

SPORT ET TROUBLES MUSCULOQUELETTIQUES



DUREE

7 HEURES



FORMATION

PRESENTIEL



PRIX

500 € HT/part. interentreprise



PREREQUIS

- Accueil et prise en charge de public atteint de T.M.S



PUBLICS :

- Personnel d'établissement sportifs privés (salle de sport, remise en forme, club de sport adapté...)
- Coachs sportifs, Personal Trainer, éducateurs sportifs indépendants
- Fédérations, lignes et comités sportifs
- Structures départementale ou régionales déployant des projets Sport-Santé



OBJECTIFS :

A l'issue de la formation, les participants pourront mieux appréhender la prise en charge sportive de public atteint de T.M.S. Ils seront en mesure de :

- ✓ Connaître et comprendre l'association activité physique et TMS
- ✓ Maîtriser, assurer et sécuriser la prise en charge de pratiquants atteints de TMS
- ✓ Concevoir et mettre en œuvre un cycle d'entraînement et d'activité physique adapté



SATISFACTION :

Taux de satisfaction 2023 : **96 %**

(Mesuré auprès de 164 participants sur 36 formations en 2023)



FORMATEURS ET INTERVENANTS :

Coach sportif, préparateur physique, EAPA, expert métier, médecin spécialisé en pratique sportive avec une expérience significative et reconnue dans le secteur du sport et du fitness.



DUREE DE LA FORMATION :

Parcours de 7 heures : l'intégralité des heures sont effectuées en présentiel comprenant 1H de cas pratiques, mises en situations et autres exercices.



MOYENS PEDAGOGIQUES :

- Espace dédiée à l'accueil et l'animation de la formation
- Document et supports de formation projetés ou partagés
- Questionnaire de validation des acquis personnalisés
- Cas pratiques et mises en situations (avec corrections)
- Remise de supports pédagogiques pendant la formation



MODALITES D'ACCES ET D'INSCRIPTION :

Les dates des sessions sont disponibles sur demande auprès de notre équipe.

Pour toute inscription ou renseignement, nos équipes sont joignable par mail à contact@formation-formu.fr ou par téléphone au 04 73 28 87 78.

Certaines sessions sont programmées à l'avance selon un planning établi, cependant nous pouvons en organiser à la demande en fonction des conditions et de chaque situation. Après avoir pris contact avec notre équipe, les délais d'accès à la formation sont rapides. Prévoir un délai d'organisation et de mise en place de 30 jours maximum. L'effectif par session est de 4 à 10 participants.

FORM'U est un organisme de formation agréé, déclaré à la DREETS, Datadocké et certifié processus QUALIOPF pour ses actions de formation. Quelle que soit votre situation professionnelle, une prise en charge par un OPCO (ou autre) est possible. Renseignez-vous. Si vous êtes en situation de handicap, vous pouvez prendre contact avec notre référent : Guillaume MARCINIAK, joignable au 04 73 28 87 78.



EVALUATION :

Un questionnaire de positionnement est soumis à chaque participant avant l'entrée en session de formation. Au cours de la formation, une feuille de présence est signée à la demi-journée et par participant.

La formation est sanctionnée par une évaluation finale (notée de 1 à 10) et par des mises en situations permettant de valider les acquis en fin de formation.



PROGRAMME :

CONTEXTE AUTOUR DES PRINCIPAUX TROUBLES MUSCULOSQUELETTIQUES (2 heures)

- Définition et caractéristiques des TMS
- Découverte des principaux TMS encadrées en activité physique adaptée
- Lexique et connaissances physiologiques autour des troubles ou limitations fonctionnelles
- Appréhender les particularités et les spécificités
- Liens et causes des TMS
- Facteurs favorisants et déclenchants
- Orientation, tendances et évolutions de cette maladie
- Synthèse bénéfices/risques de la pratique sportive encadrée

PARCOURS DE SOIN DU PRATIQUEUR (3 heures)

- Public atteints
- Acteurs du parcours de soins
- Environnement médical et sportif des pratiquants
- Vie quotidienne et incidence
- Traitement préventif et médicamenteux
- Intérêt de la pratique d'activité physique
- Prévenir les symptômes et effets de la maladie

PRISE EN CHARGE DES PRATIQUANTS (2 heures)

- Quelle prise en charge des pratiquants
- Recommandations générales
- Conception d'un cycle sportif adapté
- Contenu d'un programme sécurisant
- Règles et précautions liées à la pratique
- Exercices en groupe

(Les points présentés ci-dessus sont communiqués à titre informatif et seront susceptibles de légèrement varier selon les attentes des participants).