# Programme de Formation

## Connaître les techniques d'analyse vidéo liées à une activité physique et sportive (APS)

## Organisation

**Durée :** 14 heures

**Mode d'organisation :** À distance

## Contenu pédagogique

### *Public visé*

Salariés des entreprises adhérentes AFDAS

### *Objectifs pédagogiques*

- Maîtriser les bases de l'analyse vidéo
- Identifier les besoins de l'analyse vidéo dans le cadre sportif
- Identifier et utiliser les outils dédiés à l'analyse vidéo
- Utiliser les séquences vidéo pour améliorer les performances sportives
- Analyser un volume d'activité sportif

### *Description*

Maîtriser les bases de l'analyse vidéo
- Repérer les outils disponibles et maîtriser l'analyse vidéo.
- Choisir la démarche en fonction des différents publics.
- Garantir l'intégrité de son équipe.

Identifier les besoins de l'analyse vidéo dans le cadre sportif
- Comprendre et analyser la pratique sportive de son niveau

Identifier et utiliser les outils dédiés à l'analyse vidéo
- Se servir d'outils payants ou gratuits (la performance est au cœur du projet)

Utiliser les séquences vidéo pour améliorer les performances sportives
- Mener une réunion d'animation et de projection

Analyser un volume d'activité sportif
- Connaître son APS et son volume d'activité

### *Prérequis*

Connaissance de l'environnement numérique pour suivre la formation en distanciel

## *Modalités pédagogiques*

Formation à distance

## *Moyens et supports pédagogiques*

· Auto diagnostic, apports théoriques, mises en situation,
exercices et études de cas, échanges et retours d'expériences...

## *Modalités d'évaluation et de suivi*

Questionnaire d'auto-évaluation