

# Programme de formation CS5 “Accompagner les joueurs à l'entraînement”

## INTITULÉ DE LA FORMATION :

Certificat de Spécialité 5 (CS5) – **Accompagner les joueurs à l'entraînement**

## DURÉE : 16 heures

**Présentiel** : 2 journée (14 heures).

**E-learning** : 2 heures réparties en 2 capsules interactives.

## PUBLIC VISÉ :

Cette formation s'adresse aux personnes :

- Investies durablement auprès d'une ou plusieurs équipes en compétitions régionales hors Prénationale.
- Cherchant à accéder à une activité professionnelle accessoire après l'obtention du CQP, d'un diplôme le permettant
- Ne souhaitant pas ou ne pouvant pas s'investir dans une formation longue.
- Étudiants s'investissant auprès d'une équipe, sans ambition professionnelle dans le secteur sportif.
- Apprenant de la formation BPJEPS spécialité « basket » souhaitant compléter leur parcours.

## PRÉREQUIS :

Avoir 16 ans révolus à la date d'entrée en formation.

Être licencié FFBB pour la saison en cours.

Encadrer une équipe en compétition pour la saison en cours.

Être titulaire d'un diplôme PSC1 ou d'un équivalent secourisme en cours de validité.

Avoir l'un des diplômes suivants :

- Diplôme Initiateur (U13/U20 ou Initiateur +), Brevet Fédéral Jeunes ou Adultes.
- Licence 3 STAPS Entraînement avec moyenne obtenue en option basket.
- CAPEPS.
- BPJEPS APT, Sports Collectifs, ou Basket.

## OBJECTIFS :

À l'issue de cette formation, les participants seront capables de :

- Construire des situations pédagogiques efficaces adaptées aux joueurs.
- Maîtriser les outils et techniques pour engager les joueurs dans la pratique et les faire progresser.
- Utiliser des contraintes pédagogiques pour favoriser l'intelligence situationnelle et l'acquisition des compétences.
- Gérer l'animation et la communication pour favoriser l'apprentissage et l'autonomie des joueurs.
- Adapter et réguler les situations en fonction du niveau et des réactions des joueurs.

## COMPÉTENCES VISÉES :

- Capacité à construire des séances d'entraînement interactives et engageantes.
- Capacité à manipuler les contraintes pédagogiques (espace, temps, conditions techniques et tactiques).
- Savoir utiliser la zone proximale de développement pour adapter la difficulté des exercices.
- Capacité à formuler des feedbacks constructifs et adaptés à chaque joueur.
- Savoir faire émerger des solutions pédagogiques face aux difficultés rencontrées par les joueurs.

## CONTENU DE LA FORMATION

### Partie 1 : Organisation et Animation d'une Séance d'Entraînement (8h)

- **E-learning** : Introduction aux principes d'organisation d'une séance (1h)
  - Principes de structuration et d'animation d'une séance efficace.
  - Introduction à la communication et au langage de l'entraîneur.
- **Présentiel 1 : Organiser sa séance : les règles à respecter (7h)**
  - Comprendre les étapes clés d'une séance d'entraînement (échauffement, cœur de séance, retour au calme).
  - Fixer des objectifs clairs et compréhensibles.
  - Maîtriser la communication à chaque phase de la séance : être clair et engageant.
  - **Exercice pratique** : Concevoir une séance complète, avec focus sur l'animation et la gestion du temps.

### Partie 2 : Construction d'une Situation Pédagogique Évolutive (8h)

- **E-learning** : Construire une situation pédagogique évolutive (1h)
  - Utiliser les contraintes pédagogiques pour adapter et faire évoluer les situations.
  - Identifier les difficultés des joueurs et ajuster la situation en conséquence.
- **Présentiel 2 : Construire et animer une situation pédagogique efficace (7h)**
  - Utilisation des contraintes pédagogiques (espace, temps, conditions techniques, surnombre, sous-nombre).

- Gérer les transitions entre les phases offensives et défensives, et enchaînements d'actions.
- Création de situations avec des enchaînements rapides pour favoriser la prise de décision.
- **Exercice pratique** : Concevoir et animer une situation évolutive en fonction du niveau des joueurs.

## MODALITÉ PÉDAGOGIQUE

- **Présentations théoriques** : Introduction aux concepts essentiels pour concevoir et animer des situations pédagogiques adaptées.
- **Analyse de situations réelles** : Études de cas concrets permettant d'illustrer les défis pédagogiques et leur résolution.
- **Travail collaboratif** : Activités en groupe visant à co-construire des séances d'entraînement évolutives et interactives.
- **Simulations pratiques** : Mise en pratique des méthodes pédagogiques à travers des ateliers et des séances d'entraînement réelles.
- **Apprentissage en ligne** : Capsules e-learning comprenant des vidéos, des quiz et des exercices préparatoires avant les sessions en présentiel.
- **Mise en situation terrain** : Défis où les participants appliquent et ajustent leurs méthodes d'animation directement sur le terrain.
- **Questionnaires de positionnement et d'évaluation des acquis** : Un questionnaire initial sera proposé pour évaluer le niveau des participants, ainsi qu'un questionnaire final pour valider les acquis.

## MOYENS ET MÉTHODES PÉDAGOGIQUES

- **Supports visuels et multimédias** : Utilisation de présentations PowerPoint, vidéos, et contenus interactifs pour faciliter la compréhension des concepts.
- **Matériel d'entraînement** : Ballons, cerceaux, cônes et autres équipements nécessaires pour simuler des situations pédagogiques réelles.
- **Plateforme e-learning** : Accès à une interface en ligne contenant des modules interactifs pour compléter la formation.
- **Ateliers pratiques** : Séances d'entraînement sur le terrain avec feedback direct pour améliorer les compétences d'animation des participants.
- **Documents pédagogiques** : Fiches outils et ressources écrites pour approfondir les notions abordées en formation.
- **Jeu ludo pédagogique** : à travers deux jeux de cartes, identifier les modalités de travail à mettre en place dans une séance d'entraînement et comment réguler sa séance et ses séquences.

## MODALITÉS D'ACCÈS

**Délais d'accès** : Inscription possible jusqu'à 15 jours avant le début de la formation, sous réserve de places disponibles.

**Modalités d'inscription** : Via la plateforme **IFRABB** (formulaire en ligne Kalisport)

**Conditions d'accès pour les personnes en situation de handicap** : L'IFRABB s'engage à mettre en œuvre les adaptations nécessaires pour permettre l'accès à la formation aux personnes en situation de handicap. Un référent handicap est à disposition pour accompagner ces démarches. Camille MONTEIRO : [camille.monteiro@aurabasketball.com](mailto:camille.monteiro@aurabasketball.com)

## MODALITÉS D'ÉVALUATION DES ACQUIS

- **Questionnaire de positionnement initial** : Réalisé en ligne avant le début de la formation via Teach Up pour évaluer les compétences initiales.
- **Évaluations formatives** : Exercices pratiques en cours de formation pour valider l'acquisition progressive des compétences.
- **Questionnaire final de validation des acquis** : À la fin de la formation, chaque apprenant devra répondre à un questionnaire en ligne afin de vérifier la maîtrise des notions abordées durant le CS1.
- **Délivrance du certificat de réalisation** : À la fin de la formation, chaque participant recevra un certificat attestant de sa participation et de ses compétences acquises.

## TARIF DE LA FORMATION

**Coût de la formation** : 15 € TTC par heure de formation.  
Remise possible pour les clubs adhérents.

**Financement** : Possibilité de prise en charge par les dispositifs de formation professionnelle (CPF, OPCO).

## LIEU DE LA FORMATION :

Voir catalogue de formation <https://ifrabb.fr/cs5-accompagner-les-joueurs-a-lentrainement/>

## DATE DE LA FORMATION :

Voir catalogue de formation <https://ifrabb.fr/cs5-accompagner-les-joueurs-a-lentrainement/>

## COORDONNÉES :

### IFRABB

Ligue Auvergne-Rhone-Alpes de Basket-ball  
1-3 rue du Colonel Chambonnet 69500 BRON  
09 77 42 36 20 – [ifrabb@gmail.com](mailto:ifrabb@gmail.com)

