

HOCKEY SUBAQUATIQUE SAISON 2021

RÈGLES DE SÉLECTION ÉQUIPES DE FRANCE ELITE – U21 (U24) – U19

Championnat ?

Lieu (xxx) ?

Du x au y 2021 ?

Validées par le CDN FFESSM en date du 12/12/2020

A - OBJECTIFS

A1 - L'objectif principal de la saison est le championnat du Monde Elite Homme et Femme

A2 – Les objectifs sportifs :

✓ Engager une équipe homme et une équipe femme capables de jouer une demie finale

A3 – L'ambition :

✓ Gagner au moins 1 médaille

✓ Se classer dans les 4 meilleures équipes au rang des médailles chez les féminines et chez les hommes

B – MODALITÉS DE SÉLECTION

CONDITIONS À RESPECTER

B1 – Seuls les sportifs à jour de leur licence FFESSM, de leur assurance, de leurs factures dues à la FFESSM, de leur suivi médical réglementaire pour les sportifs listés ou d'un certificat médical signé d'un médecin du sport pour les sportifs non listés et en capacité de concourir pour la France au niveau international, conformément au règlement international en vigueur, pourront prétendre être sélectionnés.

B2 – L'âge minimum pour participer aux compétitions officielles Elite est de 16 ans révolus.

B3 - Un sportif prétendant obtenir sa sélection en Équipe de France s'engage à respecter le règlement commun à toutes les disciplines compétitives de la FFESSM relatif aux sélections en Équipe de France.

STAGES DE SÉLECTION

B4 – La sélection sera établie à partir des performances individuelles réalisées lors des stages de préparation prévus à cet effet et précisés au chapitre G du présent règlement.

B5 – La liste des sportifs convoqués aux stages de préparation est établie par le manager des équipes de France de Hockey Subaquatique.

B6 - Sauf dérogation du DTN, seuls les sportifs ayant participé à tous les stages de préparation pourront prétendre à une sélection en Équipe de France Elite.

C – PERFORMANCES A REALISER

C1 – Seuls les sportifs qui auront satisfaits lors des stages de sélection (B4) les critères physiques, techniques, tactiques et collectifs ci-après précisés aux articles C2, C3, C4 et C5 pourront être proposés à la sélection en équipe de France Elite (conditions cumulatives). Les évaluations sont réalisées par les entraîneurs nationaux fédéraux responsables des collectifs Elites féminin et homme.

C2 – Les critères physiques à satisfaire sont :

- ✓ Parcourir à la course à pied (stade de 400 mètres) la plus grande distance en 12 minutes et au minimum :
 - 2500 mètres chez les féminines

- 2800 mètres chez les hommes
- ✓ Parcourir à la nage en bialmes (piscine de 25 ou de 50 mètres) la plus grande distance en 12 minutes et au minimum :
 - 950 mètres chez les féminines
 - 975 mètres chez les hommes
- ✓ Parcourir 25 mètres en apnée le plus grand nombre de fois en 7 minutes et au minimum :
 - 13 x 25 mètres soit 325 mètres en apnée chez les féminines
 - 15 x 25 mètres soit 375 mètres en apnée chez les hommes

C3 – Les critères techniques à satisfaire sont :

- ✓ Maîtriser tous les gestes techniques (annexe 1)

C4 – Les critères tactiques à satisfaire sont :

- ✓ Comprendre le jeu adverse
- ✓ Identifier les solutions les plus adaptées le plus rapidement possible

C5 – Les critères collectifs à satisfaire sont :

- ✓ Apporter au collectif (comportement, engagement, jeu)

A noter que l'ensemble de ces critères, pour les Elites, sont les mêmes que pour les U24 femmes et hommes

E – DEPARTAGE

E1 – Le départage entre les sportifs est effectué à l'issue des stages de sélection.

E2 - Les entraîneurs nationaux fédéraux en charge des collectifs Elite féminin et homme établissent une liste hiérarchisée des sportifs qui sont proposés à la sélection et placés sur liste d'attente.

F - LISTE NOMINATIVE DES SÉLECTIONNÉ(E)S

F1 – En référence à l'article 3.2 du règlement commun de sélection des équipes de France, la liste des sportifs proposés à la sélection est établie par un comité de sélection composé :

Avec voix décisionnelle

- ✓ Du DTN
- ✓ Du manager des équipes de France de Hockey Subaquatique
- ✓ Du Président de la Commission Nationale de Hockey Subaquatique
- ✓ De l' élu chargé de l'animation nationale et du haut niveau au sein du Comité Directeur National (CDN) de la FFESSM

Avec voix consultative

- ✓ Du médecin des équipes de France

F2 – Seuls les sportifs en conformité avec l'article B1 du présent règlement seront sélectionnés définitivement et officiellement en Equipe de France.

F3 - La liste définitive des sélectionnés en Équipe de France est établie et ratifiée par le DTN. Elle paraît dans les 72h suivant la réunion du comité de sélection.

F4 - Un sportif sélectionné ou présélectionné en Équipe de France s'engage à respecter la convention en Équipe de France (valable 1 an à compter de sa date de signature) et notamment à participer au

programme d'action mis en place à l'issue des sélections ou présélections. Ladite convention doit être signée et retournée au siège fédéral dans les délais impartis par le DTN.

F6 – La sélection d'un sportif pourra être remise en question à l'issue de chaque action de la préparation terminale de l'équipe de France si son comportement, son engagement et son niveau de performance ne sont pas conformes aux objectifs fixés à l'article A2 du présent règlement.

G – CALENDRIER DES STAGES PREPARATOIRES

- ✓ 1° stage : les 13 et 14 Novembre 2021
- ✓ 2° stage : les 22 et 23 Janvier 2022
- ✓ 3° stage : les 18 et 19 Mars 2022
- ✓ 4° stage : les 14 et 15 Mai 2022
- ✓ 5° stage : du 14 au 17 Juillet 2022

Calendrier prévisionnel susceptible d'évoluer en fonction de l'évolution de la situation (pandémie COVID 19 et décision CMAS concernant le schéma d'animation internationale retenu et le calendrier qui en résultera)

ANNEXE 1 – GESTES TECHNIQUES DE BASE DU HOCKEY SUBAQUATIQUE

1. La maîtrise du palet

Le « Tac Tac » : on pousse le palet en le plaçant en alternance sur la partie interne puis externe de la crosse, tête relevée sans regarder le palet.

Le « S » : on pousse le palet en le maintenant collé sur l'index, et en décrivant des S, de plus en plus larges. Crosse à plat en ramenant le palet vers soi, crosse relevée en l'éloignant. Relever la tête, ne pas regarder le palet.

2. La protection du palet

La protection costale du palet (côté de la crosse) doit être réalisée en écartant le palet du corps, c'est à dire en décrivant un grand arc de cercle. La fin du geste : palet dans la crosse, poing collé sur la cuisse.

3. Le retournement

A maîtriser, côté gauche ou côté droit, en fonction de la situation en jeu.

Technique : on prend possession du palet et on le ramène derrière soi, en décrivant un grand arc de cercle. Le corps, qui au départ est à l'horizontal sur le fond, doit effectuer une vrille de 90°, pour être perpendiculaire au fond du bassin

4. La « Sud Af' »

On doit déporter l'adversaire vers le côté droit pour un droitier (gauche pour un gaucher). Lorsque l'adversaire est bien parallèle à nous, on effectue une protection costale puis on passe le palet sous notre corps et on change de direction à 90°.

5. La « Buky »

A partir d'une protection du palet côté opposé de la crosse, on ramène le palet devant soi, par un mouvement vif en diagonal. Le poignet doit être en flexion complète. Pendant tout le temps du geste, le palet doit toujours rester en contact avec la partie intérieure de la crosse.

6. La feinte en «V»

Objectif : changement de direction.

Technique : on déporte l'adversaire sur un côté, puis tout en arrêtant le palmage, d'un mouvement rapide, on place le palet dans la partie intérieure de la crosse et on le ramène à la hauteur de nos épaules en se cambrant. On change ensuite de direction à 90° en allongeant le bras et en palmant vigoureusement.

7. La feinte « anglaise »

C'est un face à face avec l'adversaire. Changement de direction uniquement avec le poignet et le bras. La vitesse de réalisation et de palmage sont très importants. On déporte l'adversaire sur un côté, bras raccourci, avant de le passer de l'autre côté, en allongeant le bras.

8. Les tirs

Tir de face, à gauche et à droite. Tir avec le crochet de la crosse