

Méthodologie de la présentation de séance

Epreuves d'animation pédagogique

1- Analyse du profil

- ⇒ Profil professionnel
- ⇒ Profil familial
- ⇒ Profil santé
- ⇒ Profil sportif

2- Analyse de l'objectif

- ⇒ Analyse en rapport avec l'analyse du profil
- ⇒ Affinement de l'objectif en fonction de la demande du pratiquant et de l'analyse de l'éducateur

3- Situation dans la planification

- ⇒ Quelles sont les grandes lignes de la planification ?
- ⇒ Quelle séance présenter (6^{ème}, 15^{ème} ...) ?
- ⇒ Quel a été le suivi du pratiquant avant la séance (de ma 1^{ère} à la 5^{ème} par ex) et quel sera le suivi après (7^{ème} à 10^{ème}, puis 3 mois et 6 mois après...)
- ⇒ Quel est le planning hebdomadaire (nombre de séances et objectifs) ?

4- Description rapide de la séance

- ⇒ Présentation des grandes lignes de la séance :
- ⇒ Echauffement (temps ?)
 - 1. échauffement articulaire
 - 2. échauffement musculaire et/ou cardio
 - 3. échauffement spécifique
- ⇒ Corps de séance (temps ?)
 - 1. Démonstrations et/ou explications techniques
 - 2. Circuit training et/ou enchaînements d'exercices...
- ⇒ Retour au calme (temps ?)
 - 1. cardio et/ou étirements et/ou retour technique sur la séance...

5- Tableau de conception de séance

[illegible]