

Football

Infos pratiques

- > ECTS : 3,0
- > Nombre d'heures : 32,0
- > Période de l'année : Enseignement sixième semestre
- > Méthodes d'enseignement : En présence
- > Forme d'enseignement : Travaux dirigés
- > Composante : Sciences et techniques des activités physiques et sportives
- > Code ELP : 5S6LES10

Présentation

Acquérir les connaissances et les compétences visant à rechercher la performance dans l'intervention en milieu sportif (clubs, associations, fédérations) en tant qu'entraîneur(e), préparateur physique et footballeur(se).

Objectifs

Accompagner le projet de formation de l'étudiant en le confrontant à la préparation et à l'animation de situations spécifiques football et préparation physique des U17 aux séniors(es) féminines et masculins dans l'objectif de se préparer aux diplômes fédéraux et aux candidatures Master EOPS (entraînement et optimisation de la performance sportive).

Évaluation

----- SESSION 1 -----

REGIME STANDARD

- Contrôle Continu
- Animation - 50 %
- Dossier - 50%

REGIME DEROGATOIRE (selon le calendrier des épreuves dérogatoires)

- Contrôle lors d'un TD

Animation - 50 %

Dossier - 50%

----- SESSION 2 -----

REGIME STANDARD / DEROGATOIRE

Devoir sur table. Durée 1h30 (hors tiers temps)

Pré-requis nécessaires

Licence 2

Compétences visées

- Produire des contenus adaptés aux différentes catégories.
- Maîtriser l'ensemble des paramètres de l'effort lors de la préparation à une situation footballistique.
- Maîtriser la programmation annuelle d'une saison de compétition football.
- Animer une situation spécifique football.
- Animer une situation spécifique Préparation Physique Football.
- Animer une situation footballistique en PPA (préparation physique associée) et PPI (préparation physique intégrée).
- Produire et animer un plan de jeu.
- Affiner son niveau de jeu.

Bibliographie

- *Licence STAPS Tout-en-un*, Slawinski J., Termoz N., article Larher T., *Football* Ed. Dunod 2020, 2ème édition.
- *Une saison de préparation physique en football*. Dellal A. 4ème édition, 2024 Ed. DBS.
- *La préparation physique Tome 2, une saison de travail intermittent*, Dellal A., Mello J., 4trainer Ed. 2017.
- *La préparation physique du football féminin*, Mémain G., Pieulhet M., 4trainer Ed. 2021.

- Leteurtre D. *Passeport football*, 2003 Ed. Revue EPS.
- *Préparation et entraînement du footballeur tome 1 et 2*. Turpin B. Editions Amphora, 2002
- *Football pour les séniors, une saison d'entraînement*. Cabarello E. Editions Amphora, 2008
- *Les entraîneurs révolutionnaires du Football*. Cosmidis R. Kuchly C. Momont J. Solar éditions, 2017

Ressources pédagogiques

CEL Parisnanterre

Contact(s)

> Tristan Larher

Responsable pédagogique

tlarher@parisnanterre.fr