



Ligue Francophone des Poids et Haltères

Pré requis du MONITEUR SPORTIF – MSIIn & MSeD en Haltérophilie et Powerlifting.

- ✓ Réussite des cours généraux « Moniteur Sportif Initiateur » à l'ADEPS
- ✓ Age minimum : 18 ans le jour du premier cours.
- ✓ Affiliation à La Ligue Francophone des Poids et Haltères ou à la Fédération Internationale d'Haltérophilie ou de Powerlifting.
- ✓ Production d'une attestation médicale pour la pratique de l'Haltérophilie et le Powerlifting
- ✓ Satisfaire à l'évaluation préliminaire d'acceptation au cours spécifique en Haltérophilie et en Powerlifting :
 - Pouvoir montrer et expliquer les principes généraux des deux mouvements de l'haltérophilie
 - Pouvoir montrer et expliquer les principes généraux des trois mouvements du Powerlifting.

Documents administratifs à fournir par le candidat.

- Certificat médical d'aptitude à la pratique de l'haltérophilie et le powerlifting, couvrant au moins la période de l'intégralité des cours, stages compris.
- License-assurance en ordre d'affiliation durant la totalité de la durée de la formation.
- Présentation des documents de réussite ou dispense aux cours généraux du Moniteur Sportif Initiateur à l'Adeps.
- Carte d'identité ou document correspondant permettant la vérification de l'âge du candidat.
- Preuve d'acquiescement des droits d'inscription et l'accord administratif de l'organisateur délégué à fournir avant le 1^{er} cours.

Modalités d'inscription (préalable et définitive)

- Les dates, horaires, lieux et autres renseignements importants quant à la bonne information des sessions de formations sont faites via le site internet de La Ligue Francophone des Poids et Haltères (www.lfph.be).
- Le montant de paiement des droits d'inscription pour le niveau de formation Moniteur Sportif Initiateur est à verser sur le compte de La Ligue Francophone des Poids et Haltères.
- Pour s'inscrire à une session de formation, il y a lieu de remplir le formulaire d'inscription fourni par l'organisme formateur. Celui-ci est à envoyer par courrier ou mail à La Ligue Francophone des Poids et Haltères : m.busselot@skynet.be. Les renseignements suivants doivent être fournis : Nom prénom, date de naissance, club d'affiliation, attestation de réussite aux examens généraux de Moniteur Sportif Initiateur, carte d'identité, ...
- Les demandes d'inscriptions seront traitées par ordre de réception.
- L'inscription définitive à une formation est officielle quand les attestations et renseignements demandés sont en possession de l'opérateur délégué de formation. Tout candidat qui ne sera pas en règle ne pourra prendre part au premier cours de la formation.
- Dès le début de la formation, le candidat est informé des critères de présences et de bienséance pour l'accès aux évaluations.

Objectif

La formation de Moniteur Sportif Initiateur a pour objectif de donner les bases des connaissances nécessaires à la dispense de conseils et d'apprentissage aux nouveaux participants des disciplines que sont l'haltérophilie et le powerlifting. Ces connaissances doivent permettre au MSI d'animer une session d'initiation à la pratique des disciplines sportives ainsi que d'encourager d'autres éventuels candidats à suivre cette formation.

Le MSI devra être capable de conduire une séance d'initiation ainsi que de corriger les erreurs techniques éventuelles des candidats pratiquants. Il devra pouvoir évaluer les capacités des adhérents à la pratique de l'haltérophilie et du powerlifting et lui prodiguer des conseils afin de progresser dans la discipline ainsi que d'éviter tout problème physique. Il devra tenir compte de l'âge biologique et chronologique des pratiquants.

La formation de cadres sportifs à vocation pédagogique fait référence à des méthodes et pratiques d'enseignement, d'éducation et de formation. C'est enseigner, transmettre un savoir ou une expérience par des méthodes adaptées à un individu ou un groupe d'individus.

Profil de fonction du MONITEUR SPORTIF INITIATEUR en Haltérophilie et Powerlifting

- Le Moniteur Sportif Initiateur est chargé de faire découvrir et diversifier l'haltérophilie et le powerlifting en privilégiant l'approche par le jeu.
- Il devra permettre de s'amuser par des exercices éducatifs et ludiques que cela soit individuellement ou collectivement grâce à l'haltérophilie ou le powerlifting.
- Il devra animer les séances d'haltérophilie ou de powerlifting de manière participative.
- Il doit continuer le développement des habilités motrices générales lors de la pratique des exercices spécifiques à l'haltérophilie et le powerlifting.
- Il devra développer progressivement des habilités motrices spécifiques comme la vitesse et la coordination musculaire.
- Il motivera à l'apprentissage sportif par la maîtrise d'exercice complexe faisant appel aux qualités intrinsèques de l'haltérophilie et du powerlifting.
- Il intégrera le développement des qualités mentales, cognitives et émotionnelles dans et par l'activité sportive propre à l'haltérophilie et le powerlifting durant les activités individuelle et/ou collective.
- Il fidélisera à une activité sportive dans l'optique d'une pratique de compétition et/ou récréative poursuivie tout au long de la vie.
- Il doit aussi s'intégrer dans une équipe d'encadrement sportif.

Profil de fonction du MONITEUR SPORTIF EDUCATEUR en Haltérophilie et Powerlifting

- Le Moniteur Sportif Educateur est chargé de fidéliser l'haltérophile ou le powerlifteur à la pratique sportive de la discipline choisie.
 - Il devra veiller au développement complet du sportif.
 - Il doit former et consolider les habilités motrices spécifiques individuelles.
 - Le Moniteur Sportif Educateur devra parfaire l'apprentissage des fondamentaux de l'Haltérophilie et du Powerlifting.

 - Il doit intégrer et renforcer les qualités mentales, cognitives et émotionnelles durant l'activité Haltérophile et Powerlifting.
 - Le Moniteur Sportif Educateur doit être capable de détecter le niveau des pratiquants et le talent des sportifs.
 - Il doit avoir les connaissances suffisantes pour orienter le talent sportif vers les structures adaptées.
 - Le Moniteur Sportif Educateur doit être capable de s'intégrer dans un processus d'encadrement collectif sportif.
-