

# Formation SUA 2019 pour les entraîneurs-euses

## Introduction

Dans le cadre de la FTEM et en s'appuyant sur la structure J+S, l'Association Suisse d'Ultimate met en place une formation pour les entraîneurs-euses et coaches d'ultimate Frisbee.

## Contenu

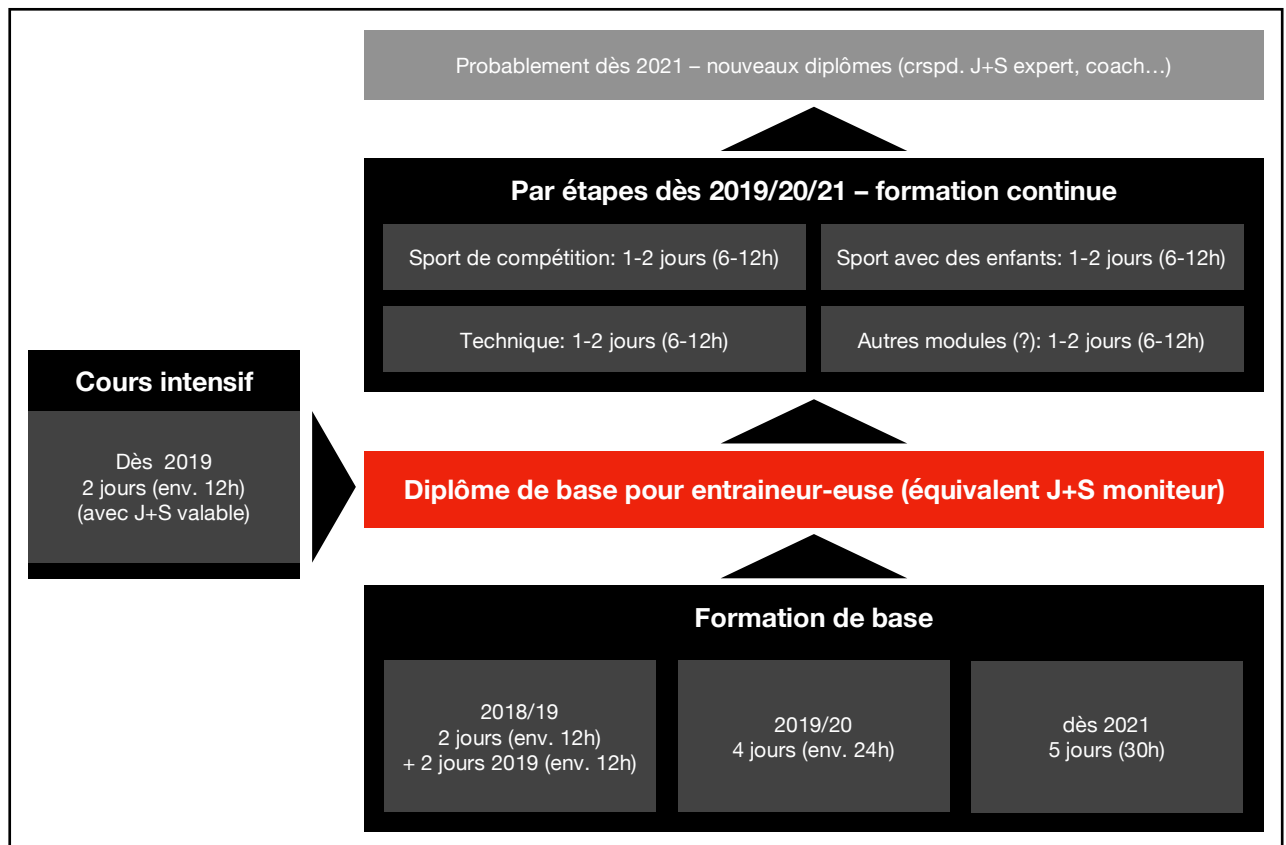
<b>Introduction</b>	<b>1</b>
<b>Contenu</b>	<b>1</b>
<b>Structure de la formation</b>	<b>2</b>
<b>Conditions de base</b>	<b>3</b>
Obligation de formation continue	3
Conditions d'admission	3
Inscription	4
Frais de participation	4
<b>Contenu de la formation de base</b>	<b>4</b>
Thèmes	4
Contenu des thèmes	5
Concept pédagogique	5
Concept des capacités motrices	5
Concept méthodique	6
Autres thèmes	6
<b>Langues</b>	<b>6</b>
<b>Formation continue dès 2019</b>	<b>7</b>
Sport avec des enfants	7
<b>Cours intensif</b>	<b>7</b>
<b>Adaptation dès fin 2020</b>	<b>7</b>
<b>Journées de formation 2019</b>	<b>7</b>

## Structure de la formation

La formation est structurée de façon semblable que le J+S. La formation de base (correspondant approximativement au J+S moniteur) se déroule sur 4 jours, puis dès 2021, sur 5 jours.

Dès 2019 seront proposés des modules de formation continue et dès 2021, il sera possible d'effectuer la formation correspondant au J+S Coach ou Expert.

Les personnes qui possèdent un diplôme J+S valable et ayant plus de 3 ans d'expérience dans l'ultimate (joueur-euse/entraîneur-euse/coach), pourront participer à un cours intensif orienté selon les aspects spécifiques à l'ultimate, en août/septembre 2019.



## Conditions de base

### Obligation de formation continue

A l'image du J+S, il est nécessaire de continuer à se former une fois que le diplôme de base d'entraîneur-euse SUA a été obtenu. Le diplôme est valable 3 ans dès la fin de la formation et se prolonge chaque fois de 3 ans, dès qu'une formation continue est achevée. Si on ne participe à aucun module de formation continue durant ces 3 ans, le diplôme est suspendu (en mode passif). S'ensuit une nouvelle période de 3 ans lors de laquelle une formation continue peut être effectuée. Si cette période est elle aussi écoulée, le diplôme expire complètement et il faut recommencer à la formation de base.

Validité du diplôme			
Dès la réussite de la formation de base	Dès la réussite de la formation continue	Après 3 ans	Après 6 ans
3 ans dès la réussite de la formation de base	Renouvellement de 3 ans dès la réussite de la formation continue	Si on ne participe à aucun module de formation continue durant ces 3 ans, le diplôme est suspendu (en mode passif). S'ensuit une nouvelle période de 3 ans lors de laquelle une formation continue peut être effectuée	Après plus de 6 ans sans la réussite d'une formation continue, le diplôme expire complètement. Pour obtenir à nouveau un diplôme, il faut recommencer la formation de base.

(Si admission pour le J+S, ces délais seraient réduits à 2 et 4 ans.)

### Conditions d'admission

Détails des formations	
Module	Conditions d'admission
<b>Formation de base</b>	- 16 ans - 1 an d'expérience dans l'ultimate
<b>Cours intensif</b>	- 16 ans - J+S moniteur valable dans un sport à choix - 3 ans d'expérience dans l'ultimate
<b>Formation continue</b>	- Diplôme SUA d'entraîneur-euse de base
<b>Nouveaux diplômes</b>	À définir

## Inscription

L'inscription se fait par écrit via le formulaire mis en place par la SUA. L'inscription est obligatoire. Une annulation peut être effectuée sans frais jusqu'à deux semaines avant le début du cours. Passé ce délai, les frais de participation au cours doivent être payés (excepté accident/maladie/urgence).

## Frais de participation

La SUA s'efforce de maintenir les coûts le plus bas que possible. Cependant, pour couvrir les frais du matériel et dédommager les moniteurs, une participation minimale est nécessaire. Elle s'élève à 80.- par journée de formation. Les participants ayant déjà ou coachent actuellement une équipe nationale, toutes catégories confondues; et /ou ont fait partie ou sont actuellement dans le comité de la SUA, profitent d'une réduction de 25% (20.- par journée de formation).

Les frais de participation sont à payer sur place, en espèces, le weekend même de la formation.

## Contenu de la formation de base

Le contenu de la formation de base est semblable à la structure de J+S moniteur d'autres sports. Les documents venant du J+S ont permis d'établir la base du contenu. Les connaissances actuelles dans la science du sport et de la pédagogie, ainsi que les spécificités du sport de l'ultimate complètent les différents thèmes.

## Thèmes

Contenu de la formation de base			
Concept pédagogique	Concept des capacités motrices	Concept méthodique	Autres thèmes
Le concept pédagogique selon J+S	Le concept des capacités motrices selon J+S	Le concept méthodique selon J+S	Introduction au cours
Rôle en tant qu'entraîneur-euse / coach	Prérequis en condition physique et coordination	Stratégies de simplification dans la pratique	Structure de la formation et conditions du diplôme
Coaching	Transmission des connaissances techniques	Transmission des connaissances tactiques	Sports de disques
Connaissances sur le groupe cible	Prérequis psychiques	Organisation d'un entraînement	Evaluation et conclusion
Spirit of the Game		Planification	Entretien de qualification

## Contenu des thèmes

Les contenus exactes sont continuellement évalués et améliorés après chaque cycle de formation. Le contenu est donc provisoire et peut évoluer au fil du temps.

### Concept pédagogique

Concept pédagogique			
<b>Le concept pédagogique selon J+S</b>	Concept J+S de base	Théories d'apprentissage	Environnement d'apprentissage
<b>Rôle en tant qu'entraîneur-euse / coach</b>	Prérequis individuels	Communication	
<b>Coaching</b>	Observer	Conseils et feedback	Communication
<b>Connaissance sur le groupe cible</b>	Besoins spécifiques selon l'âge	Besoins spécifiques selon le genre	Responsabilité et gestion des risques
<b>Spirit of the Game (SOTG)</b>	Principes et prérequis	Comprendre et intégrer les responsabilités liées au SOTG	Transmission de la connaissance des règles

### Concept des capacités motrices

Concept des capacités motrices			
<b>Le concept des capacités motrices selon J+S</b>	Concept J+S de base		
<b>Prérequis en condition physique</b>	Energie	Prérequis dans l'ultimate	Exemples applicables dans la pratique
<b>Prérequis en coordination</b>	Contrôle	Prérequis dans l'ultimate	Exemples applicables dans la pratique
<b>Transmission des connaissances techniques</b>	Éléments / déplacements techniques de base	Exercices méthodiques	Ressources techniques / digitales
<b>Prérequis psychiques</b>	Base de la psychologie du sport	Formes d'entraînement mental	Régénération et relaxation

## Concept méthodique

Concept méthodique			
<b>Le concept méthodique selon J+S</b>	Concept J+S de base	La participation comme principe de base	Formes méthodiques de base
<b>Stratégies de simplification dans la pratique</b>	Formes d'organisation	Eléments de jeu	
<b>Transmission des connaissances tactiques</b>	Eléments tactiques de base et jeux simples	Tactical Games Approach (TGA/TGfU)	
<b>Organisation d'un entraînement</b>	Prérequis, objectifs et méthodes	Mise en place d'un entraînement	
<b>Planification</b>	Planification de la saison	Préparation à la compétition	

## Autres thèmes

Autres thèmes			
<b>Introduction au cours</b>	Tour de présentation	Clarifier les objectifs de la formation	
<b>Structure de la formation et conditions du diplôme</b>	Mise en place et règles de la structure de la formation	Evoquer les possibilités de formation continue	
<b>Sports de disques</b>	Disc golf, beach ultimate	Freestyle, DDC	Autres sport de disques
<b>Entretien de qualification</b>	Transmission orale des compétences évaluées	Retours individuels sur le profil personnel	Récapitulatif
<b>Evaluation et conclusion</b>	Faits et critiques	Remise du diplôme	Conclusion

## Langues

Le premiers cours de 2018/19 sera donné en allemand avec une traduction simultanée en français. Les documents J+S sont mis à disposition dans la langue souhaitée. En 2018/19, les documents de la SUA seront uniquement disponibles en allemand.

Basel  
27.11.2018  
Nicolas Miglioretto  
Swiss Ultimate Association

Des traductions vers le français sont prévues pour 2019/20, ainsi que des cours en langue française. Si c'est possible, les cours sont proposés avec une traduction simultanée. Des traductions en italien ou en romanche ne sont pas prévues avant une affiliation à la structure J+S.

## **Formation continue dès 2019**

Dès 2019, des formations continues de 1 à 2 jours devraient être planifiées et proposées par étapes. Les personnes ayant obtenu le diplôme SUA de base d'entraîneur-euse peuvent participer à ces formations continues.

### **Sport avec des enfants**

Un premier module de formation continue est proposé en mai, dans le cadre du camp juniors. Le contenu sera fortement orienté sur l'application en pratique. En travaillant avec les enfants participant au camp, les inputs peuvent être directement appliqués et être intégrés dans une réflexion générale.

## **Cours intensif**

Un cours intensif de 2 jours sera mis en place en août ou septembre 2019 pour les personnes disposant d'ors et déjà d'un diplôme J+S valable. Ce cours intensif permet de suivre une formation accélérée pour le diplôme SUA de base d'entraîneur-euse.

## **Adaptation dès fin 2020**

Pour la fin de l'année 2020, le programme mis en place est évalué, adapté et réparti sur 5 journées de formation. Un nouvel essai pour une affiliation au J+S sera effectué en 2021. La SUA désire faire reconnaître la formation d'entraîneur-euse par le J+S et que les personnes titulaires du diplôme de base, peuvent entrer dans cette structure sans trop d'efforts supplémentaires.

## **Journées de formation 2019**

26&27 janvier 2019: Formation de base 1&2 (Indoor: lieu à définir)

23&24 mars 2019: Formation de base 3&4 (Indoor: lieu à définir)

30&31 mai 2019: Module de formation continue pour le sport avec des enfants. (Outdoor, Zuchwil)

Août/septembre 2019: Cours intensif (Date et lieu à définir)