

# CS6 - PRÉPARER, ACCOMPAGNER LE JOUEUR

**CS6**

**20h**

16h présentiel  
4h FOAD et/ou Défis terrain

**155€**

## Objectifs

- Connaître les aspects sécuritaires de la pratique du basketball (Sécurité et prévention)
- Démontrer techniquement et pédagogiquement les situations de développement physique adaptées aux caractéristiques de mon public
- Identifier les connaissances et les outils pratiques nécessaires à maîtriser pour développer physiquement le joueur selon son stade de développement
- Utiliser des situations pédagogiques références pour permettre le développement des compétences psycho-sociales et psychologiques chez mes joueurs

## Profil Stagiaire(s)

- Entraîneur qui souhaite entrer dans une pratique plus intensive de l'entraînement

## Pré-requis

- Savoir utiliser un ordinateur personnel et naviguer sur Internet
- Être titulaire du PSC1
- Être licencié FFBB et être titulaire du niveau initiateur, d'un Brevet Fédéral (BF) ou d'une dispense délivrée par le DTN (cf. tableau

«allègements diplôme»)

- Avoir le Certificat de Spécialisation de niveau 1 : « CS 1 » (ou à défaut d'un allègement/dispense de formation délivrée par le Responsable Pédagogique).
- Être en responsabilité de préférence d'une équipe engagée en championnat

## Pièces à fournir

- Fiche de pré-inscription
- Diplôme de Prévention et Secours Civiques de Niveau 1 (PSC1) ou équivalent
- Diplôme Initiateur / Brevet Fédéral ou Dispense / équivalence délivrée par le CTS / Responsable pédagogique
- Evaluation formative et certificat de participation du CS 1 ou Dispense / équivalence délivrée par le CTS / Responsable pédagogique
- Contrat de vente ou convention de formation professionnelle signé
- Règlement intérieur de l'IRFBB signé
- Chèques d'acompte et de solde de la formation

## Profil Animateur(s)

- Cadres technique

## PROGRAMME

### ASSURER LA SECURITÉ ET L'INTÉGRITÉ PHYSIQUE ET PSYCHOLOGIQUE DES JOUEURS - 20h

#### Développement moteur et physique - E-learning 1h

- Les facteurs de la performance
- Les qualités physiques développées en basket-ball
- Les objectifs de la préparation physique
- La méthodologie à utiliser

#### Connaître les caractéristiques physiques de son public et de l'activité + prévention physique et basket-ball - Présentiel 7h

- Approches théoriques et pratiques autour :
  - De l'échauffement
  - Des filières énergétiques et leur utilisation en basket-ball
    - o Aérobic
    - o Vitesse
  - Des pratiques de renforcement musculaire à développer en basket-ball

#### Programmer et planifier le développement physique et moteur de son équipe - Présentiel 7h

- Débriefing Défi terrain : retours d'expériences et, apports pédagogiques et techniques
  - Comment planifier les contenus de développement physique
    - o Ex : le développement à Long terme en Basketball (illustration Canada Basketball)
- Les outils de planification et de programmation

#### Connaissances des publics - Psychologie et Psychosocial - E-Learning 1h + Quiz

# CS6 - PRÉPARER, ACCOMPAGNER LE JOUEUR

CS6

20h

16h présentiel  
4h FOAD et/ou Défis terrain

155€

## Objectifs

- Connaître les aspects sécuritaires de la pratique du basketball (Sécurité et prévention)
- Démontrer techniquement et pédagogiquement les situations de développement physique adaptées aux caractéristiques de mon public
- Identifier les connaissances et les outils pratiques nécessaires à maîtriser pour développer physiquement le joueur selon son stade de développement
- Utiliser des situations pédagogiques références pour permettre le développement des compétences psycho-sociales et psychologiques chez mes joueurs

## Les 4 stades de développement - Présentiel 6h

- Éléments théoriques et pratiques du développement des compétences psychosociales selon le stade de développement des joueurs
  - o S'amuser grâce au sport / apprendre à s'entraîner / s'entraîner à s'entraîner / s'entraîner à la compétition
- Les aspects théoriques liés à chaque stade de développement seront abordés sur les points suivants :
  - o Développement psychosocial et le développement cognitif
    - Les caractéristiques de base, leurs conséquences, l'implication pédagogique de l'entraîneur, les objectifs de développement par stade

## Quiz en E-learning 1h - 80% de bonnes réponses pour valider

- o Développement psychosocial edu joueur
- o Développement cognitif du joueur

## Méthodes pédagogiques & Évaluation

- Formation multimodale mixant formation en distanciel et en présentiel
- Tests d'auto-positionnement et évaluations

### Modalités d'évaluation

- La participation à un CS se conclut par une évaluation formative. A l'issue du CS le candidat se verra remettre un certificat de participation s'il a répondu à l'ensemble des exigences du CS par le responsable de l'IRFBB :
- Assiduité, mise en action sur le terrain avec des situations pédagogiques
- Restitution du « Défi Terrain » et la complétude du E-learning, quiz y compris :
- **Pour le CS 6 :**
  1. Présentiel : 16h réparties en 2 journées + 1/2 journée de formation
  2. E-learning : 3h, 2 quiz à réaliser et à valider avec 80% de réponses justes (quiz préparation physique / développement psycho-social)
  3. Défi terrain : 1h, concevoir une situation pédagogique sur l'une des thématiques : l'aérobic, la vitesse, l'agilité et la coordination, le renforcement musculaire, la récupération et la prévention.
- **Validation / Sanction pédagogique**
- Attestation de présence et assiduité à la formation
- E-learning + 1 défi terrain

### Contactez-nous

#### Responsable administratif

**Damien HENO**

06 59 73 09 84

irfbb@sudbasketball.fr

#### Responsable pédagogique

**Vincent CHETAIL**

06 63 19 25 15

vchetail.cts@gmail.com

### Nos sessions

- **Présentiels - 16h**
  - Antibes : 17-18 février 2024
- **FOAD - 4 h**
  - E-learning + Défi terrain : 4h