



Suite 12-1010 Polytek Court  
Gloucester, ON K1J 9H9

tel: (613) 748-5682  
fax: (613) 748-5777

## **PROGRAMME DE L'ÉQUIPE NATIONALE 16U – GARÇONS 2009-2010**

Le programme s'adresse aux athlètes nés en 1995 et plus jeunes et qui sont admissibles à participer à tous les camps et tournois organisés pour ce groupe d'âge.

### **Objectif du programme :**

Nous avons réalisé le besoin de commencer à travailler avec ce groupe d'athlètes élités plus tôt afin de les initier aux systèmes de tactiques, aux habiletés et à la philosophie de l'équipe nationale masculine dont ils auront besoin dans les prochaines années. Le but est de créer une base de la pyramide de développement des athlètes aussi vaste que possible tout en évitant de sélectionner ou d'identifier les athlètes trop tôt dans leur carrière, et d'envoyer seulement les treize meilleurs joueurs aux compétitions. Nous voulons plutôt offrir au plus grand nombre d'athlètes possible la chance d'être impliqués dans ce programme pour l'année au complet.

### **Vue d'ensemble du programme :**

- Francis Gross (du club Scarborough Shadow) a été embauché à titre d'entraîneur-chef du programme 16U. Les entraîneurs adjoints sont Kevin Mitchell (C.-B.), Brian Parillo (DDO) et Andrew Muir (Calgary);
- Pour toute question relativement au programme, veuillez vous adresser à l'entraîneur-chef de l'équipe nationale 16U, Francis Gross, à [francis59@rogers.com](mailto:francis59@rogers.com);
- La sélection finale de l'équipe sera basée sur les critères de l'équipe nationale (ci-joints), et l'accent sera mis sur le regroupement de deux (2) équipes égales pour représenter le Canada dans ce groupe d'âge à l'été 2010;
- Dès que la saison compétitive des clubs se terminera, l'athlète devra s'entraîner avec son équipe provinciale. Si la province de l'athlète n'offre pas de programme provincial de son niveau, ou de niveau supérieur, le joueur devra s'entraîner par lui-même et envoyer des comptes rendus à l'entraîneur-chef tels que requis;
- **CE PROGRAMME EST COMPLÈTEMENT AUTOFINANCÉ ET LES COTISATIONS DES JOUEURS SERONT RECUEILLIES PAR WATER POLO CANADA À L'AVANCE, POUR TOUT ENTRAÎNEMENT D'ÉQUIPE OU COMPÉTITION.**

### **« Ébauche » du plan pour le programme de l'équipe nationale 16U 2009-2010 :**

1. WPC organisera (2) camps de sélection (1 dans l'Est et 1 dans l'Ouest, à la suite d'un tournoi d'envergure pour cette catégorie d'âge. Les entraînements auraient lieu le dimanche soir, le lundi et le mardi en matinée et en soirée, et le mercredi en soirée). Ces camps pourraient avoir lieu à la suite du BC Open (28 au 31 janvier 2010) et du York Mavericks Open (8 au 10 janvier 2010);
2. Les entraîneurs des clubs doivent envoyer leur liste de joueurs voulant être considérés pour le camp de sélection de janvier 2010 à l'entraîneur-chef de l'équipe nationale 16U, Francis Gross, à [francis59@rogers.com](mailto:francis59@rogers.com), AU PLUS TARD le 5 novembre 2009;
3. WPC sélectionnera 32 joueurs pour la centralisation estivale 2010 et des tournois internationaux (à Las Vegas et en Serbie (à confirmer)), en plus de 8 substituts;
4. La centralisation estivale 2010 dates à confirmer;
5. Les dates pour les tournois (à confirmer) seront du 18 au 22 août 2010 (Serbie) et du 13 au 15 août 2010 (Las Vegas), en plus d'entraînements possibles avec les joueurs des programmes locaux d'équipes nationales.

**Pour de plus amples informations, n'hésitez pas à communiquer avec moi.**

**Sportivement vôtre,**

**Dragan Jovanovic, entraîneur-chef de l'équipe nationale masculine, [jovdr@shaw.ca](mailto:jovdr@shaw.ca)**



## CRITÈRES DE SÉLECTION DE L'ÉQUIPE NATIONALE

Pour sélectionner un athlète pour l'Équipe Nationale, les Entraîneurs de L'Équipe Nationale prennent leurs décisions selon les critères de base suivants :

### 4.2.1 Caractéristiques du jeu individuel et du jeu d'équipe

- Manipulation de ballon individuelle
- Application des habilités dans une situation de match
- Habilités de passes sous pression
- Habilité à maintenir possession du ballon dans une portion du champ de jeu
- Habilité à s'améliorer pour résoudre différentes situations
- Habilité à prendre et exécuter les bonnes décisions sous pression
- Awareness** du temps de jeu et du temps de possession

### 4.2.2 Habilités techniques

#### a) Drivers

- Savoir lancer / marquer
- Savoir créer une option
- Savoir obtenir un avantage ou une expulsion

#### b) Centre-Arrière

- Savoir voir le jeu
- Savoir neutraliser son adversaire
- Savoir contre-attaquer

#### c) Centre-Avant

- Savoir garder leur position
- Savoir contrôler le ballon et avoir des occasions de marquer
- Savoir passer efficacement aux lanceurs
- Savoir obtenir une expulsion

#### d) Lanceurs de l'extérieur

- Savoir marquer de l'extérieur du sept (7) mètres
- Diversité de lancers

#### e) Gardiens

- Savoir bloquer
- Savoir faire des longues passes précises
- Savoir lire le jeu
- Savoir anticiper les lancers
- Savoir voler les ballons
- Savoir communiquer aux coéquipiers



## **f) Jeu d'Équipe**

Travailler efficacement avec l'équipe

Savoir jouer et coopérer avec l'équipe

Être impliqué et communiqué efficacement avec les autres joueurs durant la partie, dans et hors de l'eau

Savoir adhérer au plan de match

Savoir montrer les qualités de leadership, dans et dehors de la piscine

Avoir une chimie d'équipe générale

## **4.2.3 Besoins de l'équipe pour performer au niveau international**

### **a) Physique**

Grandeur, Poids, Force/Puissance, Vitesse, Standard Aérobique, Standard Anaérobique, Flexibilité, Endurance

### **b) Notions Tactiques**

Expérience Internationale, Système Offensif, Système Défensif, Système de Contre-attaque Système d'avantage numérique

### **c) Caractéristiques personnelles**

Orienté à marquer, Confiant, Qualités de Leadership, Motivé, Déterminé, Travaille fort, Joueur d'équipe, Habilité d'entraîneur, Impliqué.

Toute l'information dans cette section sera aussi utilisée pour déterminer la position de l'athlète dans la **depth chart** de l'Équipe Nationale de Water Polo. Plus d'évaluations pourront être faites aux événements suivants: Tournois Invitations, Championnats Provinciaux, Championnats Nationaux des Clubs, LMWP en plus de la participation / performance au Centre d'Entraînement de l'ÉN.