

## Charges théoriques de travail (En présentiel)

**Animateur** 26h30 + 1h accueil + 2h (examen)

Moniteur Sportif Initiateur 38h30 + 1h accueil + 2h (examen) + 16h (stage)

### Thématique 1

#### Cadre institutionnel et législatif (A 1h / MSI 2h)

##### ➤ Module 1 (A 30' / MSI 1h30)

##### Les sports d'orientation en Belgique

##### Réglementations générales et spécifiques

##### ✓ Le monde sportif en Belgique

- La catégorisation du sport  
Olympique – Mondial - Local
- L'organisation et les structures du sport en Belgique  
Régionalisation et équipes nationales
- L'organisation et les structures du sport en FWB  
Décret du 08 décembre 2008  
La DG Sports -ADEPS - AISF - AES - CEPS  
Les fédérations sportives reconnues - Sport scolaire
- Les formations sportives ADEPS - FRSO - AISF

##### ✓ L'organisation des Sports d'orientation dans le monde et en Belgique

- L'organisation des sports d'orientation dans le monde  
IOF et fédérations nationales  
Structures - Compétences - Activités - Compétitions internationales  
Les différentes disciplines en sports d'orientation
- L'organisation des sports d'orientation en Belgique  
ABSO - FRSO - VVO - Autres  
Structures - Compétences - Activités - Compétitions nationales et régionales  
Les activités scolaires et de vulgarisations, les séances d'initiations
- Particularités du monde sportif militaire  
CISM - Compétitions et entraînements - Liens
- Particularités du monde sportif scolaire  
ASEUS - ISF - FISU - AFFSS

##### ✓ Réglementations générales en sport d'orientation

- Code forestier
- Accès aux propriétés privées et publiques
- Accès aux bases de données cartographiques
- Les droits d'auteur de la carte IOF
- Spécificités pour les activités empruntant les voies publiques  
(VTTO - Sprint)

##### ✓ Réglementations spécifiques en sports d'orientation

- IOF - ABSO - FRSO  
Règlements administratif et sportif  
Règlement d'ordre intérieur FRSO (ROI)  
L'organisation et le contrôle des compétitions

- Module 2 (A et MSI 15')  
Statut social et fiscal du moniteur sportif à la FRSO – Accès à la profession
  - ✓ Le volontariat  
Loi du 03 juillet 2015  
Les défraiements
  - ✓ Les vacataires (Art 17)
  - ✓ Les salariés
  - ✓ La couverture en responsabilité civile et pénale
  
- Module 3 (A et MSI 15')  
Lutte contre le dopage à la FRSO
  - ✓ Charte anti-dopage de la fédération
  - ✓ Les AUT

## ✚ Thématique 2

### Didactique et méthodologie (A 4h / MSI 6h + 16h)

- Module 1 (A et MSI 1h)  
Apprentissage et contenus en fonction de l'âge
  - ✓ Principe généraux de la pédagogie
  - ✓ Quels facteurs déterminants de l'activité (thématique 3) pour quelles tranches d'âge
  
- Module 2 (A et MSI 1h)  
Mon action avant, pendant et après « Ma séance »
  - ✓ Préparation d'un projet d'animation en sports d'orientation
  - ✓ Principes de méthodologie et de didactique en sports d'orientation
    - Maîtrise de l'activité
    - Encadrement de l'activité
  
- Module 3 (A 2h / MSI 4h + 16h)  
Préparation des travaux pratiques et pédagogiques (A 2h / MSI 4h)
  - ✓ Micro'O et simulation / Stages / TFFStages (16h)  
Travail de fin de formation (TFF) (En non-présentiel)

## ✚ Thématique 3

### Facteurs déterminants de l'activité et de la performance (A 20h / MSI 29h)

- Module 1 (A et MSI 4h)  
Atelier - La séance d'initiation type
  - ✓ Généralités de la carte - Couleurs et symboles - Se repérer et s'orienter sur la carte
  - ✓ Marche « carte orientée et pliée » et technique du pouce (méthode POP) - Le choix de cheminement - La balade guidée - Exercice YOYO
  - ✓ Exercice étoile/trèfle - Mini Classique
  
- Module 2 (A et MSI 8h)  
Atelier - La Micro'O et exercices de simulation Niveau 1
  - ✓ Cartes adaptées, Travail sur plateau, Salles et terrains de sport

**Remarque :**

Un groupe de stagiaires prépare la Micro'O et un autre la simulation et ensuite tous passent sur l'ensemble des exercices.

La journée est scindée en deux parties : une théorie générale sur les différentes activités + préparation des activités par les stagiaires (4h) suivie par une préparation pratique et exécution des activités (4h)

➤ Module 3 (A et MSI 4h)

Atelier - Boussole Niveau 1

- ✓ Différents type de boussole et leur utilisation
  - Plate, visée, puce
  - Le magnétisme terrestre
  - Les différents nords - Azimut et gisement
- ✓ Atelier Etoile/trèfle et Radar

**Remarque :**

Les stagiaires exécutent l'atelier mais pose l'étoile avec le moniteur

➤ Module 4 (A et MSI 1h)

Les techniques d'apprentissage Niveau 1

- ✓ Les techniques de base
  - Se repérer et s'orienter sur le terrain - Le choix de cheminement - Attaques et sorties de postes
  - Contact carte/terrain
- ✓ Les techniques spécifiques
  - Le travail au relief - Le travail à la boussole
  - Mémorisation - Simplification- Facteurs d'erreur - Les déviations volontaires

➤ Module 5 (A et MSI 1h)

Les exercices Niveau 1

- ✓ Les exercices de base
  - Etoile/trèfle - Rouge/blanc - Classique - Ligne dirigée
- ✓ Les exercices spécifiques
  - Moulin - Mémo - Pair/impair - Oro-hydro
- ✓ Types de compétitions (information)
  - IOF - ABSO - FRSO
- ✓ Plan de stages et agencement des activités dans la durée

➤ Module 6 (A 1h / MSI 4h)

Atelier - Relief Niveau 1

- ✓ Niveau 1a
  - Généralités
  - Introduction à l'oro-hydrographie
  - Les courbes de niveau et estompage - L'équidistance
  - Les éléments ponctuels - Les tirets de pente
- ✓ Niveau 1b
  - Atelier relief
  - Pratique « terrain » + CO oro-hydro

- Module 7 (A 1h / MSI 4h)  
Le traçage de circuit Niveau 1a et 1b
  - ✓ Niveau 1a
    - Les parcours pour enfants, initiations et randonneurs
    - Vade-mecum « L'enfant, un orienteur pas comme les autres »
  - ✓ Niveau 1b
    - Principes généraux du traçage de parcours
    - Les différents circuits en fonction des catégories d'âge
  
- Module 8 (MSI 2h)  
La cartographie Niveau 1
  - ✓ Généralités
    - Historique - Différents type de cartes
  - ✓ La carte IGN
    - Projections cartographiques - Les systèmes d'unités - Les coordonnées géographiques
    - Découpage et numérotation des cartes - Systèmes et représentations planes
    - Les coordonnées en marge des cartes IGN - Les mesures sur la carte
    - L'orientation de la carte - Les éléments représentés sur la carte
  - ✓ La carte IOF
    - Les normes I SSOM/I SOM - Les éléments représentés sur la carte - La description de poste
  
- Module 9 (MSI 1h)  
Les technologies Niveau 1
  - ✓ Présentation des systèmes de poinçonnage électronique
    - EMIT / SportIdent / Autres
  - ✓ Présentation des systèmes de dessin de cartes et de traçage de circuits
    - OCAD / Purple Paint / Autres
  - ✓ Présentation des systèmes informatiques de gestion des résultats
    - HELGA

## 📌 Thématique 4

### Aspects sécuritaires et préventifs (A et MSI 1h)

- Module 1 (A et MSI 1h)  
La prévention des accidents et incidents lors d'activité en sport d'orientation
  - ✓ Spécificités des activités en sports d'orientation
  - ✓ Prévention générale « Avant-pendant-après » une activité
  - ✓ Prévention particulière à l'encontre la faune et la flore
    - La tique, la chenille processionnaire, les guêpes et frelons, la vipère
    - La berce du Caucase, la digitale.
  - ✓ Prévention particulière à l'encontre les conditions climatiques
    - Orages, vents violents, fortes chaleurs, grands froids
  - ✓ RCP et DEA

## ✚ Thématique 5

### Ethique, morale et déontologie (A et MSI 30')

#### ➤ Module 1 (A et MSI 30')

##### Règles de bonne conduite d'un cadre sportif

- ✓ Chartes de l'animateur/moniteur en sports d'orientation

## ✚ Examen

#### ➤ animateurs (2h)

- ✓ Tracer un circuit pour enfants (+/- 3km)
- ✓ QCM ou 10 questions ouvertes

#### ➤ MSI (2h)

- ✓ Tracer un circuit pour enfants (+/- 3km)
- ✓ QCM et 10 questions ouvertes