

Cours moniteurs JS - Diplôme C

Jour 1		Jour 2		Jour 3		Jour 4		Jour 5		Jour 6	
Heure	Titre	Titre	Titre	Titre	Titre	Titre	Titre	Titre	Titre	Titre	Titre
08h00		Rappel du jour 1+intro J2	Rappel du jour 2+intro J3	Rappel du jour 3+intro J4	Rappel du jour 4+intro J5						
08h15		TH Développement de la personnalité Respect, joie et orgueil	TH Entraînement CO 2 Analyse dans le football Méthode / Matière Terminologie	TH Méthodologie TE Méthode Variabilité et variation Corrections Coaching	PR Jeu et situation 1 Découverte Poser un problème Résolution de problème du 3 contre 3 au 1 contre 1					Examen pratique	
10h00		PR Développement de la personnalité Application sur le terrain	PR Entraînement CO 3 Gainage Ecole de course Vitesse	PR Entraînement TE 2 4 chantiers de 20 minutes Exercices analytiques et jeu Coaching	TH Du 3 contre 3 à l'analyse Variation Le jeu comme élément d'apprentissage						
12h15	Accueil	Repas	Repas	Repas	Repas					Repas	
13h45	PR Entraînement Démonstration avec participants	TH Les facteurs de performance TE / TA / CO / ME <i>La prévention des blessures – Programme SUVA</i>	Philosophie ASF - Principes - Système de jeu - Signes	TH Préparation d'entraînement TE Travail <i>par groupes</i>	PR Jeu et situation 2 Du 3 contre 3 au 5 contre 5 Poser un problème Résolution de problème					Examen pratique	
15h15	TH Planification d'entraînement 1 GAG / Manuel-clé / TH Planification d'entraînement 2 Cycles Coach J+S	PR Entraînement CO 1 Le jeu et l'impact CO sur endurance et vitesse Le stretching / Souplesse	PR Entraînement TE 1 Du jeu à l'analyse Jeu et exercices Variation Influence CO et ME	PR Entraînement TE 3 Parties données par les entraîneurs TH Evaluation du travail sur le terrain Organisation / Matière / Corrections / coaching /développement	TH Evaluation de jeu et situation 2 Correction Les facteurs de performance en TA Préparation de l'examen Questions/Réponses					Structure de la formation Résultats, recommandation Evaluation du cours Clôture du cours	
18h15		Repas	Repas		Repas						
19h00	TH Philosophie de formation J+S <i>Info cool and clean – DVD</i> <i>Info be tolerant - DVD</i>	TH L'adolescent Son développement ASF Parents - discussion	TH Le match Position du joueur Le jour du match Le rôle de l'entraîneur		Examen Théorie Examen pratique Préparation de la leçon						