

# Formations IFPC « Individuelles » 2023-2024 en éducation physique

## Lieux et dates de formation :



Dinant-Onhaye (Nr)	lundi 11 et mardi 12 décembre 2023
Charleroi-Jumet (Ht est)	jeudi 14 décembre 2023
Liège-Visé (Lg)	lundi 10 et mardi 11 juin 2024
Bastogne (Lx)	mardi 18 juin 2024
Leuze-Tournai (Ht ouest)	jeudi 20 juin 2024
Nivelles - LLN (Bt – Bxl)	lundi 24 et mardi 25 juin 2024

## Répartition des ateliers en fonction des tranches d'âge

*Attention, les formations décrites ci-dessous ne sont pas toutes organisées à toutes les dates proposées !  
Soyez aussi bien attentifs à la nouvelle démarche d'inscription de l'IFPC.*

<b>Maternelles</b>	Reproduire, créer, interagir en jouant avec du petit matériel de psychomotricité		Amener l'enfant à créer ses propres tâches motrices : un chemin osé et assumé		Même avec pas grand-chose, on peut faire beaucoup !
<b>P1 – P2</b>	Jeux d'opposition	Jeu(x) de paume	Badminton		Impro à l'école
	Disc-golf	Crazy games	Mini-Basket		Step à l'école
<b>P3 – P6</b>	Handisports	Kin-ball	Mal de dos, mal d'abdos ?		Course d'endurance
	Premiers secours à l'école	CrossFit Kids	Spikeball (Roundnet)		Parkour, une alternative à la gym sportive
<b>Pour tous</b>	Mise à niveau Sauvetage		Intégration des outils numériques en EPS		

## Formations IFPC « Individuelles » 2023-2024 en éducation physique

Cycle	Titre de la formation	Formateur-trice	Objectifs - Contenu
Maternelles	<p><b>Comment reproduire, créer, interagir en jouant avec du petit matériel de psychomotricité</b></p> 	Nathalie Goosse	<p>Au départ d'un maximum de situations ludiques et motrices, la formatrice va amener à faire découvrir, créer ou interagir en psychomotricité avec, chaque fois, un matériel identique.</p> <p>Elle développera les possibilités de chaque type de matériel avec la création de mini-jeux :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- exploration en 2D</li> <li>- exploration en 3D</li> <li>- exploration en coopération ou en collectif</li> <li>- éventuellement jeu qui en découle.</li> </ul>
Maternelles	<p><b>Amener l'enfant à créer ses propres tâches motrices</b></p> 	Dominique BLAIRON	<p>Comment bonifier et transformer toute tâche ou jeu ? Avec une approche multiforme et proposant des nouveaux outils afin de développer la créativité au service des apprentissages moteurs.</p> <p>Le formateur va proposer une expérimentation inattendue qui part d'un domaine bien connu de chacun – l'action motrice – pour l'emmener vers d'autres directions, d'autres perspectives rarement abordées de manière consciente dans le contexte scolaire.</p>
Maternelles	<p><b>Même avec pas grand-chose, on peut faire beaucoup !</b></p> 	<p>Jérémy SCHYNS</p> <p style="color: green; font-weight: bold; font-size: 1.5em; text-decoration: underline;">Nouveau</p>	<p>La formation permettra aux participants de vivre et de découvrir un maximum de situations ludiques et motrices pour les enfants de 3 à 8 ans, construites pour utiliser le matériel « basique » qui se trouve le plus souvent dans une salle de psychomotricité/ de gymnastique. :</p> <p>parachute, cerceaux, cordes, foulards, gros mousses...</p> <p>Trois types de découvertes seront proposées en alternance :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>* expérimentation directe de certains jeux avec le groupe, présentés sous forme de "défis", de jeux, d'exercices.</li> <li>* échange de pratiques sur les thèmes proposés.</li> <li>* réflexion en sous-groupe sur un thème proposé.</li> </ul>

## Formations IFPC « Individuelles » 2023-2024 en éducation physique

<b>P1 – P2</b>	<b>Jeux d'opposition</b> 	Jérémy BONNI ou Roger HOUNNOU	La formation initiale des professeurs d'éducation cible trop rarement les jeux d'opposition et les sports qui en découlent (judo, karaté, taekwondo, lutte, sumo...), alors que ceux-ci s'avèrent pertinents à bien des égards en contexte scolaire. Les contenus comportent des pratiques de contacts qui entraînent une adaptation à l'adversaire et l'apprentissage d'un comportement social citoyen, intéressant à proposer à l'école. Le formateur présentera une batterie d'exercices pratiques venant de sa pratique pédagogique (judo et/ou karaté), qui mettent en jeu les contacts possibles avec l'adversaire, le respect des règles de sécurité, les différents rôles à jouer, la lutte au sol, assis ou dans d'autres positions, la trame de variance, les critères d'évaluation...
<b>P1 – P2</b>	<b>Jeu de main, jeu de vilain ?</b> 	Aurélien BRACKE ou Yorick BOTQUIN	Les jeux de paume, outils au service du bagage moteur de l'enfant. L'objectif est de re-faire découvrir les jeux présents dans les cours de récréation depuis des générations. Le formateur alternera explications historiques, didactiques et mises en situation variées autour des traditionnels « jeux de paume » : Firstball, One Wall, India et balle pelote.
<b>P1 – P2</b>	<b>Impro à l'école : du débutant au spectacle</b> 	Jean-Claude DUBIEZ (Ligue d'Impro)	Sur le thème de l'Impro et au départ d'exercices simples, le formateur, professionnel du spectacle et de l'animation pour enfants, progresse vers des techniques plus "théâtrales". En "Impro", au départ d'exercices simples et de jeux avec consignes, le formateur, professionnel du spectacle et de l'animation pour enfants, progresse vers des techniques plus "théâtrales", selon ses observations du niveau d'aisance des participants.
<b>P1 – P2</b>	<b>Disc-Golf</b> 	Quentin LAMMERANT	Le Disc-Golf est une variante du frisbee, praticable à l'école : <ul style="list-style-type: none"> <li>* comprendre et maîtriser les différents lancers du frisbee</li> <li>* utiliser les effets sur les trajectoires pour augmenter son niveau de jeu</li> <li>* comprendre et utiliser au mieux par sa technique de lancer, les spécificités des disques de Disc-Golf</li> <li>* analyser, tester et réfléchir à la conception de parcours de Disc-Golf</li> <li>* concevoir un parcours de Disc-Golf à l'école.</li> </ul>





## Formations IFPC « Individuelles » 2023-2024 en éducation physique

<b>P1 – P2</b>	<b>Crazy games</b> 	Diego MOLINA FUEYO ou Adrian GARCIA CALVETE	L'objectif principal est de permettre la découverte de jeux et activités originales, de rendre ludique des jeux classiques, en utilisant uniquement du matériel basique. Quelques exemples de jeux présentés : Jeux des planètes : jeu de précision et d'opposition ; Pacman : jeu de déplacement et de stratégies ; Pokémon : différentes variantes du jeu touche-touche que l'on a ludifiées ; Paintball : jeu de précision, d'évitement et de stratégie avec différentes évolutions ; Bataille de boules de neige : jeu de précision d'évitement et de stratégies avec différentes évolutions. Le formateur suscitera un échange de pratiques sur le thème « Comment rendre mes séances plus ludiques ? ».
<b>P1 – P2</b>	<b>Mini-Basket à l'école</b> 	Olivier MULABA (Fédération de Basket)	En lien avec l'esprit mini-basket, le formateur.trice proposera aux participants des outils pratiques afin d'offrir à leurs élèves les possibilités d'élargir au maximum leur base motrice, par des séquences d'apprentissages respectant le développement de l'enfant ainsi que par des pistes concrètes pour gérer des situations de rencontres (matches).
<b>P1 – P2</b>	<b>Step à l'école</b> 	Marie BOUZOTIS	Du Step à l'école primaire, et pourquoi pas ? La formatrice va proposer aux enseignants un max de situations pour faire bouger les enfants en rythme, pour montrer aux enfants qu'ils ont en eux plusieurs axes, notamment deux axes latéraux, dont l'un va devenir "dominant", mais qu'on peut utiliser séparément ou ensemble : pas de base, combinaisons simples avec ou sans les bras, mini-chorégraphies.
<b>P3 – P6</b>	<b>Le badminton à l'école</b> 	Julien WARNOTTE	Apprentissage des gestes de base du badminton, aspects socio-moteurs (latéralisation dans les gestes et les déplacements).  Adaptation au public et aux infrastructures scolaires : gestion d'un grand nombre d'élèves avec peu de matériel et un espace réduit. Méthodologie propre à ce jeune public. Le tout avec beaucoup de mises en situations et d'exercices pratiques.





## Formations IFPC « Individuelles » 2023-2024 en éducation physique

<b>P3 – P6</b>	<b>Mal de dos, mal d'abdos ?</b> 	Laurence HUART	Après un rappel anatomique sur les muscles de la posture ainsi que sur la ceinture abdominale et dorsale, la formatrice présentera une synthèse des actualités en ce qui concerne "les abdos" : quid des méthodes De Gasquet, Pilates, hypopression ? Y a-t-il de "mauvais" exercices d'abdos ?  Exercices pratiques et explications fonctionnelles pour provoquer l'échanges et chercher comment adapter au mieux le niveau à chaque élève.
<b>P3 – P6</b>	<b>Kin-ball</b> 	Kevin CROUSSE ou Mickaël SEMES	Le Kin-ball est un jeu collectif mixte à 3 équipes et avec un très gros ballon. Le formateur vous proposera toutes les astuces afin de parvenir à un objectif ambitieux avec des contraintes dans lesquelles tous les enseignants se retrouveront, sans délaissier le temps moteur et avec un minimum de frais.  Au terme de la journée, l'enseignant repartira avec un module de 6 semaines prêt à l'emploi, adapté à sa réalité.
<b>P3 – P6</b>	<b>Spikeball - Roudnet</b> 	Pierre DEBROUX  	Le spikeball, ou roundnet, est un sport d'équipe qui ressemble fortement au volleyball. Les compétences travaillées sont celles d'un sport d'équipe (habiletés socio-motrices) mais aussi techniques (HME). Au niveau scolaire, la manipulation pure de balle (petites et grosses) est une base à laquelle on ne peut échapper. Ensuite, des exercices de tous niveaux avec tout type de matériel pourront être mis en place pour favoriser l'amélioration du jeu et finalement arriver à un jeu/match aux règles officielles (3 touches max frappées au moment où la balle touchera le filet du trampoline).
<b>P3 – P6</b>	<b>Des jeux d'endurance vers un projet de course personnel</b> 	Thibaut LEJACQUES	L'objectif principal est de découvrir et développer l'endurance en course en l'abordant sous forme de jeux, en détournant l'aspect ennuyeux de la durée. Des jeux évolutifs, des défis de groupe et un concours-projet seront initiés sous forme ludique et adaptable à chaque élève. L'objectif de la formation à terme est de valoriser le potentiel de chaque élève par un jeu ou un projet de course personnel.

## Formations IFPC « Individuelles » 2023-2024 en éducation physique

<b>P3 – P6</b>	<b>Enseigner les gestes qui sauvent</b>  	Vincent LAHAYE ou Alexis RONDEAU (Ligue de Sauvetage)	L'objectif est de permettre aux enseignants de se sentir sereins pour assurer le rôle de 1er intervenant au sein de leur école, en attendant l'arrivée des secours « 112 » et de transmettre à leurs élèves les 4 principes de base: <ol style="list-style-type: none"> <li>1- Eviter le suraccident ;</li> <li>2- Etablir un bilan correct de la situation ;</li> <li>3- Appeler le 112 ;</li> <li>4- Administrer les 1ers secours.</li> </ol> Information sur le programme scolaire « L'école sauve des vies » et le dispositif gratuit Minipop.
<b>P3 – P6</b>	<b>Handisports</b>  	Sébastien XHROUET ou Adam SCHEERLINCK (Ligue Handisport)  <span style="color: green; font-weight: bold; font-size: 1.2em;">Nouveau</span>	La formation "Handisports : des activités pour tous !" est destinée aux enseignants désireux de découvrir comment utiliser des activités sportives pour personnes déficientes dans leur cours, soit pour inclure un enfant déficient, soit pour proposer des activités sportives adaptées ou encore sensibiliser sa classe à la différence. Chacun pourra vivre une série d'activités clés en main et obtenir des outils à mettre en place facilement et adaptables partout, peu importe le matériel et l'espace disponible
<b>P3 – P6</b>	<b>Parkour, une alternative à la gym sportive</b>  	Sylvain HENRIET ou Olivier PITOT	Le Parkour n'est pas obligatoirement un « bloc » de séances à donner dans l'ordre, on peut l'introduire à l'échauffement, dans une activité ludique, ou alors en tant que séance. Il permet à chaque élève de trouver du plaisir à effectuer des actions motrices de base : rouler, grimper, tourner, sauter, franchir... La formation sera proposée en plusieurs parties : <ul style="list-style-type: none"> <li>- jeux d'échauffement, renforcement musculaire (avec peu de matériel)</li> <li>- apprentissage des franchissements de base</li> <li>- différents enchaînements basés sur les actions motrices principales (rouler, grimper, tourner, sauter, franchir...)</li> <li>- mouvements classiques du parkour et du freerunning.</li> </ul>
<b>P3 – P6</b>	<b>CrossFit Kids</b>  	Romain BIONDO ou Aurélien VERRECHT	CrossFit Kids est une méthode pour adapter les techniques du CrossFit aux enfants âgés de 3 à 18 ans, en mettant l'accent sur la qualité du mouvement tout au long de l'enfance et de l'adolescence. L'objectif principal est de développer le CrossFit dans le primaire en passant par l'acquisition des techniques principales des mouvements fonctionnels avec et sans « charges » pour pouvoir les utiliser en corrélation avec des mouvements du quotidien des élèves.

## Formations IFPC « Individuelles » 2023-2024 en éducation physique

<b>Pour tous</b>	<b>Intégration des outils numériques en EPS</b> 	Xavier CORMAN 	L'objectif principal est de dépasser cette vision de l'outil « gadget », « sympa », afin que les outils numériques deviennent des moyens de formation et d'enseignement à part entière avec une vraie plus-value.  Parmi les outils proposés : Feedback vidéo, Évaluation, Images numériques au service de l'imagerie mentale Une partie en salle, une 2ème en classe.
<b>Pour tous</b>	<b>Mise à niveau BSSA (Sauvetage)</b> 	Formateur agréé (Ligue Francophone Belge de Sauvetage) 	Attention, prérequis : être titulaire du BSSA ou du BBSA (à apporter sur place) - <u>Présence active obligatoire toute la journée (6h)</u> . Une partie de la formation se déroule "à sec", une partie en piscine. <ul style="list-style-type: none"> <li>• Exercices de réanimation, de 1ers soins et de sauvetage aquatique, sous forme de mises en situation, avec prise en charge d'une victime dans l'eau ou hors de l'eau + soins selon besoins.</li> <li>• Aspects liés à la sécurité lors de l'intervention ainsi qu'à l'utilisation optimale du matériel disponible en piscine.</li> </ul> Environ 2 mois après la formation, une attestation valable 1 an, sera envoyée aux participant(e)s en ordre de brevet.