



EQUIPE TECHNIQUE RÉGIONALE



INSTITUT RÉGIONAL
DE FORMATION DU FOOTBALL
DE LA LIGUE DE NORMANDIE

FORMATION DES EDUCATEURS SAISON 2017 / 2018

FORMATION MODULE SECURITE

Présentation de la formation

- Date : 11 et 12 janvier 2018
- Durée : 2 jours
- Lieu : Saint Sever Calvados
- Nombre de candidats convoqués : 23
- Nombre de candidats présents : 20
- Responsable de la formation : Mylène PANNIER, CTR
- Encadrement : Julien ALVAREZ, BEF – CFPA et Jean-Pierre DESMONS (médecin fédéral)



Le groupe de stagiaires sur les installations du stade de Saint Sever

LIGUE DE FOOTBALL NORMANDIE
AFFILIÉE À LA FÉDÉRATION FRANÇAISE DE FOOTBALL





1. CONDITIONS

a) Objectifs de l'action

Cette formation a pour but d'être capable de prendre en compte la santé des pratiquants en football.

b) Organisation de la formation

Cette session était organisée en 2 journées dont voici les objectifs généraux :
L'éducateur, la santé des pratiquants

- La traumatologie du footballeur
- Le dopage et ses conséquences
- L'échauffement
- Le pack prévention (gainage – étirement – assouplissement - motricité)
- Les basics du fonctionnement du corps humain
- Premiers soins et bonnes pratiques
- Football, santé et hygiène de vie

c) Programme de la formation

H	Jour 1	Jour 2
8h30 9h00	S1 Accueil, objectifs et organisation	S8 La programmation Les 7 erreurs
9h00 10h00	S2 La Machine Humaine	S9 Découverte des pathologies du footballeur
10h00 10h15	Pause	
10h15 11h00	S3 Les Principes d'échauffement	S10 Les principes de prévention (Gainage – étirements – proprioception)
11h00 11h30	Pause	
11h30 12h30	S4 Pédagogie stagiaires <i>Comment bien s'échauffer ?</i>	S11 Pédagogie stagiaires Utilisation du 11+
REPAS		
14h00 15h30	S5 Alimentation et Hydratation	S12 Premiers soins et bonnes pratiques
15h30 15h45	Pause	
15h45 17h30	S6 Football, santé et hygiène de vie	S13 Le dopage
17h30 17h45	Pause	
17h45 18h30	S7 Applications pratiques	S14 Bilan et perspectives
REPAS		





d) Infrastructures

La formation s'est déroulée dans la structure Etape en forêt à Saint Sever avec la mise à disposition du stade et du matériel pédagogique de l'UA Saint Sever.

2. STAGIAIRES

23 Stagiaires convoqués - 20 présents à la formation provenant de 21 clubs.

Liste de stagiaires

DEPARTEMENT	STAGIAIRES	HOMMES	FEMMES
SEINE MARITIME	0	0	0
EURE	0	0	0
CALVADOS	8	8	0
MANCHE	7	6	1
ORNE	5	5	0
autre	0	0	0

NOM	NOM	PRENOM	CLUB
1	BECHET	Gaëtan	FC LANDAIS
2	BLANCHAIS	Romain	US ST MARTIN DES CHAMPS
3	BLONDEL	Damien	FCA LIISIEUX
4	CHAMBEY	Jessy	ES TROARN
5	CHAUFRAY	Valentin	OC BRIOUZE
6	CHETIOUI	Farid	SC HEROUVILLE
7	FRENOY	Baptiste	US ALENCON
8	GIOT	Sébastien	BAYEUX FC
9	LE MOIGNE	Thibault	FC EH
10	LEGEARD	Erwan	ST JAMES
11	LIATIM	Boujemaa	ES PORTAISE
12	MBAMBI	Jonathan	FC PAYS BELLEMOIS
13	MESBAH	Hocine	OC BRIOUZE
14	NEGRONI	Matthieu	FC EH
15	NIARD	Yann	USM BLAINVILLE
16	RALLU	Cloé	US AVRANCHES
17	SADOT	Guillaume	AGNEAUX FC
18	SAIDANI	Ahmed	SC HEROUVILLE
19	TAVARES DE OLIVEIRA	Thomas	ES ST JEAN DES CHAMPS
20	YON	Alexis	CS HONFLEUR



3. DEROULEMENT DE LA FORMATION

Les stagiaires ont participé à des cours théoriques avec des travaux de groupes sur différentes thématiques pour maîtriser le thème de la santé dans sa globalité avec des études de cas et l'exploitation de l'expérience de chacun. Les stagiaires ont aussi réalisé deux séquences sur le terrain pour vivre divers échauffement (d'avant match, préparatoire à la vitesse, sous forme joués, pour les remplaçants) et pour être sensibiliser aux méthodes d'entraînement pour prévenir les blessures (programme 11+, gainage, proprioception, étirements).



4. PROCESSUS DE VALIDATION

Pour valider le Module Sécurité, chaque stagiaire a reçu une attestation de participation, sous condition d'avoir été présent sur l'ensemble de la session. Dans ce cadre, Kévin BOIS, Axel FLUCHER, Robin PLANTAGENEST ont été exempté de ce module par équivalence (licence STAPS ou BP Sports Collectifs Option Football).

Remerciements au club de l'UA Saint Sever et du GRPT RUR Séverin pour la mise à disposition des infrastructures et du matériel pédagogique.

Remerciements à Julien ALVAREZ et Jean-Pierre DESMONS, pour leurs interventions et à Béatrice RICHARD et Patricia BERNIER DUVAL, pour la gestion administrative.

Mylène PANNIER, CTR.