



FÉDÉRATION FRANÇAISE DE NATATION

FORMATION NAGEZ FORME BIEN-ETRE

LIVRET REFERENTIEL

FORMATION NAGEZ FORME BIEN-ETRE

FEDERATION FRANÇAISE DE NATATION



FEDERATION FRANCAISE DE NATATION

FORMATION NAGEZ FORME BIEN-ETRE

SOMMAIRE

1 – LE REFERENTIEL D’ACTIVITES : Définition et généralités	3
2 – LE DOSSIER D’INSCRIPTION.....	4
3 – LES PRE-REQUIS A L’ENTREE EN FORMATION	4
4 – LE CONTENU DE LA FORMATION.....	5
Récapitulatif du volume horaire	5
Le contenu de la formation.....	6

1 – LE REFERENTIEL D’ACTIVITES : Définition et généralités

Entreprise et structures employeuses

L’activité s’exerce dans le cadre associatif et notamment les associations sportives affiliées à la Fédération Française de Natation.

Publics concernés

Les diplômés d’Etat de la filière aquatique et/ou les diplômés BF2 ayant reçu la formation Nagez Forme Bien-être peuvent être amenés à intervenir sur tous les publics sains et/ou sédentaires.

Ils n’interviennent donc pas sur un public à risque, ignoré ou dépisté.

Ils ont vocation à encadrer des personnes en vue de préserver leur capital santé, de leur permettre de lutter contre la sédentarité et/ou contre les effets du vieillissement.

Champ et nature des interventions

Ces intervenants inscrivent leur action en cohérence avec le projet de la FFN et la politique nationale de santé publique.

Les modes d’intervention qu’ils développent s’inscrivent dans une logique de travail collectif pour encadrer tout public dans le but de préserver et maintenir son capital santé.

Situation fonctionnelle

L’activité est exercée par des femmes et des hommes bénévoles et majoritairement à temps partiel, ou des professionnels titulaires d’un diplôme donnant droit à rémunération.

Au sein du milieu associatif, ils sont des membres licenciés à la FFN.

Autonomie et responsabilité

Ces 2 notions sont liées au diplôme donc l’éducateur dispose à l’entrée en formation.

L’activité Nagez Forme Bien-être

Nagez Forme Bien-être regroupe toutes les activités aquatiques émergentes et/ou de natation pour préserver son capital santé au service des personnes recherchant une activité de bien-être et de loisir.

2 – LE DOSSIER D’INSCRIPTION

Le dossier d'inscription du candidat se compose :

- d'une fiche d'inscription faisant apparaître :
 - o les coordonnées du candidat : nom, prénom, club, date de naissance, adresse, téléphone....,
 - o son numéro de licence de la saison en cours,
 - o son niveau scolaire, ses diplômes,
- d'une lettre du Président de son club et éventuellement du club d'accueil, précisant l'engagement et/ou l'expérience du stagiaire au sein du club, dans le domaine de l'animation et de l'enseignement,
- d'une autorisation parentale pour les mineurs,
- d'un certificat médical attestant de la capacité du candidat à suivre la formation, datant de moins de trois mois à l'entrée en formation,
- d'une copie d'un diplôme d'Etat de la filière aquatique et/ou BF2,
- d'une copie du diplôme de Prévention et Secours Civiques de niveau 1 (PSC 1) minimum,
- Le règlement financier.

3 – LES PRE-REQUIS A L’ENTREE EN FORMATION

L'organisme de formation fédéral vérifie que le candidat possède les pré-requis d'entrée en formation.

Ces pré-requis pour accéder à la formation sont :

- Avoir 17 ans minimum,
- Être licencié à la Fédération Française de Natation,
- Être titulaire du diplôme du BF2 et/ou d'un diplôme d'Etat de la filière aquatique.



4 – LE CONTENU DE LA FORMATION

Récapitulatif du volume horaire

Les volumes horaires ci-dessous proposés sont à minima.

Chaque organisme de formation fédéral est libre de mettre en œuvre les thématiques proposées sur un temps de formation plus approfondi.

- | | |
|--|------|
| - Formation en centre – face à face pédagogique | 18 h |
| - Formation en centre – pratique avec les formateurs | 4 h |

Soit un total de :	22 h
---------------------------	-------------



FEDERATION FRANCAISE DE NATATION

FORMATION NAGEZ FORME BIEN-ETRE

Le contenu de la formation

DOMAINES	Heures prévues	CONTENUS ET ATTENTES Face à Face	CONTENUS ET ATTENTES Pratique avec les formateurs
Présentation du dispositif NS + prérogatives NFBE	2h	<ul style="list-style-type: none"> - déclinaison du dispositif fédéral Natation Santé - l'activité Nagez Forme Bien-être - l'activité Nagez Forme Santé - les 3 préventions 	
Le public en prévention primaire	3 h	<ul style="list-style-type: none"> - connaissance des différents publics, - le vieillissement, - lutte contre la sédentarité, - effets de la natation sur le pratiquant, - effets des activités aquatiques sur le pratiquant 	
Anatomie / Biomécanique	3 h	Rappels connaissances fondamentales : la posture, respiration, ...	
Mobilisation des connaissances dans les activités aquatiques	9h (FAF) + 1h (PAF)	<ul style="list-style-type: none"> - présentation des différentes activités aquatiques - principes de base (posture, mouvements de base, plans de travail, positions) - adaptation des activités en grand bain, - matériels utilisés, - intensité et travail en musique (battements par minute, phrase musicale, relief musical, relation musique-mouvement). 	mise en application pratique en piscine
Conduite des activités aquatiques	1h (FAF) + 3h (PAF)	<ul style="list-style-type: none"> - organisation pédagogique (construction de la séance : échauffement, corps de séance, récupération), - rôle et posture de l'éducateur (attitude de l'éducateur avant-pendant et après le cours (habillage, communication,..), préparation de l'activité,...). 	mise en situation d'encadrement en piscine de tout ou partie d'une séance d'activité aquatique

L'organisme de formation fédéral délivra une attestation de suivi de formation pour faire valoir ce que de droit dans le cadre de la labellisation, entre autres.