

# SESSION DE FORMATION AF1 - option twirling

## Saint-Georges-D'Oléron (17) - Du 24/10/2025 au 28/10/2025

|                | JOUR 1                                                              | JOUR 2                                        | JOUR 3                                                | JOUR 4                                                   | JOUR 5                                   |
|----------------|---------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------|-------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------|------------------------------------------|
| 8h00<br>9h00   |                                                                     | PETIT DEJEUNER                                |                                                       |                                                          |                                          |
| 9h00           | Accueil des stagiaires<br>Présentation de la formation              | Biologie                                      | Biologie                                              | Evaluation formative                                     | <u>Evaluation Biologie</u>               |
| 9h30           |                                                                     |                                               | Psychopédagogie                                       | Biologie                                                 | Montage chorégraphique                   |
| 10h00          | Jeu de présentation<br>Evaluation diagnostique                      | Règlement Fédéral                             |                                                       | <u>Evaluation psychopédagogie</u>                        | <u>Evaluation montage chorégraphique</u> |
| 10h30          |                                                                     |                                               |                                                       |                                                          |                                          |
| 11h00          | Psychopédagogie                                                     | Note Lancers<br>Note Roulers<br>Note MG       | Règlement Fédéral                                     | <u>Evaluation règlement</u>                              |                                          |
| 11h30          |                                                                     |                                               |                                                       |                                                          |                                          |
| 12h00<br>14h00 | DEJEUNER                                                            |                                               |                                                       |                                                          |                                          |
| 14h00          | Echauffement :<br>Généralités, méthodologie,<br>Exercices pratiques | Enseignement du bâton :<br>méthodologie       | <u>Evaluation échauffement (1X2AF1)</u>               | <u>Evaluation échauffement (1X2AF1)</u>                  | Bilan collectif + Individuels            |
| 14h30          |                                                                     | Analyse de mouvement 1er degré                | <u>Evaluation enseignement du bâton<br/>1er degré</u> | Evaluation enseignement du bâton<br>2ème degré           |                                          |
| 15h00          |                                                                     |                                               |                                                       |                                                          |                                          |
| 15h30          |                                                                     |                                               |                                                       |                                                          |                                          |
| 16h00          | Révisions 1er degré et 2ème degré                                   | Exercices pratiques<br>enseignement du bâton  | <u>Evaluation échauffement (1X2AF1)</u>               | <u>Evaluation échauffement (1X2AF1)</u>                  | Fin du stage                             |
| 16h30          |                                                                     |                                               |                                                       |                                                          |                                          |
| 17h00          | Analyse musicale                                                    | Montage chorégraphique<br>Création artistique | <u>Evaluation échauffement (1X2AF1)</u>               | <u>Evaluation échauffement (1X2AF1)</u>                  |                                          |
| 17h30          |                                                                     |                                               |                                                       |                                                          |                                          |
| 18h00          | Grilles de cotation                                                 | Mise en pratique                              | Analyse de mouvement 2ème degré                       | Rappels terminologie<br>+ <u>Evaluation terminologie</u> |                                          |
| 18h30          |                                                                     |                                               |                                                       |                                                          |                                          |
| 19h00<br>20h30 | DINER                                                               |                                               |                                                       |                                                          |                                          |
| 20h30          |                                                                     |                                               |                                                       |                                                          |                                          |
| 21h00          |                                                                     |                                               |                                                       |                                                          |                                          |
| 21h30          |                                                                     |                                               |                                                       |                                                          |                                          |
| 22h00          | Chacun dans sa chambre                                              |                                               |                                                       |                                                          |                                          |
| 22h30          | Extinction des feux !!!                                             |                                               |                                                       |                                                          |                                          |