



PROGRAMME DE FORMATION AIDE-ANIMATEUR GYMNASTIQUE RYTHMIQUE

I - OBJECTIFS DE L'ACTION DE FORMATION

- Coanimer bénévolement sous la responsabilité d'un animateur
- Aider à l'encadrement des prestations de découverte de l'activité gymnastique rythmique
- Garantir aux pratiquants des conditions de sécurité et de maîtrise de l'environnement
- Appréhender le programme fédéral FFGym Access Gym Général GR : philosophie, objectifs, orientations
- Faciliter l'organisation des animateurs dans leurs tâches de tous les jours grâce à ce programme "clé en main "

II - PUBLIC ET PREREQUIS

Les participants doivent :

- Être titulaire d'une licence Fédération Française de Gymnastique de la saison en cours
- Être né(e) en 2011 et avant (avoir 15 ans en 2026)
- Formation pouvant être ouverte aux personnes en situation de handicap (merci de nous contacter pour déterminer l'aménagement adapté)

III - DUREE

L'action de formation Aide - Animateur Mention Gymnastique Rythmique sera d'une durée de 7 heures.

IV - MOYENS PEDAGOGIQUES, TECHNIQUES ET D'ENCADREMENTS

Moyens pédagogiques, techniques et d'encadrements mis en œuvre :

- Salle de formation (cours théorique)
- Gymnase spécialisé (cours pratique et travaux dirigés)
- Etude de cas concrets/ observation
- Dossiers papiers (support de cours) remis aux stagiaires
- Mallette informatique (support de cours) remis aux stagiaires
- Vidéoprojecteur

La formation sera assurée par des formateurs certifiés par InteraGYM FORMATION et possédant les compétences requises pour proposer une formation de qualité.

V - CONTENUS

- Présentation des programmes Access Gym Général GR : programme papier Access Gym, vidéo sur le site Gym'technic
- Mise en place d'une séance pratique et analyse pour comprendre la méthodologie à appliquer et la mise en œuvre sur le terrain
- Méthodologie d'animation de l'échauffement
 - Objectifs de chaque partie et de chaque exercice
 - Présentation de la programmation des exercices de préparation physique (développement cardio vasculaire- renforcement musculaire - préparation technique- étirement)



InteraGYM
FORMATION



- Présentation de la notion de progressivité sur les 10 niveaux
- Méthodologie de mise en œuvre des circuits techniques
 - Objectifs de la préparation technique préalable, des exercices de référence et des exercices connexes
 - Présentation de la progression technique Evolugym
- Gestion du suivi des enfants
 - Organisation pédagogique lors des phases d'évaluation
 - Diplômes
 - Carnet de suivi
- Travaux pratiques guidés de la mise en place d'un niveau d'Access Gym Général GR

VI - MOYENS DE SUIVI ET D'ÉVALUATION DE LA FORMATION

Le suivi de la formation est évalué par une fiche d'émargement signée par demi-journée par les stagiaires et formateurs.

Cette formation donne lieu à une évaluation de satisfaction complétée par les participants et un tour de table collectif avec le formateur.

InteraGYM FORMATION

Comité Auvergne-Rhône-Alpes de Gymnastique | *Siège social* : 10, Avenue Viviani 69200 VENISSIEUX
Accueil & Adresse postale : Maison Régionale des Sports - 68, avenue Tony Garnier - CS 21001 - 69304 LYON Cedex 07
04 78 00 88 85 | contact@interagym-formation.com | www.interagym-formation.com

SIRET 43373228600037 - APE/NAF 8551Z - Enregistré sous le numéro 84691473669. Cet enregistrement ne vaut pas agrément de l'Etat.