

# PRÉSENTATION SSSRH

Section scolaire sportive Rugby Honfleur

Lycée A. Sorel Honfleur

Convention HAC, partenariat Rouen



# SOREL HONFLEUR : UN LYCÉE D'EXCELLENCE À TAILLE HUMAINE

VALEURS

SSSRH

SCOLARITE

RUGBY

- ▶ polyvalent (général, technologique et professionnel)
- ▶ 450 élèves, résultats Bac et orientation Post Bac.
- ▶ **EPS enseignement de spécialité coefficient 16 au bac!**
- ▶ Cadre très favorable (internat et structures)
- ▶ Section mixte, conventions multiples (HAC, RACH, CD14, partenariat ROUEN)

# LA FORMATION : UNE PHILOSOPHIE DU JEU

Polyvalence du joueur



jeu au poste

Technique



Tactique

Physique Stratégique

Faire vivre le ballon



conserver le ballon

Collectif



Individuel

Horaires	Lundi	Mardi	Mercredi	Judi	Vendredi
12H30-13H30	Musculation			Musculation	Musculation
13H30-15H30			TERRAIN		
17H30-19H	TERRAIN	TERRAIN		TERRAIN	
Modalités spécifiques	0 contact	Intervention HAC	collectif	exercices à effectif réduit	CLUB

## UNE SEMAINE TYPE

Rentrée-toussaint	Toussaint-Noel	NOEL-HIVER	HIVER-PRINTEMPS	PRINTEMPS-ETE
Duels et jeu debout	Exploitation des surnombres offensifs et positionnels	Du placage à la récupération (CA)	Principes de circulation collective / rapport de force	choix stratégiques

## UNE PROGRAMMATION ANNUELLE