

## PROGRAMME DE L'OFFRE DE FORMATION

### CONSTRUIRE LE COLLECTIF

#### NIVEAU

Approfondissement

#### DURÉE ESTIMÉE

7h00

### PUBLIC CIBLE

- La formation s'adresse avant tout aux kinés, enseignants APA et coachs indépendants ou salariés.
- Autres professionnels : il est fortement recommandé de vérifier votre éligibilité à enseigner le Pilates contre rémunération dans le cadre d'un usage professionnel.

### PRÉ-REQUIS

- Avoir des connaissances de base en anatomie fonctionnelle et en analyse du mouvement.
- Avoir suivi une formation pratique en Pilates et connaître le répertoire Matwork en totalité ou partiellement.
- Connaître les fonctions de base des accessoires utilisés en Pilates.

### OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES...

- Identifier les leviers favorisant les processus d'apprentissage
- Expliquer les techniques pédagogiques facilitant la compréhension des consignes et l'implication des participants
- Analyser les principes de structuration d'une séance collective
- Analyser les principes d'organisation d'une séance collective autour d'un thème



- Reconnaître et gérer l'hétérogénéité au sein d'un groupe

## APTITUDES

- Maîtriser les principes de création et de gestion de séances collectives en tenant compte des spécificités individuelles de chaque membre du groupe.

## COMPETENCES

- Concevoir une séance collective équilibrée en adaptant les consignes et les techniques pédagogiques pour assurer la compréhension des exercices et l'intégration de chaque participant selon son niveau et sa condition physique.

## CONTENUS PÉDAGOGIQUES

- Introduction au module et prise en main de la plateforme
- Définition et caractéristiques d'un groupe
- Clés de l'apprenance en contexte collectif
- Techniques pédagogiques et compréhension des consignes
- Structuration d'une séance collective
- Organisation de séances à thème
- Gestion de l'hétérogénéité des groupes
- Questionnaires d'évaluation des connaissances
- Clôture et synthèse du module

## METHODES MOBILISEES

- Méthodes expositives : apports théoriques structurés à partir de supports visuels (textes, audio, vidéos...) - Méthodes interrogatives : questionnaires d'auto-évaluation



## MOYENS TECHNIQUES

Plateforme e-Learning sécurisée AGORA AFINITY comprenant : Pdf, vidéos, images, présentations slides, textes, articles et bandes audio Support : Fiches synthétiques formant un feuillet pédagogique complet Outil : Disposer d'un ordinateur ou d'une tablette Matériel : Tapis

## MOYENS D'ENCADREMENT

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

## MODALITÉS D'ACCÈS

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. Pour chaque demande de formation, nous réalisons une analyse du besoin d'entrée en formation. Un entretien préalable peut être réalisé à la demande du candidat. Pour toute question ou demande de devis, contactez-nous par mail : kpilates.formation@gmail.com

## MODALITÉS D'ÉVALUATION

- Évaluation initiale de positionnement - Évaluations formatives durant la formation - Évaluation finale des connaissances - Questionnaire de satisfaction - Évaluation à distance sur l'atteinte des objectifs

## ACCESSIBILITÉ AUX PERSONNES HANDICAPÉES

Une compensation pour accueillir les personnes présentant un handicap est envisageable. Vous pouvez en faire la demande auprès de K-Pilates afin de bénéficier d'une adaptation ou d'être orienté(e) vers les acteurs compétents.

## DURÉE D'ACCÈS

Version - 2026 Inscription ouverte toute l'année. L'accès à la formation se fait directement et automatiquement après règlement total de la formation. Validité du parcours après achat : 90 jours (3 mois)

## TAUX DE REUSSITE





# Agora Learning Infinity

n/a

## DEBOUCHES

Développement des compétences professionnelles

