



# **Fédération fribourgeoise de gymnastique Freiburgischer Turnverband**

## **Convocation au Cours d'introduction à l'activité de moniteurs**

Horaire :                      Samedi                      13 septembre 2008                      8h30 – 16h45  
   Dimanche                      14 septembre 2008                      8h30 – 16h00

Lieu :                              Fribourg, salle de gymnastique du Collège St-Michel  
   Rue Saint-Pierre-Canisius 10  
   Places de parc à disposition au prix de Fr. 5.00 pour la journée

Se munir de :                      - Livret de cours pour ceux qui en ont un, sinon il sera donné sur place et facturé à votre société  
   - Vêtements de gym (pour les agrès, aussi basket d'intérieur)  
   - Matériel pour écrire

Questionnaire :                      A remplir et à rendre en début du cours le samedi matin

Repas :                              Prendre un pique-nique pour le samedi  
   Repas du dimanche au restaurant  
   (menu sans boissons compris dans le prix du cours)  
   A prendre boissons pour les pauses

Assurance :                      L'assurance est une affaire personnelle.

Finance d'inscription :              Fr. 100.00  
   Une facture a été envoyée à ta société.

Responsables du cours :              Anne Conus ☎ 021 / 909.61.27  
   ✉ anne.conus@sunrise.ch

Nous nous réjouissons de ta participation à ce cours d'introduction et nous te souhaitons plein succès pour ta formation. Nous restons à ta disposition pour plus de renseignements.

Salutations amicales  
Anne Conus

Annexes : programme du cours, questionnaire, liste des participants, plan de situation

Envoi : 1 envoi par société avec la facture. **Merci de transmettre aux personnes concernées.**  
Envoi par email aux participants qui avaient indiqué leur adresse courriel dans l'inscription.

Partenaire officiel de la FFG



## Questionnaire à remplir pour le début du cours

1. Quelles sont tes ou les raisons de devenir moniteur?

.....  
.....  
.....

2. Quelle image doit donner un moniteur?

.....  
.....  
.....

3. Qu'est ce qui va me faire progresser pour devenir un bon moniteur?

.....  
.....  
.....

4. Que doit-on préparer avant de rentrer dans la salle de gym ?

.....  
.....  
.....

5. Combien y-a-t-il de parties dans une leçon de gymnastique et lesquelles ?

.....  
.....  
.....

6. De quoi dois-je tenir compte quand je suis dans la salle ?

.....  
.....  
.....

7. Quelles questions se pose-t-on à la fin de la leçon ?

.....  
.....  
.....

- 8. Citer quelques principes essentiels relatifs à l'aide et à la surveillance  
.....  
.....  
.....
  
- 9. Dans quelle publication se trouvent toutes les informations pour les cours et les concours de la FFG ?  
.....  
.....  
.....
  
- 10. Dès qu'il y a un accident dans ton groupe, au point de vue administratif quelle personne de ta société doit systématiquement être avertie ?  
.....  
.....  
.....
  
- 11. A quoi sert la position latérale de sécurité?  
.....  
.....  
.....
  
- 12. Quand doit-on faire appel à l'ambulance?  
.....  
.....  
.....
  
- 13. Comment reconnaît-on une personne inconsciente?  
.....  
.....  
.....

A remplir et à rendre en début du cours le samedi matin

Tu peux remplir le questionnaire dans ta langue maternelle

Pour la traduction des questions en allemand tu peux t'adresser au secrétariat de la FFG 026/684.31.48

## CIAM, 13-14 septembre 2008

	Société	Nom, prénom	Leçon type samedi			Leçons du dimanche												
			agrès	gym & danse	polyport	1			2			3			4			
						Aide + surv.	espace-temps-force, gym & danse	jeux de balles	sol	mouvements de base gym & danse	équilibre	agrès en suspension	principes du mouv., gym & danse	courir-sauter	les rotations	trouver-former-comp., gym & danse	le travail en appui	
1	Attalens	Cochard Mariella		1		1			1				1			1		
2	Attalens	Colliard Bastien	1			1			1			1				1		
3	Attalens	Menoud Valérie		1		1				1		1					1	
4	Attalens	Vial Anne-Julie	1			1			1			1				1		
5	Attalens	Vionnet Pauline		1		1			1				1			1		
6	Avry	Caron Sébastien			1			1			1							1
7	Avry	Corpataux Wannis			1			1			1							1
8	Broc	Andrey Justine		1			1			1			1				1	
9	Broc	Bulliard Laetitia		1			1			1			1				1	
10	Broc	Falcone Pauline	1			1			1			1						1
11	Broc	Remy Marion		1			1			1			1				1	
12	Broc	Steiner Céline	1			1			1			1				1		
13	Broc	Sudan Manon	1			1			1			1				1		
14	Châtonnaye	Toffel Nadia			1	1			1					1				1
15	Châtonnaye	Robatel Cindy			1	1			1					1				1
16	Courtepin	Küttel Valerie		1			1			1			1				1	
17	Domdidier	Konrad Isabelle			1			1			1				1			1
18	Ependes	Raemy Pauline	1			1			1			1				1		
19	Ependes	Vonnez Coralie	1			1			1			1						1
20	Estavayer-le-Lac	Braun Emilie			1		1			1				1			1	
21	Estavayer-le-Lac	Braun Laetitia			1	1			1			1						1
22	Freiburgia	Liengme Gaëlle	1			1			1			1				1		
23	Freiburgia	Waeber Regina	1			1			1			1				1		
24	Freiburgia	Schmoutz, Marion	1			1			1			1				1		
25	Freiburgia	Zillweger, Morgane	1			1			1			1				1		
26	Fribourg-Ancien	Horner Lucy	1			1			1			1				1		
27	Fribourg-Ancien	Morard Flavien	1			1			1			1				1		
28	Fribourg-Ancien	Perriard Alec	1			1			1			1				1		
29	Fribourg-Ancien	Rybarik Andréa	1			1			1			1				1		
30	La Combert	Andrey Valérie			1			1			1			1			1	

## CIAM, 13-14 septembre 2008

	Société	Nom, prénom	Leçon type samedi			Leçons du dimanche												
			agrès	gym & danse	polyport	1			2			3			4			
						Aide + surv.	espace-temps-force, gym & danse	jeux de balles	sol	mouvements de base gym & danse	équilibre	agrès en suspension	principes du mouv., gym & danse	courir-sauter	les rotations	trouver-former-comp., gym & danse	le travail en appui	
31	La Combert	Kolly Marie			1			1			1					1		
32	Marly	BERSET Morgane	1			1			1				1				1	
33	Marly	Bielmann Annick	1			1			1			1			1			
34	Marly	Caille Marine	1			1			1				1				1	
35	Marly	Droux Diane	1			1			1				1				1	
36	Marly	Droux Marie	1			1			1			1			1			
37	Marly	Hayoz Valérie	1			1			1				1					1
38	Marly	Horner Marielle	1			1			1			1			1			
39	Marly	Poffet Frédérique	1			1			1				1				1	
40	Marly	Schafer Carmen	1			1			1				1					1
41	Marly	Schubiger Julia	1			1			1				1				1	
42	Marsens	Florio Nicolas			1						1			1				1
43	Marsens	Girard Jonathan			1						1			1				1
44	Prez-vers-Noréa	Franc Maëlle			1						1			1			1	
45	Prez-vers-Noréa	Bertschi Cynthia			1						1			1				1
46	Romont	Monteliu Caroline			1					1				1		1		
47	Romont	Imhof Fabrice			1				1					1				1
48	Romont	Rouiller Mélanie	1				1		1			1					1	
49	Romont	Perroud Mégane	1			1			1				1				1	
50	Romont	Schorderet Julie	1			1			1			1						1
51	Siviriez	Deillon Lucie			1		1		1					1		1		
52	Siviriez	Paccaud Jodie			1	1				1				1				1
53	Ursy EPF	Baudois Sylvie			1						1			1				1
54	Ursy EPF	Demierre Carmen			1						1			1				1
55	Ursy EPF	Guillaume Marlène			1						1			1				1
56	Ursy FSG	Coquoz Jeremy	1			1			1			1			1			
<b>Totaux:</b>			<b>29</b>	<b>7</b>	<b>20</b>	<b>35</b>	<b>7</b>	<b>14</b>	<b>36</b>	<b>8</b>	<b>12</b>	<b>25</b>	<b>15</b>	<b>16</b>	<b>21</b>	<b>17</b>	<b>18</b>	
			<b>56</b>			<b>56</b>			<b>56</b>			<b>56</b>			<b>56</b>			

08h30	08h45	<b>Ouverture du cours</b>											
08h45	09h35	<b>Leçon type Agrès</b> <i>Salle 1 29 participants GD/MC</i>			08h45	09h35	<b>Leçon type Gym &amp; Danse</b> <i>Salle 3 7 participants CR</i>			08h45	09h35	<b>Leçon type Ploysport</b> <i>Salle 2 20 participants AC/AD</i>	
09h40	10h10	<b>Premiers secours</b> <i>Salle 3 18 participants CS/FS</i>			09h40	10h50	<b>Conception d'une leçon</b> <i>Salle 2 18 participants AC</i>			09h40	10h10	<b>Approche de la musique</b> <i>Salle 1 18 participants PT</i>	
10h10	10h30	Pause								10h10	10h30	Pause	
10h30	11h20	<b>Approche de la musique</b> <i>Salle 3 18 participants PT</i>			10h50	11h10	Pause			10h30	12h00	<b>Condition physique Coordination</b>	
11h25	12h00	<b>Personnalité du moniteur</b> <i>Salle 3 18 participants AD</i>			11h10	12h00	<b>Premiers secours</b> <i>Salle 2 18 participants CS/FS</i>						
12h00	13h00	Repas											
13h00	14h20	<b>Conception d'une leçon</b> <i>Salle 2 18 participants AC</i>			13h00	13h30	<b>Personnalité du moniteur</b> <i>Salle 1 18 participants AD</i>			13h00	13h50	<b>Premiers secours</b> <i>Salle 3 18 participants CS/FS</i>	
					13h35	14h55	<b>Condition physique Coordination</b> <i>Salle 1 18 participants PR</i>					13h55	14h25
14h25	14h55	<b>Suite de la formation, Informations</b> <i>Salle 3 18 participants DG</i>			Pause			14h25	14h35	Pause			
14h55	15h05	Pause											
15h05	16h30	<b>Condition physique Coordination</b> <i>Salle 1 18 participants PR</i>			15h05	15h55	<b>Approche de la musique</b> <i>Salle 3 18 participants PT</i>			14h35	15h55	<b>Conception d'une leçon</b> <i>Salle 2 18 participants AC</i>	
					16h00	16h30	<b>Suite de la formation, Informations</b> <i>Salle 3 18 participants DG</i>					16h00	16h30
16h30	16h45	<b>Feedback</b>											

Formateur du cours : Maxime Cattin, Anne Conus, Anne Dénervaud, Gilles Dousse, Dominique Gavillet, Carine Richoz, Pierre Richoz, Frédéric Salamin, Christel Schindler, Paula Thürler

Horaires		Leçons						
8h30	8h45	Ouverture du cours						
8h45	10h00	Leçon agrès		Leçon Gym&Danse		Leçon polysport		
		<b>Aide et surveillance Préparation spécifique</b>		<b>Espace-temps-force</b>		<b>Jeux de balles</b>		
		Salle 1	35 participants	<i>PM/MC</i>	Salle 3	7 participants	<i>PT</i>	Salle 2
10h00	11h15	Leçon agrès		Leçon Gym&Danse		Leçon polysport		
		<b>Gymnastique au sol</b>		<b>Mouvements de base</b>		<b>Equilibre</b>		
		Salle 1	36 participants	<i>PM/MC</i>	Salle 2	8 participants	<i>FB</i>	Salle 3
11h30	13h00	Repas						
13h00	14h15	Leçon agrès		Leçon Gym&Danse		Leçon polysport		
		<b>Agrès en suspension</b>		<b>Principes du mouvement</b>		<b>Courir-sauter</b>		
		Salle 1	25 participants	<i>PM/MC</i>	Salle 2	15 participants	<i>PT</i>	Salle 3
14h15	15h30	Leçon agrès		Leçon Gym&Danse		Leçon agrès		
		<b>Orientation Les rotations</b>		<b>Trouver-former-composer</b>		<b>Le travail en appui</b>		
		Salle 1	21 participants	<i>PM/MC</i>	Salle 2	17 participants	<i>FB</i>	Salle 3
15h30	16h00	Evaluation						

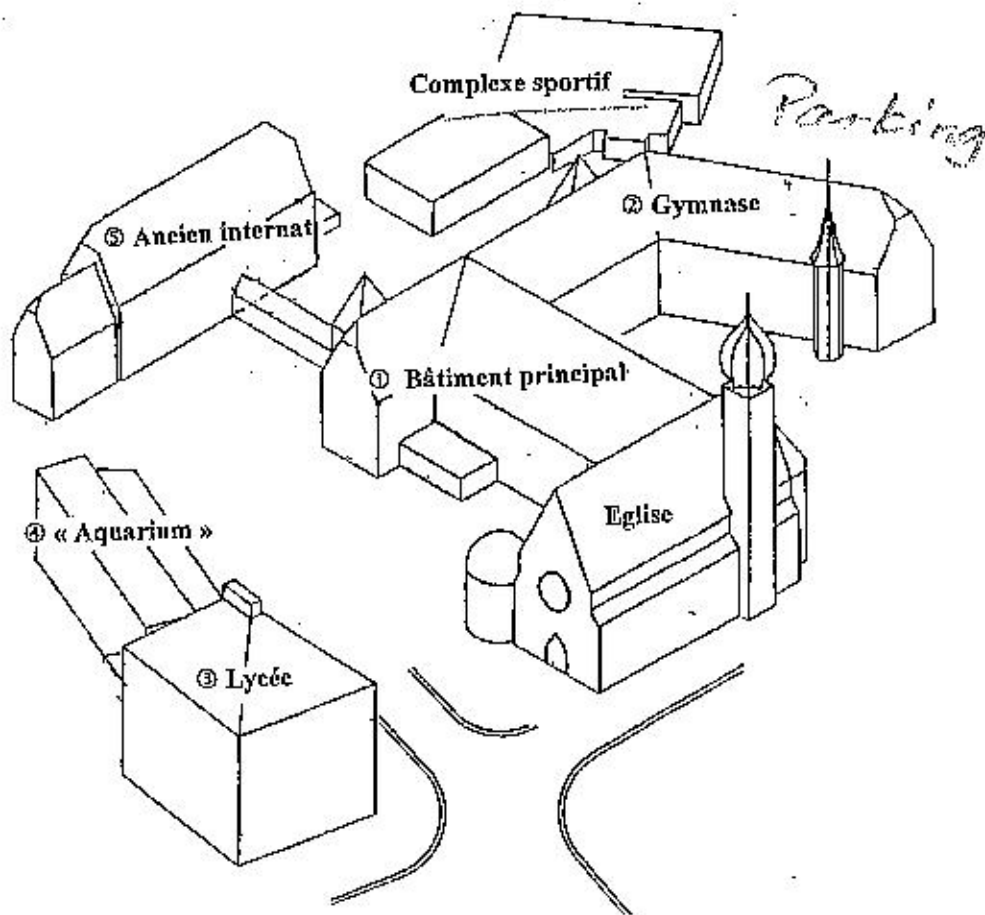
Formateurs du cours : Frédérique Beaud, Maxime Cattin, Anne Dénervaud, Anne Joye, Dominique Meuwly, Paula Thürler



Adresse  
Rue St-Pierre-Canisius 10  
1700 Fribourg



# Plan du collège St-Michel à Fribourg



1 <u>Bâtiment central</u>	2 <u>Gymnase</u>	3 <u>Lycée</u>	5 <u>Ancien internat</u>
<p><b>Etage 0</b>                      Secrétariat                      Salle d'étude                      Bureau administrateur                      Bibliothèque française                      Bureaux 4 proviseurs</p> <p><b>Etage 1</b>                      Rectorat                      Bureau proviseure</p>	<p><b>Etage 0</b>                      Local pique-nique</p>	<p><b>Etage 0</b>                      Aula                      Local pique-nique</p> <p><b>Etage 4</b>                      Salle de musique</p>	<p><b>Sous-sol</b>                      Matériel scolaire</p> <p><b>Etage -1</b>                      Local pique-nique</p> <p><b>Etage 0</b>                      Cafétéria                      Biblioth. allemande</p> <p><b>Etage 2 + 3</b>                      Salles d'informatique</p> <p><b>Etage 3</b>                      Fanfare</p>

**N° des salles :** ox 1.2.3 signifie bâtiment 1, étage 2 salle 3

**Récréation :** 09.35 – 09.45 h pour les élèves ayant la 3<sup>e</sup> heure dans les bâtiments 1 – 2  
 10.20 – 10.30 h pour les élèves ayant la 3<sup>e</sup> heure dans les bâtiments 3 – 4 – 5 – 6