

ACTIVITÉS PHYSIQUES ADAPTÉES AU SURPOIDS ET OBÉSITÉ

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 aux personnes en situation de surpoids ou d'obésité,



OBJECTIFS

- Garantir des conditions de pratique sécurisée et adaptée aux personnes en surpoids et ou en obésité dans l'environnement concerné
- Comprendre le surpoids et l'obésité
- Comprendre les bénéfices d'une pratique physique et connaître les recommandations et principes sécuritaires
- Identifier les limites des personnes en difficulté et évaluer les capacités afin de mieux adapter la pratique.
- Concevoir des séances pédagogiques adaptées au public « en surpoids ou d'obésité »
- Savoir adopter une posture bienveillante et motivationnelle

CONTENUS

- L'impact et conséquences de la surcharge pondérale
- Pathologies associées au surpoids et à l'obésité : physiopathologie des comorbidités Le quotidien des personnes en situation de surpoids ou d'obésité
- Les différentes approches pédagogiques et pluridisciplinaires pour ce public
- Les types d'activités physiques à préconiser L'individualisation de la pratique : conseils et outils
- Les caractéristiques de ce public



DURÉE

1.5 jours (10.5h) Pour connaître les dates et lieux des prochaines sessions, rdv sur le site www.pepsformations.fr.

TARIF

490 euro en présentielle
350 euro en distanciel
Des dispositifs de financement existent (salariés, indépendants, demandeurs d'emploi...), veuillez nous contacter pour en savoir plus. Réduction de tarif pour un financement personnel.

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 continue 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

