment très sympas et si compréhensives

Grâce à ce stage j'ai pu affirmer mon désir de devenir inchallah entraîneuse dans un grand club et casser la règle des entraîneurs (homme) pour être une bonne entraîneuse d'un club de haut niveau.

CONCLUSION

Finally, this stage has perfectly answered my expectations since I wanted to know how a swimming club functioned.

As I mentioned previously, one of my future projects is to become a sports coach and this 16-week stage has confirmed this choice.

This stage was my second professional experience, I had to face new difficulties but I managed to overcome them.

In fact, integration into a team is not always simple, it is necessary to know how to listen and follow everything that happens and try to coordinate in order to better organize the different tasks. This work with someone who guides you and gives you instructions without any hesitation

It is precisely this taste for human relations and the way I was treated that has confirmed my ambitions : continue in the way of coaching inshallah.

REMERCIEMENTS

Je tiens à remercierclub de m'avoir accueilli lors de ce stage ce qui aura été une expérience riche, intéressante et formatrice, aussi bien sur le plan professionnel, qu'au niveau des rapports humains. Je remercie plus particulièrement **Mr.....MM** qui m'as soutenu beaucoup durant toute la période de mon stage et de m'avoir encadré et fait confiance.

Présentation de la structure d'accueil

Association de wilaya des écoles de sport

Introduction :

L'association wilaya des écoles de sport crée le/.../..... a pour vocation de promouvoir la pratique sportive dans un cadre nouveau, qui répond d'un cote aux besoins de jeunes non repères par les clubs et d'un autre cote offrir un cadre approprié pour leur épanouissement par un encadrement technique organisé tous issus de la même direction.

L'association se veut comme un lieu privilégié avec les clubs en alimentant la catégorie minime ayant suivi un apprentissage de deux ans complets au sein des écoles sportives

Elle présente un cadre structuré idéale pour l'avenir des différentes disciplines pratiquées.

Organisation :

L'organisation de l'association s'articule autour de :

- Prise en charge des entrainements de jeunes par un encadrement de qualité.
- Organisation ponctuelle et régulière de plateaux et tournois.
- Création d'échanges amicaux avec les autres structures dans les écoles.
- Organisation de phases de sélection entre joueurs structures dans les écoles.
- Suivi régulier des opérations.
- Soutien pédagogique à l'encadrement.

NOMBRE DE CADRE AFFECTES AU NIVEAU DE CLUB.....

32	NOMBRE DE CADRE AFFECTES AU NIVEAU DE CLUB....
08	NOMBRE DE DISCIPLINE SPORTIVES
02	ATHLETISME
03	HAND BALL
02	VOLLEY BALL
07	BASKET BALL
13	FOOT BALL
01	NATATION
04	GYMNASTIQUE
inactif	TENNIS DE TABLE
1026	EFFECTIF GLOBAL

Présentation du staff technique

Dénomination : Association de Wilaya des Ecoles de Sports

Abréviation :

Siege :

Date de création :

La liste des Membres de

N°	Noms et Prénoms	Fonction
01		Président
02		1°Vice-Président
04		2°Vice Président
05		Trésorier
06		Secrétaire Générale
07		Membre
08		Membre

Emploi du temps

Emploi du temps (jours et horaires)		Lieux de travail	Ecole ou Association
Samedi	18h-20h	Piscine	club
Lundi	17h-19h		
Mercredi	17h-19h		

Fiche d'assiduité des nageurs

Saison 2015/2016 Catégorie : U15Club

Présent

Toujours présent

Absent

Jour de compétition

Nom et Prénom	Janvier									Février													
	S	L	M	Jour de compétition			L	M	S	L	M	S	L	M	S	L	M	S					
X	P	P	P	Jour de compétition			P	P	A	P	P	P	P	A	P	P	P	P	P	P	P	P	P
Y	A	P	A	Jour de compétition			P	P	P	P	A	P	P	P	A	A	A	P	P	P	P	P	
X	A	A	P	Jour de compétition			A	P	A	A	P	P	P	P	P	A	P	P	A	P	A	A	
X	P	A	P	Jour de compétition			P	P	P	P	P	P	A	P	P	P	P	P	P	P	P	P	
X	P	A	P	Jour de compétition			P	P	P	A	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	
Y	P	P	P	Jour de compétition			P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	
Y	P	P	P	Jour de compétition			P	A	P	P	P	P	A	P	P	P	P	P	P	A	P	P	
Y	P	P	P	Jour de compétition			P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	
X	P	P	P	Jour de compétition			P	P	P	P	P	A	P	A	P	P	P	P	P	P	P	P	P
Y	P	P	P	Jour de compétition			P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	

Bilan périodique

Période de préparation : Période de compétition :

-Nombre de compétition :1
-Nombre de séance :7
-Volume horaire : 14h
-Matériel disponible : Haltères Ballon Planche Pull Buoy

-Nombre de compétition :4
-Nombre de séance :38
-Volume horaire : 76h
-Matériel disponible : Haltères Planche Pull Buoy

Modèle d'évaluation de la technique de crawl : (D'après persyn 1983)

		Déviations	Coté, G, D	Score indiv	importance	priorité	En relation avec
Tronc	1	<p style="text-align: center;">Equilibre</p> Bassin non fixé Bassin trop profond Roulis dissymétrique Roulis insuffisant					
	2						
	3						
	4						
Tête	5	<p style="text-align: center;">Position et trajectoire</p> Trop haute Mouvement latérale Main mal positionnée Main trop horizontale Coude trop bas					
	6						
	7						
	8						
	9						
Membre supér	10	Entrée trop tendue Entrée et traction trop latérale Entrée et traction trop croisée Mains trop proches du tronc Poussée trop courte Sortie et retour trop latérale Bras dissymétrique					
	12						
	14						
	15						
	16						
	18						
	19						
Membre infér	20	Pied fléchi Genou et hanche trop fléchi Battement trop large, petit et latérale					
	22						
	25						
		<p style="text-align: center;">Rythme</p> Traction lente et courte Poussée trop lente					
	27						
	28						
Bras-tête		<p style="text-align: center;">Coordination</p> Inspiration trop tôt et trop tard Rattrapé avant et arrière Mauvais rythme de bras Battements descendant tôt Battements descendant trop tard Synchronisation parallèle Battement ascendant trop tôt					
	30						
	32						
	33						
	34						
	35						
	36						
37							
Bras-jambe							
		(a)	(b)	(c)			

Tableau A : Liste de contrôle pour évaluer le crawl en relation avec les éventuelles déviations

Résultat de test n°01

Test de niveau :33

Nom et Prénom	100m N brasse avec virages et coulés 100m N dos avec virages et coulés (5m) en - de 2 min 100m N sur le ventre avec virages et coulés (5m) en - de 2 min 200m NL en - de 4min30. Maitrise des Départs/virages.				
Adam					
e Ali					
Zakaria					
Abderrahmane					
YOUNES					
Alaa dine					
Mouncef					
Abderrahmane					
i Akram					
Wassil					

Résultat de test n°02

Test d'évaluation de la technique de crawl :

Critères d'observation		L'évaluation									
		01	02	03	04	05	06	07	08	09	10
Tronc	Equilibre										
	1 Bassin non fixé										
	2 Bassin trop profond										
	3 Roulis dissymétrique										
Tête	4 Roulis insuffisant										
	Position et trajectoire										
	5 Trop haute										
	6 Mouvement latérale										
	7 Main mal positionnée										
Membre supér	8 Main trop horizontale										
	9 Coude trop bas										
	10 Entrée trop tendue										
	12 Entrée et traction trop latérale										
	14 Entrée et traction trop croisée										
	15 Mains trop proches du tronc										
	16 Poussée trop courte										
Membre infér	18 Sortie et retour trop latérale										
	19 Bras dissymétrique										
	20 Pied fléchi										
	22 Genou et hanche trop fléchi										
Bras-tête	25 Battement trop large, petit et latérale										
	Rythme										
	27 Traction lente et courte										
Bras-jambe	28 Poussée trop lente										
	Coordination										
	30 Inspiration trop tôt et trop tard										
	32 Rattrapé avant et arrière										
	33 Mauvais rythme de bras										
	34 Battements descendant tôt										
35 Battements descendant trop tard											
36 Synchronisation parallèle											
37 Battement ascendant trop tôt											

RQ : Numérotation des nageurs classés en fonction de la liste des renseignements des athlètes

Résultat de test n°03

Test d'évaluation de la vitesse :

- Bassin 25 m
- Epreuve de 100 m NL
- Vitesse moyenne : 100m / 1 min15

<u>Nom et Prénom</u>	<u>Distance réalisé dans</u> <u>1 m15</u>	<u>Appréciation</u>
Adam		
Ali		
Zakaria		
Abderrahmane		
YOUNES		
Alaa dine		
Mouncef		
Abderrahmane		
Akram		
Wassil		

Résultat de test n° 04

Test de niveau final :

Nom et Prénom	400NL en - entre 4min,45 et 5min,15 N. 800m à l'échelle régulière et course de 15 m					
	200m NL en 40m,14N et 45. Maitrise des Départs/virages.					
Adam						
Ali						
Zakaria						
Abderrahmane						
YOUNES						
Alaa dine						
Mouncef						
Abderrahmane						
Akram						
Wassil						

Matériel disponible

Saison 2015/2016 Catégorie : U15 Club :

N°	Matériel	Nombre
1	Planche	80
2	Pull Boy	60
3	Tuba	30
4	Palme	20
5	Palette	20
6	Ceinture	60
7	Ballon	15

Renseignement des athlètes

Saison 2015/2016 Catégorie : U15 Club :

N	Nom et prénom	Date et lieu de naissance	Adresse	Taille	Poids	G.S	Numéro De téléphone
1							
2							
3							
4							
5						B -	
6							