



FORMATION CONTINUE DES ENTRAINEURS DE NATATION A L'INSEP
DU 18 AU 22 JANVIER 2016
« STAGE D'IMMERSION EN POLE FRANCE ET ESPOIRS »

Depuis sa création en 1977, la structure Natation Course de l'INSEP accueille dans un contexte de forte concurrence nationale des nageurs (ses) qui, à l'instar de Malia METELLA, médaillée d'argent sur 50m nage libre et finaliste sur 100m nage libre aux JO de 2004, sont en quête de leur meilleur niveau pour représenter la France lors des échéances internationales telles que Championnats d'Europe, du Monde, Jeux Olympiques. Sous la houlette de l'encadrement national de la fédération, le pôle rassemble à la fois de jeunes nageurs (ses) qui composent le pôle espoir et briguent leur sélection dans les collectifs internationaux de leur catégorie, ainsi que des nageurs (ses) de haut niveau du pôle France qui ont conforté leur potentiel au fil des saisons et les yeux tournés vers l'excellence. Ils se préparent aux grands rendez-vous seniors de la saison 2015 et 2016. Tous ces sportifs peuvent mener de manière adaptée leur projet de haut niveau et préparer leur avenir professionnel.

Dans un équipement ultra moderne, l'INFAN (Institut National de Formation aux Activités de la Natation) organise une formation continue des entraîneurs de natation sur le site de l'INSEP. L'objectif de cette formation continue est de permettre à des entraîneurs de clubs de s'immerger dans le fonctionnement d'une structure de haut niveau et vivre pendant une semaine la préparation de nageurs (ses) en s'imprégnant des techniques et méthodes d'entraînement du haut niveau.

L'encadrement du stage

- **Coordinateur de la formation sur site** : Monsieur Jean Louis Morin, CTS Formation - FFN
- **Encadrement sportif:**
 - Responsable des Pôles : Madame Magalie Rathier
 - Entraîneur du Pôle France : Monsieur Eric Rebourg
 - Entraîneur du Pôle Espoir : Monsieur Éric BRAIZE
 - Entraîneur assistant : Monsieur Robin PLA
 - Préparateur physique : Monsieur Cyril VIEU

Effectif maximal de 5 stagiaires : Dans sa lettre de motivation, le stagiaire précisera son niveau de pratique d'entraînement ainsi que ses objectifs à suivre cette formation.

Le nombre de places étant limité, seules les cinq premières candidatures recevables et complètes pourront être prises en compte.

Niveau minimal d'exigences demandées : entraîner des nageurs de catégories d'âges à un niveau national

THEMES DU STAGE :

L'entraînement de l'élite dans une structure de haut niveau :

- Observer : Quoi ? Pourquoi ? Comment ? Observation de 2 structures du Parcours d'Excellence Sportive :
 - o le Pôle Espoirs (Entraîneur : M. Éric Braize)
 - o le Pôle France (Entraîneur : M. Eric Rebourg) avec des grilles d'observations des séances d'entraînement, des pratiques et savoir faire des entraîneurs, des comportements des nageurs.

- Entraîner : dans quel contexte ? le suivi des séances, la planification, contexte de l'environnement des pôles
- Les stagiaires seront au plus près de la démarche pédagogique et méthodologique
- Interventions des entraîneurs sur leurs démarches et sur des thématiques liées à la préparation des athlètes de haut niveau
- Interventions du staff technique : préparateur physique, kinés, médecins

ORGANISATION :

Chaque jour, les stagiaires observeront les 2 groupes d'entraînement et bénéficieront de cours en salles sur la méthodologie d'entraînement proposés par les 2 entraîneurs.

D'autres échanges avec l'encadrement (transversal) seront envisagés (responsable des pôles, préparateur physique, médecin, ...). Les interventions en face à face pédagogique se déroulent entre les entraînements.

Un bilan écrit en fin de stage sera demandé par l'INFAN sur le vécu du stagiaire au cours de la semaine, ce qu'il a appris, ce en quoi cette action l'a transformé etc...

A la réception de ce bilan de stage, l'INFAN délivrera une attestation de formation.

PLANNING PREVISIONNEL DE FORMATION :

Du lundi 18 Janvier 2016 à 9h00 (rendez-vous à l'accueil de l'INSEP) au vendredi 22 Janvier 2015 à 16h00

Volume total de formation : 35 heures

	<u>LUNDI 18/01</u>	<u>MARDI 19/01</u>	<u>MERCREDI 20/01</u>	<u>JEUDI 21/01</u>	<u>VENDREDI 22/01</u>
<u>8h</u>					Observation Entraînement
<u>9h</u>		Retour d'observations avec JL Morin	Retour d'observations avec JL Morin	Retour d'observations avec JL Morin	Observation Entraînement
<u>10h</u>	Observation Entraînement	Observation Entraînement	(ou 10h45) Observation Entraînement	Observation Entraînement	Intervention Magali Rathier
<u>11h</u>	Observation Entraînement	Observation Entraînement	Observation Entraînement	Observation Entraînement	Bilan et échanges avec les entraîneurs
<u>12h</u>	Observation Entraînement	Observation Entraînement	Observation Entraînement	Observation Entraînement	
<u>13h</u>	REPAS	REPAS	REPAS	REPAS	REPAS
<u>14h</u>	Intervention d'Eric Rebourg	Intervention d'Éric Braize Entraîneur du Pôle Espoir		Intervention Cyril Vieu sur la préparation Physique	Observation Entraînement
<u>15h</u>	Entraîneur du Pôle France		Recherche Documentaire Travail personnel		Observation Entraînement
<u>16h 30</u>	Observation Entraînement	Observation Entraînement		Observation Entraînement	
<u>17h</u>	Observation Entraînement	Observation Entraînement		Observation Entraînement	
<u>19h30</u>	Observation Entraînement	Observation Entraînement		Observation Entraînement	

HEBERGEMENT et RESTAURATION :

Les frais d'hébergement et de restauration sont à la charge des stagiaires. Les stagiaires gèrent leurs propres modes de réservation des frais annexes.

A titre indicatif, le prix 2015 de la pension complète (chambre, petit déjeuner, déjeuner et dîner) en chambre individuelle à l'INSEP est de 85€/pers. Pour info, l'INSEP propose également des forfaits demi-pension.

Pour réserver, préciser « Formation FFN : stage natation, formation d'entraîneurs »

Contact : sylvie.authier@insep.fr

COÛT PEDAGOGIQUE :

Participation de 800 € TTC par stagiaire à régler à l'INFAN par chèque à l'ordre de l'INFAN-FFN ou par virement bancaire.

Domiciliation	CREDITCOOP PARIS NATATION
Code Banque	42559
Code Guichet	00008
N° Compte	410200028844
Clé	86
IBAN	FR 76 4255 9000 0841 0200 2884 486

Pour les entraîneurs salariés, possibilité de prise en charge par un organisme collecteur (OPCA) dans le cadre de la formation professionnelle continue.

Pour toute demande de prise en charge OPCA, ci-dessous les informations à communiquer :

INFAN de la FEDERATION FRANÇAISE DE NATATION

N° de déclaration organisme de Formation INFAN FFN : 11 75 34540 75

✉ Tour Essor, 14 rue Scandicci, 93508 PANTIN Cedex

☎ 01 41 83 87 70 - 📠 01 41 83 87 69

🌐 www.ffnatation.fr Mail : ffn@ffnatation.fr

TVA INTRA COMMUNAUTAIRE SIRET 775 695 802 00055 - APE 9312 Z

INFORMATIONS COMPLEMENTAIRES :

Auprès de :

- Solène LAMBALLE, Assistante INFAN : solene.lamballe@ffnatation.fr – 01.41.83.87.67
- Jean Louis MORIN, CTN Formation - coordonnateur de la formation : jl.morin@ffnatation.fr

Formation Continue Professionnelle Entraîneurs Natation

Fiche d'inscription à renvoyer par email à Solène LAMBALLE :
solene.lamballe@ffnatation.fr

DATE LIMITE D'INSCRIPTION : mercredi 13 janvier 2015
Les cinq premières candidatures recevables ET complètes seront retenues

Nom et prénom : _____

Mail : _____

Tél : _____

Club : _____

Président(e) du club : _____

Adresse du club : _____

Financement prévu pour la formation :

Fonds personnels OPCA Employeur Pôle Emploi

Autre (à préciser) _____

Pour être pris en compte, le dossier d'inscription doit obligatoirement comporter :

- une lettre expliquant les motivations à participer à la formation et attestant du niveau d'entraînement minimum requis (catégories d'âges au niveau national) – par email
- un chèque de caution de 800 € à l'ordre de l'INFAN-FFN (même si un financement OPCA est prévu) – par courrier (FFN-INFAN, 14 rue Scandicci, 93508 Pantin Cedex)

Lieu : INSEP
12 avenue du Tremblay
75 012 PARIS

Dates de la formation :
Du lundi 18 janvier 2016 à 9h00 au vendredi 22 janvier 2016 à 16h00.

Modalités pédagogiques : 35 heures de formation alternant des cours théoriques, des cours pratiques avec de l'observation de séances d'entraînements et des échanges avec les encadrants.

Coût pédagogique de la formation: 800 € TTC. Contacter l'INFAN pour toute demande d'informations concernant la prise en charge financière.

Frais annexes : les frais de transports, de restauration et d'hébergement à la charge des participants. Pour un hébergement à l'INSEP, contacter : sylvie.athier@insep.fr