

U.C.C Vélo Tout Terrain du BP JEPS APT



du 15 mai au 9 juin 2017

Objectif :

L'UCC Vélo tout terrain atteste des compétences de l'éducateur à assurer, en autonomie pédagogique, des cycles d'initiation jusqu'au premier niveau de compétition dans les activités du vélo tout terrain, à l'exception des activités de vélo tout terrain de descente.

Cette certification est une opportunité pour compléter votre surface de compétences professionnelles. Vous pourrez ainsi accéder aux demandes des établissements ou structures prestataires d'activités Vélo Tout Terrain, ou développer une activité sous le statut d'indépendant.

Heures Totales



Heures en centre



Heures en entreprise



CODE ROME
G1204

CRFCK

FFCK



FUTURO SUD
SPORT ANIMATION TOURISME

Centre Jacques Arnaud 05120 - L'Argentière la Bessée
Tél.: 04 92 23 12 92
Mail : contact@crfck.com - www.crfck.com



U.C.C Vélo Tout Terrain du BP JEPS APT

Contenus et modalités pédagogiques :

L'UCC Vélo Tout Terrain est proposée sur 4 semaines en centre et 2 semaines en entreprise. L'organisation pédagogique est dispensée sur le modèle de l'alternance. Périodes centre/entreprise.

Semaine 1 : Thème, culture de l'activité et technique personnelle. Les disciplines du VTT. La description du matériel de VTT. Le vocabulaire spécifique.	L'organisation des compétitions. Les différents diplômes du cyclisme. La réglementation des activités VTT. La FFC et la FFCT.	Biomécanique de la propulsion. La classification des parcours VTT. Mécanique de base et réglages.
Semaine 2 : encadrement du VTT en sécurité. La préparation d'une sortie. Lecture de carte et recherche de balises. Les procédures de sécurité	adaptées aux sites de pratique. Les différentes disciplines du VTT. La classification des parcours VTT. L'organisation du groupe lors d'une	sortie. La conduite d'un VTT. Le franchissement d'obstacles Lecture de terrain et adaptation de la posture. Mécanique avancée du VTT.
Semaine 3 : pédagogie du VTT, de l'initiation au niveau débrouillé. Mécanique avancée du VTT. VTT orientation. Pilotage et franchissement d'obstacles	multiples. L'évaluation initiale en VTT : orale, sur plateau et en randonnée. Les compétences et critères de la performance en VTT. La construction	de séances d'apprentissage en VTT. Les outils pédagogiques à destination des débutants et des débrouillés. La construction d'un cycle de découverte des activités du VTT.
Semaine 4 : technique personnelle et pédagogie du VTT, du niveau débrouillé au premier niveau de compétition. L'évaluation de la progression en VTT.	L'évaluation terminale en VTT. VTT orientation. Mécanique avancée du VTT. Les séances d'apprentissage globales. Les outils pédagogiques à destination des confirmés jusqu'au	1er niveau de compétition : le perfectionnement, les bases de l'entraînement. La construction d'un cycle de perfectionnement.
Semaines 5-6 : immersion dans l'entreprise. L'objectif en entreprise est de mettre en œuvre l'ensemble des compétences développées en centre	auprès d'un public. Cette période permettra d'opérationnaliser les acquis sur le terrain.	L'ensemble des thèmes listés ci-dessus pourront être abordés en entreprise selon les projets professionnels des stagiaires.

Dates : du 15 mai au 9 juin 2017

Lieu : L'ARGENTIERE LA BESSEE,

Publics et pré-requis : L'accès à la formation est réservée aux titulaires du BP APT, du BP Randonnée ou de son équivalent. La sélection des candidats avant l'entrée en formation est définie en accord avec l'arrêté de création de l'UCC Vélo Tout Terrain du 08 novembre 2010.

Modalités d'inscription : les pré-inscriptions s'effectuent en ligne www.crfck.com .
Test des sélection : 12 mai 2017

Suivi et évaluation de la formation :

Le suivi est effectué par le livret de formation dématérialisé accessible sur Internet, il comprend tous les éléments administratifs ainsi que le suivi pédagogique en centre et en entreprise.

Le planning et les modalités certificatives y sont précisés.

L'évaluation s'effectue par : La validation de l'UCC VTT

Des feuilles d'émargement sont organisées pour le suivi présentiel.

Coût : Devis sur demande. Formation financée par le conseil régional PACA «sous conditions»

CONTACT



Conditions d'entrée en formation

Test technique d'entrée en formation

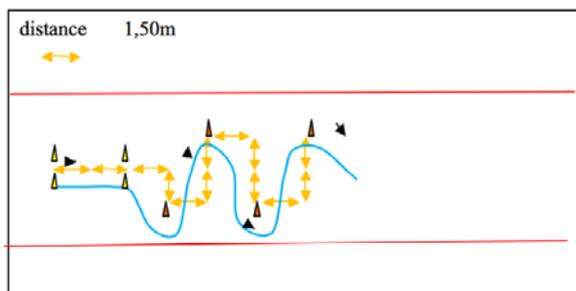
Un test technique d'une durée de 30 minutes est organisé par le centre de formation. Le test comporte les ateliers suivants :

Montée de marche :

Prise d'élan 3m. Arrêt à 30 cm de la marche (H = 0,10m) ligne au sol. Franchir l'obstacle sans que les roues ne touchent l'angle de la marche. Poser sur l'angle de la marche une cornière en métal.

Slalom décalé

Sur terrain en terre ou en herbe. Dans un couloir de L = 10m, l = 5m, disposer 4 plots espacés de 1,5m. Prise d'élan 3m. Passer à droite (roue avt) du premier plot.



Prise de balle au sol

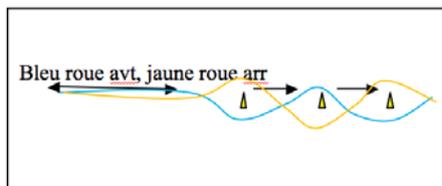
Traverser un carré de 5m x 5m matérialisé au sol pour ramasser une balle de tennis au sol et sortir du carré sur le coté opposé.

Passage sous barre

Prise d'élan 5m. Passer sous une porte H = 1,30m, l = 1,50m.

Rouler droit

Sur terrain en terre ou en herbe. Sur le plat ou en légère montée. Départ un pied au sol, prise d'élan 3m. Franchir un espace (L = 3m, l = 0,30m) en pédalant.

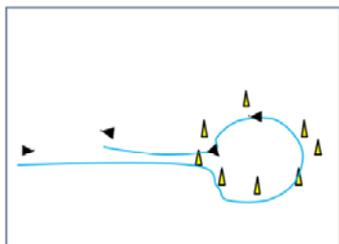
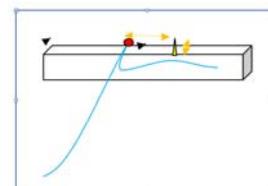


Quilles sous pédalier

Sur terrain Plat. Prise d'élan 5m. 3quilles alignées qui sont espacées de 1,20m. Franchir la 1^{ère} quille roue avt à droite et roue arr à gauche, inversement pour la 2^{ème} quille et à nouveau, changement pour la 3^{ème} quille.

Arrêt et changement de direction

Prise d'élan 5m. Venir toucher le mur avec la roue avant, reculer puis avancer en tournant à droite ou à gauche pour passer dans la porte (à 1m du mur) placée à 2m du point d'impact.

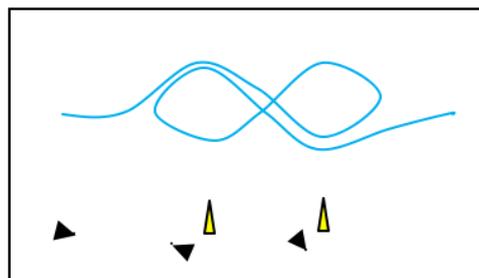


Tour intérieur

Prise d'élan 3m. Rentrer et faire un tour complet à l'intérieur d'un cercle matérialisé au sol (diamètre 4m).

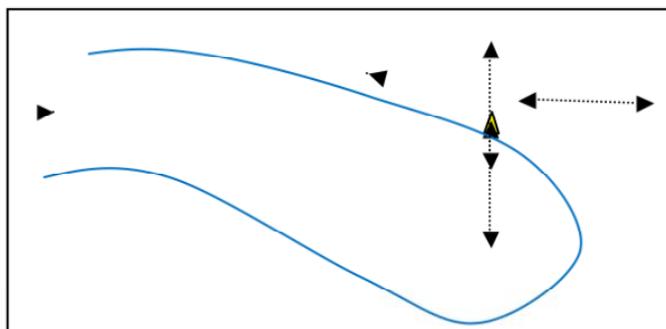
Le « 8 »

Sur un terrain en terre ou sur l'herbe en dévers, délimiter un espace de $L = 10\text{m}$ et $l = 5\text{m}$. Effectuer un « 8 » (2 plots placés à 5m l'un de l'autre).



Freiner

Sur terrain en terre ou en herbe. Prise de vitesse sur 20m puis effectuer un freinage pour faire dérapier la roue arrière qui chassera un bidon placé au sol.



Virer,

Terrain de $25\text{ m} \times 10\text{m}$, plot à 5m des bordures de l'espace

Equivalences au test technique préalable à l'entrée en formation

- × Sportifs de haut niveau en « vélo tout terrain » inscrit ou ayant été inscrits sur la liste ministérielle mentionnée à l'article L.221-2 du code du sport.

Documents complémentaires à joindre au dossier d'inscription

- × Diplôme de rattachement ou attestation d'inscription en formation permettant l'accès à l'UCC VTT
- × PSC1 ou son équivalent