



# FORMATION PROFESSIONNELLE

## METHODOLOGIE PEDAGOGIQUE

poledanceorleans.com

La formation de 20h "Méthodologie pédagogique" s'adresse aux **professeurs de pole dance en activité ou en devenir** qui éprouvent le besoin de comprendre et cerner les enjeux d'un cours en fonction des publics, des niveaux et des thématiques, et de **structurer leur méthode de création de contenu**. Il est nécessaire de pratiquer la pole dance ou un agrès aérien depuis un **minimum de 2 ans au préalable**.

## OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

Les stagiaires étudieront les **différentes catégories** de figures de pole dance pour en analyser les enjeux et les étapes pour les transmettre aux mieux à un large public, et apprendront à adapter leur enseignement à des **profils variés**.

- Préparer des contenus de cours adaptés à un **public de niveau débutant**
- Organiser les contenus de cours pour les rendre **adaptables et évolutifs**
- **Expliquer oralement et dans l'espace** des figures et les transitions entre elles pour mener vers un combo
- Savoir **diversifier son langage et reformuler** les indications pour être compris de tous
- Appliquer les **méthodologies d'enseignement** des spins, lifts et tricks pour décomposer les mouvements
- Savoir **construire et enseigner une chorégraphie** de niveau débutant en utilisant la musique, les temps et les accents



## DURÉE ET MODALITÉS

**Durée:** 20 heures réparties sur 4 jours.

**Tarif :** 600 euros net de taxes par personne.

**Prochaine session de formation**  
programmée du **04/12/2025 au 07/12/2025**,  
formation **en présentiel** uniquement.

**Nombre max de participants :** 10

**Nombre minimum de participants** pour  
ouverture de la session : 3

**Dernier délai d'inscription :** 7 jours avant la  
formation

# PROGRAMME

## JOUR 1 - 14H / 18H

- Posture professionnelle, rôle du professeur
- Connaissance des publics
- Déontologie et éthique
- Méthodologie générale

## JOUR 2 - 10H / 17H

- Méthodologie par type de figures (spins, tricks, lifts, floorwork)
- Mise en pratique des techniques d'enseignement
- Enjeu des cours par niveau
- Méthodologie de construction d'un cours chorégraphique

## JOUR 3 - 10H / 17H

- Méthodologie de construction d'un cours technique
- Mise en pratique construction d'un cours chorégraphique
- Mise en pratique construction d'un cours technique

## JOUR 4 - 10H / 14h

- Évaluation écrite
- Mises en situation professionnelle pour évaluation pratique

Les stagiaires seront conviés à participer à un cours collectif avec l'équipe de formation afin d'évaluer la prise en compte des techniques abordées pendant la formation.



## MOYENS PÉDAGOGIQUES

L'enseignement sera à la fois **magistral** (enseignement théorique, démonstrations, illustrations) et **participatif** (mises en situations, études de cas, échanges et retours d'expérience). Un **support écrit** sera remis à chaque stagiaire au début de la formation. Le Formateur s'engage à mettre à disposition un **espace pouvant accueillir du public, adapté à la formation et équipé du matériel adéquat** (poles, cerceaux, tapis, accessoires, accès internet) La formation sera animée par un formateur, en la personne de **Lucile Oury, professeur de danses aériennes et éducateur sportif diplômée d'Etat**.

## MODALITÉS D'ÉVALUATION

- **Examen écrit final**
- **Évaluation en situation pratique** (création, construction et enseignement d'un cours en conditions réelles supervisé par la formatrice)

## SUIVI POST FORMATION

Un **questionnaire de satisfaction** vous sera adressé à l'issue de la formation pour recueillir vos premières impressions. Un **rendez-vous de suivi** peut être fixé avec chaque stagiaire 6 à 8 semaines pour faire le point sur l'intégration des nouveaux acquis dans la pratique professionnelle, et apporter des éléments complémentaires si les stagiaires ont besoin d'approfondir ou d'informations sur un cas pratique précis. La formatrice reste **disponible par mail** après la formation si les stagiaires en ressentent le besoin.

## INFORMATIONS, INSCRIPTIONS ET ACCESSIBILITÉ

**Inscription et informations** par mail auprès du référent pédagogique, administratif et handicap. Nos formations sont ouvertes pour certains handicaps, n'hésitez pas à nous poser vos questions ou à nous faire part de vos besoins d'aménagements.

**Lucile Oury**

**lucile@poledanceorleans.com**  
**(réponse sous 48h)**

**POLE DANCE ORLEANS**

15 rue du Général de Gaulle 45650 SAINT JEAN LE BLANC

06 48 87 78 21 contact@poledanceorleans.com



poledanceorleans45



@poledanceorleans