

Formation continue

**Pôle Optimisation de
la Performance**

**Natation course
Eau libre**

**Analyse
technique des
paramètres de
la performance
et de
l'entraînement**

2 modules de 3 jours :

4, 5 et 6 février 2025

9, 10, et 11 mai 2025

Nombre de jours : 6

Lieu : INSEP / Centre
Aquatique Olympique

Nombre de places : 12

Intervenants :

Frédéric BARALE / Simon
BODARD / Nathan DECROU
Eric DERNONCOURT / Robin
PLA / Benjamin
TRANCHARD

Volume horaire : 42 heures



La capacité d'un sportif à accomplir des performances de haut niveau est la conséquence d'un long processus d'entraînements et de compétitions.

L'observation des actes réalisés à ces occasions en termes de résultats et de processus ou modalités pour les atteindre est un axe majeur d'évaluation à des moments clefs et de détermination d'axes de travail.

Dans les différentes disciplines de la Fédération Française de Natation sont opérées ces analyses depuis plusieurs années.

Cette formation a pour objet de présenter ces avancées dans le domaine de l'analyse technique. Elle devra permettre aux stagiaires :

- De mieux connaître et comprendre ces axes d'analyse,
- D'être en capacité de mettre en œuvre à leur niveau et selon leurs moyens des analyses au sein de leur structure d'entraînement avec les sportifs.



OBJECTIFS DE LA FORMATION

Cette formation permet de :

- Connaître les démarches et moyens d'analyse
- Utiliser les outils au service
 - De la réalisation des tests
 - Du traitement des données
 - De la présentation des bilans
- Établir et programmer au sein de leur propre structure les analyses pertinentes.



MODALITÉS

- 2 modules en présentiel
 - Module 1 (21 heures) à l'INSEP, du mardi 4 février au jeudi 6 février 2025 : Alternance entre mise en œuvre de tests avec des sportifs et traitement des données en salle
 - . Jour 1 : 10h00-12h00 et 13h30-18h00
 - . Jour 2 : 9h00-12h00 et 13h30-18h30
 - . Jour 3 : 8h00-12h00 et 13h00-15h30
 - Module 2 (3x7 heures – 21 heures) en compétition, sur le Giant Open, du 09 au 11 mai 2025.
- Volume horaire : 42 heures
- **Formation mise en place à partir de 8 inscrits et limitée à 12 personnes.**
- **Le nombre de places étant limité, les inscriptions seront enregistrées par ordre d'arrivée**



- Prérequis :
 - . Diplôme ou expérience démontrant une maîtrise de l'entraînement de niveau régional de catégorie benjamins et/ou plus.
 - . Être en possession d'un ordinateur et d'une caméra pouvant filmer sous l'eau
 - . Être en relation avec un entraîneur et son groupe de sportifs acceptant de mettre en œuvre des tests techniques
- Public visé : Entraîneurs et éducateur de clubs, accompagnateur de la performance, étudiants analystes ou assistant coach...
- Modalités d'évaluation : Auto validation à chaque regroupement des compétences développées + auto évaluation en début et fin de formation (auto positionnement).



PROGRAMME DE LA FORMATION

1er regroupement :

- Présentation des différents processus de tests
- Présentation des outils d'analyses
- Préparation et mise en œuvre des relevés de données
- Traitement des données
- Restitution des données

2ème regroupement :

- Présentation des dispositifs d'analyse
- Préparation et mise en œuvre des relevés de données
- Traitement des données
- Restitution des données



DATES ET LIEUX DE LA FORMATION

DATES

Du mardi 4/02 au jeudi 6/02/2025

Lieu : INSEP – 11 avenue du Tremblay, 75012 PARIS
Metro ligne 1 station Château de Vincennes et bus 112

Du vendredi 9/05/2025 au dimanche 11/05/2025

Lieu : Centre Aquatique Olympique – Plaine Saulnier, 93000 SAINT-DENIS





MÉTHODES MOBILISÉES

Immersion avec les analystes référents de la discipline, observation, suivi des explications, mise en œuvre tutorée par les référents analystes fédéraux

Moyens et encadrement mis en œuvre :

- Séances de formation en salle.
- Exposés théoriques.
- Mises en situations pratiques.
- Études de cas concrets.
- Partage d'expériences.
- Restitution d'analyses.

INTERVENANTS :

- Frédéric BARALE : Conseiller Technique Sportif natation course et eau libre, analyste de performance et d'entraînement
- Simon BODARD : Analyste de performance et d'entraînement natation course
- Nathan DECROON : Analyste de performance et d'entraînement natation course
- Eric DERNONCOURT : Conseiller Technique National natation course, Analyste de performance et d'entraînement
- Robin PLA : Conseiller Technique National, Référent scientifique à la Fédération Française de Natation
- Benjamin TRANCHARD : Conseiller Technique Sportif, Analyste et accompagnateur dans la performance à la FFN eau libre et natation course



COMPÉTENCES DÉVELOPPÉES

A l'issue de la formation, le stagiaire sera :

- Capable de proposer des tests idoines et de répondre aux demandes d'entraîneurs
- Capable de mettre en œuvre ces tests et les moyens d'analyse
- Capable de rendre compte de ces analyses



ACCESSIBILITÉ AUX PERSONNES EN SITUATION DE HANDICAP

Pour les personnes en situation de handicap veuillez nous contacter à : infan@ffnatation.fr pour que nous puissions étudier votre demande et définir des aménagements adaptés.

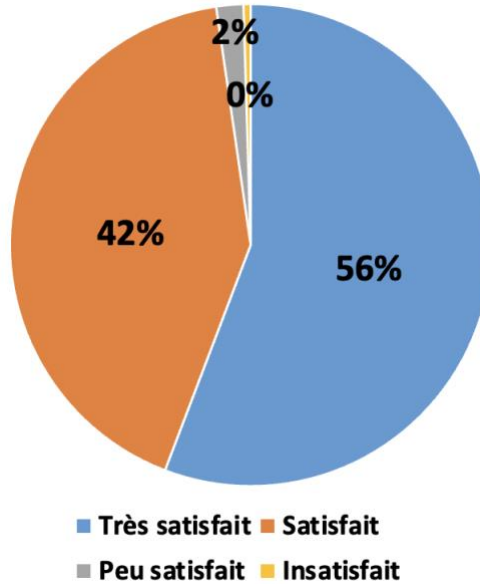
Référente handicap FFN : Frédérique CROCHARD

Mail : frederique.crochard@ffnatation.fr



TAUX DE SATISFACTION

Taux de satisfaction : 98%
Taux de retour d'enquête : 58% (1043 sur 1799)



€ COÛT DE LA FORMATION

Financement de la formation :

Cette action de formation fera l'objet d'une demande de financement par les fonds conventionnels de la branche du sport.
Si cette demande n'aboutit pas, le coût de la formation sera de 1550€.

Prise en charge des frais annexes :

Une partie des frais annexes (hébergement, restauration, déplacement) pourra être prise en charge si la demande de financement est validée.

Nous reviendrons vers vous au plus vite pour vous indiquer si la demande de financement est prise en charge par les fonds conventionnels de la branche du sport.
Pour plus de précisions, veuillez contacter : infan@ffnatation.fr

CONTACTS

Référent pédagogique	Benjamin TRANCHARD	benjamin.tranchard@outlook.fr	
Référente Handicap	Frédérique CROCHARD	frederique.crochard@ffnatation.fr	
Référent administratif et technique de l'INFAN	Valentin MATHOU	valentin.mathou@ffnatation.fr	01 70 48 45 51



ÉQUIVALENCE, SUITE DE PARCOURS

Certificat de Compétences Spécifiques de l'INSEP d'analyste de la VFC, pour devenir Analyste de la VFC

Formation fédérale (en cours de création) dans le champ de l'analyse de la performance et du suivi de l'entraînement.



ÉTAPES A SUIVRE POUR L'INSCRIPTION

Date limite d'inscription : Mercredi 16 janvier 2025

1. Inscription

Je m'inscris à la formation

Analyse technique des paramètres de la performance et de l'entraînement



<https://forms.gle/JrVoNTTo5sGRzVfqh6>

2. Réception d'un mail de confirmation d'inscription.
3. Quelques jours avant la formation, réception d'une convocation, fiche de présentation de la formation, planning détaillé.
4. Jour J de la formation.
5. Quelques jours après la formation : réception de la facture acquittée + certificat de réalisation de la formation + contenus éventuels (si la formation a été intégralement suivie et à jour de son règlement).

Les conditions générales de vente sont téléchargeables [ICI](#).

