

Programme de formation CS3 “Jouer vite ensemble”

INTITULÉ DE LA FORMATION :

Certificat de Spécialité 3 (CS3) – **Jouer vite ensemble**

DURÉE : 20 heures

Présentiel : 2,5 jours (17 heures).

E-learning : 3 heures réparties en 3 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 :

- Maîtriser les fondamentaux du jeu rapide en attaque et en défense.
- Expliquer et démontrer les stratégies de relance du jeu et de repli défensif.
- Créer des situations d'apprentissage adaptées pour le perfectionnement du jeu rapide.
- Favoriser la compréhension tactique des joueurs lors de situations de surnombre.

COMPÉTENCES VISÉES :

- Capacité à démontrer techniquement et pédagogiquement les situations de jeu rapide.
- Connaissance des fondamentaux nécessaires à l'exécution des actions offensives et défensives en jeu rapide.
- Aptitude à concevoir des séances d'entraînement favorisant la collaboration entre joueurs dans les phases de jeu rapide.
- Maîtrise des stratégies pour gérer les surnombres offensifs et défensifs.

CONTENU DE LA FORMATION

Partie 1 : Gain ou Perte du Ballon (10h)

- **Séance E-learning** : Introduction aux espaces clés et aux principes fondamentaux du rebond (1h)
Découverte des principes d'écran retard et création d'espaces de rebond offensif.
- **Présentiel** : Techniques de rebond et relance du jeu (9h)
Pratique sur les collaborations offensives et défensives pour relancer le jeu, avec un focus sur l'équilibre rebond/relance.

Partie 2 : Gérer le Surnombre et Situations de Fin de Contre-attaque (10h)

- **Séance E-learning** : Comprendre et exploiter les surnombres (1h)
- **Présentiel** : Techniques d'exploitation des surnombres offensifs et défensifs (8h)
Mise en pratique des actions collectives en situation de surnombre et stratégies pour ralentir l'avancée de l'attaque. Transition du tout terrain vers le demi-terrain, et défense collective des déséquilibres
- **Séance E-learning** : Exploitation des avantages d'espace (1h)
Identification des déséquilibres défensifs et comment les sanctionner.

MODALITÉ PÉDAGOGIQUE

- **E-learning interactif** : Accès à des modules en ligne pour préparer les participants avant les sessions en présentiel, incluant vidéos explicatives et quiz.
- **Sessions en présentiel** : Séances pratiques pour travailler les fondamentaux du jeu rapide avec des démonstrations et mises en situation.
- **Ateliers collaboratifs** : Travail en petits groupes pour concevoir des séances d'entraînement axées sur le jeu rapide.
- **Défis pratiques** : Défis terrain sur le jeu rapide et les surnombres, permettant d'évaluer la compréhension des concepts.

- **Questionnaires de positionnement et d'évaluation des acquis** : Un questionnaire initial sera proposé avant la formation pour évaluer le niveau des participants, ainsi qu'un questionnaire final pour valider les acquis et mesurer la progression des stagiaires.

MOYENS ET MÉTHODES PÉDAGOGIQUES

- **Exposés théoriques** : Présentations pour introduire les concepts tactiques et techniques du jeu rapide.
- **Études de cas pratiques** : Analyse de situations réelles pour illustrer des exemples de jeux rapides et de gestion des surnombres.
- **Travaux en petits groupes** : Concevoir des séances d'entraînement sur le jeu rapide, favorisant l'échange de pratiques entre les participants.
- **Démonstrations pratiques** des gestes et mouvements spécifiques en attaque et en défense, avec mise en situation sur le terrain.
- **Présentations PowerPoint** pour illustrer et structurer les concepts théoriques.
- **Vidéos explicatives** illustrant des situations pédagogiques de référence pour aider les participants à comprendre et reproduire les scénarios de jeu.

MODALITÉS D'ACCESS

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

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 l'OPCO pour les salariés de clubs.

LIEU DE LA FORMATION :

Voir catalogue de formation <https://ifrabb.fr/cs3-jouer-vite-ensemble/>

DATE DE LA FORMATION :

Voir catalogue de formation <https://ifrabb.fr/cs3-jouer-vite-ensemble/>

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