



PRÉSENTATION DE LA FILIÈRE FÉDÉRALE



SOMMAIRE

01. Les diplômes fédéraux à la FFC

02. Organisation de la filière formation

03. Tableau des équivalences

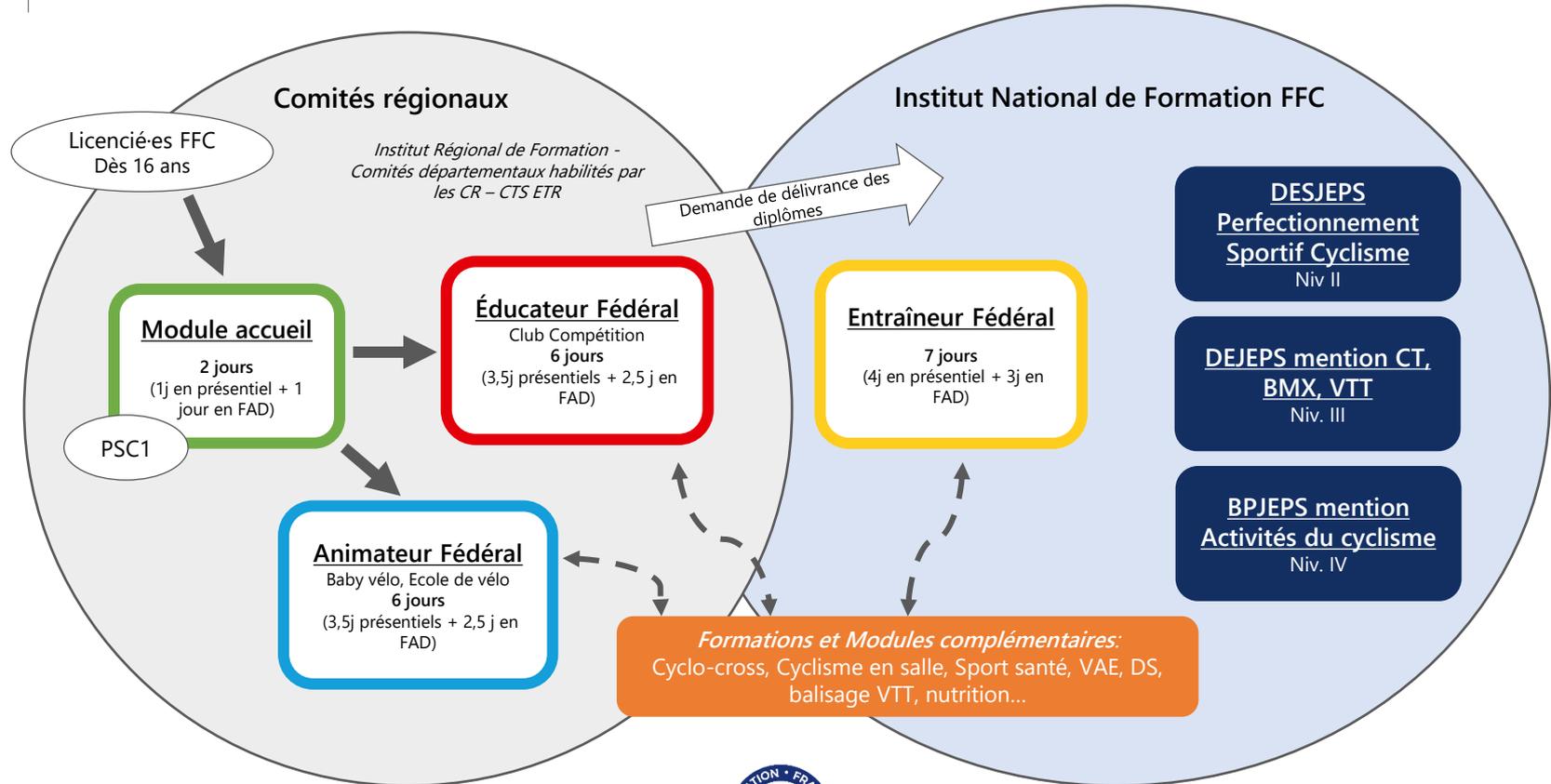
04. Déroulés pédagogiques

1. Module Accueil
2. Animateur fédéral
3. Éducateur fédéral
 1. Route Piste
 2. VTT
 3. BMX Race
 4. BMX Freestyle
 5. Cyclo-cross
4. Entraîneur fédéral

01 Les diplômes fédéraux à la FFC

Animateur fédéral	Éducateur fédéral	Entraîneur fédéral
<p>Encadrement des jeunes 3- 12 ans & publics débutants</p> <p>EFC Ecole de vélo et Baby vélo</p> <p>"Savoir rouler »</p> <p>Pas de spécialité (tout support vélo)</p> <p>Prérequis : Avoir validé le module accueil (14h)</p> <p>Durée : 41 heures + stage pédagogique (20h)</p>	<p>Encadrement des 8 - 16 ans (pupilles à cadets) & pratiquants initiés</p> <p>EFC Club Compétition</p> <p>Apprentissages techniques, entraînement collectif</p> <p>5 mentions : VTT ; Route/Piste ; BMX Race ; BMX Freestyle et cyclo-cross</p> <p>Prérequis : Avoir validé le module accueil (14h)</p> <p>Durée : 42 heures + stage pédagogique (30h)</p>	<p>Entraînement des 15 ans et + (cadets, juniors, seniors)</p> <p>Clubs de DN, licenciés compétiteurs</p> <p>Planification d'entraînement</p> <p>9 mentions : VTT XC ; VTT DH ; VTT Trial ; Route ; Cyclo-cross ; Piste endurance ; Piste sprint ; BMX Race et BMX Freestyle</p> <p>Prérequis : Avoir validé la formation Éducateur fédéral</p> <p>Durée : 50 heures + stage pédagogique (40h)</p>

Organisation de la filière formation



03 Tableau des équivalences

	MODULE ACCUEIL	ANIMATEUR FÉDÉRAL	ÉDUCATEUR FÉDÉRAL	ENTRAINEUR FÉDÉRAL
Préformation				
Module commun				
Animateur Jeune				
Entraîneur Jeune / BF1				
Entraîneur Club / BF2				
Entraîneur Club Expert / BF3				

	Avant présentiel	Présentiel	Post présentiel
Durée	1 semaine à 15 jours	1 journée (7h)	1 mois à 1,5 mois (7h)
Contenus	<p>Questionnaire</p> <ul style="list-style-type: none"> « Faire connaissance » <p>Cours</p> <ul style="list-style-type: none"> La pédagogie L'encadrement Sécurité à vélo et Circuler sur la voie publique 	<p>Accueil stage – présentation stagiaires</p> <p>Présentation du schéma de formation</p> <p>Présentation de la formation à distance</p> <p>La pédagogie</p> <p>Encadrement</p> <p>Sécurité et circuler à vélo sur la voie publique</p> <p>Questions et échanges sur la formation à distance + bilan journée</p>	<p>Questionnaire de validation du présentiel</p> <ul style="list-style-type: none"> QCM sur les contenus vus en présentiel <p>Cours et QCM</p> <ul style="list-style-type: none"> L'association Rôles et responsabilités de l'encadrant, le dirigeant et l'arbitre Le développement de l'enfant L'esprit sportif Droits et devoirs du licencié L'organisation du sport en France La FFC Les disciplines de la FFC <p>Cours</p> <ul style="list-style-type: none"> Histoire de la FFC Labels « école de vélo » L'appli My Coach vélo

04.2 | Déroulés pédagogiques Animateur fédéral

	Avant présentiel	Présentiel 1	Inter-présentiel	Présentiel 2	Post-présentiel
Durée	1 mois (4h30)	2 jours (14h)	2 à 2,5 mois (11h)	1,5 jours (11h)	15 jours à 1 mois
Contenus	<p>Cours</p> <ul style="list-style-type: none"> Rôle de l'animateur fédéral Label Ecole de vélo et Baby Vélo La relation pédagogique <p>Cours et QCM</p> <ul style="list-style-type: none"> Les fondamentaux du cyclisme Apprentissage et perfectionnement Rappel des contenus du module accueil Gérer l'hétérogénéité 	<p>Accueil stage</p> <p>La relation pédagogique</p> <p>Conception d'une séance pédagogique</p> <p>Sécurité, éléments mécaniques, positions de base</p> <p>Animation de séances pédagogiques</p> <p>Conception d'un cycle d'apprentissage</p> <p>Gérer l'hétérogénéité (débat)</p> <p>Bilan</p>	<p>Cours</p> <ul style="list-style-type: none"> Organiser un stage <p>Cours et QCM</p> <ul style="list-style-type: none"> Le fonctionnement du corps humain Les activités physiques générales Développement spécifique de l'enfant de 3 à 12 ans Fiches Eco-vélo : environnement Fiches Eco-Vélo : Santé Fiche Eco-Vélo: sécurité -mécanique-position <p>Vidéos</p> <ul style="list-style-type: none"> Mise en situation baby-vélo/draisienne <p>TD</p> <ul style="list-style-type: none"> Concevoir une séance pédagogique Concevoir un cycle d'apprentissage <p>Stage pédagogique en club (30h)</p>	<p>Accueil stage</p> <p>Mise en place de tests École de vélo + baby vélo</p> <p>Retour sur contenus à distance</p> <p>Animation de séance pédagogique (évaluation)</p> <p>Animation de séance pédagogique (sécurité routière)</p> <p>Bilan</p>	<ul style="list-style-type: none"> Finaliser les QCM « Inter-présentiel » Finaliser le stage pédagogique

Déroulés pédagogiques

Éducateur Fédéral

Route Piste

	Avant présentiel	Présentiel 1 : PISTE	Inter-présentiel	Présentiel 2 : ROUTE	Post-présentiel
Durée	1 mois (6h30 de FAD)	2 jours (13h30)	2 à 2,5 mois (11h de FAD)	1,5 jours (12h15)	15 jours à 1 mois
Contenus	<p>COMMUN ÉDUCATEUR</p> <p>Cours</p> <ul style="list-style-type: none"> Rôle de l'éducateur fédéral Label Club Compétition <p>Cours et QCM</p> <ul style="list-style-type: none"> Les fondamentaux du cyclisme Apprentissage et perfectionnement La préparation physique générale <p>SPÉCIFIQUE ROUTE-PISTE</p> <p>Cours et QCM</p> <ul style="list-style-type: none"> L'organisation de la discipline piste 	<p>Accueil stage</p> <p>La relation pédagogique</p> <p>Conception et animation de séances pédagogiques</p> <p>Conception d'un cycle d'apprentissage</p> <p>La préparation physique générale</p> <p>Le réglage de la position</p> <p>Les grands principes de l'entraînement chez les jeunes en piste</p> <p>La technique : les fondamentaux route et piste</p> <p>Bilan</p>	<p>COMMUN ÉDUCATEUR</p> <p>Cours</p> <ul style="list-style-type: none"> Organiser un stage <p>Cours et QCM</p> <ul style="list-style-type: none"> Le fonctionnement du corps humain – généralités Le fonctionnement du corps humain – physiologie de l'effort Entraîner dans la mixité Les violences dans le sport Les grands principes de l'entraînement chez les jeunes Les règles de vie du sportif <p>TD</p> <ul style="list-style-type: none"> Concevoir une séance pédagogique Concevoir un cycle d'apprentissage <p>SPÉCIFIQUE ROUTE-PISTE</p> <p>Cours et QCM</p> <ul style="list-style-type: none"> Organisation de la discipline route Biomécanique et aérodynamisme Position et Mécanique (Route et Piste) <p>Stage pédagogique en club</p>	<p>Accueil stage</p> <p>Les grands principes de l'entraînement chez les jeunes sur route</p> <p>Approche et préparation de la compétition route et piste</p> <p>Retour sur contenus FAD</p> <p>Échanges</p> <p>Entraîner dans la mixité</p> <p>Les violences dans le sport</p> <p>Animation de séances pédagogique (dont une évaluée)</p> <p>Bilan</p>	<ul style="list-style-type: none"> Finaliser les QCM « Inter-présentiel » Finaliser le stage pédagogique

04.3.2 Déroulés pédagogiques

Éducateur Fédéral

VTT

	Avant présentiel	Présentiel 1	Inter-présentiel	Présentiel 2	Post-présentiel
Durée	1 mois (6h30 de FAD)	2 jours (13h15)	2 à 2,5 mois (11h de FAD)	1,5 jours (12h30)	15 jours à 1 mois
Contenus	<p>COMMUN ÉDUCATEUR</p> <p>Cours</p> <ul style="list-style-type: none"> Rôle de l'éducateur fédéral Label Club Compétition <p>Cours et QCM</p> <ul style="list-style-type: none"> Les fondamentaux du cyclisme Apprentissage et perfectionnement La préparation physique générale <p>SPÉCIFIQUE VTT</p> <p>Cours et QCM</p> <ul style="list-style-type: none"> L'organisation de la discipline VTT XCO Organisation de la discipline VTT Trial 	<p>Accueil stage</p> <p>La relation pédagogique</p> <p>Conception et animation de séances pédagogiques</p> <p>La préparation physique générale</p> <p>Le réglage de la position</p> <p>Conception d'un cycle d'apprentissage</p> <p>La technique: les fondamentaux en VTT</p> <p>Bilan</p>	<p>COMMUN ÉDUCATEUR</p> <p>Cours</p> <ul style="list-style-type: none"> Organiser un stage <p>Cours et QCM</p> <ul style="list-style-type: none"> Le fonctionnement du corps humain – généralités Le fonctionnement du corps humain – physiologie de l'effort Entraîner dans la mixité Les violences dans le sport Les grands principes de l'entraînement chez les jeunes Les règles de vie du sportif <p>TD</p> <ul style="list-style-type: none"> Concevoir une séance pédagogique Concevoir un cycle d'apprentissage <p>SPÉCIFIQUE ROUTE-PISTE</p> <p>Cours et QCM</p> <ul style="list-style-type: none"> Organisation de la discipline DH Mécanique VTT <p>Stage pédagogique en club</p>	<p>Accueil stage</p> <p>Les grands principes de l'entraînement chez les jeunes en VTT</p> <p>Approche et préparation de la compétition en VTT</p> <p>Échanges</p> <p>Entraîner dans la mixité</p> <p>Violences dans le sport</p> <p>Conception et animation de séance pédagogique (dont une évaluée)</p> <p>Retour sur contenus FAD</p> <p>Bilan</p>	<ul style="list-style-type: none"> Finaliser les QCM « Inter-présentiel » Finaliser le stage pédagogique

04.3.3 Déroulés pédagogiques

Éducateur Fédéral

BMX Race

	Avant présentiel	Présentiel 1	Inter-présentiel	Présentiel 2	Post-présentiel
Durée	1 mois (6h30 de FAD)	2 jours (13h30)	2 à 2,5 mois (11h de FAD)	1,5 jours (12h30)	15 jours à 1 mois
Contenus	<p>COMMUN ÉDUCATEUR</p> <p>Cours</p> <ul style="list-style-type: none"> Rôle de l'éducateur fédéral Label Club Compétition <p>Cours et QCM</p> <ul style="list-style-type: none"> Les fondamentaux du cyclisme Apprentissage et perfectionnement La préparation physique générale <p>SPÉCIFIQUE BMX RACE</p> <p>Cours et QCM</p> <ul style="list-style-type: none"> L'organisation de la discipline BMX Race 	<p>Accueil stage</p> <p>La relation pédagogique</p> <p>Conception et animation de séances pédagogiques</p> <p>Conception d'un cycle d'apprentissage</p> <p>La préparation physique générale</p> <p>Le réglage de la position</p> <p>La technique: les fondamentaux en BMX</p> <p>Modèle de performance BMX</p> <p>Bilan</p>	<p>COMMUN ÉDUCATEUR</p> <p>Cours</p> <ul style="list-style-type: none"> Organiser un stage <p>Cours et QCM</p> <ul style="list-style-type: none"> Le fonctionnement du corps humain – généralités Le fonctionnement du corps humain – physiologie de l'effort Entraîner dans la mixité Les violences dans le sport Les grands principes de l'entrainement chez les jeunes Les règles de vie du sportif <p>TD</p> <ul style="list-style-type: none"> Concevoir une séance pédagogique Concevoir un cycle d'apprentissage <p>SPÉCIFIQUE ROUTE-PISTE</p> <p>Cours et QCM</p> <ul style="list-style-type: none"> Mécanique BMX <p>Stage pédagogique en club</p>	<p>Accueil stage</p> <p>Approche et préparation de la compétition en BMX</p> <p>Retour sur contenus à distance</p> <p>Échanges</p> <p>Entraîner dans la mixité</p> <p>Les violences dans le sport</p> <p>Animation de séances pédagogiques (dont une évaluée)</p> <p>Bilan</p>	<ul style="list-style-type: none"> Finaliser les QCM « Inter-présentiel » Finaliser le stage pédagogique

04.3.4 Déroulés pédagogiques

Éducateur Fédéral

BMX Freestyle

	Avant présentiel	Présentiel 1	Inter-présentiel	Présentiel 2	Post-présentiel
Durée	1 mois (6h30 de FAD)	2 jours (13h30)	2 à 2,5 mois (11h de FAD)	1,5 jours (12h30)	15 jours à 1 mois
Contenus	<p>COMMUN ÉDUCATEUR</p> <p>Cours</p> <ul style="list-style-type: none"> Rôle de l'éducateur fédéral Label Club Compétition <p>Cours et QCM</p> <ul style="list-style-type: none"> Les fondamentaux du cyclisme Apprentissage et perfectionnement La préparation physique générale <p>SPÉCIFIQUE BMX FREESTYLE</p> <p>Cours et QCM</p> <ul style="list-style-type: none"> L'organisation de la discipline BMX Freestyle 	<p>Accueil stage</p> <p>La relation pédagogique</p> <p>Conception d'une séance pédagogique</p> <p>Animation de séances pédagogiques</p> <p>Conception d'un cycle d'apprentissage</p> <p>Le réglage de la position</p> <p>La technique : les fondamentaux en BMX Freestyle</p> <p>Modèle de performance BMX Freestyle</p> <p>Bilan</p>	<p>COMMUN ÉDUCATEUR</p> <p>Cours</p> <ul style="list-style-type: none"> Organiser un stage <p>Cours et QCM</p> <ul style="list-style-type: none"> Le fonctionnement du corps humain – généralités Le fonctionnement du corps humain – physiologie de l'effort Entraîner dans la mixité Les violences dans le sport Les grands principes de l'entraînement chez les jeunes Les règles de vie du sportif <p>TD</p> <ul style="list-style-type: none"> Concevoir une séance pédagogique Concevoir un cycle d'apprentissage <p>SPÉCIFIQUE ROUTE-PISTE</p> <p>Cours et QCM</p> <ul style="list-style-type: none"> Mécanique BMX Freestyle <p>Stage pédagogique en club</p>	<p>Accueil stage</p> <p>Approche et préparation de la compétition en BMX Freestyle</p> <p>Retour sur contenus à distance</p> <p>Échanges</p> <ul style="list-style-type: none"> Entraîner dans la mixité Les violences dans le sport <p>Animation de séances pédagogiques (dont une évaluée)</p> <p>Bilan</p>	<ul style="list-style-type: none"> Finaliser les QCM « Inter-présentiel » Finaliser le stage pédagogique

Déroulés pédagogiques

Éducateur Fédéral

Cyclo-cross

	Avant présentiel	Présentiel 1	Post-présentiel
Durée	1 semaine à 15 jours	2 jours (14h15)	2 semaines pour FAD // 1 à 2 mois pour finaliser le stage en club
Contenus	<p>COMMUN ÉDUCATEUR</p> <p>Relecture des documents à distance de la formation « Éducateur fédéral »</p> <p>SPÉCIFIQUE CYCLO-CROSS</p> <p>Cours</p> <ul style="list-style-type: none"> La mécanique en Cyclo-cross 	<p>Accueil stage</p> <p>La relation pédagogique</p> <p>Conception d'une séance pédagogique</p> <p>Organisation de la discipline en CX</p> <p>Les grands principes de l'entraînement chez les jeunes en CX</p> <p>Réglage de la position en CX</p> <p>Animation de séances pédagogiques</p> <p>Approche et préparation de la compétition en CX</p> <p>Cycle d'apprentissage</p> <p>Bilan</p>	<p>QCM global sur les différents cours abordés :</p> <ul style="list-style-type: none"> Organisation de la discipline ; Position ; Mécanique ; Approche et préparation de la compétition.

	Avant présentiel	Présentiel	Post présentiel
Durée	3 mois (23h)	4 jours (27h)	1 mois à 1,5 mois
Contenus	<p>COMMUN ENTRAINEUR</p> <p>Cours</p> <ul style="list-style-type: none"> Rôle de l'entraîneur fédéral <p>Cours et QCM</p> <ul style="list-style-type: none"> La physiologie de l'effort Biomécanique Planification de l'entraînement Cyclisme au féminin - L'entraînement au féminin Les aspects psychologiques de la performance La nutrition du cycliste Les pathologies cyclistes 	<p>Accueil stage</p> <p>Rappel démarche de planification</p> <p>Le modèle de performance</p> <p>Élaboration d'une planification annuelle</p> <p>La préparation physique spécifique</p> <p>Aspects psychologiques de la performance</p> <p>Elaboration de mésocycles</p> <p>Animation de 3 séances pédagogiques technico ou tactico-physiques</p> <p>Échanges</p> <p>Cours FAD</p> <p>Entraînement au féminin</p>	<p>SPÉCIFIQUE</p> <p>Envoyer une planification d'entraînement au formateur</p> <p>Faire/finir le stage pédagogique de 40h dont une partie du stage est faite auprès du comité régional (ETR)</p>

Nous contacter



Adresse

1, rue Laurent Fignon
78180 Montigny-le-Bretonneux



Numéro de téléphone

01 81 88 09 72



E-mail

inf@ffc.fr



Site web

www.ffc.fr

