

ÉVALUER LA CONDITION PHYSIQUE – QUELLES NOUVEAUTÉS

OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

Comprendre l'importance de la condition physique sur la santé. Être capable d'évaluer de façon adaptée et sécurisée les capacités physiques d'une personne. Savoir adapter sa prise en charge en fonction des résultats obtenus et des limitations fonctionnelles de la personne.

PUBLIC CONCERNÉ

Éducateurs sportifs, bénévoles, dirigeants, professionnels paramédicaux...

PRÉ-REQUIS

Vouloir être en contact avec du public éloigné de la pratique ou atteint de limitations fonctionnelles.

DURÉE DE LA FORMATION ET MODALITÉS D'ORGANISATION

- Durée : 7 heures
- De 9h30 à 17h30 le 18/09/2020
- Effectif : de 6 à 14 pers.
- Coût de la formation :
Autofinancement : **90€**
Prise en charge OPCO, [nous consulter](#).

LIEU DE LA FORMATION

CROS Île-de-France
1 rue des Carrières
94250 Gentilly

CONTENU DE LA FORMATION

- Première partie théorique pour comprendre les concepts en lien avec la condition physique, son évolution et son impact sur notre santé. (2 heures)
- Quels tests de terrain utiliser en fonction des capacités physiques que nous voulons évaluer. (1 heure 30 minutes)
- Partie pratique pour mettre en place et effectuer une batterie de test de terrain. (2 heures)
- Retour sur les résultats pour interpréter et adapter sa prise en charge. (1 heure 30 minutes)

MOYENS ET MÉTHODES PÉDAGOGIQUES

Méthode participative avec des mises en situation et des temps de réflexion propre à la pratique de chacun.

PROFIL DU FORMATEUR

Thibaut Sommacal : Enseignant en Activité Physique Adaptée et Santé et spécialiste (EAPAS), spécialiste de l'Éducation Thérapeutique du Patient (ETP).

MOYENS TECHNIQUES

Une partie plutôt théorique dans la salle de formation avec une présentation sous forme de vidéo projecteur suivie d'une mise en situation dans le gymnase où le but sera de découvrir et de réaliser différents tests de terrain afin d'évaluer les différentes capacités physiques.

MODALITÉS D'ÉVALUATION

Distribution d'un cas fictif (se rapprochant du public pris en charge par les participants) ayant effectué une batterie de tests.

Chaque participant devra analyser les résultats obtenus, mettre en avant les points à travailler et développer la méthode à utiliser.