

ACTIVITÉS PHYSIQUES ADAPTÉES AUX SENIORS

NATURE DE LA FORMATION

Acquisition de compétences pour encadrer des séances d'activité physique adaptées au public senior

PRE REQUIS

Aucune connaissance n'est requise pour accéder à cette formation

PUBLIC CONCERNÉ

Professionnels du sport et du bien-être souhaitant développer leurs compétences dans l'encadrement des pratiques physiques et sportives adaptées face à un public sénior

OBJECTIFS

- Garantir aux pratiquants et aux tiers des conditions de pratique sécurisée et adaptée aux seniors, dans l'environnement concerné
- Proposer des activités ludiques, mobilisant les capacités fonctionnelles des personnes seniors, pour améliorer et/ou maintenir leur autonomie, favoriser le lien social et le bien vieillir.
- Identifier les limites des personnes en difficulté et évaluer les capacités afin de mieux adapter la pratique.
- Concevoir Séquences pédagogiques adapté au public « sénior »

CONTENUS

- L'impact et conséquences du vieillissement sur les différentes fonctions du corps.
- Les bienfaits d'une activité physique adaptée aux conséquences du vieillissement
- Les différentes pédagogies adaptées à ce public sur le maintien de l'autonomie, la prévention des chutes, la socialisation...
- Les caractéristiques spécifiques des seniors





LES MODALITÉS PÉDAGOGIQUES

AVANT LA FORMATION

Vous avez été en contact avec un membre du centre de formation pour organiser votre formation :

- Analyse de votre demande en validant les objectifs professionnels de la formation que vous souhaitez suivre
- Validation de votre programme et objectifs pédagogiques
- Gestion administrative et financière de votre dossier (date, lieu, inscription...)

PENDANT LA FORMATION

Rappel du programme détaillé et vérification des manuels pédagogiques. Le formateur est là pour répondre à toutes vos questions

A L'ISSU DE LA FORMATION

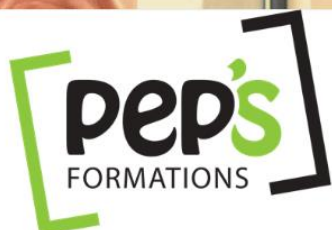
Validation des connaissances au travers d'un questionnaire QCM et d'une mise en situation pédagogique. Dans l'objectif d'améliorer en continu nos formations, une enquête de satisfaction sera proposée dans laquelle vous pourrez y formuler vos remarques sur la formation. Vous obtenez une attestation de formation et de présence suite à la réussite des évaluations

DURÉE

1 jours (8h) Pour connaître les dates et lieux des prochaines sessions, rdv sur le site www.pepsformations.fr.

TARIF

350 euro en présentielle
250 euro en distanciel



06 59 52 29 05
FORMATIONS.PEPS@GMAIL.COM
WWW.PEPSFORMATIONS.FR