

Financement par les **OPCO, AGEFIPH**  
France Travail, Région

Effectif : 6 pers. min  
20 pers. maximum

## Objectifs



À l'issue de la formation, vous serez en capacité de :

- Remettre le public sénior en condition physique
- Aider le public sénior à maintenir sa condition physique afin de mieux vieillir dans le temps

## Programme



- Connaître l'environnement des publics séniors
- Elaborer une activité physique et sportive adaptée au public ciblé
- Animer une activité sénior sous forme d'atelier intérieur/extérieur
- Améliorer le système articulaire du corps humain chez les séniors
- Entretenir le système cardiovasculaire, la masse musculaire et la souplesse chez les séniors
- Bilan de la formation

## Méthodes et Moyens pédagogiques



- Atelier de manipulations
- Pratique en situation réelle avec public sénior
- Ressources multimédia et mise à disposition des documents pédagogiques

## Profils intervenants



Médecin du sport, enseignant-chercheur, kinésithérapeute, professeur d'éducation physique, ingénieur en pédagogie terrain, chercheur en analyse du mouvement, ostéopathie, docteur en nutrition, enseignant APS, enseignant APA, chercheur EAPA-S



### PUBLIC

Éducateur sportif avec carte professionnelle, coach, préparateur physique et tous professionnels de santé



### PRE-REQUIS

- Avoir 18 ans
- Casier judiciaire n°3 vierge
- Certificat médical de non contre-indication
- Diplôme sportif (BPJEPS, STAPS, PSCI à minimum ou équivalence)



### DURÉE

6 jours



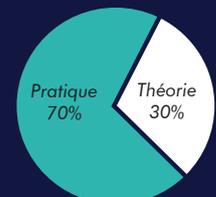
### EVALUATION

- QCM en début de formation
- Mise en situation réelle avec un public sénior en fin de formation



### VALIDATION

Remise d'une attestation de fin de formation



Scannez-moi

#### ACCESSIBILITÉ AUX PERSONNES HANDICAPÉES

Dans le cadre des formations dispensées par 3S FORME, l'accueil des personnes en situation de handicap est possible après évaluation de la nature du handicap. Les mesures à prendre, nécessaires à la réalisation d'une formation, sont à définir conjointement entre la personne en situation de handicap, son employeur si besoin et le référent handicap de 3S FORME. Afin d'anticiper au mieux les besoins, il est demandé à chaque employeur inscrivant une personne reconnue en Qualité de Travailleur Handicapé de le signaler dès la prise de contact avec la société 3S FORME.