

# CS1 - CONSTRUIRE LE JOUEUR

CS1

25h

21h présentiel  
4h FOAD et/ou Défis terrain

200€

## Objectifs

Maîtriser les fondamentaux du tir extérieur et en course avec et sans opposition  
Maîtriser les fondamentaux individuels offensifs et défensifs dans la gestion du 1C1

## 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»)
- Être en responsabilité de préférence d'une équipe engagée en championnat

## Pièces à fournir

- Fiche de préinscription
- 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
- 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

### MARQUER ET SCORER EN BASKET-BALL - 8h

- Découvrir les fondamentaux du tir extérieur et des tirs en course
- Connaître les modalités d'apprentissage et de perfectionnement du tir
- Maîtriser des situations pédagogiques références selon son public sur les fondamentaux du tir
- Découvrir la progression pédagogique du tir selon les caractéristiques de son public
- Être capable de démontrer la gestuelle de tir et les différents tirs en course

### LES OUTILS DU 1C1 - 17h

- **ATTAQUE**
- Identifier les différents types de 1c1 dans le jeu selon : le poste de jeu, l'espace de jeu...
- Maîtriser les fondamentaux individuels offensifs à développer pour jouer le 1c1:
  - En fin de CA sur tout terrain et  $\frac{3}{4}$  de terrain;
  - En dribble lancé sur le  $\frac{1}{2}$  terrain;
  - Après démarquage et réception dans le jeu extérieur sur le  $\frac{1}{2}$  terrain;
  - Dans le jeu posté près du cercle.
- Connaître selon les caractéristiques de son public les fondamentaux individuels offensifs à développer en priorité
- Resituer et recontextualiser le 1c1 en attaque dans un collectif : développer la sélection et la justesse tactique
  - Gérer les espaces de pratique : cohérence avec le niveau de jeu
  - Gérer les timings de décision et d'exécution
  - Gérer le niveau d'opposition pour favoriser l'apprentissage
- Veiller à traiter le développement du 1c1 dans une logique tactique afin de favoriser la prise de décision du joueur : créer des situations pédagogiques de résolution de problème
- Être capable de démontrer les fondamentaux individuels offensifs du 1c1

# CS1 - CONSTRUIRE LE JOUEUR

CS1

25h

21h présentiel  
4h FOAD et/ou Défis terrain

200€

## Objectifs

Maîtriser les fondamentaux du tir extérieur et en course avec et sans opposition  
Maîtriser les fondamentaux individuels offensifs et défensifs dans la gestion du 1C1

## LES OUTILS DU 1C1

- **DÉFENSE**
- Maîtriser les fondamentaux individuels défensifs selon le type de 1C1
- Connaître selon les caractéristiques de son public les fondamentaux défensifs à enseigner
- Accompagner le joueur dans la perception du danger à défendre
  - Où je suis ?
  - Contre qui je joue ?
  - À quel moment se joue le 1C1 ?
- Être capable de démontrer les fondamentaux individuels défensifs du 1C1

## 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. À 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 commande FOAD :
- **Pour le CS 1 :**
  1. Compléter la FOAD avec succès (fiche résumée sur l'apprentissage du tir) : 2 h
  2. Renvoyer et compléter le « défi terrain » avec succès (séance filmée et fiche séance écrite): 2 h
  3. Estimation de travail personnel (recherches, documentation) : ~ 4 h
- **Validation / Sanction pédagogique**
- Attestation de présence et assiduité à la formation
- Rendu FOAD + 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

### Notre session n°2

- **Présentiels - 21h**
- Dates à définir  
(3 jours)
- **FOAD - 4h**
  - FOAD : 2h
  - Défis terrain : 2h