

# ABC à Quimper

## Le 27 septembre 2014



Organisation Générale : Cyrille Le Nader (CDA29)

Nombre : 22 stagiaires

-QA : 3  
-IA : 3  
-SB : 5  
-CAC : 1  
-CAB : 2  
-LTA : 2  
-LSDA : 6

Formateurs : Etienne Dobobizan et Cyrille Le Nader

## Planning FFA

9h à 9h15 : Café d'accueil avec en arrière-plan clip équipe de France, marche nordique, hors stade, jeunes avec Kids' Athletics et baby.

9h15 à 10h : Présentation de la journée, des intervenants, des missions des CTS et de la ligue.

10h à 10h 30 : Qui êtes-vous ? Qu'êtes-vous venu faire ? (Entraîneur ... d'athlétisme ... à la FFA)

10h45 à 11h15 : Le monde fédéral

11h15 à 12h : Nutrition, filières énergétiques et prévention des blessures.

13h30 à 14h15 : L'encadrement sportif puis Plan de carrière

14h15 à 15h15 : Passage d'une motricité habituelle à une motricité athlétique, des âges et des niveaux de pratique, des fondamentaux que tous partagent.

15h15 à 16h45 : Séance d'animation pour gestion de l'hétérogénéité sur le terrain (en groupes, traitement de plusieurs thèmes, intervention du CTS pour mettre en avant les éléments forts, les carences, les fautes).

17h à 17h30 : Les cursus de formation

17h30 à 17h40 : L'athlé c'est ça (film)

17h40 à 18h : Bilan synthèse

Restauration : Cafétéria Flunch. Chaque participant a réglé son repas.

Ambiance Générale :

Très bonne ambiance.



Bilan de formation :

La "formule ABC" passe de deux jours à une seule journée.

Restructuration des diplômes d'entraîneurs 1<sup>er</sup> degré :

- ABC (1 jour),
- Bases Athlé (4 jours),
- Spécialités : sprint/haies, Lancers... (ABC + Bases Athlé + 3 jours),
- Moins de 12 (ABC + Bases Athlé + 4 jours),
- Marche Nordique (ABC +4 jours),
- Hors stade : (ABC + 2 jours).

Certains trouvent cette formule trop lourde car il faut pouvoir se libérer 4 jours pour les bases Athlé.

Cyrille Le Nader