

# ● PARTIE 1 - GÉNÉRALITÉS

## ● 1. C2- ORGANISATION DES STAGES ACCOMPAGNANT SPORTIF

### INTRODUCTION

Cette nouvelle formation a été créée à la demande des clubs et comités pour permettre, à la fois à nos publics les plus fragilisés et à nos encadrants ne possédant pas la meilleure condition physique, d'offrir au sein de nos clubs une solution d'encadrement et de pratique de certaines activités dans de **meilleures conditions de sécurité**.

Le contenu de cette formation de 25 heures doit être essentiellement axé autour de la **prise en compte et l'observation de ces publics spécifiques**.

Conçue, à l'origine, pour certains sports de nature, cette formation s'enrichit de l'option Jeux de Boules.

### LES OPTIONS POSSIBLES :

- Marche/ balade de proximité
- Sorties cyclistes de proximité
- Marche de proximité sur circuit enneigé.
- Jeux de boules

### CONTENU

Dans la mesure où les prés requis sont peu exigeants tant au plan technique qu'au niveau de la condition physique, il est indispensable de choisir un **lieu de stage adapté**.

Le volume horaire de 25 heures doit permettre d'alterner les séances d'apprentissage théoriques et pratiques.

Il est souhaitable de prévoir 2 heures d'intervention d'un médecin sur le thème de la prise en compte des publics spécifiques (vieillesse, prise en compte de certaines pathologies, reprise d'activité après une interruption...)

### RÉPARTITION HORAIRE

- Caractéristiques des publics seniors - *5 heures (dont 2 heures de médical)*
- Expression, prise en main, gestion du groupe - *5 heures*
- Variation des exercices et des séances, sorties, adaptation au public pour la rendre attractive et accessible à tous - *10 heures*
- Sécurité individuelle et collective - *5 heures (Cf pdf dans "SUPPORT - SECURITÉ" sur la clé USB)*

# ● PARTIE 1 - GÉNÉRALITÉS

## ● 1. C2- ORGANISATION DES STAGES ACCOMPAGNANT SPORTIF

### MARCHE/BALADE DE PROXIMITÉ

#### PRÉ REQUIS POUR L'ACCÈS EN FORMATION

- Avoir suivi une FCB
- Posséder le PSC1 en cours de validité
- Justifier de 10 heures d'accompagnement en club à l'issue desquelles le stagiaire, devra :
  - Avoir participé à la préparation d'une sortie
  - Être capable de marcher à une allure raisonnable pendant 3 heures
  - Connaître les composantes de base de la marche (chaussures, sac à dos, carte)

#### VALIDATION DE FIN DE FORMATION

- A la fin du stage, l'accompagnant devra être capable de :
  - Repérer, préparer, organiser une sortie adaptée à son public
  - Lire une carte, s'orienter
  - Connaître les spécificités des publics senior
  - Appliquer les règles de sécurité individuelle et collective
  - Prendre en compte les variables météorologiques
  - Observer son groupe et faire les adaptations nécessaires

#### Programme type 25 heures

| JOUR 1   | JOUR 2  | JOUR 3  | JOUR 4  |
|--|---|---|---|
|  | <b>8h30 :</b><br>● Éveil<br>Préparation<br>Repérage d'une sortie<br>Relation carte / terrain<br>● Étirement /<br>Échauffement<br><br><b>12h :</b> Déjeuner  | <b>8h30 :</b><br>Éveil<br>Sécurité individuelle et collective en randonnée<br>Variables Météorologiques | <b>8h30 :</b><br>Choix des itinéraires<br>Adaptation au public<br>Gestion de l'effort<br>Intérêts patrimoniaux ou milieu naturel ...<br>Bilan du stage<br><br><b>12h :</b><br>Remise des attestations |
| <b>14h :</b><br>● Accueil des stagiaires<br>Tour de table<br>Rappel des objectifs de cette formation et des prérogatives de l'accompagnant sportif<br>● Intervention médicale<br>● Cartographie<br>Signes conventionnels | <b>14h :</b><br>Travail terrain<br>Gestion du groupe<br>Prise en main<br>Consignes<br>Équipements<br>Observation du groupe<br>Pour l'instructeur<br>Vérification de la condition<br>Physique des stagiaires | <b>14h :</b><br>Travaux pratiques<br>Mise en situation des stagiaires<br>Évaluation                     |   |

# GRILLE D'ÉVALUATION

## Accompagnement sportif - Marche/Balade de proximité

| COMPÉTENCES À ACQUÉRIR   | ACQUIS | NON ACQUIS |
|--|--------|------------|
| <i>Connaître les caractéristiques du public</i>                      |        |            |
| <i>Être attentif aux participants</i>                                |        |            |
| <i>Communiquer clairement</i>  |        |            |
| <i>Repérer, préparer, organiser une sortie adaptée à son public.</i> |        |            |
| <i>Appliquer les règles de sécurité individuelle et collective</i>   |        |            |
| <i>Lire une carte, s'orienter</i>                                    |        |            |
| <i>Prendre en compte les variables météorologiques</i>               |        |            |

# ● PARTIE 1 - GÉNÉRALITÉS

## ● 1. C2- ORGANISATION DES STAGES ACCOMPAGNANT SPORTIF

### SORTIES CYCLISTES DE PROXIMITÉ

#### PRÉ REQUIS POUR L'ACCÈS EN FORMATION

- Avoir suivi une FCB
- Posséder le PSC1 en cours de validité
- Justifier de 10 heures d'accompagnement en club à l'issue desquelles le stagiaire, devra :
  - Avoir participé à la préparation d'une sortie
  - Utiliser le matériel et l'équipement spécifique
  - Être capable de se déplacer à une allure raisonnable sur une ½ journée

#### VALIDATION DE FIN DE FORMATION

- A la fin du stage, l'accompagnant devra être capable de :
  - Repérer, préparer, organiser une sortie adaptée à son public
  - Lire une carte routière
  - Connaître les spécificités des publics senior
  - Appliquer les règles de sécurité individuelle et collective (code de la route)
  - Effectuer les interventions essentielles (crevaisin, chaîne..)
  - Observer son groupe et faire les adaptations nécessaires

#### Programme type 25 heures

| JOUR 1  | JOUR 2  | JOUR 3  | JOUR 4   |
|---|---|---|--|
|   | <b>8h30 :</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Éveil</li> <li>Préparation</li> <li>Repérage d'une sortie</li> <li>Relation carte / terrain</li> <li>● Étirement /</li> <li>Échauffement</li> </ul> <b>12h :</b> Déjeuner  | <b>8h30 :</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Éveil</li> <li>Sécurité individuelle et collective en cyclotourisme</li> <li>Réparations essentielles</li> </ul> | <b>8h30 :</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Choix des itinéraires</li> <li>Adaptation au public</li> <li>Gestion de l'effort</li> <li>Intérêts patrimoniaux ou milieu naturel ...</li> <li>Bilan du stage</li> </ul> <b>12 h:</b> Remise des attestations |
| <b>14 h :</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Accueil des stagiaires</li> <li>Tour de table</li> <li>Rappel des objectifs de cette formation et des prérogatives de l'accompagnant sportif</li> <li>● Intervention médicale</li> <li>● Cartographie</li> <li>Connaissance du matériel</li> </ul> | <b>14 h :</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Travail terrain</li> <li>Gestion du groupe</li> <li>Prise en main</li> <li>Consignes</li> <li>Équipements</li> <li>Observation du groupe</li> <li>Pour l'instructeur</li> <li>Vérification de la condition</li> <li>Physique des stagiaires</li> </ul> | <b>14 h :</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Travaux pratiques</li> <li>Mise en situation des stagiaires</li> <li>Évaluation</li> </ul>                       |  |

# GRILLE D'ÉVALUATION

## Accompagnement sportif - Sortie cycliste de Proximité

| COMPÉTENCES À ACQUÉRIR   | ACQUIS | NON ACQUIS |
|--|--------|------------|
| <i>Connaître les caractéristiques du public</i>                      |        |            |
| <i>Être attentif aux participants</i>                                |        |            |
| <i>Communiquer clairement</i>  |        |            |
| <i>Repérer, préparer, organiser une sortie adaptée à son public.</i> |        |            |
| <i>Appliquer les règles de sécurité individuelle et collective</i>   |        |            |
| <i>Lire une carte routière</i>                                       |        |            |
| <i>Effectuer les interventions essentielles</i>                      |        |            |

# ● PARTIE 1 - GÉNÉRALITÉS

## ● 1. C2- ORGANISATION DES STAGES ACCOMPAGNANT SPORTIF

### MARCHE DE PROXIMITÉ SUR CIRCUIT ENNEIGÉ

#### PRÉ REQUIS POUR L'ACCÈS EN FORMATION

- Avoir suivi une FCB
- Posséder le PSC1 en cours de validité
- Justifier de 10 heures d'accompagnement en club à l'issue desquelles le stagiaire, devra :
  - Avoir participé à la préparation d'une sortie
  - Être capable de marcher avec des raquettes à une allure raisonnable pendant 3 heures
  - Connaître les composantes de base de la marche avec raquettes (équipement, sac à dos, carte )

#### VALIDATION DE FIN DE FORMATION

- A la fin du stage, l'accompagnant devra être capable de :
  - Repérer, préparer, organiser une sortie adaptée à son public
  - Lire une carte, s'orienter
  - Connaître les spécificités des publics senior
  - Appliquer les règles de sécurité individuelle et collective
  - Prendre en compte les variables météorologiques en milieu hivernal
  - Observer son groupe et faire les adaptations nécessaires liées au milieu enneigé.

#### Programme type 25 heures

| JOUR 1  | JOUR 2   | JOUR 3   | JOUR 4   |
|---|--|--|--|
|   | <b>8h30 :</b><br>● Éveil<br>Préparation<br>Repérage d'une sortie<br>Relation carte / terrain<br>● Étirement / Échauffement<br><br><b>12 h :</b> Déjeuner   | <b>8h30 :</b><br>Éveil<br>Sécurité individuelle et collective<br>Variables météorologiques | <b>8h30 :</b><br>Choix des itinéraires<br>Adaptation au public<br>Gestion de l'effort<br>Bilan du stage<br><br><b>12h :</b><br>Remise des attestations |
| <b>14 h :</b><br>● Accueil des stagiaires<br>Tour de table<br>Rappel des objectifs de cette formation et des prérogatives de l'accompagnant sportif<br>● Intervention médicale<br>● Cartographie<br>Signes conventionnels | <b>14 h :</b><br>Travail terrain<br>Gestion du groupe<br>Prise en main<br>Consignes<br>Équipements<br>Observation du groupe<br>Pour l'instructeur<br>Vérification de la condition<br>Physique des stagiaires | <b>14 h :</b><br>Travaux pratiques<br>Mise en situation des stagiaires<br>Évaluation       |  |

# GRILLE D'ÉVALUATION

## Accompagnement sportif - Marche de proximité sur circuit enneigé

| COMPÉTENCES À ACQUÉRIR   | ACQUIS | NON ACQUIS |
|--|--------|------------|
| <i>Connaître les caractéristiques du public</i>                      |        |            |
| <i>Être attentif aux participants</i>                                |        |            |
| <i>Communiquer clairement</i>  |        |            |
| <i>Repérer, préparer, organiser une sortie adaptée à son public.</i> |        |            |
| <i>Appliquer les règles de sécurité individuelle et collective</i>   |        |            |
| <i>Lire une carte, s'orienter</i>                                    |        |            |
| <i>Prendre en compte les variables météorologiques</i>               |        |            |

# PARTIE 1 - GÉNÉRALITÉS

## ● 1. C2- ORGANISATION DES STAGES ACCOMPAGNANT SPORTIF

### JEUX DE BOULES

#### PRÉ REQUIS POUR L'ACCÈS EN FORMATION

- Avoir suivi une FCB
- Posséder le PSC1 en cours de validité
- Justifier de 10 heures d'accompagnement en club à l'issue desquelles le stagiaire, devra :
  - Pratiquer correctement l'un ou l'autre des jeux pétanque, lyonnaise
  - Connaître le règlement du jeu pratiqué
  - Avoir du plaisir à jouer et le faire partager

#### VALIDATION DE FIN DE FORMATION

- A la fin du stage, l'accompagnant devra être capable de :
  - Préparer, organiser une séance adaptée à son public
  - Connaître les spécificités des publics senior
  - Connaître les autres jeux de boules (traditionnels, régionaux)
  - Adapter les situations aux participants
  - Créer des situations évolutives, créatives et conviviales
  - S'adapter au terrain, utiliser l'espace
  - Veiller à la sécurité individuelle et collective

#### Programme type 25 heures

| JOUR 1   | JOUR 2  | JOUR 3  | JOUR 4  |
|--|---|---|---|
|  | <b>8h30 :</b><br>Éveil<br>Présentation des sollicitations des capacités des différents jeux et adaptation au public senior<br><br><b>12h :</b> Déjeuner | <b>8h30 :</b><br>Éveil<br>Sécurité individuelle et collective<br>Techniques de jeu    | <b>8h30 :</b><br>Variantes d'animation<br>Présentation des autres jeux traditionnels & régionaux<br>Bilan<br><br><b>12h:</b><br>Remise des attestations |
| <b>14h :</b><br>● Accueil des stagiaires<br>Tour de table<br>Rappel des objectifs de cette formation et des prérogatives de l'accompagnant Jeux de Boules<br>● Intervention médicale<br>● Présentation des Jeux de Boules Historique | <b>14h :</b><br>Techniques d'animation<br>Mise en situation des stagiaires<br>Pétanque  | <b>14h :</b><br>Techniques d'animation<br>Mise en situation des stagiaires lyonnaises |   |



# GRILLE D'ÉVALUATION

## Accompagnement sportif - Jeux de boules

| COMPÉTENCES À ACQUÉRIR  | ACQUIS | NON ACQUIS |
|---|--------|------------|
| <i>Connaître les caractéristiques du public</i>                       |        |            |
| <i>Être attentif aux participants</i>                                 |        |            |
| <i>Communiquer clairement</i>   |        |            |
| <i>Connaître les autres jeux de boules (traditionnels, régionaux)</i> |        |            |
| <i>Préparer, organiser une séance adaptée à son public.</i>           |        |            |
| <i>Appliquer les règles de sécurité individuelle et collective</i>    |        |            |
| <i>Créer des situations évolutives, créatives, conviviales</i>        |        |            |
| <i>S'adapter au terrain, utiliser l'espace</i>                        |        |            |