



Et Vie Danse

UNIVERS SILVER

28h de formation

Lieu : Houlgate



CARDIO
●●●○○



ÉQUILIBRE
●●●○○



SOUPLESSE
●●●○○



RENFORCEMENT
MUSCULAIRE
●●●○○



Formation avec alternance entre mise en situation en structure et centre de formation

VOLUME HORAIRE

28 heures de formation

Formation en E-Learning (capsules): **10h**
(allègement si 2nde, 3^ème ou 4^ème option)
Formation en centre : **20h**
Mise en situation professionnelle : **animation de 6 séances de danses auprès d'un public senior en club**
Certification en visio : **30 minutes**

CALENDRIER

Regroupement
→ **2 au 4 avril 2027**

Certification
→ **30 min en visio**

LIEU DE FORMATION

Houlgate (14)

TARIF

Frais pédagogiques : **840€**
Frais d'inscription : **30€**
Financement : OPCO, FAF, AGEFICE, FIFPL.
Auto-financement : nous-contacter

EFFECTIF MAX

20 stagiaires maximum

DATE LIMITE D'INSCRIPTION

10 mars 2027

Taux de Réussite et de Satisfaction*

Première session de formation en Normandie

► DESCRIPTIF DE LA FORMATION

La formation « programme Et Vie Danse » permet de renforcer ses connaissances et ses compétences dans l'animation de séances au sein des clubs EPGV et dans l'animation de programme de prévention santé en lien avec les partenaires territoriaux.

► PUBLIC

- Titulaire du diplôme "Animateur 1er degré Adulte ou Seniors en salle"
- Titulaire du diplôme "Animateur 1er degré Adultes ou Seniors en salle" Titulaire du CQP ALS Option AGE
- Titulaire du CQP Instructeur FITNESS mention cours collectifs
- Titulaire d'un diplôme professionnel de niveau IV et plus dans le champ sportif

► PRÉ-REQUIS

- Être licencié à la FFSV
- Être titulaire du PSC1 (Prévention et Secours Civiques de niveau 1)
- Être à jour de sa carte professionnelle d'Éducateur Sportif (transmettre une copie de la carte professionnelle ou une impression datée du site EAPS)

► OBJECTIFS DE LA FORMATION

>Formation E-Learning (capsules) :

- Connaître les caractéristiques du public senior
- Connaître le contexte et l'environnement d'intervention
- Acquérir des connaissances sur le vieillissement usuel des grandes fonctions
- Connaître et diffuser les messages de prévention santé aux pratiquants

>Formation en centre :

- Connaître et démontrer les gestes techniques et les modalités d'apprentissage des activités dansées pour un public senior
- Concevoir, animer et évaluer un cycle de séances "Et Vie Danse" et/ou un programme de prévention Et Vie Danse
- Assurer la sécurité des pratiquants avançant en âge
- Assurer la promotion et le développement durable de l'activité pour le public senior

► MOYENS TECHNIQUES ET PÉDAGOGIQUES

- Alternance apports théoriques et pratiques
- Travail individuel et par groupe - Mise en situation pédagogique
- Mise en situation et adaptation à un vieillissement usuel (problème de vue, d'audition, de mobilité articulaire ...)
- A minima, une animation pédagogique auprès d'un public réel
- Mise en place des tests Et Vie Danse
- Utilisation des supports de communication Et Vie Danse en interne et externe

► 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. Contacter le référent handicap, Vincent MARIE, au 06 86 31 55 73 ou : vincent.marie@comite-epgv.fr

► ÉQUIPE D'ENCADREMENT

Directeur de formation : Amaël SCHIFFLER

CONTENUS PÉDAGOGIQUES

- Définition du vieillissement, l'environnement du grand âge
- Les politiques publiques et les dispositifs de prévention - L'environnement fédéral
- Le vieillissement des grandes fonctions
- Approche préventive multidimensionnelle du Bien Vieillir

- Les fondamentaux de la danse
- Les familles d'activités dansées et chorégraphies associées du prog. Et Vie Danse
- Démarches pédagogiques pour la construction de séances ou de programmes Et Vie Danse (méthodes apprentissages, outils, transmission des gestes techniques)

- Programmation de séances selon les recommandations de la HAS, des capacités des pratiquants et de leur état de santé, et le pack sport santé - Entrée par les piliers de l'autonomie (Cardio, Equilibre / Souplesse, HM), intensité, diversité et lien social
- Construction de cycles pédagogiques et Individualisation
- Tests d'évaluation du programme Et Vie Danse
- Rappel sur le vieillissement des fonctions cardio vasculaire et respiratoire, ostéo-articulaire et musculaire – Lien théorie / pratique

- Approche sécuritaire lié au public, à l'aménagement du milieu, à la conduite de l'activité, aux appareillages ...
- Transferts des situations pédagogiques dans la vie quotidienne

- Les outils de prévention et de communication spécifique Et Vie danse
- Les projets locaux de développement Et Vie Danse

OUTILS DE FORMATION

- Espace apprenant digital Digiforma (ressources capsules e-learning)
- L'application FFEPGV et EPGV Learning
- Les 24 fiches chorégraphiques et les musiques associées
- Les 24 clips techniques
- Le répertoire des éléments chorégraphiques et de pas
- Tests de condition physique du programme Et Vie Danse
- Le guide de présentation du programme Et Vie Danse
- Kit simulateur de vieillissement
- Livret "ma séance GV à la maison"
- Les supports de communication Et Vie Danse (vidéos, flyers, ...)

Formation en centre (21H)

2 au 4 avril 2027

POINTS FORTS

- Enrichissement des savoir-faire pour orienter la séance EPGV vers une séance d'activités danses exclusives (45 minutes de séances – Niveau I)
- Des apports d'outils pour la construction de vos chorégraphies
- Un accès à un répertoire de pas et de chorégraphiques spécifiques

MODALITÉS DE VALIDATION

- Feuilles de présence
- Attestation de réalisation
- Formulaires d'évaluation de la formation
- Validation des Quiz (si 1^{ère} option)
- Mise en situation professionnelle en structure d'accueil (6 séances)
- Etude de cas

MODALITÉS DE CERTIFICATION

Pour y accéder :

- Avoir animé un minimum de 6 séances Et Vie Danse auprès d'un public senior dans une structure d'accueil
- Présentation du compte rendu d'activités (présentation des 6 séances + bilan d'activités)
- Présentation d'une vidéo en situation d'animation d'une séquence Et Vie Danse

Épreuves d'évaluation :

- Présentation d'une étude de cas, liée à l'analyse d'une situation professionnelle

DIPLÔME REMIS

Certificat fédéral "Formation programme Et Vie Danse"

POUR ALLER PLUS LOIN

Nous vous conseillons de suivre, après cette formation, la formation :

- Programme Gymmémoire®
- Bien Vieillir - Équilibre
- Marche Nordique Sport Santé®
- Marche Active Sport Santé®
- Maintien de l'autonomie, les fondamentaux

Mise en situation professionnelle

Animation de 6 séances auprès d'un public senior

Certification (30min)

En visio

FRAIS DE FORMATION

Tarif

Frais de formation : 840€ / Frais d'inscription : 30€
Financement : OPCO, FAF, AGEFICE, FIFPL

En option :
Hébergement en pension complète : 146.50€
ou Demi-pension : 37.50€

Réalisez votre inscription en ligne !



normandie@comite-epgv.fr

Scanne moi !

Contactez-nous