

Programme

Biomécanique du service chez les 12 ans et moins

- **Durée de la formation**
14 heures
- **Coût**
500 euros
- **Dates de début de formation**
Lundi 03 et mardi 04 mars 2025
- **Modalités d'inscription et de positionnement**
Dossier d'inscription à compléter et à renvoyer avec toutes les pièces obligatoires
Il ne sera pas possible d'entrer en formation sans avoir validé tous les prérequis
Entretien téléphonique
Prise en compte de personne en situation d'handicap
- **Modalités d'organisation, d'accès à la formation**
Formation en présentiel
Cette action est financée par les fonds conventionnels de la branche du sport dans le cadre d'une action collective
- **Lieu de la formation**
T.C. GEMENOS 161 chemin du Puits 13420 Gémenos
- **Intervenants (e)**
Caroline MARTIN – Spécialiste de biomécanique du tennis, BE 1er degré, maitre de conférences, UFR STAPS, Université Rennes 2
- **Objectifs pédagogiques de la formation**
Connaitre et maîtriser les principes d'exécution biomécaniques du service chez les 12 ans et moins pour optimiser le travail technique à l'entraînement
- **Contenu du programme :**

Formation théorique en présentiel

- Comprendre les principes biomécaniques du service
- Connaitre les facteurs de risque de blessures
- Analyse de l'évolution du service en fonction des catégories d'âge avec un focus sur les U12
- Explorer l'environnement (terrains et raquettes) pour optimiser la biomécanique du service : intérêts du service avancé et des petites raquettes

Formation à l'analyse vidéo

- Utilisation d'une grille pour observer les critères biomécaniques du service des U12
- Quels logiciels / applications utiliser pour filmer un joueur de tennis ? Quelles prises de vue ?

Formation pratique en situation de travail sur le terrain avec des joueurs

- Mise en place d'exercices sur le terrain pour améliorer le service
- Utilisation du matériel pédagogique sur le terrain

- **Méthodes et moyens pédagogiques**
Apports théoriques et pratiques, fiche d'analyse, utilisation d'outils vidéo et échanges d'expérience.
- **Modalités d'évaluation**
QUIZZ, questionnaire
- **Prérequis**
DE - DES - BE1 - BE2
- **Publics concernés**

Enseignants professionnels - DE - DES - BE1 - BE2

➤ **Validation**

Pas de certification. Attestation de participation délivrée en fin de formation.

➤ **Allègement**

Aucun

➤ **Inscriptions :**

Nombre de participants : Min : 8 Max : 16

Délais d'accès : Clôture des inscriptions le vendredi 21 février 2025

Contacts administratifs :

Victoria Ticarro - victoria.ticarro@fft.fr ou au 06 80 59 93 75 / Emilie Roblot – emilie.vinh@fft.fr ou au 06 80 59 93 75

Contact référent handicap : aurelie.sciara@fft.fr ou au 06.16.74.06.76

La ligue se réserve le droit d'annuler la formation en dessous du nombre minimum d'inscription

INDICATEURS DE RESULTATS

SESSION JANVIER 2024

NOMBRE DE PARTICIPANTS : 9

TAUX DE SATISFACTION DES PARTICIPANTS : 100 %

REF BIOMECA12131
Mise à jour le
28/08/2024

