

Formation Professionnelle Continue de niveau IV et niveau III (BMF/BEF)
« **La préparation athlétique au service du joueur de football** »

Volume horaire total : 16H

Objectifs

Mettre à jour les connaissances en matière de préparation athlétique du footballeur
Etre capable de s'approprier les méthodes de préparation athlétique (dissociée, associée, intégrée)
Approfondir les savoirs et savoir-faire dans le traitement des qualités physiques

Public concerné

Licencié(e) de la FFF
Educateurs titulaire d'un TFP

Pré-requis

Etre licencié(e) FFF et âgé de plus de 18 ans à l'entrée en formation
Etre titulaire d'un TFP (BMF ou BEF), ou d'un ancien BEES 1^{er} degré mention Football
Prioritaire : candidat devant se mettre à jour de recyclage dans la saison
Secondaire : candidat titulaire d'un TFP

Programme et encadrement

Programme :
Identifier les exigences athlétiques du football et les ressources à développer
Animations de séquences pédagogiques dans le traitement des QP
Mise en œuvre de contenus de préparation athlétique en méthode associée et intégrée
Réflexion et échanges autour de l'approche prophylactique de la PA
Intervention d'un PA de club (témoignages d'expérience)
La planification en amateur (à 3 séances/semaine)

Encadrement :
Guillaume BUER (CTR)
Roland SEUX (CTR)

Intervenant :
A définir

Méthodes et supports

16H de formation : horaires de 8H30-12H30 à 14H-18H
Pédagogie de l'action : mise en pratique, observation, apports théoriques
Supports pédagogiques : diaporama, vidéo, documents
Interactivité, échange et réflexion collective

Date et lieu

CEYRAT
Les 16 et 17 janvier 2021

Tarif

126€
10€ de frais d'inscription + 86€ de frais pédagogiques (6€/h) + 15€ de repas/jour
L'inscription ne sera effective qu'à réception du paiement

Info complémentaire

Tenue sportive et matériel de prise de note
Equipement du footballeur
Affaire de douche
Certificat médical à présenter en cas de contre-indication pour la pratique sportive

Pour toutes questions, joindre :
Mail : formations@laurafoot.fff.fr **Tél :** 04/72/15/30/76

Organisateur



LIGUE AUVERGNE-RHÔNE-ALPES DE FOOTBALL

Siège social : 350b, avenue Jean Jaurès - 69007 Lyon

Etablissement : ZI Bois Joli II - 13, rue Bois Joli - 63800 Cournon d'Auvergne

Tél : 04.72.15.30.30 / **E-mail :** ligue@laurafoot.fff.fr