COMMISSION FÉDÉRALE DES

ACTIVITÉS ATHLÉTIQUES

MARCHE NORDIQUE

PARCOURS DE FORMATION

DES ENCADRANTS EN MARCHE NORDIQUE

CFAA 03-02-2024 / Parcours de formation des encadrants en Marche nordique

FÉDÉRATION SPORTIVE & GYMNIQUE DU TRAVAIL
14 rue Scandicci - 93508 Pantin cedex

@FSGTofficiel

www.sportetpleinair.fr / **www.fsgt.org**

SECRÉTARIAT CF2A

01 49 42 23 64

(Fax : 01 49 42 23 60)

athletisme@fsgt.org

FORMATION DES ENCADRANTS

EN MARCHE NORDIQUE

La formation des encadrants en marche nordique , un incontournable pour développer l'activité et proposer aux adhérents une pratique de grande qualité ,
La liberté pédagogique est laissée au(x) formateur(s) pour atteindre les objectifs fixés. La validation des diplômes nécessitera de vérifier que les compétences précisées dans le référentiel sont acquises.

Le bon geste cela s'apprend, il doit être maitrisé chez le futur encadrant. Cela demande une attention particulière pour atteindre le 1er objectif de la formation, un prérequis développé dans la mesure du possible dans le club ou lors de journées techniques de proximité.

La marche nordique citée pour ses bienfaits est proposée dans le cadre du sport santé- sport sur ordonnance. Cela nécessite des compétences particulières de l'encadrant pour offrir des séances adaptées et personnalisées.

Le cursus de formation proposé par le collectif MN de la CFAA est organisé en 4 modules en présentiel en s'appuyant sur les prérequis et les compétences précisées dans le référentiel de formation (colonne de gauche du présent document).

- des formations en distanciel (colonne centrale du présent document) , elles seront organisées en sessions sur plusieurs mois.
- La colonne de droite est proposée pour construire les contenus des modules en présentiel

Le tutorat des stagiaires organisé dans le club ou dans le réseau des clubs est la clé de la réussite de la formation , Il permet de transmettre des savoirs faire et des savoirs être ; il peut débuter en amont de la 1ère formation en présentiel et se poursuivre autant que nécessaire. (pas de limitation de durée).

Fédération Sportive & Gymnique du Travail | 14 rue Scandicci 93508 Pantin Cedex | 01 49 42 23 19 accueil@fsgt.org | @FSGTofficiel | www.sportetpleinair.fr **www.fsgt.org**

DOCUMENT CADRE POUR CONSTRUIRE LE PARCOURS DE FORMATION DES ANIMATEURS ET DES INSTRUCTEURS (BF1 ET BF2 MN)

TUTORAT TOUT AU LONG DE LA FORMATION (CF. DOCUMENTS DEDIES)

1ère séquence de formation : Module 1

En amont de l'entrée en formation	Formation à la sécurité:	1ère formation en présentiel . 2 Jours
Préformation dans le club ou dans le réseau des clubs du comité : cf. document prérequis Le futur stagiaire doit être capable de : – Maîtriser le geste technique – Connaître les critères d'analyse de la qualité d'un geste technique d'un MN – Faire les échauffements – Faire les étirements – Verbaliser les différents exercices.	Préparer si possible le PSC1 en amont de la 1ère formation en présentiel . **Formation en distanciel et dans le club.** Pratique sportive en toute sécurité – Le fonctionnement du club – Le fonctionnement de la FSGT et son historique – Le tutorat des stagiaires – Le parrainage des clubs – La CFAA : rôle, fonctionnement projets – Le projet de développement de la MN à la FSGT – La formation au service du développement	Principe de la marche. Réfléchir avant d' agir, comprendre le mécanisme de la marche. Automatisation d'un mouvement. Le geste de base en marche nordique Les outils pour enseigner et former le geste de base. Préparer les ateliers dans le cadre d'une progression. Comment évaluer le geste des pratiquants Bilan et correction si nécessaire. Initier aux passages de difficultés naturelles.

Fédération Sportive & Gymnique du Travail | 14 rue Scandicci 93508 Pantin Cedex | 01 49 42 23 19 accueil@fsgt.org | @FSGTofficiel | www.sportetpleinair.fr www.fsgt.org

TUTORAT TOUT AU LONG DE LA FORMATION (CF. DOCUMENTS DEDIES)

2ème séquence de formation : Module 2

Préformation dans le club :	**Formation en distanciel**	**2ème formation en présentiel . 2 Jours**
Voir document prérequis Le futur animateur doit être capable de : cf. document référentiel de formation de l'animateur. Maîtriser la formation technique d'un nouvel adhérent au geste de base D'encadrer l'activité en toute sécurité D'animer les ateliers de formation au geste technique D'utiliser la vidéo pour former les pratiquants. D'adapter l'activité pour différents publics	Systèmes cardio-vasculaires et respiratoire • Anatomie • Physiologie • Nutrition Le projet d'animation et de développement du club Principe du passage des obstacles naturels Développement de l'activité : Mode d'emploi **Charte des épreuves à caractère sportif** **PSC1 validé .**	**Validation du BF1** Le projet pédagogique et d'animation , l'offre sportive adaptée aux publics Le passage des difficultés naturelles perfectionnement. La préparation physique générale des pratiquants. PPG L'activité physique adaptée Adapter l'activité au public

Fédération Sportive & Gymnique du Travail | 14 rue Scandicci 93508 Pantin Cedex | 01 49 42 23 19 accueil@fsgt.org | @FSGTofficiel | www.sportetpleinair.fr **www.fsgt.org**

TUTORAT TOUT AU LONG DE LA FORMATION (CF. DOCUMENTS DEDIES)

3ème séquence de formation : Module 3

Préformation dans le club :	**Formation dans le club.**	**3ème formation en présentiel** . 2 Jours
Voir document prérequis Le futur instructeur doit être capable de : Maîtriser l'ensemble du cursus de formation des différents publics De s'adapter à tous les types de public du club et de diversifier cette offre pour attirer des publics différents De tutorer les encadrants et futurs encadrants De travailler en réseau avec les commissions départementale et régionale avec les clubs cf. document référentiel de formation du BF marche nordique.	Si possible animer en club pendant 1 an avec différents publics sous la responsabilité d'un tuteur. Parcours formatif dans le club ou dans le réseau des clubs. En particulier encadrer des débutants de l'accompagnement à l'autonomie Le projet d'animation du club. En distanciel Revoir systèmes cardio - vasculaire et respiratoire La VMA , adaptation pour la marche nordique Les épreuves techniques compétitives **Rédaction d'un mémoire de 5 pages environ à partir d'une trame proposée.**	Validation du BF2 Maîtriser les différents modules 1 et 2 PPG : Préparation physique générale Complément PPS (Préparation Physique spécifique) Compléments techniques, décomposition du geste. Les activités spécifiques (biathlon)

Fédération Sportive & Gymnique du Travail | 14 rue Scandicci 93508 Pantin Cedex | 01 49 42 23 19 accueil@fsgt.org | @FSGTofficiel | www.sportetpleinair.fr www.fsgt.org

TUTORAT TOUT AU LONG DE LA FORMATION (CF. DOCUMENTS DEDIES)

4ème séquence de formation : Module 4

Voir le document prérequis	Formation en distanciel et avec un tuteur.	Formation sur le terrain
Le futur formateur doit être capable de : Maîtriser l'ensemble du cursus de formation des différents publics. De s'adapter à tous les types de publics du club et de diversifier l'offre sportive pour attirer des publics différents. De tutorer les animateurs et futurs encadrants. De travailler en réseau avec les commissions départementales et régionales et avec les encadrants des clubs . De proposer et d'animer des formations techniques dans son comité D ou R (½ j ou 1 J)	Cf. voir formation pédagogique S'approprier progressivement les cursus de formation des animateurs et des instructeurs • En présentiel • En distanciel De découvrir et s'approprier progressivement les contenus des documents à disposition sur le site de la CFAA. Apprendre à les utiliser, les adapter et les exploiter à ses méthodes pédagogiques, en respectant une charte d'utilisation.	Animer des formations techniques et pédagogiques en directions des futurs animateurs et instructeurs dans les comités Départementaux ou Régionaux Animer progressivement des formations. BF1 MN ,BF2 MN et niveau BF3 MN en Coanimation puis en autonomie

Fédération Sportive & Gymnique du Travail | 14 rue Scandicci 93508 Pantin Cedex | 01 49 42 23 19 accueil@fsgt.org | @FSGTofficiel | www.sportetpleinair.fr www.fsgt.org