



## CONTENU DE LA FORMATION MOUV'K

Le concept Mouv'K est un concept de remise en forme par la danse. Pré-chorégraphié, il répond aux besoins des éducateurs sportifs d'enseigner un cours structuré tant au niveau des musiques que des mouvements. Leur créativité n'est toutefois pas écartée car parmi les musiques imposées, les futurs professeurs de Mouv'K pourront y proposer leur propres enchainements de pas.

L'objectif est de préserver la philosophie du concept et les musiques soigneusement choisies qui en font son identité.

La formation a pour objectif de transmettre aux participants les valeurs auxquelles le concept Mouv'K est attaché, d'en expliquer l'origine et de comprendre les objectifs à atteindre à chaque cours donné.

Elle permet également aux élèves d'apprendre les différents pas de base et des styles musicaux utilisés dans le concept (afro-caribéens), et de travailler les attitudes au-delà de la technique.

La formation est ouverte à des professionnels de la remise en forme et/ou de la danse, ce qui permet d'effectuer une première sélection des élèves. L'évaluation finale sanctionne la formation et permet ainsi de valider le titre de Professeur de Mouv'K aux plus méritants.

## CARACTERISTIQUES DE LA FORMATION

**Conditions requises :** Etre titulaire d'un diplôme dans le domaine de la remise en forme et/ou de la danse ou en cours de validation (DEUST des métiers de la forme, Licence ou Master STAPS, Licence professionnelle des métiers de la forme, Brevet d'éducateur sportif BPJEPS, Diplôme d'État ou Certificat d'Aptitude aux fonctions de professeur de danse ou équivalent, CQP ALS)

### **Recommandations préalables :**

- Avoir le rythme et de très bonnes aptitudes à danser
- Aimer partager un cours avec les participants
- Se soucier avant tout du bien être des participants et de leurs résultats physique

**Durée :** 2 journées consécutives de 8 heures chacune

**Points abordés :**

- Présentation du concept et des principes fondamentaux de la philosophie Mouv’K
- Définition des caractéristiques attendues chez un professeur de Mouv’K
- Etudes des différents bénéfices d’un cours de Mouv’K
- Masterclass (pratique)
- Apprentissage de la chorégraphie
- Ateliers techniques (chorégraphie, coaching, technique, partage)
- 3 passages des élèves pour pré-évaluation avec feedback
- Evaluation finale

**Supports :**

- Le manuel de formation Mouv’K
- 1 vidéo de masterclass sur laquelle les candidats vont être évalués
- 1 vidéo d’explications techniques de certains enchainements de pas
- La playlist des musiques de la masterclass

**Evaluation :** Chaque élève reçoit en amont de la formation la chanson (voir plusieurs) sur laquelle il sera évalué.

L’examen final au cours de la 2<sup>e</sup> journée de formation se fait en situation réelle, c’est à dire avec public. Le cours de Mouv’K est donné par l’ensemble des élèves qui enseignent tour à tour la chanson sur laquelle ils sont évalués.