

COUNTRY LINE DANCE NIVEAU 1

FILIÈRE RÉGIONALE

Cette formation vise à transmettre la joie de danser sur des rythmes entraînants, tout en renforçant l'esprit de groupe et l'inclusion. C'est une belle occasion de se divertir, de découvrir un univers musical unique dans une ambiance chaleureuse et conviviale et d'apprendre de nouveaux contenus pédagogiques



CARDIO



ÉQUILIBRE



SOUPLESSE



RENFORCEMENT
MUSCULAIRE



À QUI S'ADRESSE CETTE FORMATION ?

- Titulaire du diplôme « Animateur 1er degré Adultes en salle »
- Titulaire du CQP ALS Option AGEE
- Titulaire du CQP Instructeur FITNESS mention cours collectifs
- Titulaire d'un diplôme professionnel de niveau IV et plus dans le champ sportif (BP, STAPS, etc.)



OBJECTIFS

- 1. Découverte des bases de la danse country en ligne :**
 - Familiarisation avec les pas de base de la country line dance.
 - Apprentissage d'enchaînements simples adaptés aux débutants.
- 2. Développement de la coordination et de la mémoire motrice :**
 - Travailler la synchronisation des mouvements avec la musique.
 - Acquérir une meilleure gestion du corps (équilibre, posture, rythme).
 - Travailler l'appréhension de l'espace (orientation).
- 3. Appropriation du style et de l'ambiance country :**
 - Se plonger dans l'univers musical et culturel de la danse country.
 - Intégrer les gestes et attitudes propres à la danse country.
- 4. Renforcement de la confiance en soi et du travail en groupe :**
 - Encourager les échanges et la cohésion entre les participants.
 - Favoriser l'inclusion et la convivialité au sein du groupe.



MOYENS TECHNIQUES ET PÉDAGOGIQUES

- Alternance d'apports de connaissances et de mise en pratique
- Formation centrée sur l'appropriation de techniques en lien avec les compétences d'animateur.



POINTS FORTS

- Une formation modulaire complémentaire afin d'enrichir ses compétences d'animateur
- Un contenu innovant pour répondre aux demandes des pratiquants
- Des outils clefs en main



LES PRÉREQUIS

- Être licencié à la FFEPGV
- Être titulaire de la formation « Culture fédérale »
- Être à jour de sa carte professionnelle d'Éducateur Sportif
- Avoir des expériences dans le domaine technique d'expression



CONTENUS

1. Introduction à la Country Line Dance

- Histoire et origine de la danse country.
- Présentation des différents styles de musique utilisés dans la country line dance (country, folk, blues...). ◦
- Importance de l'esprit de groupe et de la convivialité dans la pratique.

2. Apprentissage des pas de base

- Pas de base simple : rocks, taps, stomp, heel, toe, chassé etc.
- Introduction à des figures simples (ex. : "box step", « grapevine »).
- Exercice : travailler la posture du haut du corps.

3. Mise en pratique avec des enchaînements de danse

- Apprentissage de six à sept chorégraphies simples.
- Répétition des enchaînements en groupe, avec une attention particulière portée à la mémoire des mouvements et l'orientation.
- Travail sur le rythme et l'expression corporelle en fonction de la musique.

4. Ateliers

- Exercice de mise en situation pédagogique.
- Apprendre à s'adapter aux différents publics.

5. Évaluation et clôture de la formation

- Révision des chorégraphies apprises.
- Évaluation de la participation et de l'assimilation des pas.
- Retour et conseils pédagogiques pour réussir à apprendre les chorégraphies à des groupes.



MODALITÉ DE VALIDATION

- Feuilles de présence
- Fiche d'émargement
- Formulaires d'évaluation de la formation
- Évaluation formative :
 - Mises en situation pratique
 - Animation de séquences.



OUTILS

- Ressources et supports vidéo

COUNTRY LINE DANCE

NIVEAU 1

FILIÈRE RÉGIONALE



MODALITÉ DE CERTIFICATION

- Pour y accéder :
 - Avoir suivi intégralement la formation.
 - Formation non certifiante.



BÉNÉFICES MÉTIER

- Renforcer ses compétences d'animation (technique, démarches pédagogiques) et permettre d'enrichir ses séances avec des danses fun et accessibles à tous.



DIPLÔME REMIS

- Attestation de présence



POUR ALLER PLUS LOIN

- Suite à cette formation, nous vous conseillons de suivre la formation de niveau intermédiaire prévue un mois après.

INTERVENANT.E.S



Raphaële GODARD

Animatrice et formatrice experte dans l'univers Danse - Energy



Emmanuelle COMPAGNON

Expertise : CQP ALS, Activités Tendance, BPJEPS



DATES

- Le samedi 31 janvier 2026



LOCALISATION

- Toulouse (31)



DURÉE : 7H

- 7h de positionnement et de formation en présentiel



Vous êtes en situation de handicap et vous souhaitez participer à cette formation ? Contactez-nous ! Nous mettrons tout en oeuvre pour trouver une solution adaptée.



TARIFS

FRAIS PÉDAGOGIQUES :

224.00€ AVEC PRISE EN CHARGE
147.00€ SANS PRISE EN CHARGE

FRAIS ANNEXES : (HÉBERGEMENT ET RESTAURATION) :

À LA CHARGE DU STAGIAIRE
OU DU FINANCEUR

FRAIS D'INSCRIPTION :

25.00 €
(NON INCLUS DANS LES FRAIS
PÉDAGOGIQUES)

RENSEIGNEMENTS ET INSCRIPTIONS



Téléphone

05.34.25.77.90



Email

formation.occitanie@comite-epgv.fr



Site internet

www.formationepgv.com

