



Activités Spécifiques

Ateliers Danse Pour Personnes Agées

- Programme -

INTERVENANTE

Géraldine ALLIGIER

- BPJEPS (APT)
- Directrice D'UNE ECOLE DE DANSE (AERODANSE) À VITROLLES
- PROFESSEUR DE DANSE À CARRY LE ROUET
- Formée au conservatoire Darius Milhaud à Aix en Provence

PRÉREQUIS- PUBLIC CONCERNÉ

- APA/ BEES, BP JEPS, DE JEPS, STAPS, CQP ALS
- Diplôme fédéral

Toutes personnes souhaitant se former*
(*nous consulter)

DURÉE

1 journée de formation

7 heures

LIEU

Prépa-Sports

HORAIRES

9H – 12H

13H – 17H



Etablissement accessible aux personnes en situation de handicap et en difficulté d'apprentissage

OBJECTIFS

À l'issue de ce stage vous serez capable de :

- ✓ **Créer un environnement (physique et psychologique) favorable à la pratique de la danse.**
- ✓ **Animer des séances de danse pour un public de 3ème et 4ème âge dans un but de maintien des capacités physiques**
- ✓ **Acquisition des rythmes et des mouvements adaptés afin de lier plusieurs gestes chorégraphiques**

CONTENU

Evaluation qualitative de fin de stage | Formation délivrée en présentiel

- Techniques de relaxation en danse
- Prise de conscience de son corps
- Techniques de prises d'appuis (pieds et mains)
- Déplacement dans l'espace/ Mobilisation des yeux.
- Coordination / travail d'équilibre
- Intégration de musiques adaptées : musiques joyeuses, rythmées, chansons françaises...

MODALITÉS PÉDAGOGIQUES et D'ÉVALUTATION

- Pédagogie active et participative alliant court théorique et mise en situation pédagogique
- Support pédagogique remis au stagiaire
- Alternance entre pratique et théorie
- Validation par la réussite d'un QCM
- Délivrance d'une attestation de fin de formation

MODALITÉS D'INSCRIPTION ET DÉLAIS D'ACCÈS

Bulletin d'inscription et conditions générales de ventes téléchargeable sur le site internet à nous retourner au plus tard 5 jours avant le début de la session.

PREPA-SPORTS PRO

285 rue du Docteur Aynaud
13100 Aix en Provence

04 42 90 57 08

www.prepa-sports.com