

---

## 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