RÉATHLÉTISATION ET GESTES ET POSTURES

Formation réalisée en présentiel et en visioconférence

Financement par les OPCO, AGEFIPH France Travail, Région

Effectif : 12 pers. min 25 pers. maximum

Objectifs

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

- Diminuer les risques d'accidents et de maladies professionnelles
- Participer à l'amélioration des conditions de travail pour éviter et prévenir les TMS (Troubles Musculo Squelettiques).
- Être capable de mettre en place un suivi de prévention
- Savoir identifier les différents traumatismes et pathologies
- Savoir analyser un poste de travail

Programme

- Mise en pratique des tests complets avec analyse des résultats
- Développement des qualités physiques
- Planification-type de préparation physique et spécifique
- Mettre en place des séances de réathlétisation en fonction des blessures sportives ou des accidents de travail
- Règlement et protocole médical après une intervention chirurgicale avec l'ordonnance et la validation du médecin et du kinésithérapeute
- Connaissance de la règlementation du code du travail hygiène et sécurité
- Analyse des accidents de travail liés aux manutentions manuelles
- Qu'est-ce qu'une TMS (Troubles Musculos-Squelettiques)
- Notion d'anatomie et physiologie
- Connaitre les différentes techniques gestuelles
- Savoir porter une charge lourde ou encombrante
- Identifier les EPI (Equipement de Protection Individuel)
- Appréhender les gestes et postures fondamentaux et intégrer les gestes spécifiques à son métier.
- Bilan de fin de stage

Méthodes et Moyens pédagogiques

- Support vidéo de chaque thème
- Atelier de manipulation
- Pratique en situation réelle avec public
- Apport théorique et pratique
- Mise en situation sous forme d'exercice pratique
- Ressources multimédia et mise à disposition des documents pédagogiques

Profils intervenants

Médecin du sport, médecin du travail, enseignant-chercheur, kinésithérapeutes, professeur d'éducation physique, chercheur en analyse du mouvement, ostéopathe, docteur en nutrition, préparateur physique, entraineur dans un club.

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.

PUBLIC

- Préparateur physique
- STAPS
- Entraineur en club
- Profession paramédicale et médicale

PRE-REQUIS

- Avoir 18 ans
- Casier judiciaire n°3 vierge
- PSC1 obligatoire

DURÉE

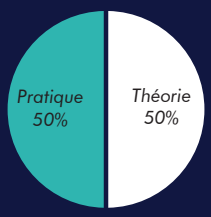
6 jours

EVALUATION

Auto évaluation préalable en amont de la formation avec une évaluation en fin de formation des acquis.

VALIDATION

Remise d'une attestation de fin de formation



Scannez-moi

Contact : Marie-Christine CAZIER 06 75 19 93 39 | contact@3sforme.fr | www.3sforme.com

SIRET : 538 462 631 RCS - NDA agrément de formation 11770760577