

## ENTRAINEUR BENEVOLE 1

Version 11 décembre 2017

**OBJECTIF :** Donner les bases de l'entraînement de jeunes et d'adultes compétiteurs.

### CADRE GENERAL

#### Conditions d'accès des stagiaires à la formation

Age minimum	Exigences préalables	Vérifications des exigences préalables
16 ans révolus au début du module (pas de dérogation)	<ul style="list-style-type: none"> <li>Licence FFBaD.</li> <li>Classement D8 minimum (ou D1 ancien classement).</li> <li>Etre à jour du MODEF</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Poona pour licence active et classement. FormaBad pour les classements pré2003.</li> <li>Attestation suivi MODEF ou son équivalent</li> </ul>

#### Procédures d'autorisation préalables à la mise de la formation

Demande	Mise en oeuvre	Autorisation et validation
Formulaire et engagement des formateurs au moins 2 mois avant le premier jour de formation.	Ligue ou Comité en lien avec la ligue	FFBaD

#### Conditions de mise en oeuvre

Volumes horaires	Encadrement	Niveau de qualification de l'encadrement
45h en centre et 30h de mise en oeuvre en club auprès d'un public compétiteur jeune et/ou adulte	Deux formateurs au-delà de huit stagiaires.	<ul style="list-style-type: none"> <li><u>Responsable</u> : Formateur Fédéral FFBaD agréé ou stagiaire</li> <li><u>Formateurs</u> : Formateur Fédéral FFBaD agréé ou stagiaire</li> </ul>

#### Condition(s) de validation

Lieu	modalités	Evaluateurs
Club, stage ligue ou comité.	Construction et mise en oeuvre d'une séquence d'entraînement de 20 à 30mn à partir du thème donné par les évaluateurs ou le responsable du stage. <b>Au moins 6 joueurs sur 2 terrains minimum.</b>	Le(s) certificateur(s) est (sont), BEES 1, DEJEPS ou BEES 2 ; l'agrément FFBaD est fortement conseillé

# CADRE PEDAGOGIQUE

Chaque diplôme ou module de formation composant la filière de formation fédérale des techniciens de la FFbAD vise des compétences ou connaissances issues de trois domaines :

1. La connaissance et la prise en compte des publics
2. Les aspects tactico-techniques du badminton et la mise en œuvre de séances
3. L'environnement institutionnel du badminton et la démarche de projet

Ces trois domaines sont issus de ceux des fiches RNCP des diplômes professionnels délivrés par le Ministère chargé des sports, notamment les DEJEPS et DESJEPS, permettant une mise en perspective pour les formateurs et les stagiaires depuis le MODEF jusqu'au DESJEPS (voir le tableau des compétences des encadrants sportifs dans le livret du formateur).

## ENTRAINEUR BENEVOLE 1 :

### DOMAINE de COMPETENCE 1 : connaissance et prise en compte des publics

#### 1.1 : Etre capable d'appréhender les caractéristiques du public compétiteur

Contenus de formation	Détails
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Les caractéristiques des publics jeunes et adultes</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ Les stades de développement pour la moyenne enfance,</li> <li>○ la grande enfance, l'adolescence et les adultes sur les plans morphologiques et fonctionnels, moteurs, cognitifs et affectifs.</li> <li>○ <u>Plan citoyen</u> : caractéristiques des jeunes issus de quartiers défavorisés (QPV, ZRR...).</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Les incidences pédagogiques pour l'entraîneur</li> </ul>	Pour chaque stade de développement.
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Les valeurs de la citoyenneté</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ Définition générale.</li> <li>○ Sport et citoyenneté.</li> <li>○ La citoyenneté appliquée au badminton.</li> </ul>

### DOMAINE de COMPETENCE 2 : Aspects tactico-techniques du badminton et mise en place de séance

#### 2.1 : Etre capable de construire une séance d'entraînement

Contenus de formation	Détails
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Les grands principes de la construction de séance</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ Les principes d'entraînement.</li> <li>○ La méthodologie de construction de séance (les trois grandes parties).</li> <li>○ La fiche de séance (thème, objectif, critères de réussite et de réalisation).</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Les OTHN, première partie</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ Présentation générale</li> <li>○ Le sens du jeu en fil rouge</li> <li>○ Se déplacer en rythme : <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ La reprise d'appui</li> <li>▪ Le pied frappe</li> </ul> </li> <li>○ Frapper pour déstabiliser : <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ L'armé précoce (coude libre tôt)</li> </ul> </li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Les fondamentaux du badminton</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ Les étapes 1 et 2 du DJ : <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Le démarrage (reprise d'appuis, écart poussé)</li> <li>▪ Les changements de direction à la frappe (fente, sauts)</li> <li>▪ Le pivot</li> </ul> </li> <li>○ Les fondamentaux techniques de la frappe <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Les prises de raquette</li> <li>▪ La préparation par l'armé</li> <li>▪ Le relâché serré</li> </ul> </li> <li>○ Passbad : <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Objectifs du dispositif.</li> <li>▪ Connaissance et maîtrise de chacune des épreuves de passage des plumes.</li> </ul> </li> </ul>

#### FORMABAD, secteur formation de la FFbAD

Code APE 94 99Z – N° SIRET 331 733 840 000 44 – Organisme de formation professionnelle déclaré N° 11 93 04 20 293 - habilitée par arrêté N° 0830 7964 du 15 décembre 2008

FFbAD - 9-11 avenue Michelet 93583 Saint-Ouen Cedex – Téléphone 01 49 45 07 07 – Télécopie 01 49 45 18 71  
Email : [formation@ffbad.org](mailto:formation@ffbad.org) – Site internet : [www.ffbad.org](http://www.ffbad.org)

<ul style="list-style-type: none"> <li>• L'échauffement</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ Les objectifs de l'échauffement.</li> <li>○ Les éléments à prendre en compte dans la construction de l'échauffement.</li> <li>○ Les étirements, intérêts et méthodes.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• La coordination, (dissociation), la vitesse, la vivacité, l'équilibre.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ Définitions</li> <li>○ Quand en badminton ?</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• La construction de séance sur des principes éducatifs</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ Respect de l'adversaire et/ou du partenaire.</li> <li>○ Respect de l'entraîneur.</li> <li>○ Respect des règles du jeu et des règles de vie pendant les séances</li> <li>○ Respect de soi (sécurité, hygiène de vie, santé).</li> </ul>

## 2.2 : Etre capable de conduire une séance d'entraînement

Contenus de formation	Détails
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mettre le groupe en activité</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ Communiquer efficacement.</li> <li>○ Les différents types de consigne.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• La gestion du groupe pendant la séance</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ Les principes à respecter.</li> <li>○ Quelques exemples de mises en place.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Les différentes formes de travail en badminton</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ Routines,</li> <li>○ Multivolants (bases de la distribution),</li> <li>○ Multivolants joués,</li> <li>○ Matches à thème,</li> <li>○ Poste fixe,</li> <li>○ Surnombre,</li> <li>○ Shadow,</li> <li>○ Shadow feed..</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• La notion de pédagogie sportive appliquée au badminton</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ La conception des contenus.</li> <li>○ La mise en place.</li> <li>○ La conduite de séance.</li> <li>○ La régulation.</li> </ul>

## DOMAINE de COMPETENCE 3 : environnement institutionnel du badminton et démarche de projet

### 3.1 : connaitre l'organisation de la compétition en France

Contenus de formation	Détails
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Le projet fédéral</li> </ul>	Connaitre les axes principaux de développement de la FFBaD
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Les types de compétition</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ Les compétitions en club.</li> <li>○ Les compétitions fédérales.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Le classement</li> </ul>	Comprendre le nouveau classement.