Formation spécialisation POWER

Objectifs pédagogiques :

- Actions d'acquisition, d'entretien et de perfectionnement des connaissances
- Construire des séances structurées, ciblées et thématisées
- Comment personnaliser son animation dans un cours de fitness aquatique
- Animer, gérer, coacher un groupe de participants

Public :

- Tous les éducateurs diplômés amenés à encadrer, animer et gérer des cours de fitness aquatique

Pré requis pour l'obtention de la certification

- Toute personne en situation de face à face pédagogique

Moyens pédagogiques, techniques et d'encadrement :

- Travail en équipe
- Supports pédagogiques
- Equipe de Formateurs (trices)
- Salle de formation
- Bassin aquatique

Suivi et évaluation des résultats :

- Feuille de présence
- Grille d'évaluation Niveau 1
- Support vidéo

Durée et déroulé :

- Formation en présentiel
- 7 h sous 1 jour

Programme de formation (Compétences visées)

OBJECTIF 1 : DECOUVERTE DU COURS AQUATIQUE (2H)

- Phases pratiques avec le formateur
- Feedback / Analyse technique

OBJECTIF 2 : CONSTRUIRE DES SEANCES STRUCTUREES, CIBLEES ET THEMATISEES (1H45)

- Compréhension de la structure de séance
- Les points clefs dans l'animation du cours

OBJECTIF 3 : CONNAISSANCES SPECIFIQUES LIEES A L'ACTIVITE (45 min)

- Anatomie
- Physiologie
- Filières énergétiques

OBJECTIF 4: LA DIFFERENCE PEDAGOGIQUE, C'EST VOUS !!! (30 min)

- Adaptation
- Options
- Feeling / Charisme

OBJECTIF 5: CONDUIRE L'ANIMATION EN MOBILISANT LES TECHNIQUES DE L'ACTIVITE (2H)

- Coaching avec le formateur
- Passage pratique en situation

WATERFORM
LEADER EN SOLUTIONS AQUATIQUES

Programme de journée

** Sous réserve de modifications selon les disponibilités des espaces de formation (piscine, salle…) sur site ou en interne et du nombre de participants*

PROGRAMME DU MODULE SPECIALISATION POWER WATERFORM*

- **9h00/9h15 :** Accueil des stagiaires
- **9h15/10h00 :** Phase pratique 1 cours type « POWER »
- **10h00/10h15 :** Séchage/retour en salle : retour sur l'activité
- **10h15/12h00** : Présentation et analyse du cours type
  - Feedback sur le cours
  - Les points clefs d'une construction de séance
  - Animation / Ambiance / Créativité / Liberté
- **12h00/13h30 :** Pause déjeuner
- **13h30/14h30 :** Phase pratique 2 cours type « POWER »
  - Techniques d'enchaînements de mouvements
- **14h30/14h45 :** Séchage/retour en salle : retour sur l'activité
- **14h45/15h30 :** Connaissances scientifiques et spécificités liées au cours
  - Anatomie
  - Physiologie
  - Filières énergétiques
- **15h30/16h00 :** La différence pédagogique, c'est vous !!!!
  - Adaptation
  - Feeling / charisme
  - Options
- **16h00/16h30 :** Préparation du passage en situation
- **16h30/17h30 :** Passage en situation
  - Coaching
  - Feedback / Retour et analyse technique des passages en situation
  - Bilan de fin de formation / Administratif