

PROGRAMME DE L'OFFRE DE FORMATION

LE PACK

NIVEAU Accompagnement	DURÉE ESTIMÉE 14h00
---------------------------------	-------------------------------

PUBLIC CIBLE

- Tout professionnel inscrit à la formation Le PACK (module 1 Acquisition & module 2 Intégration)

PRÉ-REQUIS

- Toute personne inscrite à la formation Pilates présentielle Le PACK (module 1 ACQUISITION & module 2 INTEGRATION).

OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES...

- Introduire le module Pilates e-learning et donner les clés de navigation sur la plateforme de formation
- Présenter K-Pilates, l'offre de formation et le projet de certification.
- Présenter le module de formation LE PACK
- Faire un point sur les idées reçues et les clichés en Pilates
- Définir la méthode Pilates
- Découvrir la variété de pratique du Pilates
- Réviser et renforcer les notions fondamentales de Pilates
- Disposer d'éléments concrets permettant de valider son niveau ACQUISITION



- Renforcer la méthodologie apprise sur le module 1 Acquisition
- Perfectionner sa pratique personnelle des exercices Pilates niveau ACQUISITION
- Démontrer la capacité à élaborer un programme individuel en Pilates
- Développer la compétence à diversifier les exercices en utilisant des accessoires
- Acquérir une expertise en pédagogie
- Posséder les outils nécessaires pour concevoir des cours de Pilates en cabinet privé (notamment pour les kinésithérapeutes)
- Disposer d'éléments concrets permettant de valider le niveau INTÉGRATION
- Perfectionner sa pratique personnelle des exercices Pilates niveau INTÉGRATION
- Démontrer la capacité à élaborer un programme collectif en Pilates

APTITUDES

- Disposer de ressources pédagogiques complémentaires permettant l'intégration des notions théoriques et la mise en pratique des exercices pour un encadrement Pilates individuel et collectif.

COMPETENCES

- Acquérir l'expertise pour concevoir et encadrer des séances Pilates individuelles et collectives

CONTENUS PÉDAGOGIQUES

- Introduction
- Présentations
- Découverte
- Après Acquisition



- Après Intégration
- Clôture

METHODES MOBILISEES

Méthodes expositives : vidéos, images, présentations, textes Méthodes interrogatives : questionnaires, étude de cas, dossier à rendre

MOYENS TECHNIQUES

Plateforme E-Learning AGORA AFINITY comprenant : Pdf, vidéos, images, présentations slides, textes, articles et bandes audio Outil : Disposer d'un ordinateur ou d'une tablette

MOYENS D'ENCADREMENT

100% distanciel asynchrone Responsable pédagogique joignable depuis le forum
Email : kpilates.formation@gmail.com

MODALITÉS D'ACCÈS

MODALITÉS D'ÉVALUATION

Avant formation : recueil du positionnement Pendant la formation : évaluations des acquis de formation, Dossier à rendre (x2) Fin de formation : recueil de positionnement et satisfaction

ACCESSIBILITÉ AUX PERSONNES HANDICAPÉES

L'accès à nos formations peut être initié, soit par le professionnel travailleur indépendant, soit par l'employeur, soit à l'initiative du salarié avec l'accord de ce dernier, soit à l'initiative propre du salarié. Pour chaque demande de formation, nous réalisons une analyse du besoin d'entrée en formation Une compensation pour accueillir les personnes présentant un handicap est envisagée (faire la demande à K-Pilates pour une version audio).



DURÉE D'ACCÈS

Version - Janvier 2024 Inscription ouverte Validité d'accès au module : 360 jours

TAUX DE REUSSITE

n/a

DEBOUCHES

Développement des compétences professionnelles

