

# FORMATION SPORT-SANTÉ SPÉCIALITÉ "ENFANTS & ADOLESCENTS"

**PHYSICARE**  
*by Christa Boston*

Formation en collaboration avec la SF2S



## OBJECTIFS



- Développer les compétences des E3S souhaitant proposer une offre d'APS à destination des enfants et adolescents
- Connaître le public enfants et adolescents – Besoins et attentes
- Connaître l'environnement des enfants et adolescents (institutions, professionnels)
- Être capable de mettre en place un cycle éducatif Sport-Santé adapté aux besoins des enfants et adolescents
- Être capable de suivre et évaluer ses activités enfants et adolescents et ses pratiques pédagogiques

## CONTENU\*



- Profil, besoins et attentes des enfants et adolescents.
- L'environnement du public enfants et adolescents.
- Les outils d'auto-évaluation de bonnes pratiques.
- Analyses de pratiques.
- Apport de connaissances : effets physiologiques, biomécaniques et psychologique de la croissance et maturation.
- Élaboration d'une activité physique et sportive adaptée au public cible.
- Projet enfants et adolescents dans l'environnement institutionnel et partenarial.
- L'animation d'une activité enfants et adolescents.

\*Pour le programme détaillé, voir la fiche programme accompagnant ce document.

## MÉTHODE & MOYENS PÉDAGOGIQUES



- Conférences en ligne
- Exposés en présentiel
- Ateliers de manipulations
- Pratique en situations réelles avec public senior
- Ressources multimédia

## PROFILS INTERVENANTS



- Médecins du sport, maîtres de conférences, chefs de projets, éducateurs et formateurs sport santé, cadres supérieurs et techniques INSEP...

Effectif : 6 pers. minimum - 12  
pers. maximum



### PUBLIC

Éducateurs sportifs et tous professionnels de santé répondant au pré-requis



### PRÉ-REQUIS

Être E3S niveau 1 ou équivalent



### DURÉE

28h soit 4 jours :  
- 12h à distance  
- 16h en présentiel



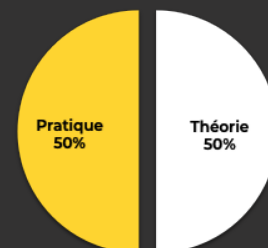
### ÉVALUATION

Conception d'un projet d'APA pour femmes enceintes + mise en situation avec public enfants et adolescents



### VALIDATION

Remise d'une attestation de fin de formation



Scannez-moi !

## PROGRAMME DÉTAILLÉ

### CONCEPTS, DÉFINITIONS ET PRATIQUES DE L'ENFANT & ADOLESCENT

Tour de table et présentation de la formation  
Caractéristiques du public enfants et adolescents  
Public enfants et adolescents et enjeux de prévention  
Définition et concepts d'une enfance et adolescence épanouie  
Les pratiques d'APS chez les enfants et adolescents : Des profils et des besoins variés

### ACTEURS ET ACTIONS DE PRÉVENTION

Les acteurs professionnels et institutionnels (scolaire, associatif)  
Les outils d'évaluation de la spécificité chez les enfants et adolescents  
Les actions de préventions enfants et adolescents dans les régions

### PRÉVENIR LES EFFETS DE LA CROISSANCE / LES APS

Les effets physiologiques et bénéfiques des APS  
Les effets biomécaniques et bénéfiques des APS enfants  
Les effets psychologiques et bénéfiques des APS adolescents

### APPROCHE METHODOLOGIQUE ET TECHNIQUE

Cibler les objectifs de son activité en fonction du public enfants et adolescents  
Évaluer les paramètres de la condition physique en fonction du public enfants et adolescents  
Programmer ses activités en fonction des paramètres de la condition physique ciblés  
Adopter la bonne posture et une pédagogie différenciée adaptée au public enfants et adolescents ciblé  
Utiliser les outils pertinents de suivi et d'évaluation des activités proposées  
Exemples de programmes enfants et adolescents

### APPROCHE PRATIQUE

Conception d'un programme en fonction d'un public enfants et adolescents cible  
Sur la base des apports de connaissance et d'une fiche-type, chaque éducateur travaille sur un programme d'APS enfants et adolescents qu'il présente en présentiel pour en discuter collectivement  
Conception d'une séquence d'activité enfants et adolescents  
Préparation en groupe d'une séquence d'activité de 45 minutes à proposer au public enfants et adolescents, puis mise en place avec des pratiquants enfants et adolescents

### DÉVELOPPER SON PROJET ENFANTS ET ADOLESCENTS

Sur la base des projets présentés par les E3S, orientation des stagiaires vers les bons professionnels, dans les bonnes structures pour le développement de partenariats en proximité