

Cycle Perfectionnement et Spécialisation

FILIERE SENIOR

BIEN VIEILLIR + BIEN VIEILLIR EQUILIBRE

Cette formation permet de développer les connaissances et les compétences pour l'animation auprès de public Sénior actifs ou en début de fragilité, d'acquérir une expertise dans l'animation de séances EPGV, de prévention des chutes auprès des clubs EPGV et dans l'animation d'ateliers Equilibre en lien avec les partenaires de prévention santé.



PUBLIC

- Titulaire du diplôme Animateur 1er degré Adultes ou Seniors en salle »
- Titulaire du CQP ALS Option AGEE
- Titulaire du CQP Instructeur FITNESS mention cours collectifs
- Titulaire d'un diplôme professionnel de niveau IV et plus dans le champ sportif (BP, STAPS, etc.).



PREREQUIS

- Être licencié à la FFEPGV
- Être titulaire du PSC1 (Prévention et Secours Civiques de niv.1]
- Être titulaire de la formation « Culture fédérale »
- Être à jour de sa carte professionnelle d'Éducateur Sportif (fournir une impression datée du site EAPSI).



OBJECTIFS DE LA FORMATION

- Concevoir, animer et évaluer des séances EPGV Bien Vieillir Equilibre et/ou des ateliers Equilibre
- S'intégrer dans l'approche écologique du Bien Vieillir liée à l'équilibre
- Acquérir les connaissances liées au vieillissement usuel de la fonction d'équilibration
- Connaître l'environnement du public sénior
- Évaluer les potentialités des participants par la mise en place de tests
- Assurer la sécurité des pratiquants



CONTENUS DE LA FORMATION

- La séance : les 4 piliers de la séance Bien Vieillir
- L'approche multidimensionnelle du Bien Vieillir : l'aménagement de l'habitat, les médicaments, l'équilibre
- Le vieillissement des grandes fonctions / Le vieillissement de la fonction d'équilibration
- Les transferts des situations pédagogiques dans la vie quotidienne

- Les épidémiologies de la chute (causes et conséquences)
- Les facteurs de risques de chute (facteurs intrinsèques et extrinsèques)
- Les démarches pédagogiques pour la construction de séances Bien Vieillir Equilibre ou ateliers équilibre (tests, conception, mise en situation, progression, évaluation) - la construction de cycles pédagogiques – Individualisation des situations pédagogiques
- Le choix des activités Physiques et Sportives support, traitement didactique
- Les tests d'équilibre : les protocoles des tests, procédure de mise en œuvre, évaluation
- La prise en compte du protocole équilibre en lien avec les partenaires
- L'aménagement du milieu
- Les aspects sécuritaires : précautions à prendre lors des passages au sol, les postures, les franchissements d'obstacles, les prothèses, les appareillages...
- Les aspects sécuritaires liés à l'activité.



MOYENS TECHNIQUES ET PEDAGOGIQUES

- Travail individuel et par groupe à l'aide des outils de formation fournis
- Alternance d'apports théoriques et pratiques
- Approche de la situation de vieillissement (problèmes de vue, d'audition, empêchements articulaires...) par l'utilisation du kit simulateur de vieillissement
- Animations pédagogiques auprès d'un public senior
- Utilisation des supports de communication du Bien Vieillir Equilibre (outils internes et externes)
- Connaissance des applications d'évaluation en vigueur sur les territoires (ex : Web Report)



OUTILS DE FORMATION

- Diaporamas contenus théoriques équilibre
- Malette pédagogique Equilibre – 40 fiches pratiques
- Tests d'équilibre (11 tests référence)
- Fiches séquences d'animation Equilibre
- Documents liés au Bien Vieillir Applications d'évaluation et de suivi diverses (ex : outils Web Report inter-régimes) questionnaires et tests



DIRECTEUR DE FORMATION, FORMATEURS ET/OU INTERVENANTS

- Directeur de Formation FFEPGV
- Formateur FFEPGV Inscrit sur la liste nationale des habilités « Senior »
- Intervenant expert.



MODALITÉS DE VALIDATION

- Feuille de présence
- Fiche d'émargement
- Formulaires d'évaluation de la formation
- Évaluation formative :
 - Quiz/Questionnaire
 - Mises en situation pratique
 - Animation de Séquences



DIPLÔME REMIS

- Certificat fédéral « Bien Vieillir »
- Certificat fédéral « Bien Vieillir Equilibre »



BENEFICES METIER

- Acquérir une expertise dans l'animation senior dans le domaine de l'équilibre
- Animer des séances de prévention des chutes au sein des clubs
- Optimiser l'animation des séances Bien Vieillir Equilibre au regard du niveau d'autonomie fonctionnelle des pratiquants
- Savoir animer des ateliers Bien Vieillir Equilibre en lien avec nos partenaires de prévention santé.



POINTS FORTS

- Approfondissement des connaissances et des savoir-faire dans le domaine de la prévention des chutes
- Observation de séance et mise en situation d'animation sur un public réel
- Echange et analyse d'expériences
- Accompagnement formatif avec apport de méthodes et d'outils



RENSEIGNEMENTS ET INSCRIPTION

COMITE EPGV Martinique

Tél. : 05 96 61 48 19 / 06 96 86 22 32

Email : comitegymvolontaire-972@orange.fr



Vous êtes en situation de handicap et souhaitez participer à l'une de nos formations ?
Consultez-nous : nous mettrons tout en œuvre pour trouver une solution adaptée.



DURÉE ET DÉROULÉ DE LA FORMATION :

- Formation en centre : 42h
du 11 au 13 mars 2024
- du 18 au 20 mars 2024
- Certification : 7h date à définir



POUR ALLER PLUS LOIN

Suite à cette formation, nous vous conseillons de suivre les formations :

- Programme Gym mémoire
- Marche Nordique Sport Santé
- Marche Active Sport Santé

Frais d'inscription : 30,00€
Frais pédagogiques : 1 960€
Hébergement et restauration :
non pris en charge