



## Brevet Fédéral Niveau 1

# CONTENUS

## Tronc commun (8h en autoformation)

Un livret vous sera envoyé pour étudier le tronc commun

- Le mouvement associatif et sportif
- Le sport en milieu rural : la FNSMR
- Responsabilité, assurance et sécurité
- Développement durable
- Sport-Santé / Handicap
- Gestion de groupe et pédagogie

## Spécifique (16h en présentiel)

- Historique
- Matériel, règles, arbitrage,
- Sécurité
- Techniques de pratique (gestes, vocabulaire, etc.)
- Physiologie (spécifique à la discipline),
- Spécificités de la discipline au sein de la FNSMR (adaptation des règles, convivialité, critères, comparaison avec les autres fédérations...)
  
- Placer les pratiquants dans la logique de l'activité : animer une séance
- Mettre les pratiquants en situation de sécurité
- Accompagner le pratiquant dans sa découverte de la discipline
- Connaître et être en capacité de préconiser des échauffements et étirements propres à la discipline
- Connaître et pouvoir préconiser des exercices techniques types

## Evaluation

- Tronc Commun : QCM lors du stage ou formulaire en ligne
- Spécifique : continu, en situation et QCM lors du stage

**Rappel** Le diplôme sera délivré lorsque l'obtention du PSC1 sera justifiée et que le tronc commun sera validé.