

# Entraîneur fédéral



## EFFECTIF : 15 personnes.

La FFA se réserve le droit d'annuler la session si le nombre de participants est insuffisant.

## PUBLIC :

Tout public possédant le diplôme d'éducateur fédéral et ayant une action effective d'entraînement dans un club (donc titulaire d'un permis bateau) et titulaire de l'aviron d'or.

## OBJECTIFS :

- Maîtriser les connaissances nécessaires pour encadrer, former et entraîner toute équipe de compétition jusqu'au niveau national,
- Obtenir les compétences pédagogiques adaptées à l'entraînement,
- Être capable de concevoir et de mettre en application la politique sportive d'une structure.

## PRINCIPES DE FORMATION :

C'est une formation en alternance pour laquelle vous devez :

- Avoir une action d'entraînement : participer au développement et à la conduite d'un projet sportif pour une équipe de compétition,
- Suivre une formation théorique : 45 heures de formation à l'INSEP aux dates indiquées page suivante,
- Suivre une formation pédagogique : 40 heures effectuées sous la responsabilité d'un tuteur fédéral,
- Rédiger un mémoire portant sur le travail en club.

## APPORTS THÉORIQUES :

- Technique de l'aviron : Analyse vidéo,
- Aspects énergétiques de la performance,
- Réglages : adaptation aux capacités physiques,
- Entraînement en bateau et au sol,
- Développement de la force,
- Planification et programmation de l'entraînement.
- Diététique - Hydratation - Dopage,
- Administration d'un club, d'une ligue et de la FFA.



## ÉVALUATION :

Vous devez obtenir la moyenne dans chacune des 2 parties suivantes :

- Théorique : deux épreuves écrites de contrôle de connaissances.
- Pédagogique :
  - conduite de 2 séances d'entraînement sur l'eau suivies d'un entretien.
  - mémoire (rédigé selon un plan guide fourni).



## L'ENTRAÎNEUR FÉDÉRAL, FORMATION FACILITANT L'ACCÈS AU CQP :

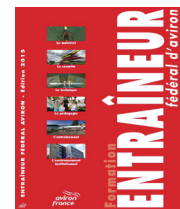
La personne titulaire du diplôme entraîneur obtient la validation des blocs de compétences 1, 3 et 4 du CQP moniteur d'aviron.

Cela lui donne la possibilité, à l'issue de sa formation, de valider le CQP sous les conditions suivantes :

1. posséder les pré-requis d'entrée au CQP,
2. valider les blocs de compétence 2 et 5 en centre de formation lors d'une formation CQP,
3. valider le brevet d'aviron d'or option pointe (BC 2.2)

## DOCUMENTATION

Le livre de formation Entraîneur fédéral et l'accès à la plate forme à distance sont compris dans les frais de formation.



## DATES :

Module 1 :  
15 au 17 novembre 2019  
FFA et INSEP

Module 2 :  
10 au 12 janvier 2020  
INSEP

Module 3 :  
13 au 15 mars 2020  
INSEP

## DURÉE :

Formation théorique : 45h  
Formation pédagogique : 40h

## DATE LIMITE D'INSCRIPTION :

16 octobre 2019

## TARIFS :

Formation :

- en pension complète : 360€ (120€/module)
- en demi-pension : 240€ (80€/module)

## ORGANISME DE FORMATION :

FFA n° 11 94 05328 94  
SIRET n° 784405821 00033

## RESPONSABLES PÉDAGOGIQUES

**Didier LERBOULET**  
didier.lereboulet@ffaviron.fr  
**Michel PICARD**  
michel.picard@ffaviron.fr