



## « Appropriation des recommandations et de l'écosystème Sport-Santé »



La fédération, pionnière du concept « Sport-Santé », vous propose une formation complète en adéquation avec les nouvelles recommandations de la Haute Autorité de Santé et un accès à des outils d'information dans le domaine de la santé tel que l'alimentation, le stress, le sommeil afin d'accompagner les licenciés vers un mode de vie sain et actif.

taux de réussite : 1ère formation – taux de réussite : 1ère formation

Fev./25



### Public :

- Animateur souhaitant approfondir ses connaissances et compétences vers une animation plus qualitative en prenant en compte les recommandations de la Haute Autorité de Santé et dans l'information aux pratiquants sur des sujets de santé (alimentation, stress, sommeil...) pour les accompagner vers l'adoption de comportements pour une vie saine et active.

### Prérequis :

- Titulaire du CQP ALS option AGEE, ou
- Titulaire d'un diplôme professionnel dans le champ sportif (CQP, BPJEPS, STAPS, etc.) ;
- Titulaire d'un diplôme professionnel du secteur danse (CQP Animateur Danse, Diplôme d'État de Danse).
- Être licencié à la FFEPGV.

### Avant la formation :

Un questionnaire préformation vous sera adressé afin de faire le point sur vos connaissances et permettre l'adaptation de la formation à vos besoins.

Positionnement :

Le stagiaire participera à un temps de positionnement permettant d'identifier :

- Ses motivations.
- Ses expériences professionnelles et le projet professionnel.

L'objectif du positionnement est de répondre au mieux aux besoins du stagiaire en adaptant le parcours de formation.



### Objectifs :

- S'approprier les leviers motivationnels pour les pratiquants dans une démarche qualitative d'accueil et de fidélisation du pratiquant.
- Concevoir des Packs Sport-Santé notamment au travers de l'animation de séances mixte adaptées.
- Approfondir ses connaissances en matière de sport et de santé par l'appropriation des outils élaborés par la FFEPGV.



### Contenus pédagogiques

- Les recommandations de pratique en activité physique de la Haute Autorité de Santé pour les publics adulte – senior et APA.
- Le Pack Sport-Santé et la séance mixte FFEPGV associée.
- La posture de l'animateur dans son utilisation de l'écosystème Sport-Santé FFEPGV afin d'informer les pratiquants pour un mode de vie sain et actif.
- La découverte des outils de l'écosystème Sport-Santé (podcast sur l'alimentation – fiche sur le stress...)
- Approche théorique et mise en pratique de la motivation des différents pratiquants adultes – senior et APA.
- Les tests de la condition physique au service de la progression et du maintien de la motivation du pratiquant.
- Focus sur le public enfant : ses besoins et ses particularités.



### Moyens pédagogiques :

Apports théoriques et techniques, supports écrits et numériques.

Capsule de formation digitale.

Classe virtuelle de régulation et de mutualisation.

Diaporama de présentation.

Documents théoriques.

Chaque formation FOAD est accompagnée par un référent technique dédié, chargé d'assurer le support et l'assistance technique nécessaire tout au long du parcours de formation.

### Les outils

Partage entre apprenants via une équipe Teams.

Diaporamas contenus théoriques.

Se munir d'un ordinateur portable.

Outils Sport-Santé FFEPGV et écosystème Sport-Santé FFEPGV.

Les frais de transport, de repas et d'hébergement sont à la charge du stagiaire



## « Appropriation des recommandations et de l'écosystème Sport-Santé »



La fédération, pionnière du concept « Sport-Santé », vous propose une formation complète en adéquation avec les nouvelles recommandations de la Haute Autorité de Santé et un accès à des outils d'information dans le domaine de la santé tel que l'alimentation, le stress, le sommeil afin d'accompagner les licenciés vers un mode de vie sain et actif.

taux de réussite : 1ère formation - taux de réussite : 1ère formation



### Nombre de participants

15 participants par promotion

### Equipe pédagogique

CTT Coreg EPGV Bretagne : Marion Coupé

Formatrice habilité FFEPGV : Dominique Meurant



### Modalités d'évaluation

L'évaluation formative portera sur :

- Partage d'expériences et mutualisation de bonnes pratiques.

La validation de la formation comporte les modalités suivantes :

- Suivre l'ensemble du cursus de formation comprenant la mise en situation professionnelle.
- Complétude des capsules de formation et avoir répondu favorablement à l'ensemble des livrables.
- Questions orales lors du bilan.



### Diplôme ou certificat remis

Attestation fédérale Formation animateur « Actualisation Sport-Santé »

### En fin de formation

Un questionnaire d'évaluation de la formation vous sera adressé via un questionnaire Forms.

L'évaluation des compétences sera réalisée tout au long de la formation via des quiz, des mises en situation et les livrables à produire.



### Points forts

L'accès à distance via des temps synchrones et asynchrones

La formation proposée va vous permettre de donner du sens à l'activité et d'apporter un bien-être mental, social et physique aux pratiquants au plus proche des recommandations de pratique d'activité physique.

Elle vous permettra d'accompagner les pratiquants vers une autonomie dans leurs choix au quotidien pour optimiser leur santé vers un mode de vie sain et actif.

La nouveauté de l'écosystème Sport-Santé.

La mise en situation pédagogique.

La mutualisation des bonnes pratiques entre paires.

La formation vous proposera un outil vous permettant un auto-diagnostic de l'évolution de votre encadrement des pratiquants.

### Pour aller plus loin

Nous vous conseillons de suivre la formation « Equilibre alimentaire et activité physique » pour approfondir vos connaissances dans les conseils aux pratiquant notamment en matière de diététique.



### Bénéfice Métier

Un approfondissement dans l'appropriation du concept Sport-Santé et des recommandations de pratique en activité physique pour animer vos séances de manière qualitative et en lien avec tous les publics.

L'accès à un écosystème fédéral Sport-Santé dans lequel vous trouverez des outils d'information de santé (alimentation, stress, sommeil...) pour accompagner vos pratiquants vers un mode de vie sain et actif.

### Volume Horaire : 20 heures de formation (dont 4h d'alternance

2 journées de 7h distinctes, 2h de formation à distance, 4h mise en situation en structure (face à face pédagogique)



**Dates** samedi 26 avril et samedi 24 mai 2025

**Lieu** : Ploufragan (22)

Les frais de transport, de repas et d'hébergement sont à la charge du stagiaire