



PROGRAMME FORMATION

MONITEUR SPORTIF INITIATEUR

GÉNÉRALITÉS

- ➔ La durée totale de la formation est de 50h00.
- ➔ La charge de cours se répartit de la sorte :
 - ⇒ 1 WE (vendredi [soirée], samedi et dimanche) à la Baraque Fraiture : 17h00
 - ⇒ 1 travail pratique à préparer en autonomie : 4h30
 - ⇒ 2 demi-journées de stage à préparer et animer après la formation : 24h00
 - ⇒ 1 travail de fin de formation : 4h30
- ➔ Objectif pédagogique : Savoir **préparer** et **gérer** des activités d'orientation d'**initiation** via des exercices d'orientation variés

CONTENU

La formation s'articule autour de 10 modules pédagogiques (appelés cours spécifiques, CS) et classés selon 4 thématiques. Une petite partie **théorique** sera vue en salle de cours, une deuxième partie **pratique** se fera en extérieur et une troisième partie se fera en **autonomie**.

- ➔ **Cadre institutionnel et législatif**
 - ⇒ **CS 1.1.1.** Les sports d'orientation en Belgique
- ➔ **Didactique et méthodologie**
 - ⇒ **CS 1.2.1.** Préparation des travaux pratiques
 - ⇒ **CS 1.2.2.** Travail de fin de formation
 - ⇒ **CS 1.2.3.** Stage didactique
- ➔ **Facteurs déterminants de l'activité et de la performance**
 - ⇒ **CS 1.3.1.** Ateliers : présentation des travaux pratiques
 - ⇒ **CS 1.3.2.** Ateliers : le relief
 - ⇒ **CS 1.3.3.** Ateliers : le traçage de circuit
 - ⇒ **CS 1.3.4.** Les techniques d'apprentissage
 - ⇒ **CS 1.3.5.** La technologie au service de l'orientation
 - ⇒ **CS 1.3.6.** Introduction à l'entraînement physique en orientation



STAGES ET TRAVAIL DE FIN DE FORMATION

Les modules **CS 1.2.2.** et **CS 1.2.3.** sont un peu particuliers et seront soumis à une évaluation particulière comme mentionné plus loin dans ce document. Une présentation détaillée des deux modules sera proposée lors du weekend de formation à la Baraque Fraiture.

→ Le travail de fin de formation

- ⇒ Compléter une fiche d'activité correspondant aux travaux pratiques réalisés durant la formation (en groupe)
- ⇒ Une fiche par groupe

→ Le stage

- ⇒ 2 demi-journées d'initiation à l'orientation
 - Une séance de micro-orientation (une demi-journée)
 - Une séance à la thématique libre (une demi-journée)
- ⇒ Ce stage peut s'effectuer en milieu scolaire ou extra-scolaire, au sein d'un club d'orientation ou lors d'un stage de la FRSO.
- ⇒ Un-e maître de stage supervisera et évaluera l'animation des deux demi-journées
- ⇒ Un rapport de stage sera complété pour chaque candidat-e et comprendra :
 - Une fiche d'activité complétée par demi-journée
 - La fiche d'évaluation du maître de stage

EVALUATION

En fin de formation, chaque candidat-e sera soumis-e à une évaluation. Comme pour les modules pédagogiques, il y aura une partie **théorique (30%)** et une partie **pratique (50%)**, complétées par une évaluation du **travail de fin de formation (20%)**. Pour obtenir son brevet, chaque candidat-e devra obtenir la moyenne minimum de 50% et ce dans les 3 parties.

→ Prérequis :

- ⇒ Avoir 16 ans accomplis au début de la formation théorique mais le brevet ne sera pas délivré avant l'âge de 18 ans
- ⇒ Être affilié-e à la FRSO.
- ⇒ Réussite des cours généraux Adeptes Moniteur Sportif Initiateur
- ⇒ Réussite des cours spécifiques FRSO Moniteur Sportif Animateur
- ⇒ Validation du module « *Une pratique en toute sécurité : les 1ers soins en milieu sportif* ». Ce module peut être suivi après la formation.
- ⇒ Participation dans les 12 mois à deux événements du calendrier de la FRSO.
 - Dans la catégorie adéquate
 - D'un niveau de couleur rouge
 - D'une performance équivalente, validée par le jury de la formation



PROGRAMME DÉTAILLÉ

JOUR 1 (VENDREDI SOIR)

Les trois journées se dérouleront au centre Adeps « La Station », à la Baraque Fraiture. Un logement en dortoir et en pension complète, à prix coûtant, est prévu mais il est toujours possible de participer à la formation en externat.

Horaires	Type	Contenu	Module
19h00	Accueil	Installation et présentation de la formation	
19h30	Théorie	Séance d'introduction	CS 1.1.1
21h00	Optionnel	Orientation nocturne (hors programme)	

JOUR 2 (SAMEDI)

Horaires	Type	Contenu	Module
7h15	Optionnel	Footing matinal (hors programme)	
8h00	Repas	En internat ou en autonomie	
8h45	Théorie	Le relief	CS 1.3.2
9h30	Pause		
9h45	Ateliers	Relief #1 : relief augmenté	CS 1.3.2
10h30	Ateliers	Relief #2 : oro-hydro	CS 1.3.2
11h15	Ateliers	Relief #3 : simulation up/down	CS 1.3.2
12h00	Ateliers	Relief #4 : ligne dirigée	CS 1.3.2
13h00	Repas	En internat ou en autonomie	
14h00	Théorie	Théorie fondamentale orientation forêt (2)	CS 1.3.4
15h30	Pause		
16h00	Optionnel	Course d'orientation en équipe	
17h00	Théorie	Présentation des fiches exercices (2)	CS 1.3.3
18h30	Repas	En internat ou en autonomie	
20h00	Théorie	La technologie au service de l'orientation	CS 1.3.5
21h00	Théorie	Introduction à l'entraînement physique	CS 1.3.6



PROGRAMME DÉTAILLÉ

JOUR 3 (DIMANCHE)

Horaires	Type	Contenu	Module
7h15	Optionnel	Footing matinal (hors programme)	
8h00	Repas	En internat ou en autonomie	
8h45	Ateliers	Présentation des travaux pratiques #1	CS 1.3.1
9h45	Ateliers	Présentation des travaux pratiques #2	CS 1.3.1
10h45	Pause		
11h00	Ateliers	Présentation des travaux pratiques #3	CS 1.3.1
12h00	Ateliers	Présentation des travaux pratiques #4	CS 1.3.1
13h00	Repas	En internat ou en autonomie	
14h00	Théorie	Traçage de circuit	CS 1.3.3
14h45	Ateliers	Traçage de circuit (1)	CS 1.3.3
15h30	Pause		
16h00	Ateliers	Traçage de circuit (2)	CS 1.3.3
17h00	Théorie	Evaluation théorique	
17h30	Fin		