

DÉROULÉ DE FORMATION DFMP

Jour 1		Jour 2		Jour 3		Jour 4		Jour 5		Jour 6	
8h30	Accueil (viennoiserie, jus d'orange ...)	8h30	Accueil	8h30	Accueil	8h30	Accueil	8h30	Accueil	EVALUATION DFMP	
8h45	Présentation de la formation		Travail sur le thème de la défense		UC1		Travail personnalisé en fonction des points d'amélioration		Révision des thèmes de certification		
	Tour de table		Mise en situation (20mn) x 6 stagiaires		Développement de club, de l'activité		Les erreurs les plus courantes		Protocole		
			Principes d'évolution		FAQ		Les éducatifs et correctifs				
9h15	La philosophie du Padel		Nombre de joueurs : 2 joueurs, 3 joueurs								
	Vidéo, brainstorming										
10h30	Pause	10h30	Pause	10h30	Pause	10h30	Pause	10h30	Pause		
	Présentation de l'activité (coups spécifiques, matériels, règles ...)		UC1		Travail sur le thème de l'attaque (intervention formateur)		Programmation		Travail personnalisé en fonction des points d'amélioration		
	Démonstration des élèves		Création d'une structure (label FFT, la démarche de projet ...)				Chronologie d'apprentissage		Mise en situation (30mn) x 3 stagiaires protocole certification		
13h00	Pause déjeuner	13h00	Pause déjeuner	13h00	Pause déjeuner	13h00	Pause déjeuner	12h30	Pause déjeuner		
14h00		14h00		14h00		14h00		14h00			
	Travail sur le thème de la défense (intervention formateur)		Travail sur le thème de la défense (intervention formateur)		Travail sur le thème de l'attaque		L'entraînement au padel		Travail personnalisé en fonction des points d'amélioration		
			Positionnement de l'entraîneur		Mise en situation (20mn) x 6 stagiaires		Les spécificités des côtés		Mise en situation (30mn) x 3 stagiaires protocole certification		
16h30	Training envoi de balles sur les thèmes traités et bilan	16h30	Training envoi de balles sur les thèmes traités		Principes d'évolution		Les choix TA (le jeu d'équipe)				
					Nombre de joueurs : 2 joueurs, 3 joueurs		Entraînement des stagiaires				
17h00	Fin	17h00	Fin	17h00	Fin	17h00	Fin	16h00	Bilan de la formation		
								16h30	Fin		

Déroulé des ateliers par thème

Contenus à aborder :

Envoi de balles

Position de l'enseignant sur la piste

L'organisation de la piste

Les coups spécifiques liés au thème

Liste des thèmes

1. Améliorer le jeu de défense en fond de piste en utilisant la paroi arrière

2. Améliorer le jeu de défense en fond de piste en utilisant les parois latérales

3. Améliorer le lob et son utilisation

4. Améliorer la contre-attaque après parois

5. Améliorer la transition du fond de piste vers le filet

6. Améliorer le jeu au filet

7. Améliorer les bandages et/ou les vibrations et leurs utilisations

8. Améliorer la transition du filet vers le fond de piste