

PROGRAMME DE FORMATION

ANIMATEUR GYMNASTIQUE ACROBATIQUE (GAc)

INSCRIPTION

<https://forms.gle/NB3YxUaKpnWFBaMS7>

CALENDRIER

GRAND EST	Du 26 au 28 avril 2021 à EPINAL
-----------	---------------------------------

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 GAc : philosophie, objectifs, orientations
- ❖ Maîtriser la technique des éléments de bases au trampoline
- ❖ Maîtriser la méthodologie d'apprentissage sur les éléments de bases de la gymnastique acrobatique

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

SIRET 83254512300016 – APE 9319Z

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



IV - CONTENUS

- ❖ Présentation du programme Access Gym GAc : philosophie, mise en œuvre, progressivité
- ❖ Approche technique et constructions des apprentissages des éléments suivants en fonction des capacités physiques et techniques :
- ❖ Caractéristiques générales des pyramides :
 - Positions de porteur
 - Positions de voltigeur
 - Placements
 - Prises et contacts
 - Notion de tempo
 - Notions de rattrapes et de réception
- ❖ Principes de complexification des pyramides :
 - En statique : pyramides simples et variées utilisant des positions diversifiées de chaque partenaire : progression des montées debout sur les cuisses et les épaules, vers les positions de base (ATR, équerre, positions debout, positions horizontales) dans les mains de porteur, les changements de positions de base de porteur (descente assise, descente grand écart)
 - En dynamique : les éléments accompagnés, les premiers éléments avec envol : le tempo (synchronisation des actions préparatoires à l'impulsion) conduisant à la réalisation des chandelles sous toutes ses formes, les premières rotations transversales et longitudinales
 - Élément de Sol : souplesses avant / arrière, roulade arrière ATR, valse, roue, rondade, saut de mains, flip arrière
- ❖ 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.

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



VII - TARIFICATION

	Bénévole	Salarié
Frais pédagogiques	48 €	140 €
Frais de dossier	5 €	5 €
Coût total	53 €	145 €

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

