

Développer une approche spécifique du métier d'éducateur sportif en sport santé.

Dates et lieu

Du 19 au 23 Juin 2023

LE LOFT

108 rue d'Elbeuf
76100 ROUEN

Durée

5 jours

Volume horaire

40 heures

Nombre de participants

Session limitée à
25 personnes

Coût de la formation

1 200 € de frais
pédagogiques / pers
(30,00 € / heure)

Conditions d'inscription

Fiche d'inscription disponible
sur :
<http://www.judonormandie.fr>

Contact

Secrétariat de la Ligue de
Normandie de Judo –
02.31.83.25.50

judo.normandie@orange.fr

❖ Public visé et prérequis :

- Educateur sportif, formateur, souhaitant compléter sa formation initiale par une approche spécifique du sport santé.

❖ Formateur :

- Waly FALL, Master Recherche en Physiologie-Santé-Sport,-Handicap, BEES, Coach Santé, Coach Sportif et Formateur spécialisé en sport santé.

❖ Objectifs :

- Acquérir des connaissances sur les bienfaits du sport.
- Acquérir des connaissances sur les besoins du corps humain.
- Acquérir des connaissances sur les caractéristiques d'un sédentaire.
- Être capable d'accueillir un public sédentaire.
- Être capable de mettre en place des outils pédagogiques nécessaires à la prise en charge d'un public souffrant d'une pathologie.
- Maintenir l'autonomie chez l'individu (bien vieillir).
- Prévenir le surpoids et l'obésité, les maladies cardiovasculaires et certains cancers.
- Prendre en charge certaines maladies respiratoires.
- Être capable de pérenniser et de développer son activité professionnelle et sa structure d'accueil (club).

❖ Moyens et méthodes pédagogiques :

- Formation assurée par un éducateur sportif spécialisé et expérimenté.
- Elle est faite d'apports théoriques participatifs, d'échanges d'expériences et de mises en pratique.

❖ Contenu (compétences visées) :

- Accueillir dans sa structure des personnes en toute sécurité et dans les meilleures conditions.
- Mettre en place des outils pédagogiques et des situations pédagogiques adaptées à chaque public.
- Savoir réaliser un bilan Sport-Santé
- Être capable de mettre en place un programme d'APS RASP.
- Être en mesure d'évaluer l'impact du programme proposé et de l'ajuster en fonction des résultats.
- Développer son activité professionnelle et sa structure.

❖ Evaluation des compétences :

- Mises en situation pratique.
- Délivrance d'une certification d'expertise pédagogique « Educateur Sport-Santé ».

PROGRAMME PREVISIONNEL



Sport Santé – E3S

Lundi 19 Juin 2023

8h30-9h00	Salle de cours	Accueil des stagiaires et présentation de la formation	Waly FALL
9h00-9h30	Salle de cours	Qu'est-ce qu'un E3S ?	Waly FALL
9h30-10h00	Salle de cours	Caractéristiques du public Sport-Santé	Waly FALL
10h00-11h00	Salle de cours	Les différents concepts de Sport -Santé	Waly FALL
11h00-12h00	Salle de cours	La sédentarité	Waly FALL
		<i>Déjeuner</i>	
13h00-15h00	Salle de cours	Activité physique vs. Inactivité physique	Waly FALL
15h00-16h00	Salle de cours (par groupes)	Bénéfices des activités physiques (préventions primaire, secondaire et tertiaire)	Waly FALL
16h00-17h30	Salle de cours	Textes clés Bilan de la journée, recueil des avis en prévision de la 2 ^{ème} journée	Waly FALL

Mardi 20 Juin 2023

8h30-9h00	Salle de cours	Accueil des stagiaires et présentation des adaptations	Waly FALL
9h00-11h00	Salle de Musculation (par groupes)	Présentation et mise en place de tests de condition physique	Waly FALL
11h00-12h00	Salle de cours (par groupes)	Présentation de l'entretien motivationnel	Waly FALL
		<i>Déjeuner</i>	
13h00-15h00	Salle de cours (par groupes)	Entretien motivationnel : ateliers	Waly FALL
15h00-17h00	Salle de cours	Témoignages vidéo et étude de cas pratiques	Waly FALL
17h00-17h30	Salle de cours	Bilan de la journée, recueil des avis en prévision de la 3 ^{ème} journée	Waly FALL

Mercredi 21 Juin 2023

8h30-9h00	Salle de cours	Accueil des stagiaires et présentation des adaptations	Waly FALL
9h00-10h30	Salle de cours	La programmation pour un public Sport-Santé	Waly FALL
10h30-12h00	Salle de cours	Constitution d'un programme Sport-Santé	Waly FALL
		<i>Déjeuner</i>	
13h00-16h00	Salle de cours et Musculation	Étude de cas cliniques	Waly FALL
16h00-17h00	Salle de cours (par groupes)	Gestion des pratiquants polypathologiques	Waly FALL
17h00-17h30	Salle de cours	Bilan de la journée, recueil des avis en prévision de la 4 ^{ème} journée	Waly FALL

Jeudi 22 Juin 2023

8h30-9h00	Salle de cours	Accueil des stagiaires et présentation des adaptations	Waly FALL
9h00-10h00	Salle de cours (par groupes)	La bronchopneumopathie chronique obstructive (BPCO) : pathologie, physiopathologie et prise en charge	Waly FALL
10h00-11h00	Salle de cours (par groupes)	Obésité : pathologie, physiopathologie et prise en charge	Waly FALL
11h00-12h00	Salle de cours	L'obésité, un enjeu de santé publique	Waly FALL
		<i>Déjeuner</i>	
13h00-14h00	Salle de cours (par groupes)	Spécificité du public senior	Waly FALL
14h00-16h00	Salle de cours	Les autres publics Sport-Santé (femmes enceintes, enfants & adolescents)	Waly FALL
16h00-17h00	Salle de cours (par groupes)	Cas pratiques	Waly FALL
17h00-17h30	Salle de cours	Bilan de la journée, recueil des avis en prévision de la 5 ^{ème} journée	Waly FALL

Vendredi 23 Juin 2023

8h30-9h00	Salle de cours	Accueil et présentation de la journée de validation de la formation	Waly FALL
9h00-12h00	Salle de cours ou de Musculation	Mise en place d'un bilan Sport-Santé avec un public adapté	Waly FALL
		<i>Déjeuner</i>	
13h00-17h00	Salle de cours (par groupes)	Révision et questionnaire de validation des connaissances	Waly FALL
14h00-15h00	Salle de cours	Les niveaux nutritionnels	Waly FALL
15h00-16h00	Salle de cours (par groupes)	Études de cas - Ateliers - Calcul du métabolisme de base - Construction d'un programme nutritionnel	Waly FALL
17h00-17h30	Salle de cours	Bilan, remise d'attestations et de diplômes Clôture de la formation	Waly FALL