



## FORMATION

# ANIMATEUR FEDERAL SANTE GYM SENIOR

**Evelyne FRUGIER**  
Formateur fédéral

### ❖ PRÉ REQUIS

- Avoir plus de 18 ans (être né(e) en 1999)
- Etre licencié(e) FFG
- Avoir son PSC1 (Prévention Secours Civique niveau 1)



### ❖ PRÉROGATIVES

Animation en autonomie pédagogique de pratiquants de 50 ans et plus dans les activités gymniques

### ❖ OBJECTIFS

Etre capable de construire et d'animer en autonomie pédagogique dans les clubs FFG une séance pour des pratiquants de plus de 50 ans.

### ❖ CONTENUS DE LA FORMATION

Connaissance du public - Pédagogie en situation - Préparation et conduite de séances  
La sécurité - Aspects médicaux - Utilisation de la mallette Santé Gym Sénior

### ❖ DÉROULEMENT

- Volume horaire : 39 heures ⇒ Module « ANIMER » 14h + Module Santé Gym Sénior 25h
- Encadrement régulier d'un groupe pendant la saison en cours

### ❖ VALIDATION DE LA FORMATION

- Présence active en formation
- Compétences évaluées au travers de 3 épreuves :
  - Conduite d'une séance de Santé Gym Sénior avec le groupe du stagiaire, dans son club. Les 3 parties de séance doivent être filmées durant 5 min chacune et envoyées au responsable de formation.
  - Envoi du fichier Excel du produit santé Gym Sénior
  - QCM portant sur les cours d'anatomie et du vieillissement

### ❖ EFFECTIF

15 personnes maximum

### ❖ COÛT PÉDAGOGIQUE

310.00 € (facilités de paiement)  
Possibilité de prise en charge, pour les salariés, via les OPCA

### ❖ OUTILS PÉDAGOGIQUES FOURNIS

Mallette Santé Gym Sénior contenant fiches d'exercices et une clé USB

### ❖ LIEUX DE FORMATION

CROSMA et Salle spécialisée de gymnastique de Louis Achille à Fort-de-France

Tarif incluant  
la mallette  
de formation

# L'ANIMATEUR

## PLANNING DE FORMATION

Contenu de la formation	Heures	Dates	Lieu	Date limite d'inscription
MODULE ANIMER	9h-12h/13h-17h	22 et 23 OCTOBRE 2016	CROSMA	<u>15 OCTOBRE 2016</u>
MODULE SANTE GYM SENIOR	9h-12h/13h-17h	24,25 et 26 OCTOBRE 2016	CROSMA	<u>15 OCTOBRE 2016</u>

## VOTRE PROFIL

- Passionné de Gymnastique, vous souhaitez allier votre passion et plaisir
- Dynamique, pédagogue, vous avez le sens du contact
- Vous cherchez à encadrer des activités d'initiation et de découverte
- Vous aimez travailler en équipe

## LE MÉTIER D'ANIMATEUR

- Animer des groupes de jeunes, adultes et séniors
- Faire pratiquer en toute sécurité
- Proposer des activités gymniques variées
- Participer activement à la vie du club
- Rendre accessible au plus grand nombre le plaisir et les bienfaits de la gymnastique

## COMPETENCES ACQUISES

- Connaissance, mise en œuvre et utilisation des tests « santé ».
- Apprentissages techniques adaptés.
- Connaissances spécifiques de ce public (physique, psychologique et sociale).
- Mise en œuvre d'un savoir être (empathie : comprendre son public).

## INFORMATIONS

- Inscription au Comité Régional de Gymnastique de Martinique (CREGYM)
- Encadrement assuré par des formateurs qualifiés par la FFG (diplômé de l'animateur fédéral Santé Gym Senior ou son équivalent formation)
- Matériel : se munir d'une clé USB et d'une tenue de sport
- La formation sera maintenue à partir de 5 participants

## DEPLACEMENT ET REPAS

- Pris en charge par le stagiaire

### **CONTACTS :**

Secrétariat du CREGYM

Tél : - 05 96 61 73 03 – Port. : 06 96 05 15 76

Mail : [cregym@wanadoo.fr](mailto:cregym@wanadoo.fr)

Agent de développement (Francis CONTROLE) -Port. : 06 96 06 45 75

Mail : [francis.controle@gmail.com](mailto:francis.controle@gmail.com)