



Grande
Arcades

SECTION SPORTIVE & SCOLAIRE LYCÉE DIJON

PRÉSENTATION



PRÉSENTATION ET OBJECTIFS

Ouverte en 2020, la section sportive scolaire lycéenne féminine accueille les joueuses d'un **niveau national et régional** du lycée **Hyppolite-Fontaine** et du groupes **Les Arcades**, situés à Dijon, en région Bourgogne Franche Comté, sur les installations du **DIJON FCO** et de l'**ASPTT DIJON**.

L'objectif est de favoriser l'accès et l'atteinte d'un **projet sportif vers le haut niveau de football féminin (niveau national jeunes & seniors), et de mener en parallèle un projet scolaire et professionnel.**

LE PROJET SPORTIF

La structure est composée de deux groupes d'entraînement: **le groupe de niveau national et régional**. Le groupe de niveau national est ouvert à toutes les joueuses de la région Bourgogne Franche-Comté, et ponctuellement à des joueuses de régions limitrophes. Le groupe de niveau régional est ouvert à toutes les joueuses du département Côte d'Or, et ponctuellement à des joueuses de la région. La transversalité

de ces groupes permet à toute joueuse de mener à bien une filière **générale, technologique et professionnelle** avec un emploi du temps adapté et équilibré.

La continuité post-bac est assurée avec la possibilité de maintenir un **projet sportif de haut niveau après le bac**, avec un projet universitaire (facultés, IUT, etc...) ou professionnel (BPJEPS, BTS, etc...).

+ L'ENCADREMENT TECHNIQUE

PASCAL GODIN

Responsable pédagogique



LUDOVIC ROSSI

Responsable technique & entraîneur responsable du groupe National



MANON VIF

Entraîneuse responsable du groupe Régional

L'entraînement sportif est encadré par des techniciens diplômés et au service de la performance individuelle et collective. **L'optimisation et l'individualisation de la performance** occupent une place prépondérante dans notre structure technique pour permettre à la joueuse d'atteindre le haut niveau.

L'ensemble des groupes possède:

- 2 entraîneurs adjoints - préparation technique-tactique
- 2 entraîneurs adjoints - préparation physique
- 2 entraîneurs adjoints - gardiennes
- 1 entraîneur adjoint - préparation mentale
- 1 entraîneur adjoint - vidéo

+ L'ENCADREMENT MÉDICAL

Le suivi de l'état de forme physique et mental est assuré par notre encadrement technique et médical. Lorsqu'une blessure survient, les joueuses sont prises en charge par le médecin et le staff médical. Une rééducation et une réathlétisation sont adaptées par la staff médical, le préparateur physique référent et l'entraîneur responsable.

Le staff médical est composé de:

- 1 docteur
- 2 kinésithérapeutes
- 1 ostéopathe
- 1 diététicienne-nutritionniste
- 1 psychologue du sport

de ces groupes permet d'accompagner dans les meilleures conditions la joueuse d'un groupe à l'autre.

Le groupe de niveau national s'entraîne sur les installations du **DIJON FCO**, au stade des Poussots. Le groupe de niveau régional s'entraîne sur les installations de l'**ASPTT DIJON**, au complexe de la Louzolle.



+ L'ENTRAÎNEMENT

Les entraînements **collectifs** quotidiens sont assurés par l'entraîneur responsable du groupe et les adjoints.

Les entraînements «**spécifiques**» et «**individualisés**» sont assurés par les adjoints «**spécifiques**» et l'entraîneur responsable du groupe.

Les entraînements peuvent être **filmés afin de travailler spécifiquement** avec le groupe et individuellement avec la joueuse ou un groupe de joueuse.

Chaque séance, les gardiennes sont accompagnées et prises en charge par l'**entraîneur des gardiennes**.

6 à 7 séances par semaine sont aménagées avec l'emploi du temps scolaire :

Jour	Matin	Après-midi
LUNDI		17h - 18h SPÉCIFIQUE INDIVIDUALISATION
MARDI	8h - 9h15 MUSCULATION INDIVIDUALISATION	16h30 - 18h SÉANCE COLLECTIVE
MERCREDI		16h30 - 18h SÉANCE COLLECTIVE RETOUR EN CLUB
JEUDI	8h - 9h15 SPÉCIFIQUE INDIVIDUALISATION	16h30 - 18h SÉANCE COLLECTIVE
VENREDI		18 - 19h SÉANCE COLLECTIVE SPÉCIFIQUE RETOUR EN CLUB
SAMEDI DIMANCHE		Compétition RETOUR EN CLUB

+ LES ÉTABLISSEMENTS:

La section sportive scolaire lycée est insérée au sein de lycée publique Hippolyte Fontaine, situé à 10min, en bus de ville, des installations sportives. Cet établissement accueille principalement des joueuses ayant choisies une filière générale et technologique. La présentation du lycée dans le lien suivant: <http://lyc21-hfontaine.sd.ac-dijon.fr>



Le groupe Les Arcades, établissement privé situé à 10min en bus de ville également de nos infrastructures, accueille également nos joueuses depuis 2019, par le biais d'une convention de partenariat. Ces dernières possèdent les mêmes créneaux horaires d'entraînement que les joueuses accueillies au lycée Hippolyte Fontaine. L'établissement accueille toutes joueuses souhaitant ou relevant d'une filière générale, technologique ou professionnelle. La présentation du groupe Les Arcades dans le lien suivant: <https://www.groupearcades.com>



+ L'HEBERGEMENT ET LA RESTAURATION:

Chaque établissement accueillent nos joueuses en internat et au restaurant scolaire du **dimanche soir inclus au vendredi soir non inclus.**

L'extinction des feux de l'internat est à 22h30. La fin de la restauration est à 19h30.

Trois joueuses passées par la section sportive évoluent ou ont évolué en Division 1, Division 2 Féminine Seniors, ou Équipe de France Jeunes depuis 2019 :

← INÈS BARRIER

(D1 DFCO, Équipe de France Jeunes)



ALICIA SOLEIHET

(D1, DFCO)

ROMANE BENCHAO

(D2 Nîmes, Équipe de France Jeunes)



+ L'ENCADREMENT & LES ÉTUDES:

PASCAL GODIN

Lycée Hippolyte-Fontaine
Responsable pédagogique

VÉRONIQUE BUSIERE

Lycée Hippolyte-Fontaine
CPE, responsable des sportives

JÉRÉMY LEBLANC

Groupe Les Arcades
Professeur d'EPS, responsable pédagogie

LUDOVIC ROSSI

Responsable technique

*Les surveillants référents des sportives
Les infirmiers
Les conseillers d'orientation
Le psychologue du sport*

Chaque établissement possède un processus pour **l'accompagnement et l'aide aux devoirs et aux cours.**

Des études obligatoires accompagnées ou en autonomie sont mises en place après les entraînements de 20h30 à 21h30.

+ PROJET PÉDAGOGIQUE:

L'accompagnement du projet professionnel est une priorité. La joueuse participera à des **modules d'éducatrices et d'animatrices de la FFF** à des fins diplômantes à la majorité et à l'obtention de son **certificat prévention et secours civiques de niveau 1 (PSC1)**.

La joueuse sera engagée dans un **projet éducatif** lui inculquant *des valeurs citoyennes, la gestion de son hygiène de vie dans un cadre de haut niveau, du respect de l'environnement, des valeurs de fair play et de tolérance, et des règles du jeu de l'activité.*

La joueuse bénéficiera d'un contexte l'accompagnant et lui permettant d'explorer plusieurs champs professionnels pour **l'orientation après le bac, avec la construction d'un projet sportif de haut niveau en parallèle.**

La joueuse participera à l'**UNSS football à 11 et futsal**. Les équipes féminines UNSS du lycée participent chaque année aux championnats de France football à 11 et futsal.

LA MARRAINE

L'attaquante américaine du DIJON FCO accompagnera et partagera son expérience avec nos joueuses.

Elle participera à nos actions sportives et extra-sportives tout au long de la saison.

Merci Sh'Nia !



RECRUTEMENT

+ GROUPE RÉGIONAL

Recrutement départemental et ponctuellement dans les départements limitrophes.

+ CONCOURS D'ENTRÉE



Un concours d'entrée est organisé en 2 tour. Le premier tour est un tour commun avec le groupe National et Régional, organisé le 12 avril.

À l'issue du premier tour, le deuxième tour est organisé ultérieurement avec le groupe National ou Régional*, le 19 avril.

+ GROUPE NATIONAL

Recrutement régional & Pays Outre Mer - Recrutement national et international ponctuel.

Le dossier de candidature est à retirer auprès du responsable pédagogique et technique de la section, ainsi que sur les sites internet des établissements, des clubs supports (DIJON FCO & ASPTT DIJON), et du site de la ligue de football de Bourgogne Franche Comté.

**Dans le cas où une joueuse ne serait pas retenue pour le deuxième tour dans le groupe National, et est domicilié outre que le département Côte d'Or, la joueuse sera re-dirigée vers la section sportive lycée la plus proche de son domicile.*



POUR PLUS DE RENSEIGNEMENTS

GROUPE RÉGIONAL

MANON VIF

06 34 53 08 52
manonvif@orange.fr

GROUPE NATIONAL

LUDOVIC ROSSI

06 89 01 51 61
l.rossi@asso-dfco.fr

