



ANIMATEUR

SECTIONS MULTI-ACTIVITÉS SENIOR (SMS)

OBJECTIFS

- Préparer une séance adaptée en direction de publics éloignés de la pratique d'activité physique (pathologies, déconditionnement physique, longévité...).
- Animer une séance en toute sécurité dans un espace de pratique aménagé.
- Connaître et maîtriser les différentes formes d'exercices en rapport avec les SMS.

CONTENUS

- Informations par un médecin sur différentes pathologies chroniques et bienfaits des activités physiques adaptées.
- Approche psychopédagogique.
- Conception de séances multi-activités et sécurité de la pratique.
- Outils d'évaluation de la condition physique.
- Mise en place du projet au sein du club.

MÉTHODES

- Apports théoriques.
- Mises en situations pratiques.
- Échanges et partage autour de travaux collectifs.
- Mise à disposition d'outils pédagogiques (fiches et CD avec des exercices...).

CONDITIONS D'ACCÈS / PRÉREQUIS

- Avoir validé le Module 1 et être à jour du PSC1 (Prévention et secours civiques niveau 1).
- Justifier de vingt heures de mise en situation en club.
- Savoir animer des exercices d'activités physiques variés et adaptés.
- Veiller aux conditions sécuritaires lors de l'animation d'un exercice (placement corporel, aménagement de l'espace...).
- Utiliser différentes formes de travail pour animer un exercice (parcours, ateliers...).

INTERVENANTS

- Médecins fédéraux / Médecins spécialistes.
- Conseillers techniques fédéraux et/ou Instructeurs fédéraux.

CONTACT

Tél. 04 76 53 09 80 • formation@federetraitesportive.fr

DURÉE
32 heures

EFFECTIF
16 personnes
maximum