



# COMITE D'ILE DE FRANCE de la FEDERATION FRANCAISE DE CYCLISME

VELODROME NATIONAL DE SAINT-QUENTIN-EN-  
YVELINES

1 rue Laurent Fignon 78180 MONTIGNY LE BRETONNEUX  
Tél. : 01 81 88 08 36

Site internet : [www.cif-ffc.org](http://www.cif-ffc.org)

## FORMATION FEDERALE

### EDUCATEUR FEDERAL BMX RACE

Le Comité Régional Ile de France organise une formation « Educateur Fédéral BMX Race ». Cette formation comportera 2 sessions de 2 jours en présentiel, en alternance avec du travail en formation à distance (2 jours Cours et QCM). Elle se déroulera à **Sucy en Brie (les 26/27 octobre et les 9/10 novembre 2024)**. La participation aux 2 sessions de présentiel de 2 jours est obligatoire.

Pour pouvoir participer à ce module, il faut déjà avoir participé au module accueil ou être en cours de formation, être licencié auprès de la FFC et être titulaire du PSC1.

Les repas seront tirés du sac les jours de formation (à prévoir par vos soins).

**L'inscription se fait directement en ligne en cliquant sur le lien ci-dessous (le nombre de place étant limité, seuls les 15 premiers ayant des dossiers complets et mis à jour seront pris). Le questionnaire ne préviendra pas en cas d'inscription complète et seul un mail de notre part pourra la justifier.**

**Coût de la formation** : 350 euros. Virement de 350 € au CIF ([RIB](#)) avec la mention « Educateur BMX NOM Prénom » à faire parvenir avant le 10 octobre 2024.

**FORMULAIRE D'INSCRIPTION 26 – 27  
octobre 2024 et 9 – 10 novembre 2024**

**CLIQUEZ-ICI**

Schéma formation fédérale : <http://www.cif-ffc.org/menuCif/communiquésCTR/PREZFORMFED.pdf>

# ÉDUCATEUR FÉDÉRAL

Encadrer un collectif de compétiteur.rice.s dans le but de leur enseigner les apprentissages techniques

## OBJECTIFS

- Se construire une expertise fine dans une discipline précise afin de préparer des sportifs à la maîtrise technique et pédagogique d'une famille disciplinaire
- Construire, de manière autonome et responsable, des séances pédagogiques collectives dans un espace délimité, à destination des jeunes en EFC Club de compétition (8 à 16 ans et pratiquants initiés)

## CONTENU

### Journées en présentiel (25h45)

- Conception et animation de séances pédagogiques
- Conception d'un cycle d'apprentissage
- Cyclisme au féminin : la mixité
- Violences dans le sport
- La préparation physique générale
- Les grands principes de l'entraînement dans la famille disciplinaire
- Approche et préparation de la compétition

### Formation à distance (16h15)

- Rôle de l'éducateur fédéral
- Physiologie de l'effort
- Les règles de vie du sportif
- Organisation de la discipline
- La mécanique

### Stage pédagogique en structure (30h)

## MODALITÉS PÉDAGOGIQUES

### Journée en présentiel

- Exposé participatif
- Évaluation par le formateur de l'animation d'une séance pédagogique
- Attestation de stage

### Formation à distance

- Cours et QCM sur la plateforme pédagogique



**5 SPÉCIALITÉS POSSIBLES**  
VTT, Route/Piste, BMX Race,  
BMX Freestyle, Cyclo-cross



Cette formation est accessible à toute personne.

## CONDITIONS D'ACCÈS À LA FORMATION

Avoir validé le module accueil /  
Posséder une licence FFC valide / Avoir  
le PSC1 (ou s'engager à le passer)

### PUBLIC

Licencié.e FFC âgé.e d'au moins 16 ans,  
bénévole et/ou salarié.e

## INSCRIPTIONS

### DURÉE

4 jours (42 heures) de formation  
+ 30 heures de stage pédagogique

### TARIF

350 €

## CONTACT

Pour plus d'informations sur cette formation,  
veuillez envoyer un mail à [o.meyer@ffc.fr](mailto:o.meyer@ffc.fr)

