

La formation Marche Nordique Sport Santé permet de développer les compétences pour animer en sécurité des séances ou des programmes innovants dans une perspective Sport Santé. Idéale pour enrichir les animations EPGV à l'extérieur avec une activité et une progression adaptée à tous les pratiquants !

Public

- Titulaire du diplôme « animateur 1er degré Adultes en salle »
- Titulaire du CQP ALS option AGEE ou CQP Instructeur FITNESS cours collectifs
- Titulaire d'un diplôme professionnel de niveau IV et plus dans le champ sportif

Prérequis

- Être licencié à la FFEPGV
- Être titulaire du PSC1 (Prévention et Secours Civiques de niveau 1)
- Être titulaire de la formation "Culture fédérale"
- Être à jour de sa carte professionnelle d'Educateur Sportif (fournir une copie datée)

Accessibilité

Vous êtes en situation de handicap et vous souhaitez participer à l'une de nos formations. Faites-le nous savoir : nous mettrons tout en œuvre pour trouver une solution adaptée.

Objectifs de la formation

- S'approprier les caractéristiques l'activité Marche Nordique et les connaissances théoriques et pédagogiques qui s'y rattachent
- Concevoir des séances et/ou un programme Marche Nordique Sport Santé répondant à des intentions éducatives diverses
- Maîtriser les recommandations de mise en sécurité liées à l'activité
- Permettre une pratique physique efficace pour la santé

Contenus

- Présentation des formats de séances
- Contenu des séances : test d'allure, travail technique, travail cardio (fractionné court, long, fartlek...), Préparation Physique Générale (PPG)
- Elaboration de séances /programmes d'entraînement, préparation à un challenge
- Perfectionnement de la technique de marche nordique et situations d'apprentissage,
- Information sur la sécurité et le cadre juridique pour une animation extérieure

Moyens techniques et pédagogiques

- Alternance d'apports de connaissances et de mise en pratique sur le terrain.
- Formation centrée sur l'appropriation de techniques en lien avec les compétences d'animateur

Outils de Formation

- Manuel de formation

Directeur de formation, Formateurs et/ou Intervenants

- Directrice de Formation : Elodie CHACHEREAU
- Formatrice : Céline Marlot

Modalité de validation

- Feuilles de présence et fiche d'émargement
- Formulaire d'évaluation de la formation
- Evaluation formative : quizz / questionnaires, mises en situation pratique, compte rendu d'activité synthétique, animation de séquences et études de cas

Modalités de certification

- Pour y accéder : avoir animé un minimum 1 cycle de 4 semaines (4 séances encadrées et 4 en autonomie) et réaliser un compte rendu d'activité
- Epreuves d'évaluation : Présentation d'une étude de cas / analyse de situations professionnelles + épreuve d'animation d'une séquence tirée au sort + quizz de 20 questions en 20 minutes

Diplôme remis

- Certificat fédéral « Marche Nordique Sport Santé »

Points forts

- Module de formation comprenant des ateliers interactifs - théoriques et pratiques
- Proposer une activité physique extérieure en pleine expansion, pour développer votre projet professionnel

Pour aller plus loin, nous vous conseillons de suivre les formations Cross Training, Marche Active et Courir.

Date(s), lieu(x) et volume horaire

- Du 25 au 26 janvier 2024 et du 23 au 24 mai 2024 à Vichy (03)
- 28h

Nombre de participants

- 15

Date limite d'inscription

- 1 mois avant le début de la formation

Frais de formation

- Frais d'inscription : à partir de 20 euros
- Frais pédagogiques : 1120 euros
- Frais annexes (transport, hébergement, restauration) : à la charge du club/stagiaire

(En cas de non-financement de votre formation, merci de vous rapprocher du Service Formation pour une étude individualisée)

Renseignements et inscription

Comité Régional EPGV Auvergne Rhône-Alpes – Antenne Formation

Domaine de la Brunerie – 180 boulevard de Charavines -38500 VOIRON

Tel : 04.76.66.92.33 -Email : formation.aura@comite-epgv.fr

SIRET : 402 339 394 00056 - Déclaration d'activité n° /83630362363