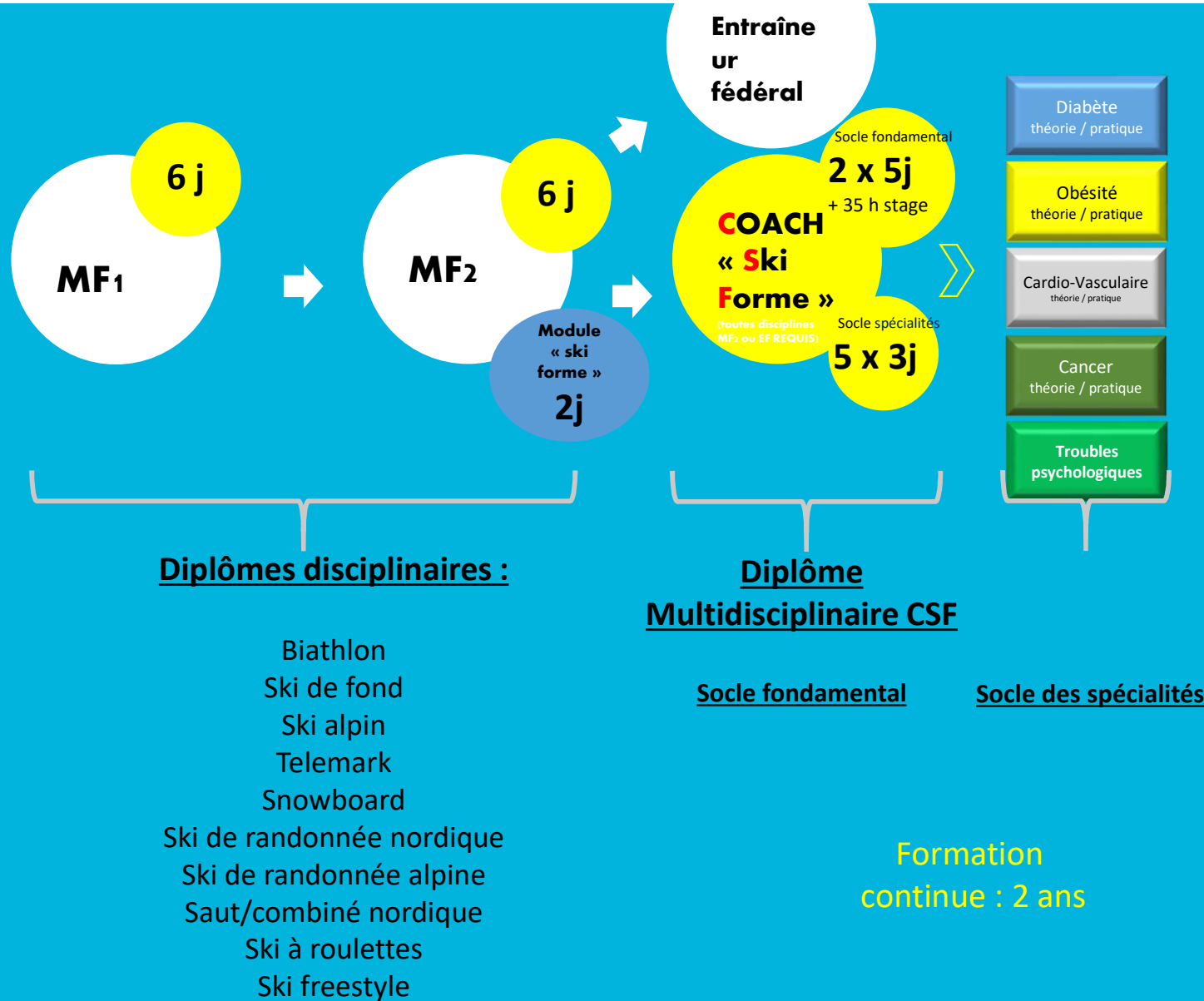


Le cursus « Coach Ski forme »

-sport santé-



Prérequis d'accès en formation

Titulaire d'un MF2 ou EF dans une discipline FFS

Module « ski forme » de 2 jours

Attestation « premier secours civique 1 »

Module « Activités hors neige » (5 jours)

Méthodologie projet parcours ski forme 1
les acteurs du sport santé.
Démarche pédagogique
Données de physiologie
L'évaluation du bien être physique et moral
le surpoids
sédentarité et risques étirements et postures
Développer les habiletés mentales
Connaissances des publics (enfants, seniors, femme,...)
pratique des exercices hors neige (préparation physique et situations collaboratives)

Module « Activités de multiglisse sur neige » (5 jours)

- Méthodologie projet parcours ski forme 2
- Pratique transversale de la glisse sur neige
- Milieu montagnard et bien être
- La glisse sur neige : les facteurs de santé : applications.
- Les situations collaboratives sur la neige.

Stage tutoré (35 heures)

- Positionnement (obligatoire) dans les modules.
- Observation dans un club ou une structure de sport santé agréée par la FFS. (dossier évalué)
- Encadrement dans un club FFS.

Diabète
théorie / pratique

Obésité
théorie / pratique

Cardio-Vasculaire
théorie / pratique

Cancer
théorie / pratique

Troubles
psychologiques

SOCLE FONDAMENTAL

SOCLE des
SPECIALITES

Cursus « COACH Ski Forme »