

Schweizerischer Turnverband  
Fédération suisse de gymnastique  
Federazione svizzera di ginnastica

 erwachsenensport schweiz  
sport des adultes suisse  
sport per gli adulti svizzera



# SPORTDESADULTES

Formation de moniteurs esa



# esa, QU'EST-CE QUE C'EST?

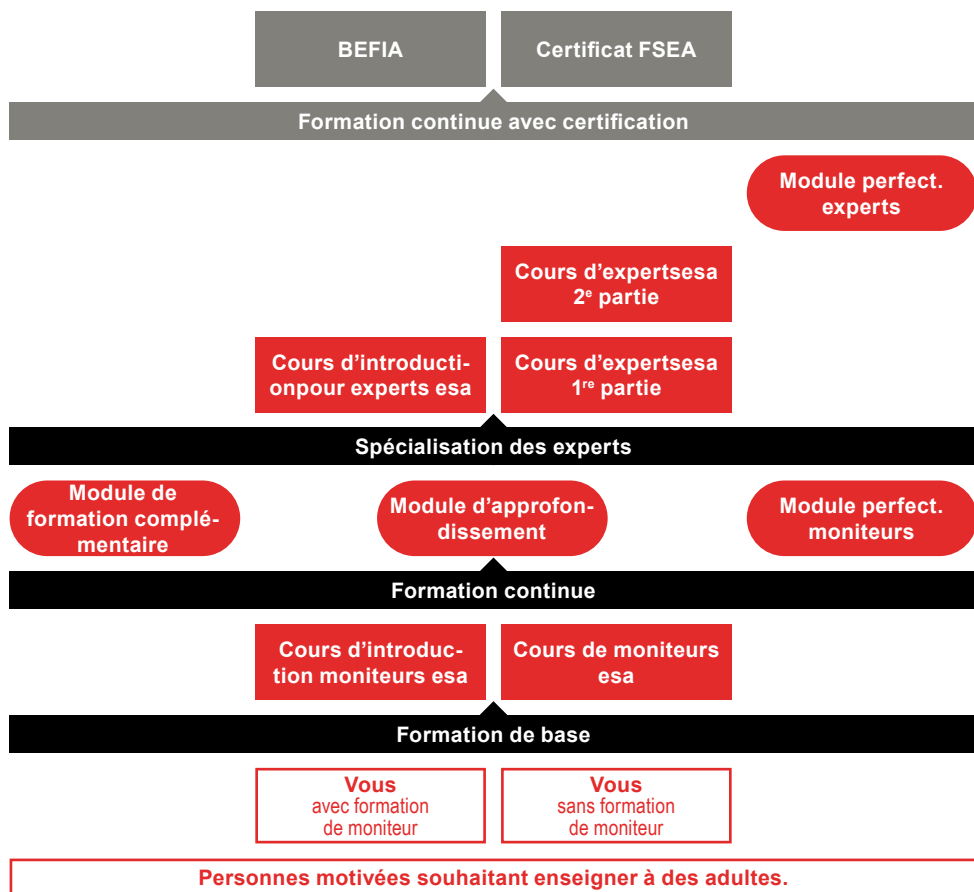
Sport des adultes Suisse (esa) est un programme de la Confédération mis en place pour encourager le sport de masse et le sport récréatif en collaboration avec des organisations partenaires dans le but d'uniformiser le niveau de qualité des formations et formations continues de moniteurs afin de créer des conditions cadres idéales pour les activités sportives à l'âge adulte, soit à partir de 18 ans.

## **Avantages à suivre un cours esa:**

- ✓ Obtenir une qualification spécialisée dans différents sports:
  - sports gymniques
  - groupe de fitness
  - gymnastique et danse
  - walking / nordic walking
  - allround
- ✓ Apprendre à diriger de manière ciblée et adéquate un cours de gymnastique et un groupe.
- ✓ Vaste choix de cours de formation continue.



# STRUCTURE DE LA FORMATION esa



Graphisme de l'OFSPo complété par la FSG

 Cours esa  Modules esa  Formations complémentaires  Niveaux de formation

**De plus amples informations sur les cours esa de la FSG sous:**

[www.stv-fsg.ch/fr/esa](http://www.stv-fsg.ch/fr/esa)

## Formation de base

### Cours d'introduction pour moniteurs (CI M)

<i>Objectif</i>	Expérience pratique d'exemples théoriques et pratique pour vos leçons, acquisition et consolidation des compétences et aptitudes correspondantes.
<i>Public cible</i>	Moniteurs J+S; Moniteur, monitrice gymnastique P+E et gym enfantine
<i>Durée</i>	2 jours

### Cours de moniteurs (CM)

<i>Objectif</i>	Expérience pratique des bases du monitorat dans le sport des adultes, acquisition et consolidation des compétences et aptitudes correspondantes grâce à la planification et au déroulement d'offres de sport des adultes.
<i>Public cible</i>	Personnes motivées et sportives aimant l'exercice et voulant enseigner à des adultes.
<i>Durée</i>	6 jours

**Important:** Le moniteur esa a l'obligation de se former et de suivre au moins un module de formation continue esa tous les deux ans pour conserver son statut de moniteur esa actif.



## Formation continue

### Module de formation complémentaire

---

<i>Objectif</i>	Expérience des disciplines esa spécialisées et acquisition et consolidation des qualifications correspondantes.
<i>Public cible</i>	Moniteurs esa
<i>Durée</i>	3 jours

---

### Module d'approfondissement

---

<i>Objectif</i>	Approfondissement, utilisation et variation des compétences de moniteur dans une discipline esa spécialisée sur un thème méthodologique choisi.
<i>Public cible</i>	Moniteurs esa
<i>Durée</i>	2 jours

---

### Module de perfectionnement pour moniteurs

---

<i>Objectif</i>	Consolidation, utilisation et variation des compétences de moniteur dans une discipline esa spécialisée. Acquisition, expérience et utilisation d'un changement de thème central.
<i>Public cible</i>	Moniteurs esa
<i>Durée</i>	1–2 jour(s)

---

## Spécialisation des experts

### Cours d'experts 2 x 6 jours

#### 1<sup>ère</sup> partie

---

*Objectif* Introduction au rôle des experts. Formation continue dans les compétences de formation.

---

*Public cible* Moniteurs esa

---

*Durée* 6 jours

---

*Lieu* OFSPO, Macolin

---

#### 2<sup>e</sup> partie

---

*Objectif* Pendant la formation, les futurs experts apprennent, sous supervision, à reconnaître le passage de formateur/entraîneur à formateur/formateur et à le mettre en œuvre dans la pratique.

---

*Durée* 6 jours (obligatoires pour tout futur expert esa de la FSG)

---

*Lieu* Fixé par la FSG

---

**Important:** L'expert esa a l'obligation de se former et de suivre un module de perfectionnement expert esa tous les deux ans pour conserver son statut d'expert esa actif.

### Module de perfectionnement pour experts

---

*Objectif* Présentation théorique et pratique des tâches des experts sur l'axe de formation de la période de formation continue: approfondissement par thème dans le domaine des compétences des experts. Echange d'expériences. Présentation d'informations d'actualité.

---

*Public cible* Experts esa

---

*Durée* 2–3 jours

---

# CONTACT

## **FÉDÉRATION SUISSE DE GYMNASTIQUE**

Sport des adultes (esa)

Bahnhofstrasse 38

5000 Aarau

062 837 82 20

[ausbildung@stv-fsg.ch](mailto:ausbildung@stv-fsg.ch)

[stv-fsg.ch/fr/esa](http://stv-fsg.ch/fr/esa)

