



2017

ufolep
TOUS LES SPORTS AUTREMENT
CREUSE

FORMATIONS

ACTIVITES
PHYSIQUES D'ENTRETIEN

STAGES TRONC COMMUN ET BREVET FEDERAL

Le Tronc Commun

C'est la connaissance,

- du **mouvement associatif et sportif** : plan national de formation - association loi 1901 - UFOLEP et la Ligue de l'enseignement - l'environnement des associations - la fonction du bénévole, du salarié ;
- en **pédagogie** : le rôle de l'animateur et de l'officiel - les différents publics - la construction de séance - l'évaluation ;
- au niveau de la **sécurité de la pratique** : dopage et conduites addictives - sécurité - traumatologie - anatomie - physiologie - biomécanique.

Le Brevet Fédéral Animateur (BF A)

Il permet aux bénévoles de valoriser leur expérience, et d'animer ou officier en toute légitimité.

Les étapes:

1. La période probatoire: Il s'agit de permettre aux candidats d'acquérir une expérience de vie associative avant la première entrée en formation, par le biais d'un stage tutoré de 20 heures effectué au sein de leur association.

2. La période d'alternance: Elle se caractérise par un stage pratique au sein de l'association (30 heures minimum).

connaissance préalable n'est nécessaire. A partir de 10 ans, tout le monde peut suivre cette formation

3. La formation :

Diversifier vos séances , apporter de l'originalité à sa séance, tout en respectant la sécurité du pratiquant.

Adapter la pratique à un public variés (enfants- adolescents—adultes - seniors)

Cette formation repose sur l'accessibilité du plus grand nombre (enfants, jeunes, adultes et seniors, ...) en favorisant l'éveil des sens, la découverte du corps, le renforcement des qualités physiques ainsi que des habilités motrices.

Pour qui ?

Pour les animatrices UFOLEP ou les adhérents/tes.



Contenu formation adultes -seniors:

STEP, LIA, Zumba, Bokwa, Renforcement Musculaire, exercices cardio, swiss Ball, marche nordique.

Echauffement et étirements.

Contenu formation enfants :

Baby gym, parcours de motricité, expression corporelle, jeux de motricité, zumba enfants.

Caractéristique des publics, et intervention au sein du peri-scolaire.

OBJECTIFS :

- Comment adapter la pratique des activités physiques d'entretien à tout public (adultes—seniors—personne en situation d'handicap- enfants—adolescents...)
- Préparer, animer et encadrer un cycle d'animation.
- Echange de contenu entre animateur

A noté: Ces formations nécessitent un recyclage tous les 4 ans.

TYPES	DISCIPLINES	DATES OU PERIODES PREVUES	JOURNEE DE FORMATION	NOMBRE DE PLACES	PRIX
BF1A	APE	21 janvier et 11 février 2017 de 14h à 17h	2	10	50€
Tronc commun	1er DEGRE et 2ème DEGRE	21 janvier et 11 février 2017 de 8 h30 à 12h	2	15	

PSC1



PREVENTION SECOURISME DE NIVEAU 1

Les Formations PSC 1

Au programme :

- La protection
- L'alerte
- La victime s'étouffe
- La victime saigne abondamment
- La victime est inconsciente
- La victime ne respire pas
- La victime se plaint d'un malaise
- La victime se plaint après un traumatisme (plaie, brûlure, atteinte des os et des articulations...)



Pour qui ?

Il n'y a pas de pré-requis pour suivre la formation PSC 1, aucune connaissance préalable n'est nécessaire. A partir de 10 ans, tout le monde peut suivre cette formation.

JOURS	DATES	LIEUX	NOMBRE DE PLACES	PRIX	DUREE
Samedi	04/03/2017	Guéret	12	50€	7H
Samedi	22/04/2017	Guéret	8	50€	7H
Samedi	01/07/2017	Guéret	8	50€	7H

Inscription :

Brevet Fédéral animateur 1 degré activités physiques d'entretien

TRONC Commun—PSC1

ETAT CIVIL

Nom : Prénom :

Nom de jeune fille :

Date de naissance :/...../..... Sexe : M ☐ F ☐

Adresse :

Code postal : Ville :

Telephone :

Email :

Association :

N° de Licence :

PHOTO

INSCRIPTION

☐ Tronc commun 1er degré le 21 janvier de 9h à 12h

☐ Tronc commun 2ème degré 12 février de 9h à 12h

☐ BF A 1dégrés activités physique 21 janvier et 12 février 14h à 17h

☐ PSC1 le

Fait ale

SIGNATURE

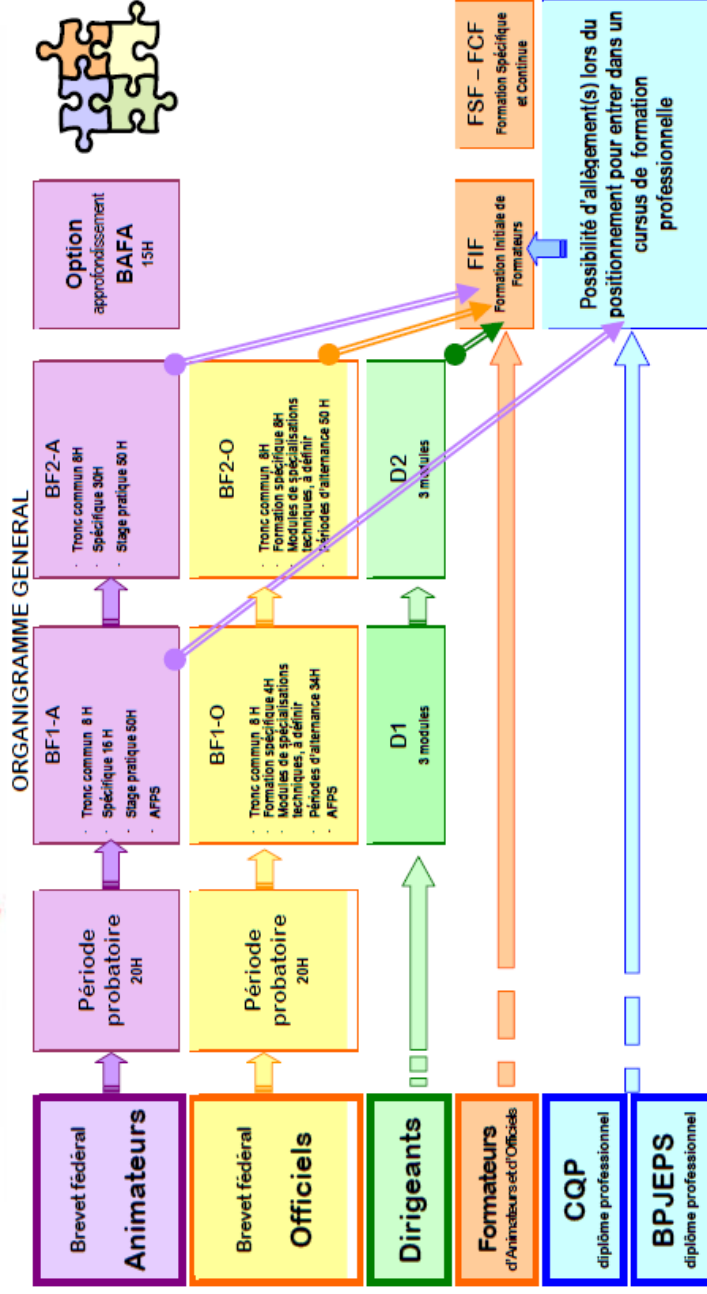
A renvoyer au CD UFOLEP 23 - 3 place Varillas 23000 GUERET

Ou a ufolep23@wanadoo.fr

Avec le règlement à l'ordre de UFOLEP 23



PLAN NATIONAL DE FORMATION



NOUS CONTACTER

Comité Départemental UFOLEP 23

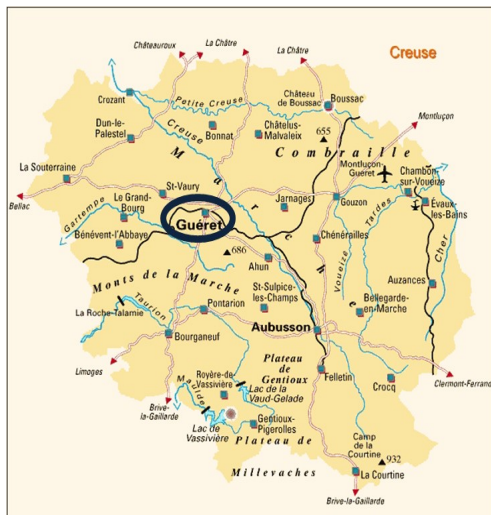
3 Place Varillas- 23000 Guéret

Tél. : 05 44 30 07 96

Site : www.cdufolep.org/creuse/

Mail : ufolep23@wanadoo.fr

Facebook : ufolep Creuse



NOUS SITUER



ufolep
TOUS LES SPORTS AUTREMENT
CREUSE