

Cursus Brevet d'animateur fédéral (BAF) Animateur fédéral niveau 1 (AF1) option Gym Form'

Emploi du temps prévisionnel

Journée 1		Journée 2		Journée 3		Journée 4		Journée 5		Journée 6		Journée 7	
Visioconférence		Visioconférence		Visioconférence		Visioconférence		Présentiel		Présentiel		Présentiel	
29/07/2026		05/08/2026		12/08/2026		19/08/2026		28/08/2026		29/08/2026		30/08/2026	
09h00 - 12h30	1.Présentations et explications Formation - Présentation des formatrices - Tour de table des apprenants (Nom, Prénom, parcours et attentes) - Présentation Formation et Parcours AF (doc) - Questions diverses 2.Concept Gymform - Power Power point (présenter lors des Masters Class) - Kahoot Concept 3.Objectifs et attentes - Power Point - Kahoot!	•Sécurité (doc) •Différentes séquences d'une séance (doc) •Fiche séance (doc) •Rôle de l'éducateur et de l'accompagnateur (doc) - Kahoot	•Les différents Publics - Présentation Power point « Ados » - Questions interactives de mise en situation - idem sur Adultes (Femmes / Hommes) - « « Séniors - « « Personnes en Situation de Handicap - « « Femmes Enceintes - Kahoot!	•Anatomie / physiologie •Kahoot!	09h00 - 12h30	•Suivre une séance •Différentes séquences •Fiche de séance	•Séance pratique en démonstration •Anatomie •Les différents mouvements possibles •Variantes et remédiations	•Séances : démonstrations et mise en pratique •Prédagogie de séance					
								Pause déjeuner		Pause déjeuner		Pause déjeuner	
13h30 - 17h00					13h30 - 17h00	•Intervenir en cas d'urgence •Utilisation du matériel type, de la GymForm' •Démontrer une posture correcte	•Séance pratique en démonstration •Pratique en binôme	•Mise en situation de séances et évaluation					