

### DEVIS / PROGRAMME – 2021/2022

Ligue de Bretagne de Football  
Déclaration d'activité enregistrée sous le numéro : 53 35 07058 35  
Siret : 777 746 678 00062

#### Document à transmettre à l'organisme qui prendra en charge votre formation

Volume Horaire : 16 heures

<b>Public concerné</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ Directeur technique de club</li><li>▪ Entraîneur général de club</li><li>▪ Entraîneur d'une équipe de niveau national ou haut niveau régional</li><li>▪ Responsable de formation en club amateur</li></ul>
<b>Objectifs</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>° Mettre en place une méthodologie visant la diminution des risques de blessures.</li><li>° Favoriser l'accès à l'autonomie dans le domaine de la préparation athlétique.</li><li>° Programmer l'entraînement toute la saison durant : avant, pendant et après la période de compétition.</li><li>° Connaissances des outils pratiques permettant de quantifier la charge d'entraînement dans le cadre du football amateur.</li></ul>
<b>Prérequis</b>	<p>Le candidat doit au moment de son entrée en formation être titulaire du diplôme d'entraîneur de football de Niveau 4 ou 5 (BMF ou BEF).</p>
<b>Programme</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ Analyse des différentes méthodologies de la préparation athlétique : associée ; dissociée ; intégrée et ses jeux réduits.</li><li>▪ Appréhender les caractéristiques athlétiques et les qualités physiques en fonction des catégories, des systèmes et des postes.</li><li>▪ Appréciation de la charge de travail à l'entraînement.</li><li>▪ Contribution des contenus de Préparation athlétique à la diminution des risques de blessures</li></ul>
<b>Méthodes et Supports</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ Exposés théoriques, mises en situations pratiques, temps d'échanges entre formateurs et stagiaires, ateliers, travail de groupe. Témoignage d'expert.</li><li>▪ Supports pédagogiques sous forme de diaporamas, documentations remises aux stagiaires (clés USB)</li></ul>

#### Planning et organisation

Une attestation de formation sera délivrée au terme de la session.  
Elle répond aux exigences de formation continue des entraîneurs dans le cadre de l'application du Statut des Educateurs et de la délivrance des licences UEFA.

**Responsable Pédagogique de la Formation** : Christophe COUE

**Dates** : 20 et 21 juin 2022

**Le parcours professionnel du stagiaire est analysé et validé avant son entrée en formation.**

#### Coût

**Coût pédagogique** : 144 € (chèque à l'ordre de l'IR2F Bretagne)

-

**Attention : les stagiaires sont tenus de pratiquer lors des séances pédagogiques de terrain.**