

PROGRAMME DE FORMATION

"ENCADREMENT SPORTIF DES JEUNES EN NATURE SELON LEUR DÉVELOPPEMENT MOTEUR ET PHYSIQUE"

SOUS-TITRE : GRAINES DE TRAILEURS

OBJECTIFS DE LA FORMATION

A LA FIN DE LA FORMATION, LE STAGIAIRE SERA CAPABLE DE :

- Connaître les différentes étapes du développement moteur et physique de l'enfant de 6 à 14 ans et leurs spécificités.
- Connaître les différentes voies d'entrées sensibles de l'enfant et de mettre en place des stratégies pédagogiques adaptées
- Construire des séances d'activités physiques autour de la course à pied de manière sécuritaires et avec une pédagogie adaptée aux capacités de son public.
- Encadrer de manière sécuritaire un groupe d'enfants avec des capacités physiques et mentales hétérogènes

PUBLIC VISÉ

- Professionnels du sport salariés ou indépendants
- Professionnels de la santé salariés et indépendants
- Personne en reconversion professionnelle vers l'entraînement sportif à des fins de santé et de performance.
- Encadrants d'activité physique d'enfants

PRÉREQUIS

- Aucun

DURÉE

2 jours (14h)

TARIF TTC

395 EUROS dont **65,83 EUROS DE TVA** pour l'ensemble des publics visés

MODALITÉS D'ORGANISATION

Formation présentielle

2 journées consécutives

Groupe de 25 personnes maximum

DÉROULÉ PÉDAGOGIQUE

MODULE 1 : ANALYSER LES SPÉCIFICITÉS ET LES ÉTAPES DU DÉVELOPPEMENT MOTEUR ET PHYSIQUE DE L'ENFANT (3h00)

Contenu :

- Définition de l'enfant d'un point de vue de l'encadrement sportif
- Classification selon l'âge et les âges
- Le développement psychomoteur de l'enfant
- Les spécificités physiques et métaboliques de l'enfant : différences entre croissance et maturation.

Objectifs du module : A la fin de ce module, le stagiaire sera capable de :

- Expliquer en quoi la prise en charge d'un enfant est différente de celle de l'adulte.
- Savoir définir les différentes classifications selon l'âge avec ses avantages et inconvénients
- Connaître les principales étapes du développement psychomoteur de l'enfant et les habiletés motrices de bases en sachant différencier croissance et maturation.
- Savoir quand il est propice de développer les composantes motrices spécifiques de la course à pied (vitesse , force , coordination , mobilité, endurance...)
- Définir le PVC et les 9 composantes du développement psychomoteur

MODULE 2 : APPROCHES PÉDAGOGIQUES ET SENSORIELLES DE L'ENFANT (3h00)

Contenu :

- **Les freins à l'apprentissage** : identification des facteurs environnementaux négatifs ("drapeaux rouges") et stratégies d'atténuation.
- **L'importance du cadre éducatif** : création d'un environnement propice à l'apprentissage à travers la règle des "3 Respects".
- **Les différentes approches d'apprentissage** : exploration des méthodologies pédagogiques adaptées aux enfants.
- **Les canaux sensoriels** : identification des différentes voies d'apprentissage (visuelle, auditive, kinesthésique, etc.).
- **Influence des saisons sur l'enfant** : impact physique, mental et émotionnel des différentes périodes de l'année et points de vigilance.
- **Expérimentation pratique** : exercices basés sur l'**Animal Flow**, mises en situation ludiques, jeux sensoriels (yeux fermés, stimulation auditive et visuelle).

Objectifs du module :

À l'issue de ce module, le stagiaire sera capable de :

- Identifier les facteurs limitant l'apprentissage de l'enfant et adapter sa pédagogie en conséquence.
- Expliquer la règle des "3 Respects" et son rôle dans la mise en place d'un cadre structurant.
- Décrire plusieurs méthodologies d'apprentissage adaptées aux jeunes publics.
- Reconnaître les effets des variations saisonnières sur les enfants et ajuster ses séances en fonction.

Évaluation des acquis :

- **Questionnaire** portant sur les modules 1 et 2.

MODULE 3 : CONSTRUCTION D'UNE SÉANCE DE COURSE À PIED EN MILIEU NATUREL (4h00)

Contenu :

- **Création d'une séance "Graines de Traileurs"** : principes pédagogiques et mise en pratique.
- **Déroulement d'une séance en extérieur** : structure et objectifs spécifiques à l'activité physique en pleine nature.
- **L'échauffement** : principes, objectifs et méthodologies pour une préparation adaptée aux enfants.
- **Conception des ateliers** : choix des exercices, bénéfices pour le développement moteur et approche pédagogique.
- **Le retour au calme** : importance de cette phase et méthodologies adaptées.
- **Ateliers pratiques** : application du concept **DK Spirit**® et mise en situation à travers l'encadrement de jeux.

Objectifs du module :

À l'issue de ce module, le stagiaire sera capable de :

- Maîtriser les différentes étapes d'une séance d'activité physique en pleine nature pour enfants.
- Comprendre les effets des ateliers sur les compétences motrices et sensorielles des enfants.
- Adapter l'échauffement en fonction des sollicitations sensori-motrices des exercices.
- Appliquer des techniques de retour au calme adaptées et efficaces.

MODULE 4 : ENCADRER UN GROUPE D'ENFANTS EN MILIEU NATUREL (4h00)

Contenu :

- **Le rôle de l'encadrant sportif pour enfants** : compétences essentielles et qualités requises.
- **Posture et communication** : positionnement du coach vis-à-vis des enfants et des parents.
- **Les responsabilités de l'encadrant** : cadre d'intervention et cahier des charges du coach.
- **Sécurité et prévention des risques** : gestion du matériel, trousse de secours et bonnes pratiques.
- **Principes fondamentaux de l'encadrement** : clés pour une gestion efficace et bienveillante d'un groupe d'enfants en extérieur.

Objectifs du module :

À l'issue de ce module, le stagiaire sera capable de :

- Identifier les compétences nécessaires pour animer une séance d'activité physique en pleine nature avec des enfants.
- Définir les qualités essentielles pour assurer son rôle avec sérénité et efficacité.
- Expliquer le concept des **neurones miroirs** et son impact sur l'apprentissage et le comportement des enfants.

Évaluation des acquis :

- **Questionnaire** portant sur les modules 3 et 4.

MÉTHODES ET MOYENS PÉDAGOGIQUES

- Partage d'un support de cours détaillés dans une salle avec places assises, et vidéoprojecteurs
- Remise du support de cours au format numérique
- Mise en pratique de séances sur le terrain
- Evaluation par qcm

QUALITÉ ET SATISFACTION

Il n'y a pas eu de réponse stagiaire pour faire un retour sur les satisfactions
La satisfaction moyenne des stagiaires n'a donc pas pu être évaluée.
L'atteinte des objectifs n'a donc pas pu être évaluée.

FORMATEURS

MOINS DE 15 APPRENANTS : 1 SEUL FORMATEUR

A PARTIR DE 15 APPRENANTS : 2 FORMATEURS

Préparateurs physiques et/ou professionnels de santé - éducateur sportif spécialisés dans l'encadrement et l'entraînement en Trail Running.

MODALITÉS DE SUIVI ET D'ÉVALUATION

Le contrôle de connaissances permettant de vérifier le niveau de connaissances acquis par le stagiaire est effectué selon les modalités suivantes :

- Questionnaire remis en fin de chaque journée de formation et corrigé conjointement avec le stagiaire

À l'issue de la formation, le prestataire délivre au stagiaire une attestation mentionnant les objectifs, la nature et la durée de l'action et les résultats de l'évaluation des acquis de la formation

MODALITÉS DE CONTRÔLE DE L'ASSIDUITÉ

Pour la formation en présentiel, pour chaque ½ journée le stagiaire se verra remettre la feuille de présence et devra la signer pour attester de son assiduité à la formation, et elle sera contresignée par le formateur à l'issue de chaque ½ journée.

ASSISTANCE TECHNIQUE ET PÉDAGOGIQUE

Le stagiaire a la possibilité d'adresser un mail ou d'appeler le formateur pendant la durée de la formation.

Si celui-ci n'est pas disponible immédiatement, il apportera une réponse sous 3 jours.

Coordonnées de contact : contact@ecole-de-trail.com /07 87 69 40 38

MODALITÉS ET DÉLAIS D'ACCÈS

Planning des dates de sessions disponible sur le site ecole-de-trail.com "Agenda de sessions". Possibilité d'utiliser des filtres de recherche pour sélectionner la formation désirée.

L'inscription peut avoir lieu jusqu'à 7 jours avant le démarrage de la formation, mais ce délai peut être rallongé en fonction du type de financement

ACCESSIBILITÉ

Les personnes atteintes de handicap souhaitant suivre cette formation sont invitées à nous contacter directement, afin d'étudier ensemble les possibilités d'adaptation pour suivre la formation.

La participation aux sessions pratiques sur le terrain durant la formation n'est pas obligatoire. Ces sessions peuvent être suivies en qualité d'observateur avec commentaires et explications détaillées par le/les formateurs sans que cela n'altère la qualité de la formation.

Référent handicap : William Seychelles

Mail : contact@ecole-de-trail.com

Tel : 07 87 69 40 38

CONTACT

Référent administratif et pédagogique : William SEYCHELLES

Pour toute demande de renseignement, envoyer un mail à : contact@ecole-de-trail.com

Ou appeler le : 0787694038