

La formation Marche Active Sport Santé permet de développer les compétences pour animer en sécurité des séances ou des programmes dans une perspective Sport Santé. Idéal pour enrichir les animations EPGV à l'extérieur avec une activité adaptée à tous les pratiquants !

Public

- Titulaire du CQP ALS Option AGEE
- Titulaire du CQP Instructeur FITNESS mention cours collectifs
- Titulaire d'un diplôme professionnel de niveau IV et plus dans le champ sportif (BP STAPS...)

Prérequis

- Être titulaire du PSC1 (Prévention et Secours Civiques de niveau 1)
- Être titulaire de la formation "Culture fédérale"
- Être à jour de sa carte professionnelle d'Éducateur Sportif (fournir une impression datée du site EAPS)

Accessibilité

Vous êtes en situation de handicap et vous souhaitez participer à l'une de nos formations. Faites-le nous savoir : nous mettrons tout en œuvre pour trouver une solution adaptée.

Objectifs de la formation

- S'approprier les caractéristiques de l'activité et les connaissances théoriques et pédagogiques qui y sont rattachées
- Concevoir des séances et/ou un programme de Marche Active Sport Santé répondant à des intentions éducatives diverses
- Maîtriser les recommandations de mise en sécurité liées à l'activité.
- Permettre une pratique physique efficace pour la santé

Contenus de la formation

- Présentation des formats de séances
- Contenu des séances : test d'allure, technique, travail cardio (fractionné court, long, fartlek...), Préparation Physique Générale (PPG)
- Elaboration de séances et ou de programmes d'entraînement à la Marche Active
- Préparation à un challenge
- Perfectionnement de la technique de Marche Active et situations d'apprentissage,
- Information sur la sécurité et le cadre juridique pour une animation de Marche Active.

Moyens techniques et pédagogiques

- Alternance d'apports de connaissances et de mise en pratique sur le terrain.
- Formation centrée sur l'appropriation de techniques en lien avec les compétences d'animateur

Outils de Formation

Comité Régional d'Éducation Physique et de Gymnastique Volontaire Hauts-de-France

519A Avenue de Dunkerque, 59160 LOMME (LILLE)

SIRET : 411 355 332 000 31

APE/NAF : 8559B

Tél. 03 20 88 27 30

Email : hautsdefrance@comite-epgv.fr

hautsdefrance-epgv.fr



- Manuel de formation

Directeur de formation, Formateurs et/ou Intervenants

- Isabelle DRAMEZ, directrice de formation FFEPGV
- Un Formateur FFEPGV inscrit sur la liste nationale des habilités « Marche Active Sport Santé »

Modalité de validation

- Feuilles de présence
- Fiche d'émargement
- Formulaire d'évaluation de la formation
- Evaluation formative :
 - Quiz / Questionnaires
 - Mises en situation pratique
 - Animation de séquences
 - Etudes de cas

Modalités de certification

- Pour y accéder :
 - Avoir animé un minimum 1 cycle de 4 semaines (4 séances encadrées et 4 en autonomie)
 - Réaliser un compte rendu d'activité
- Epreuves d'évaluation :
 - Présentation d'une étude de cas / Analyse de situations professionnelles (Evaluation 20 min: 12 min de présentation et 8 min de question)
 - Epreuve d'animation d'une séquence tirée au sort
 - Epreuve de connaissance sous forme de Quiz de 20 questions en 20 minutes

Diplôme remis

- Certificat fédéral « Marche Active Sport Santé »

Points forts

- Module de formation comprenant des ateliers interactifs - théoriques et pratiques
- Proposer une activité physique extérieure en pleine expansion, pour développer votre projet professionnel

Pour aller plus loin

Nous vous conseillons de suivre après cette formation, les formations Marche Nordique Sport Santé, Courir Sport-Santé ou Cross Training Sport Santé



Durée et déroulé de la formation

28H

Formation en centre : 21h

Mise en Situation Professionnelle en structure : Encadrement d'au moins 4 séances encadrées et 4 en autonomie

Retour et Certification en centre : 7h

Date(s), lieu(x) et volume horaire

Parc Hôtel CARVIN (62)

28 & 29 mars 2023

4 & 5 avril 2023

Certification 24 juin 2023

Nombre de participants

15 participants maximum

Dates limites d'inscriptions

15 mars 2023

Frais de formation

Frais pédagogiques : 1 092 €

Frais de transport : Pris en charge par le stagiaire

Frais annexes (hébergement, restauration) : Pris en charge par le stagiaire

Renseignements et inscription

Par téléphone : 03.20.88.27.30

Par mail : hautsdefrance@comite-epgv.fr

