



FORMATION FREESTYLE LEVEL 1

DURÉE**14 heures****TARIF****450 € TTC****FORMATEUR****Yamine Saoudi****PUBLIC CONCERNÉ**

Homme / Femme professionnel de la remise en forme

PRÉ-REQUIS

- Titulaire d'un BP JEPS AF mention A et/ou B ou équivalent
- Les entraîneurs et animateurs sportifs affiliés à une Fédération
- Les professionnels de la santé (kinésithérapeutes, sages-femmes ou autres)
- En cas de handicap léger ou lourd, nous contacter pour évaluer la faisabilité de la formation

OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

- Etre capable de créer et d'enseigner des séances de Step et LIA
- Apprendre la communication spécifique de la disciplin
- Connaître le lexique des pas de base
- Savoir s'adapter au public et anticiper

PROGRAMME

- Attentes et objectifs de chaque participant.
- Historique du fitness freestyle.
- Apprentissage des méthodes pédagogiques.
- Travail de placement technique.
- Mise en pratique de l'enseignement de chaque méthode.
- Evaluation certificative, à la fin de la formation, écrite et théorique.

MOYENS**Pédagogiques**

Des moyens pédagogiques et techniques variés sont mis en œuvre pour chacun des participants (salle de formation, manuel de formation, matériel informatique etc.). Nos formateurs sont des professionnels spécialistes de la formation, reconnus pour leur savoir et leur pédagogie.

D'exécution

Alternance d'exercices pratiques et théoriques en présentiel.

Suivi de l'exécution de l'action

- Fiche d'émarginement au début de chaque demi-journée
- Attestation de présence

Évaluation et certification

- Validation de ce module par la réussite des mises en situation pédagogique.
- Remise d'un certificat de réussite en fin de formation



FORMATION FREESTYLE LEVEL 1

DURÉE
14 heures

FORMATEUR
Yamine Saoudi

PRÉ-REQUIS
BP AF ou équivalent

JOUR 1

Accueil des participants et présentation des 3 jours de formation

- Masterclass > suivi de cours
- Fondamentaux des méthodes de création chorégraphique
- Atelier de création chorégraphique
- Passage en situation d'enseignement « Création chorégraphique »
- Feedback et corrections à chaud
- Introduction à la création asymétrique et ses particularités
- Introduction à la communication non verbal (cueing)

JOUR 2

- Passage en situation d'enseignement « Chorégraphie asymétrique »
- Fondamentaux des méthodes de construction (addition, extension, pyramidal, insertion...)
- Atelier de création sur méthode Extension
- Passage en situation sur méthode Extension (Évaluations)
- Masterclass > suivi de cours