

## PROGRAMME DE FORMATION

### ANIMATEUR TRAMPOLINE (TR)

## INSCRIPTION

<https://forms.gle/mXSfNVr1NpjPkX5R6>

## CALENDRIER

GRAND EST	02 janvier au 28 février 2020 – Fameck (57)
-----------	---

### I - OBJECTIFS DE L'ACTION DE FORMATION

- ❖ Animer bénévolement des groupes d'animation en trampoline
- ❖ 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 TRA : philosophie, objectifs, orientations
- ❖ Maîtriser la technique des éléments de bases au trampoline
- ❖ Maîtriser la méthodologie d'apprentissage sur les éléments de bases du trampoline

### 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 1 Animer et Module 2 Access Gym Général

### III - DUREE

- ❖ Formation en centre 14 heures
- ❖ Stage en structure 20 heures minimum

#### EST FORMGYM

Siège : Maison Régionale des Sports – 13 Rue Jean Moulin – 54510 TOMBLAINE

Contact : 03 83 26 94 69 – [formation@ffgymgrandest.fr](mailto:formation@ffgymgrandest.fr)

SIRET 83254512300016 – APE 9319Z

Enregistré sous le numéro 44540376754. Cet enregistrement ne vaut pas agrément de l'état



#### **IV – CONTENUS**

- ❖ Approche technique et constructions des apprentissages des éléments suivants en fonction des capacités physiques et techniques :
  - Les sauts verticaux : chandelles d'élan, chandelles de placement, chandelle d'arrêt, saut groupé, carpé écart et carpé serré
  - Les figures de base : « Assis », « 4 pattes », « ventre », « dos »
  - Les vrilles élémentaires :
    - Les combinaisons de base
    - Les combinaisons de base avec vrilles élémentaires
  - Progression vers le salto arrière : "bombe", dos pullover"
  - Progression vers le salto avant : "assis – 4 pattes – enroulement", 4 pattes – enroulements", "¾ de salto avant groupé arrivée plat dos"
- ❖ Mise en œuvre de la Part'Method afin de découper l'apprentissage des éléments

#### **V - MOYENS PEDAGOGIQUES, TECHNIQUES ET D'ENCADREMENTS**

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

La formation sera assurée par un formateur certifié par **EST FORMGYM** et possédant les compétences requises pour proposer une formation de qualité.

Les noms et parcours des formateurs sont disponibles sur simple demande.

#### **VI - MOYENS DE SUIVI ET D'EVALUATION DE LA FORMATION**

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

L'évaluation de la formation se fait durant et en fin de formation par :

- ❖ Épreuve pédagogique : Auto-évaluation à la suite de la prise en main de séance dans la structure de stage et évaluation réalisé par le tuteur.
- ❖ Obtention du diplôme du PSC1 : le diplôme doit être transmis au centre de formation
- ❖ Un questionnaire de satisfaction est également transmis à chaque stagiaire.

#### **VII - TARIFICATION**

	Bénévole	Salarié
Frais pédagogiques	48 €	140 €
Frais de dossier	5 €	5 €
<b>Coût total</b>	<b>53 €</b>	<b>145 €</b>

#### **EST FORMGYM**

Siège : Maison Régionale des Sports – 13 Rue Jean Moulin – 54510 TOMBLAINE

Contact : 03 83 26 94 69 – formation@ffgymgrandest.fr

SIRET 83254512300016 – APE 9319Z

Enregistré sous le numéro 44540376754. Cet enregistrement ne vaut pas agrément de l'état

