

Programme de formation

Éducation, prévention & compétences transversales

EDU 1

FORMATION DE FORMATEURS PNNS

THÉMATIQUE ACTIVITÉ PHYSIQUE



Formateurs nutrition santé



L'ouverture de la session est conditionnée à un effectif minimum de 6 participants.

OBJECTIFS

- Mettre à jour ses connaissances sur l'activité physique, la sédentarité, leurs caractérisations, les bénéfiques ou effets néfastes sur la santé, les recommandations, leurs mesures et leurs promotions dans un objectif de formation
- Perfectionner ses compétences pour construire une formation sur la thématique
- Acquérir des outils pour renforcer la portée des formations

Jour 1

9h30 – 13h00 / 13h00 – 17h30

- Définition de l'activité physique, de la sédentarité et de leurs paramètres
- Déterminants de la pratique d'activité physique
- Bénéfices santé associés à la pratique d'une activité physique et effets néfastes de la sédentarité
- Zoom sur les limitations fonctionnelles
- Zoom sur les pathologies chroniques et l'activité physique
- Recommandations du PNNS
- Animation de formations en prenant en compte les pathologies chroniques :
 - Messages clés
 - Techniques et outils pédagogiques
 - Mises en situation

Laurent BOSQUET

Professeur d'Université, Faculté des sciences du sport, Université de Poitiers.

Jour 2

9h00 – 12h30 / 13h30 – 17h00

- Politiques de santé publique et plans concernant l'activité physique
- Outils du PNNS
- Promotion de l'activité physique et lutte contre la sédentarité : typologies d'action, cibles et acteurs
- Animation de formations :
 - Messages clés
 - Techniques et outils pédagogiques
 - Mises en situation

Thierry FAUCHARD

Chargé de mission Expertise et Recherche du Pôle Ressources National Sport Santé, Ministère des Sports, de la Jeunesse et de la Vie Associative, CREPS Auvergne-Rhône-Alpes – Vichy.



MÉTHODOLOGIE PÉDAGOGIQUE

- Analyse des pratiques des participants, fixation d'objectifs et d'actions d'amélioration
- Appui sur l'expérience des participants, partage d'expériences et travail sur les référentiels de pratiques et outils utilisés par chacun
- Mises en situation concrètes par la réalisation d'un inventaire des procédures en place et amélioration de celles-ci
- Études de cas cliniques

MÉTHODOLOGIE D'ÉVALUATION

- Un questionnaire de satisfaction est complété en fin de formation
- Un questionnaire d'évaluation des connaissances et des pratiques professionnelles est complété au démarrage et à la fin de la formation



POUR ALLER PLUS LOIN ...

Formation e-learning

- PNNS, actions, outils et acteurs locaux



Cnam-ISTNA

4 avenue du Docteur Heydenreich • BP 65228 • 54052 Nancy Cedex
+ 33 (0)3 83 85 45 37 • contact@cnam-istna.fr

www.cnam-istna.fr

