

*La formation Marche Nordique 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 dans l'air du temps !*

### Public

---

- Titulaire du diplôme "Animateur 1er degré Adultes ou Seniors en salle"
- 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 licencié à la FFEPGV
- 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'Educateur Sportif (fournir une impression datée du site EAPS)
- Maîtrise technique de l'activité

### 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 efficiente 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 Nordique
- Préparation à un challenge
- Perfectionnement de la technique de marche nordique et situations d'apprentissage,
- Information sur la sécurité et le cadre juridique pour une animation de marche nordique.

### 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

---

- Manuel de formation
- Bâtons de marche nordique mis à disposition pendant la formation

### Directeur de formation, Formateurs et/ou Intervenants

---

- Isabelle DRAMEZ, directrice de formation FFEPGV

### Modalité de validation

---

- Feuilles de présence
- Fiche d'émargement
- Formulaires 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 Nordique Sport Santé »

### Points forts

---

- Participer à un concept innovant
- Comprendre les processus de planification des progression liées à la course à pied pour un niveau débutant à intermédiaire
- Apprendre à accompagner les pratiquants dans un projet personnel de progression
- Démarche transversale et transférable à l' activités de Marche Active Sport Santé

### Pour aller plus loin

---

Nous vous conseillons de suivre, après cette formation, les formations Marche Active 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

---

Positionnement : 13 janvier 2021 (matin)

Module 1 : du 9 au 11 mars 2021

Certification : 26 juin 2021

### Nombre de participants

---

15 participants maximum

### Dates limites d'inscriptions

---

6 janvier 2021

### Frais de formation

---

Frais d'inscription : 20 €

Frais pédagogiques : 1 036 €

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](mailto:hautsdefrance@comite-epgv.fr)