

I.1.

PRÉPARATION PHYSIQUE CHEZ LES JEUNES POUR ALLER VERS LE HAUT-NIVEAU

Objectifs visés

- > Connaître les bases de la préparation physique chez les jeunes joueurs
- > Être capable d'identifier les besoins chez les jeunes joueurs
- > Être capable de proposer un cycle de progression chez les joueurs en toute sécurité

Publics et prérequis

- > Salariés de Ligue en charge d'un bassin de pratique et/ou d'une zone technique
- > Salariés des groupements d'employeurs badminton et multisports (GEBaDGE...)
- > Salariés (du secteur public ou privé) voulant mettre en place une activité badminton
- > Salariés des clubs de badminton et multisports de la Région du Grand Est
- > Toute personne impliquée dans l'entraînement de joueurs de badminton
- > Formation accessible aux personnes en situation de handicap
- > **Prérequis** : une connaissance des points clés et besoins en préparation physique chez les jeunes joueurs de badminton

Durée, lieu et dates

- > Format : 21h de formation sur 3 journées
- > Lieu : CREPS de Strasbourg ou Maison des Sports de Strasbourg
(ERP habilité à recevoir un public en situation de handicap)
- > Dates : les 14 octobre, 25 et 26 novembre 2021

Modalités d'inscription

- > Via le formulaire d'inscription dédié sur le site de la Ligue Grand Est de Badminton, onglet formation professionnelle
- > Avant le mercredi 22 septembre 2021

Tarifs et prestations

- > Cette action est financée par les fonds conventionnels de la branche du sport
- > Certains frais annexes peuvent être à la charge du stagiaire

.../...

I.1.

PRÉPARATION PHYSIQUE CHEZ LES JEUNES POUR ALLER VERS LE HAUT-NIVEAU

Moyens pédagogiques, techniques et d'encadrement

- > Séquences de formation en salle de cours et en gymnase
- > Mise en situation avec un public de jeunes Elite de niveau régional
- > Apports théoriques
- > Remise de documents

Responsables pédagogiques :

- Vincent LAIGLE, cadre technique de la FFBaD, spécialiste du Haut Niveau
- Arnaud DUPUIS, cadre technique à la LGEBaD, spécialiste de la préparation physique

Programme

- > **Connaitre les bases de la préparation physique**
 - Connaissance large des OTHN préparation physique
 - Connaissance des caractéristiques du public cible
 - Connaissance approfondie des différents concepts de la préparation physique en badminton
- > **Mise en situation pratique**
 - Proposer des séances de préparation physique intégrée
 - Proposer des séances de préparation physique associée et dissociée
 - Proposer un cycle de progression
 - Repérer et restaurer les situations d'accidents
 - Utiliser les dispositifs fédéraux

Suivi et évaluation

- > Les stagiaires seront évalués durant la formation lors de la mise en œuvre de situations /séances pratiques avec les publics cibles
- > Une évaluation de compétence, sous forme de questionnaire, sera effectuée en début et en fin de formation
- > Un questionnaire « à chaud » sera remis aux stagiaires
- > Une attestation de fin de formation sera remise aux stagiaires

Dossier d'inscription

- > Prochainement disponible sur le site badmintongrandest.com
[onglet formation professionnelle](#)
- > Pour plus d'informations, n'hésitez pas à nous contacter :
claudia.crociati@lgebad.com