

PROGRAMME DE FORMATION ANIMATEUR - MODULE 2 ACCESS GYM GENERAL

I - OBJECTIFS DE L'ACTION DE FORMATION

- Animer bénévolement des groupes d'animation en gymnastique
- Encadrer des prestations de découverte des activités gymniques
- Garantir aux pratiquants des conditions de sécurité et de maîtrise de l'environnement
- Maîtriser le programme fédéral FFGym Access Gym Général : 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
- Avoir 15 ans minimum
- Avoir suivi la formation Animateur Module Animer
- 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 Animateur Module Access Gym Général sera d'une durée de 14 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.

Nom et parcours des autres formateurs disponibles sur simple demande.

V - CONTENUS

- Présentation du programme Access Gym Général : 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)
- 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 de plusieurs niveaux d'Access Gym
 - Préparation et mise en place de séances pédagogiques
 - Animation de séance
 - Retour de séance
- Présentation de l'application Access Gym avec la gestion des évaluations ainsi que le transfert des données sur le site internet fédéral
- Présentation de l'ensemble du concept Access Gym avec l'ensemble des supports papiers et numériques

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.

L'évaluation pour la formation animateur se fera à l'issue du dernier module.