

FORMATIONS ENTRAINEURS 2015 2016

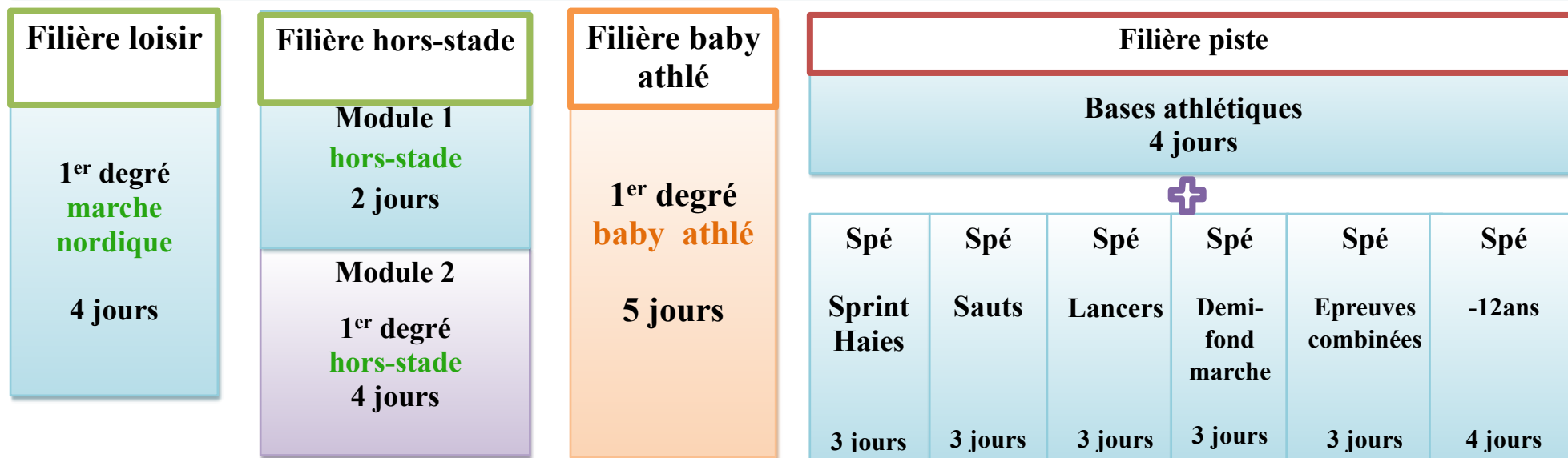
LIGUE
POITOU-CHARENTES
D'ATHLÉTISME



LES TYPES DE FORMATIONS

1^{er} niveau de formation fédérale : appliquer

ABC – 1 journée



2^{ème} niveau de formation fédérale : adapter



3^{ème} niveau de formation : concevoir, optimiser, transmettre

3^{ème} degré entraîneur ou 3^{ème} degré formateur

LES TYPES DE FORMATIONS : NOUVEAUTES

En zone

En région

Au national

La Fédération Française d'Athlétisme a modifié le cursus de formation, voici les nouveautés :

L'ABC, module d'entrée incontournable pour toute formation, était une formation sur deux journées et sera maintenant dispensée sur **une seule journée.**

Pour la 2^{ème} année, un nouveau module est mis en place : **les bases athlétiques.** Elles seront étudiées sur 4 journées. Elles sont un passage obligatoire pour obtenir un diplôme 1^{er} degré entraîneur, sauf pour la marche nordique et le Hors stade. **Précision** : pour le 1^{er} degré -12ans, les bases athlétiques sont obligatoires pour obtenir le diplôme ; à défaut seule une attestation sera délivrée.

Le 1^{er} degré spécialiste (sauf marche nordique et hors stade) englobe le 1^{er} degré -16ans.

Une nouvelle formation **Baby-athlé** est mise en place, elle sera dispensée au niveau de la Fédération.

En Poitou-Charentes :

Formation ABC, bases athlétiques, 1^{er} degré -12ans
1^{er} degré spécialiste dont marche nordique et module 1 hors
stade,

Hors Poitou-Charentes :

Baby athlé et 2^{ème} degré

CALENDRIER GENERAL DES FORMATIONS EN POITOU-CHARENTES

DATE	FORMATION	LIEU
Samedi 3 octobre 2015	ABC	CREPS Poitou-Charentes
Samedi 17 au mardi 20 octobre 2015	Bases athlétiques	CREPS Poitou-Charentes
Samedi 17 au mardi 20 octobre 2015	1 ^{er} degré Marche nordique	CREPS Poitou-Charentes
Samedi 07 – 08 novembre 2015	1 ^{er} degré hors-stade / Module 1	CREPS Poitou-Charentes
Samedi 07 – Dimanche 08 novembre 2015 et samedi 19 et Dimanche 20 décembre 2015	1 ^{er} degré -12ans	CREPS Poitou-Charentes
Samedi 19 au Lundi 21 décembre 2015**	1 ^{er} degré spécialiste au choix : sauts – sprint/haies – lancers – épreuves combinées– demi-fond/marche	CREPS Poitou-Charentes

- Le module 1 hors stade sera ouvert si 15 stagiaires s'inscrivent au minimum.
- Le 1^{ER} degré de marche nordique sera ouvert si 10 stagiaires s'inscrivent au minimum.
Dans le cas contraire, nous redirigerons les candidats vers une autre Ligue.

**** Un groupe de spécialité sera ouvert si au minimum 5 stagiaires s'inscrivent dans ce groupe.**

L'ABC

Date de formation

Samedi 3 octobre 2015

CREPS Poitou-Charentes – Poitiers

Inscriptions avant le 25 septembre 2015

C'est le pré requis obligatoire pour toute entrée en formation.

Contenu : L'entraîneur et la Fédération Française d'Athlétisme.

Compétences développées : faire découvrir l'athlétisme et trouver sa

Certification : Pas d'examen, délivrance d'une attestation

Précision : Si vous possédez déjà un diplôme d'entraîneur FFA, vous êtes dispensés de l'ABC.

Intervenants :

Gérard Lacroix – CTS par Intérim
et de Equipe Technique Régionale

PRE – REQUIS

- 18 ans minimum
- Licence FFA saison 2015-2016
- Casier judiciaire vierge



Tarifs : 20 € Ligue et 40 € Hors- Ligue

Chèque à l'ordre de la « LPCA »

BASES ATHLETIQUES

Date de formation

Samedi 17 au mardi 20 Octobre 2015

CREPS Poitou-Charentes – Poitiers

Inscription avant le 10 Octobre 2015

Contenu : Les points fondamentaux, mise en situation sur les actions : marcher, bondir, courir, franchir, lancer le marteau et sauter à la perche.

Santé du jeune sportif

Programme fédéral des compétitions

Organisations pédagogiques

Les trois filières énergétiques ...

Compétences développées : Mieux appréhender le fonctionnement des jeunes athlètes, mieux percevoir ce qu'est l'intelligence motrice, être plus efficace sur le terrain.

Faire découvrir l'athlétisme et donner à chacun les outils permettant

Certification: Pas d'examen, délivrance d'une attestation

Précision : Formation non obligatoire si vous possédez un diplôme d'entraîneur FFA, mais vous pouvez vous inscrire pour une remise à niveau des connaissances.

Intervenants :

Gérard Lacroix – CTS par Intérim
et de l'Equipe Technique Régionale

PRE – REQUIS

- ABC
- 18 ans minimum
- Licence FFA saison 2015-2016
- Casier judiciaire vierge

ATTENTION

L'attestation **Bases Athlétiques** est obligatoire pour s'inscrire aux 1^{ers} degrés spécialistes (sauf marche nordique et hors stade).



Tarifs : 120 € Ligue et 240 € Hors- Ligue

Chèque à l'ordre de la « LPCA »

1^{er} DEGRE -12ans

Date de formation

Samedi 07 et dimanche 8 novembre 2015
ET samedi 19 et dimanche 20 décembre 2015
CREPS Poitou-Charentes – Poitiers

Inscription avant le 20 Octobre 2015

Contenu : Faire découvrir aux 8 – 11 ans (EA et PO) des situations athlétiques pour développer la motricité athlétique par le biais du jeu.

Types de rencontres pour les -12ans

Découvertes des formes de pratiques (ateliers, jeux, parcours)

Organisation de l'activité et des animations pour les enfants de 8 à 11 ans.

Présentation des outils pédagogiques (DVD FFA)

Compétences développées : Etre capable d'aménager des situations évolutives pour amener l'enfant à mieux maîtriser ses mouvements

Certification: ATTESTATION = ABC +1^{er} degré -12ans

DIPLÔME = ABC + BASES ATHLETIQUES + 1^{er} degré -12ans

Précision : Si vous avez déjà un diplôme entraîneur FFA vous avez l'attestation des bases athlétiques par équivalence. (joindre la photocopie de votre diplôme)

Intervenants :

Gérard Lacroix – CTS par Intérim
Equipe Technique Régionale

PRE – REQUIS

- ABC
- Bases athlétiques (si volonté diplôme)
- 18 ans minimum
- Licence FFA saison 2015-2016
- Casier judiciaire vierge

Ce diplôme vous ouvrira les portes du 2^e degré -12ans/-16ans, organisé au niveau fédéral.



Tarifs : 105 € Ligue et 210 € Hors- Ligue

Chèque à l'ordre de la « LPCA »

1^{er} DEGRE SPECIALISTE

(sprint-haies, demi-fond/marche, sauts, lancers, épreuves combinées)

Date de formation

Samedi 19 au Lundi 21 décembre 2015

CREPS Poitou-Charentes – Poitiers

Inscription avant le 20 Novembre 2015

Contenus : Fondamentaux de la motricité athlétique
Développement des cinq qualités physiques (vitesse, force, endurance, coordination et souplesse).
Planification de l'entraînement.

Compétences développées : Acquérir des connaissances pour encadrer efficacement les athlètes dans une des familles de l'athlétisme : sprint/haies – demi-fond/marche – sauts – lancers – épreuves combinées.

Certification: Diplôme

Précision : Si vous avez déjà un diplôme entraîneur FFA vous avez l'attestation des bases athlétiques par équivalence. (joindre la photocopie de votre diplôme)

Si vous repassez un 1^{er} degré déjà en possession : pas de

Intervenants :

Gérard Lacroix – CTS par Intérim
Equipe Technique Régionale

PRE – REQUIS

- ABC
- Bases athlétiques
- 18 ans minimum
- Licence FFA saison 2015-2016
- Casier judiciaire vierge

Précision : ce diplôme vous ouvrira les portes du 2^e degré spécialiste, organisé au niveau fédéral. **Attention** : pour passer un 2^e degré, vous devez posséder le 1^{er} degré dans la même discipline.



Tarifs : 90 € Ligue et 180 € Hors - Ligue

Chèque à l'ordre de la « LPCA »

1^{er} DEGRE HORS STADE – MODULE 1

Date de formation

Samedi 7 et dimanche 8 novembre 2015

CREPS Poitou-Charentes – Poitiers

Inscription avant le 22 octobre 2015

Contenus : Univers du Hors stade, physiologie de l'effort long, VMA, planification de l'entraînement, diététique, préparation physique, réglementation...

Compétences développées : Acquérir des connaissances pour encadrer efficacement les athlètes dans la famille de l'athlétisme HORS STADE.

Etre capable de réaliser un plan d'entraînement pour tout type de coureur et pour toutes les épreuves de la course hors stade. Etre capable de prendre en charge ces coureurs et d'agir en autonomie

Certification: Pas de diplôme mais une attestation d'entraîneur adjoint.

Précision : L'ABC n'est pas obligatoire pour le module 1 mais il le sera pour obtenir le diplôme après le passage du module 2.

1^{er} degré hors-stade = module 1 (entraîneur adjoint) + module 2

PRE – REQUIS

- 18 ans minimum
- Licence FFA saison 2015-2016
- Casier judiciaire vierge



Intervenants :

Alain RINJONNEAU
Gérard Lacroix – CTS par Intérim

Tarifs : 60 € Ligue et 120 € Hors - Ligue

Chèque à l'ordre de la « LPCA »

1^{er} DEGRE MARCHE NORDIQUE

Date de formation

Samedi 17 au mardi 20 octobre 2015

CREPS Poitou-Charentes – Poitiers

Inscription avant le 6 Octobre 2015

Contenus : univers de la Marche Nordique, techniques marche et condition physique, bases anatomie et physiologie de l'effort, organisation pédagogique et gestion de groupe, sécurité et réglementation, marketing et promotion de l'activité, ...

Compétences développées : Acquérir des connaissances pour encadrer efficacement les athlètes dans la famille MARCHE NORDIQUE.

Etre capable d'initier et de mettre en place des situations de progression.

Etre capable d'accompagner et d'animer un groupe

Certification: Diplôme

Intervenants :

Ludovic MARTIN
Gérard Lacroix – CTS par

intérim

PRE – REQUIS

Attention !!

- ABC
- 18 ans minimum
- Licence FFA saison 2015-2016
- Casier judiciaire vierge
- **PSC1 : Prévention et Secours**
Civique de niveau 1.



Tarifs : 120 € Ligue et 240 € Hors -Ligue

Chèque à l'ordre de la « LPCA »

FORMATION CONTINUE

- La formation ne s'arrête pas une fois le diplôme obtenu, il faut mettre à jour, approfondir et enrichir ses connaissances premières et s'adapter à l'évolution de nos athlètes changeants.

Pour cela plusieurs manières :

- Participer à des colloques
 - Participer à des actions dans l'ETR : regroupements et encadrements de stages d'athlètes
 - Tutorat
 - Formation sur le Pôle : assister à deux séances sur un pôle avec ses athlètes
 - Recyclage formation initiale : assister à une partie, un module de la formation initiale lié à son niveau de diplôme
 - Présence aux suivis régionaux avec ses athlètes : accompagner et assister aux regroupements proposés aux athlètes de son groupe
 - Présence aux assises des entraîneurs.
- **Certification et labellisation** : Seuls les diplômes prorogés sont comptabilisés pour l'établissement des prochaines certifications et labellisations de votre club.
Pour cela, il faut effectuer dès les 4 premières années qui suivent votre obtention de diplôme, deux actions de prorogation (voir ci-dessus). Cette prorogation doit être renouvelée par période de 4 années.

CERTIFICATION DES DIPLÔMES

Pour l'ABC et les BASES ATHLETIQUES : ATTESTATION

Pour le 1^{er} degré -12ans et le 1^{er} degré spécialiste : 3 notes sur 20 :

- 1 épreuve écrite 2h (QCM + 1 question liée à l'activité du club)
- Dossier de stage
- Visite en club

Pour le 1^{er} degré HORS – STADE (module 1) : Attestation + QCM en fin de formation

Pour le 1^{er} degré HORS –STADE (module 2) :

- dossier
- écrit (QCM de 2h)
- visite en club

Pour le 1^{er} degré MARCHÉ NORDIQUE : en fin de formation :

- test technique + connaissances
- dossier



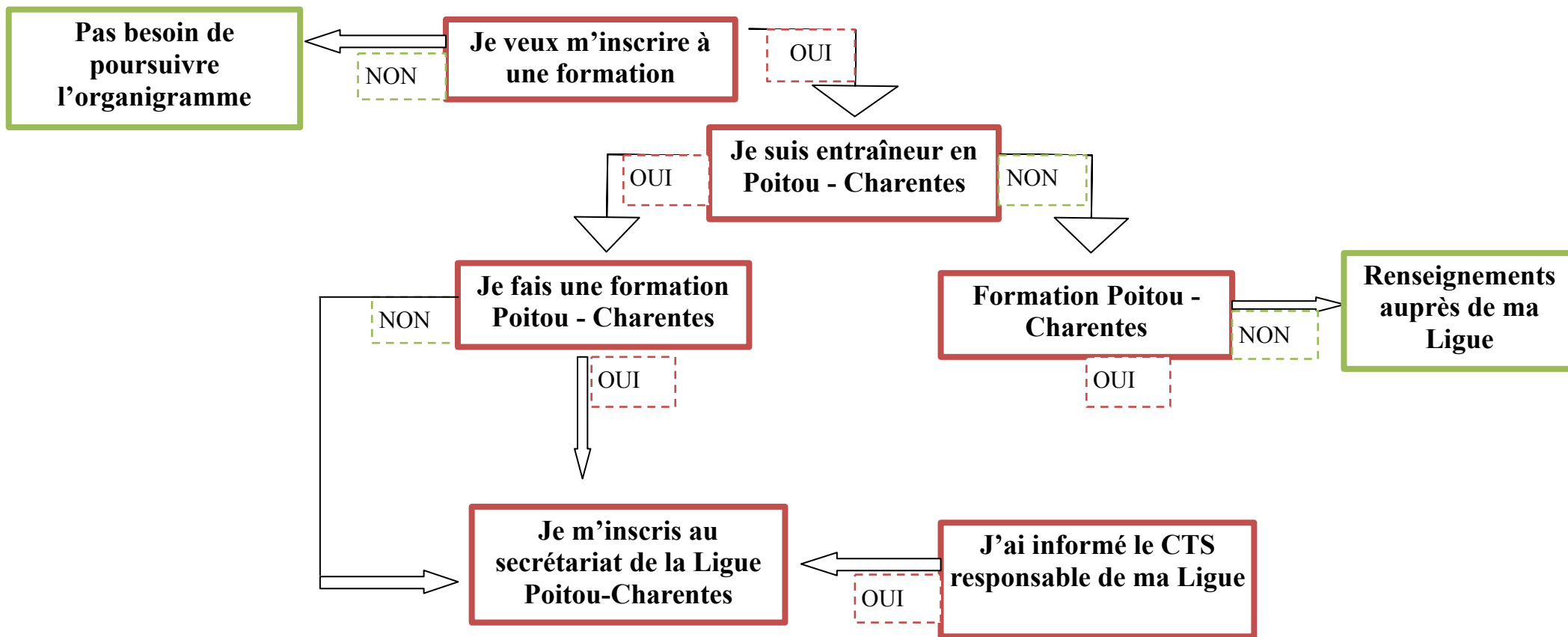
PROCEDURE D'INSCRIPTION

Tout dossier incomplet sera refusé.

Dossier complet : feuille d'inscription + chèque à établir à l'ordre de la « Ligue Poitou-Charentes d'Athlétisme » + attestation du Président du club

Et ceci avant la date butoir fixée :

ABC : avant le 20 septembre 2015 ; les autres formations: Voir fiche



CONTACTS

Pour contacter le secrétariat de la Ligue :

lpca.tech@orange.fr

05-49-47 -53-71



**Ligue Poitou-Charentes d'Athlétisme
42 Avenue Jacques Cœur – 86000 Poitiers**

Pour contacter le responsable des formations :

Gérard LACROIX – CTS par Intérim

06 – 11 – 86 – 07 – 26

gerard.lacroix@sfr.fr



FICHE DE CANDIDATURE A UNE FORMATION ENTRAINEUR
Ligue Poitou-Charentes 2015/2016

ATTENTION : Tout dossier incomplet sera refusé

Les fiches d'inscriptions ainsi que les pièces jointes sont à renvoyer:



**A la Ligue Poitou-Charentes
d'Athlétisme
42 Avenue Jacques Cœur
86000 Poitiers**

**Avant le 20 septembre 2015 pour
l'« ABC »
et VOIR tableau pour les autres
formations**

Pour plus d'informations : Gérard LACROIX CTS par Intérim: 06 11 86 07 26

NOM : **PRENOM :**

CLUB : **N° licence :**

Téléphone : **Mail :**

Adresse postale :
.....
.....

Formation ABC

Date : .. / .. /

Tarifs : 20€ Ligue – 40€ Hors Ligue*

A défaut de choisir une formation en Poitou-Charentes après l'ABC, merci d'indiquer ci-dessous le nom et le lieu de la formation envisagée.

Choix de formation après l'ABC :

**Ligue Poitou-Charentes d'athlétisme
42 Avenue Jacques Cœur**

86000 Poitiers

05 49 47 53 71



Cocher les formations que vous allez effectuer :

Bases athlétiques : date : .. /.. /....

Hébergement au CREPS Poitou-Charentes : OUI NON

Tarifs : 120 € Ligue – 240 € Hors ligue*

1^{er} degré -12ans : date : ... /... /....

Hébergement au CREPS Poitou-Charentes : OUI NON

Tarifs : 105 € Ligue – 2100 € Hors- ligue*

1^{er} degré module 1 hors stade : date : ... /... /...

Hébergement au CREPS Poitou-Charentes : OUI NON

Tarifs : 60 € Ligue – 120 € Hors- ligue*

1^{er} degré marche nordique : date : ... /... /.....

Hébergement au CREPS Poitou-Charentes : OUI NON

Tarifs : 120 € Ligue – 240 € Hors- ligue*

1^{er} degré spécialiste : date : ... /... / ...

► Au choix (1 seule spécialité) :

Lancers Sauts Sprint/haies Epreuves combinées Demi-fond/marche

Hébergement au CREPS : OUI NON

*Les tarifs indiqués comprennent l'hébergement, la restauration et les frais pédagogiques.

Pour la facturation, indiquez votre choix : OUI NON

à effectuer au nom du club

Pièces à joindre :

- Cette fiche d'inscriptions soigneusement remplie et signée
- Chèque de participation à l'ordre de la « Ligue Poitou-Charentes d'Athlétisme ». (UN chèque par formation)
- Attestation de mon Président de club ou de structure (un exemplaire pour toute inscription).
- Toute personne qui a déjà une attestation ou un diplôme fédéral, le joindre en copie.
- Si vous n'êtes pas licencié compétition, joindre un certificat médical pour la pratique.

Signature de l'intéressé(e):

Ligue Poitou-Charentes d'athlétisme
42 Avenue Jacques Cœur

86000 Poitiers

05 49 47 53 71



**ATTESTATION DU PRESIDENT DU CLUB
OU DE LA STRUCTURE**
Formation 1^{er} degré 2015/2016

Nom du club ou de la structure ⁽¹⁾ :

Je soussigné(e) Mr / Mme ⁽¹⁾ :

Fonction au sein du club ou de la structure :

Certifie que Mr / Mme ⁽¹⁾ exerce la fonction d'assistant entraîneur ou d'entraîneur sur les créneaux suivants :

Jours	Heures	Lieux + adresses	Groupes (âges, catégories)

Avis sur le candidat :

Signature du Président du club

(1) : Rayer la mention inutile

Ligue Poitou-Charentes d'athlétisme
42 Avenue Jacques Cœur

86000 Poitiers

05 49 47 53 71