

Projet de ruban pédagogique UC3 A- UC4 (sous réserve de modifications)

Formation DEJEPS Sports de glace option disciplines de vitesse

Formation du 1er juin 2025 au 30 mai 2026

Date et lieu	Contenu	Volume horaire UC3 A	Volume horaire UC3 B	Volume horaire UC4	Intervenants
16/06/2024	Positionnement (visio)	0,5	0,5	0,5	Marion Zacharie/Anais Berthet
25 juin 15h-18h (nouveaux)	Présentation de la formation, des acteurs, etc.	1	1	1	Marion ZACHARIE /Anais BERTHET
Jeudi 26- 9h au vend 29- 13h à Voiron + grenoble?	ARDI : Mieux se connaître pour mieux collaborer - compétences édu-	1		1	Marion Zacharie
	Analyse de l'activité / Modèle de performance (sur Glace?)	5			
	Dossier UC3 + Diag athlète	5			Marion Zacharie
1er au 15 juillet	Cours en ligne et TP modèle de perf	7			MZ et AB
	TP caract publics	7			
16 juillet (14h-18h)	Prépa physique et prépa EPMSp - glace	2		2	AB
Jeudi 17 -9h au vend 18 - 13h à Voiron -Grenoble	Diag athlète cours et TP (glace) et anat/physio	4		3	AB et AG ou AB et Julien Kraba
	Planif entraînement	4			AG
21 juillet au 25 aout	Module entraînement / planification / PP	5		2	AB et AG
	Modèle perf et diag athlète	7			AB et AG
	TP caract publics	7			AB
27 aout Grenoble 10h-12h (nouveaux)	EPMSp Session 1	1		1	AB
27-28-29 aout à Voiron -Grenoble	Retours diag athlètes et tests sur et hors glace (Grenoble)	4			AB
	Dossier UC3 + SWOT+ définition des objectifs	3			AB
	Biomécanique	3			?
	Différents types de péda (cours et mise en situation - glace)- éval anat	5		2	AB
1 au 3 oct	Module entraînement / planification / PP	4			AB
	Biomécanique	2			?
	Anat - physio	2		2	Julien Kraba
	Prépa mentale	2		2	Nico genin
	Reglement ISU	7			Sylvain Roux
6 au 8 oct (après Masters) Lyon? Paris? Nice? Annecy?	Perfect technique (PA/DG/ ST?)	7			
	Retours objectifs et amorce planif	3			
	Péda/entraînement- éval anat physio ou psycho	7			
8 oct patinoire 14h30-16h30	EPMSp session 2	1		1	Anais BERTHET
9 au 31 oct	Module entraînement / planification / PP - anat -physio	5		2	AB et AG
	Dossier UC3 : planification et contenu	5			AB
	Préparation mentale	2		2	Nico genin
3-5 nov que pour la VITESSE REIMS	Suivi junior du pôle - perfectionnement technique	5		2	Myrtille GOLLIN
	Suivi des jeunes sportifs en club - formation de base	5		2	Veronique PIERRON
	Apport techniques et affûtage	3,5			Ludovic MATHIEU
6 nov au 10 déc	Règlementation ISU	4			Anthony Larere
	Module entraînement / planification / PP	5			AB et AG
	Préparation mentale	2		2	Nico genin
	Dossier UC3 : outils évaluation et entretien	7			AB
Période : 10 déc au 1er février	Eva, formative UC 3-4 -Visites en structure d'alternance et suivi individ	2	0,5	2	Marion /Anais
8 au 10 déc	Péda/entraînement	4		3	AB
	Eval péda/publics	3,5			AB
	Nutrition	7			Julie Cortial
6 au 25 janvier	Module entraînement / planification / PP	7			AB et AG
	Préparation mentale	2		2	Nicolas Genin
	Filière d'accès au Haut Niveau Sports de glace	3			Fabrice Blondel
26 au 28 janv	Péda/entraînement + éval reglements	4		3	Myrtille Gollin et Alexis Sodogas
	Entraînement des féminines	3,5			Greg Morata
	Journée d'immersion club d'athlé ou de biathlon -> techniques d'entra	7			Ligue LARA
1er fev et 10 mars	Entraînement ST à l'international (Canada)	7			Sebastien CROS
	Prépa mentale	2		2	Nico genin
	Journée immersion autre structure	7			Clubs partenaires
Période : 1er février et 29 mars - en structure	Certification UC3 A & UC 4 - session 1	1,5		1,5	Jurys
9 au 11 mars	Péda/entraînement - eval prépa mentale	3,5			
	Prévention VSS	3,5		3,5	CREPS et/ou Laurence Roux?
	Visite centre ou structure?			3,5	
11 mars au 19 avril	Prévention et lutte contre le dopage			7	
	Préparation mentale	2		2	
	Journée immersion autre structure			7	
20 au 25 avril					
MOBILITE EUROPEENNE	Projet mobilité européenne	12	9	14	
Période : 2 avril - 17 mai en structure	Certification UC3 A- UC 4 - session 2	1,5		1,5	Jurys
26 Avril-17 mai	Journées immersion autre structure	3,5		3,5	Clubs partenaires
	Préparation mentale	2		2	Nicolas Genin
	Prévention et lutte contre les violences / Comité ETHIQUE FFSG			4	Huguette Londy
18 au 20 mai	Bilan formation	3,5		3,5	AB
	Suivi haut niveau		3,5		MRP
	Communication - valorisation action/transmission		3,5	3	AB

Légende

	Positionnement
	FOAD
	Présentiel
	EPMSp

242 14,5 92,5
349

351 année 2026-2027
700