



PERFORGYM
FORMATION



PROGRAMME DE FORMATION MODULE 2 ACCESSGYM GÉNÉRAL - ANIMATEUR

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 :

- Etre titulaire d'une licence Fédération Française de Gymnastique de la saison en cours
- Avoir 15 ans minimum
- Avoir suivi la formation Animateur Module Animer

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 un formateur certifié par *PerforGym Formation* et possédant les compétences requises pour proposer une formation de qualité.

Les noms et parcours des formateurs sont disponible 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

PerforGym Formation

Siège : Maison des Sports – 16 Rue des Prés, 71300 MONTCEAU-LES-MINES
03 85 58 66 96 – contact@perforgym-formation.fr – perforgym-formation.fr

Numéro SIRET : 342 951 514 00047 - APE : 9312Z

Enregistré sous le numéro 27710277771. Cet enregistrement ne vaut pas agrément de l'Etat.





PERFORGYM
FORMATION



- 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'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. 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.

PerforGym Formation

Siège : Maison des Sports – 16 Rue des Prés, 71300 MONTCEAU-LES-MINES

03 85 58 66 96 – contact@perforgym-formation.fr – perforgym-formation.fr

Numéro SIRET : 342 951 514 00047 - APE : 9312Z

Enregistré sous le numéro 27710277771. Cet enregistrement ne vaut pas agrément de l'Etat.

