

PARTIE 2 - CONTENUS

● 2.2B- LA FORMATION À LA FFRS PRÉ REQUIS ET VALIDATION DES DIFFÉRENTS NIVEAUX

L'ACCOMPAGNANT SPORTIF

CONDITIONS D'ACCÈS ET PUBLICS CONCERNÉS

- Être licencié FFRS
- Avoir suivi une FCB
- Posséder le PSC1 en cours de validité
- Avoir une expérience de pratique de l'activité validée par le président du club (10 h d'accompagnement).

DISCIPLINES CONCERNÉES

- Marche/Balade de proximité
- Sorties cyclistes de proximité
- Marche de proximité sur circuits enneigés
- Jeux de boules

PRÉROGATIVES

SPORTS DE NATURE

L'Accompagnant Sportif (AS) est autorisé à accompagner dans une perspective de maintien des capacités physiques, des activités de pleine nature de proximité dans les conditions suivantes

- **Marche/Balade de proximité** : balades organisées dans un secteur géographique de proximité (pas week-end ou séjour) sur des sentiers faciles d'accès et préalablement repérés ne dépassant pas la ½ journée
Recommandations : avoir un serre file du groupe titulaire du PSC1, groupe inférieur à 25.
- **Sorties cyclistes de proximité** : Sorties sur routes ou chemins faciles d'accès dans un secteur géographique de proximité ne dépassant pas la ½ journée
Recommandations : vitesse moyenne inférieure à 15 km/h, groupe inférieur à 15, casque pour chacun et gilet fluo pour l'accompagnant et serre file (PSC1).
- **Marche de proximité sur circuits enneigés** : Activité pratiquée dans des conditions météo favorables sur un circuit répertorié et / ou balisé et / ou aménagé sur des parcours permettant en quasi permanence un accès facile à un point de secours ou d'alerte.
Recommandations : Durée ½ journée, groupe inférieur à 15, serre file (PSC1).

JEUX DE BOULES

- **Jeux de boules** : Activité destinée à découvrir les divers jeux de boules et différentes activités ludiques et récréatives.
Recommandations : groupe inférieur à 15.

CONTENUS ET OBJECTIFS DE LA FORMATION

- Formation figurant au calendrier de formation du CORERS publié au plan national (organisée au plan régional ou inter régional)

Encadrement 2 BIF

Effectif mini 10/12 maxi 20

Durée 25 heures (4 jours, 3 nuits)

Cette formation a pour objectif de permettre à des licenciés FFRS d'obtenir une **qualification visant à accompagner en sécurité des activités de pleine nature de proximité pour des publics spécifiques et les jeux de boules** (retour aux APS, découverte des activités, publics vieillissants ou ayant des problèmes de santé...).

CAPACITÉS

A l'issue de la formation, l'accompagnant sportif doit être capable de :

- Préparer une sortie/séance inscrite au calendrier du club en tenant compte des capacités des participants dans la limite des prérogatives et de sa propre condition physique.
- Évaluer l'état du matériel et/ou de l'équipement nécessaire à la sortie.
- Accompagner cette sortie si possible en mettant en valeur le patrimoine architectural et/ou naturel du circuit proposé (acquis hors stage) ou de proposer une séance de jeux de boules.
- Connaître les règles de sécurité individuelle et collective de cette activité.
- Prendre les mesures nécessaires pour garantir cette sécurité.
- Évaluer la sortie/séance.

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

À 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 seniors
- Appliquer les règles de sécurité individuelle et collective
- Prendre en compte les variables météorologiques
- Observer son groupe et faire les adaptations nécessaires

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

À 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 seniors
- Appliquer les règles de sécurité individuelle et collective (code de la route)
- Effectuer les interventions essentielles (crevaison, chaîne..)
- Observer son groupe et faire les adaptations nécessaires

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

À 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 seniors
- 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.

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'activité 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

À la fin du stage, l'accompagnant devra être capable de :

- Préparer, organiser une séance adaptée à son public
- Connaître les spécificités des publics seniors
- 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

CONTENU

CONTENUS TRANSVERSAUX À TOUTES LES DISCIPLINES

- Dans la continuité des acquis FCB, application à chaque discipline :
 - Prise en compte de la diversité des publics
 - Adaptation des activités (apports et limites de chaque activité et conséquences pour l'animateur)
 - Prise en compte du vieillissement dans l'activité
 - Techniques d'animation (Conception/ animation d'une sortie ou d'une séance.)
 - Gestion du groupe.
- Sécurité adaptée à la pratique.
- Matériel / équipement.
- Organisation d'une sortie par les stagiaires (niveau des prérogatives) ou d'une séance de jeux de boules.

CONTENUS SPÉCIFIQUES

- Balade ou sortie cycliste de proximité
 - Cartographie relation carte/ terrain
 - Balisage signalétique
 - Météo.
- Neige
 - Cartographie relation carte / terrain paysage enneigé
 - Météo / climat / altitude.
- Jeux de Boules
 - Pratiquer des jeux : pétanque, lyonnaise
 - Règlement des jeux / sécurité.

