Devenir référent en animation d'activités physiques adaptées (APA) auprès des résidents, dans un cadre de prévention des chutes

Thèmes : Santé et sécurité au travail - Médico-social

Tarifs : 4 200 € / groupe

Durée en jours : 4 jours / Durée en heures : 28 heures / Mode formations : Présentiel / Qualiopi : Certifié

Objectifs de la formation

Devenir salarié référent en animation de séances en activités physiques adaptées auprès des résidents, dans un cadre de prévention des chutes

Objectifs pédagogiques

- Comprendre les effets du vieillissement sur le corps
- Découvrir les bienfaits de l'activité physique chez la personne âgée
- Mettre en place des séances d'activités physiques adaptées auprès de ce public
- Construire une progression autour de la thématique des chutes
- Découvrir les éléments physiques constitutifs du maintien de l'équilibre
- Animer une séance type

Principaux contenus pédagogiques

1ère journée :

L'activité physique chez le (la) résident(e) âgé(e)
Logistique et sécurité pour animer une séance
Méthodologie et pédagogie d'animation, avec mise en pratique

2ème journée :

Découverte du matériel pédagogique d'animation et des 2ers thèmes de l'équilibre
Animation d'une séance type par le formateur, puis mise en situation pratique du professionnel
Découverte du support pédagogique remis par le formateur et construction d'une programmation de cycle

3ème journée :

Découverte de 2 nouveaux thèmes autour de l'équilibre
Animation participative et collective d'une séance type (Échauffement/ corps de séance/Retour au calme)
Découverte du support pédagogique remis par le

Méthodes pédagogiques

Alternance de supports théoriques et d'une importante mise en situation pratique des participants autour des éléments cités ci-dessus. Animation d'une séance type par le formateur. Et construction de séances d'animation par les stagiaires, avec propositions de contenus partagées autour des thématiques abordées.

Moyens et supports remis aux stagiaires

Chacun repartira en fin de journée avec le support illustré des exercices des thématiques découvertes, ainsi qu'un récapitulatif des points théoriques abordés.

Modalités d'évaluation

En continu, sur la participation active du stagiaire (échanges et proposition de contenus) et sur l'application des principes en situation d'animation (pédagogie, logistique et sécurité). Bilan en fin de journée, questionnaire en fin de formation et point sur les attentes/freins en début de session

Public visé

Soignants, animateurs, agents… (à préciser avec la Direction)

Nombre de participants

6 à 10 stagiaires

Pré-requis

Etre à l'aise dans l'animation de groupe et la prise de parole en public. Etre concerné par les séances d'animation au sein de l'établissement.

Accessibilité

Sur site, dans un espace accessible et dégagé permettant la pratique physique en toute sécurité. Formation accessible aux personnes concernées par la problématique énoncée.

formateur et construction du nouveau cycle d’activité

4ème journée :

Découverte des 2 derniers thèmes et animation d’une séance type par les professionnels

Découverte du support pédagogique et construction du dernier cycle d’activité

Présentation des critères d’évaluation du résident

Contact

Maguelone Vallée

06 71 13 77 14

contact@magueloneformations.fr