

MODULE 10

1. INTITULÉ DE LA FORMATION

De la captation vidéo à l'exploitation des données pour optimiser l'entraînement du tireur de haut niveau

Cette formation vise à permettre aux entraîneurs d'utiliser la vidéo et les données issues de l'observation des assauts comme de véritables outils d'analyse de la performance et d'aide à la décision.

Elle permet d'acquérir les bases nécessaires pour filmer efficacement un tireur, sélectionner et monter des séquences pertinentes, coder et analyser les actions observées, construire des indicateurs simples de performance et exploiter ces informations afin d'identifier des axes de travail et d'orienter l'entraînement.

La formation alterne apports méthodologiques, prise en main d'outils numériques et analyse de situations réelles issues de matches d'escrime.

- Stagiaires inscrits en formation DESJEPS Escrime.
- Formation également ouverte, dans le cadre de la formation professionnelle continue, aux :
 - o enseignants d'escrime et maîtres d'armes ;
 - o entraîneurs et cadres techniques.

Pour les stagiaires DESJEPS : être inscrit dans le parcours de formation DESJEPS Escrime.

Pour les participants en formation continue : exercer ou avoir une expérience dans l'encadrement, l'entraînement ou l'accompagnement de pratiquants en escrime.

Une maîtrise de base de l'utilisation d'un ordinateur ou d'une tablette est nécessaire.

Chaque participant doit disposer d'un ordinateur portable lui permettant d'effectuer les exercices de montage et d'analyse proposés. Un smartphone ou une tablette permettant la captation vidéo est également recommandé.

En amont de la formation, un questionnaire permet d'identifier :

- Un temps d'échange en début de session permet également d'adapter les exemples et le niveau d'approfondissement aux besoins du groupe.

À l'issue de la formation, le participant sera capable de :

- ## 7. CONTENU DE LA FORMATION

Séquence 1 – La vidéo comme outil d'analyse de la performance

- ## Séquence 2 – Réaliser une captation vidéo exploitable

- ### Séquence 3 – Prise en main des outils vidéo

- importation des vidéos ;
- lecture et navigation ;
- sélection d'extraits ;
- découpage et séquençage ;
- ralentis ;
- annotations ;

- export.
- Prise en main d'un ou plusieurs outils de captation, d'analyse et de montage vidéo sélectionnés par le formateur en fonction de leurs usages professionnels.

Séquence 4 – Construire un montage vidéo au service de l'analyse

- sélectionner les moments déterminants ;
- organiser les séquences ;
- distinguer information utile et accumulation d'images ;
- créer un montage court et exploitable ;
- réaliser une vidéo d'analyse de 5 minutes maximum.

Mise en situation

À partir d'un match fourni :

- sélection des actions pertinentes ;
- découpage ;
- montage ;
- restitution rapide au groupe.

Journée 2 – Data, analyse de performance et orientation de l'entraînement : 7 h
19 mars 2027

Séquence 1 – Séquencer et coder un match

- identifier les phases clés ;
- caractériser les actions ;
- codifier simplement les situations ;
- utiliser une grille papier, un tableur ou un logiciel dédié.

Séquence 2 – Construire des indicateurs de performance

Indicateurs techniques :

- taux de réussite ;
- efficacité offensive/défensive ;
- type d'actions gagnantes ;
- type d'actions subies.

Indicateurs tactiques :

- prises d'initiative ;
- efficacité des changements tactiques ;
- zones et moments de réussite ;
- comportement en fonction du score.

Indicateurs comportementaux :

- réactions après une touche ;
- adaptation ;
- récurrence de certains comportements ou choix.

Séquence 3 – Passer de la donnée à l'interprétation

- différence entre donnée brute et information utile ;
- identifier des tendances ;
- croiser les observations vidéo et les indicateurs ;
- éviter les interprétations abusives à partir de données insuffisantes.

- identifier forces et faiblesses ;
- hiérarchiser les axes de travail ;
- traduire une observation en objectif d'entraînement ;
- construire une situation ou un contenu d'entraînement à partir des données analysées.

Analyse d'un match de niveau national ou international :

- La première journée permet d'acquérir les compétences nécessaires pour produire, sélectionner et organiser l'information vidéo. La seconde journée vise à transformer cette information en données exploitables afin d'établir un diagnostic et d'orienter l'entraînement.

Durée totale : 14 heures

Formation répartie sur 2 journées de 7 heures en présentiel :

- 7 h consacrées à la captation, au traitement et au montage vidéo ;
- 7 h consacrées au séquençage, à la construction d'indicateurs, à l'analyse des données et à leur exploitation dans l'entraînement.

Aucun temps de formation synchrone à distance n'est prévu.

Modalité : présentiel

Dates :

- 4 décembre 2026 ;
- 19 mars 2027.

Lieu : INSEP – Paris

Horaires : 8h30-12h puis 13h-16h30

8 à 24 participants.

La formation alterne :

- Une place importante est accordée à la manipulation des outils et à l'analyse de situations réelles.

- salle équipée d'un vidéoprojecteur ;
- connexion Internet ;
- ordinateur portable individuel pour chaque participant ;
- smartphone ou tablette si possible ;
- vidéos de matches d'escrime de niveau national et international ;
- logiciels ou applications d'analyse et de montage vidéo ;
- tableur ;
- grilles de codification et d'analyse ;
- supports pédagogiques numériques ;
- accès à des séquences vidéo préalablement sélectionnées par les formateurs.

Expertise : exploitation et interprétation de la data au service de la performance.

- identifier et sélectionner les séquences pertinentes ;
- coder les principales phases de jeu ;
- construire plusieurs indicateurs simples ;
- interpréter les résultats obtenus ;

- Support pédagogique des intervenants ;
- Tutoriel ou fiche pratique sur l'outil vidéo utilisé ;
- Modèle de grille de séquençage / codification ;
- Modèle de tableau de recueil et d'exploitation des données ;
- Exemples d'indicateurs de performance ;

- Vidéos supports utilisées pendant la formation, lorsque les droits de diffusion le permettent ;
- Ressources numériques complémentaires.

19. MODALITÉS ET DÉLAI D'ACCÈS À LA FORMATION

Inscription auprès de l'IFFE selon les modalités communiquées pour la session.

Pour les participants en formation continue, l'inscription devient définitive après vérification des éventuels prérequis et confirmation des modalités de financement.

Le délai d'accès dépend de la programmation des sessions et des places disponibles.

20. TARIF ET FINANCEMENT

Tarif de la formation : **420 €** par participant pour les 14 heures de formation.

Pour les salariés relevant de l'AFDAS, cette formation peut faire l'objet d'une demande de prise en charge dans le cadre du plan de développement des compétences des salariés, sous réserve des critères d'éligibilité, des plafonds et des fonds disponibles.

La demande doit être effectuée avant le début de la formation par l'employeur depuis son espace AFDAS / MyA, en joignant notamment ce programme de formation et le devis transmis par l'IFFE. Il est recommandé d'anticiper cette démarche afin d'obtenir l'accord de prise en charge avant l'entrée en formation.

21. ACCESSIBILITÉ AUX PERSONNES EN SITUATION DE HANDICAP

L'IFFE porte une attention particulière à l'accessibilité de ses formations aux personnes en situation de handicap. Les personnes ayant des besoins spécifiques sont invitées à les signaler lors de leur inscription afin que les possibilités d'adaptation pédagogique, matérielle ou organisationnelle puissent être étudiées en amont de la formation.

Référent handicap / accessibilité :

Rémi MORLOT – Directeur de l'IFFE – remi.morlot@ffescrime.fr

22. CONTACTS

Responsable pédagogique de la formation :

MORLOT Rémi – Directeur de l'IFFE – remi.morlot@ffescrime.fr

Contact administratif / inscriptions :

LE BLANC Maéva – Coordonnatrice administrative de l'IFFE – maeva.leblanc@ffescrime.fr

Référent handicap :

MORLOT Rémi – Directeur de l'IFFE – remi.morlot@ffescrime.fr