

Délai à respecter entre le dépôt d'une offre et la date de formation : **1 mois 1/2 minimum**, pour permettre aux agents chargés du Service Civique à la DRDJSCS et à la DDCS/PP d'examiner votre offre, puis aux volontaires de s'inscrire à la formation.

Département

Bas-Rhin

Thème de la formation

L'organisation de la cité

Intitulé de la formation

Activités Physiques et Sportives : enjeux, bienfaits et abus

Adresse du lieu où se déroulera la formation

Complexe Jean-Nicolas Muller 67100 STRASBOURG

Code Postal

67100

Commune

STRASBOURG

Date

2024-06-17

Date de fin de formation

2024-06-17

Horaires

9h30 - 12h30 ; 13h30 - 16h

Objectifs de la formation

- (Re)découvrir les notions de Sport et d'Activité Physique : définition, épidémiologie, recommandations.
 - Prendre conscience des bienfaits inhérents aux activités physiques.
 - Prendre conscience des abus qui peuvent également y être associés.
 - Découvrir des dispositifs locaux basés sur l'activité physique.
 - Travailler en groupe
-

Programme indicatif et horaires détaillés

- **9h30 - 10h15** :

o Introduction - Tour de table

- o Questionnaire Dynamique sur les APS : Préjugés Vs Réalité
- o Caractérisation des notions de SPORT et ACTIVITE PHYSIQUE
- o Points de définitions, épidémiologiques et recommandations

- **10h15 - 10h50** : Préparation d'un échange autour de la thématique suivante à Sports et Activités Physiques : Plus de bienfaits ou d'abus?

- o Formation de 2 équipes : "Plus de bienfaits" Vs "Plus d'abus"
- o Travail en petits groupes dans chaque équipe
- o Mise en commun des arguments

- **10h50 - 11h** : PAUSE

- **11h - 11h10** :

- o Prise de connaissance des arguments de l'équipe adverse
- o Réflexion et préparation d'éventuels contre-arguments

- **11h10 - 11h45** : Echange / Débat entre les équipes

- **11h45 - 12h30** : Reprise théorique par les formateurs

- **13h30 - 14h15** : Présentation de dispositifs existants sur Strasbourg et la région

o PRECCOSS : Prise en charge du surpoids et de l'obésité chez l'enfant, notamment par l'activité physique

o Sport Santé sur Ordonnance

o Autres

- **14h15 - 15h30** : Mise en place d'ateliers :

o Parcours Vita'santé --> Parcours alliant Activité Physique et sensibilisation à l'alimentation

o Présentation de sports innovants conçus pour favoriser la pratique de tous les enfants. Mise en situation : le Tchoukball.

- **15h30 - 16h** : Retour sur la journée / Ouvertures sur d'autres thématiques associées

Méthodes et outils participatifs

- Questionnaire dynamique avec déplacement dans la salle.
- Définition des notions de sport et d'activité physique en s'appuyant sur la méthode de Delphes.
- Travail de groupe sur les bienfaits des APS ou méfaits des APS.
- Réflexion sur l'organisation de travail à mettre en place au sein du groupe.
- Participation au débat de restitution avec son équipe.
- Ateliers de mises en situation : Vita'santé / Tchoukball

Intervenants

STEINMETZ Baptiste, chargé de missions Sport Santé, diplômé d'un Master STAPS Déficiences et Activités Physiques Adaptées à Strasbourg

Outils et méthode d'évaluation de la formation

- Questionnaire de fin de formation sur les notions abordées.
- Proposition d'amélioration anonyme par écrit.
- Utilisation de la technique "Le plus petit pas" : chaque participant note ce que dès le lendemain, il peut entreprendre, a minima, pour tendre vers un mode de vie plus sain, physiquement plus actif.

Coût

40

Nombre minimum de participants

6

Nombre maximum de participants

20

Contact pour inscription

STEINMETZ Baptiste

Téléphone pour inscription

06 19 13 50 46

Téléphone mobile pour inscription

06 19 13 50 46

Courriel pour inscription

steinmetz@unisverslesport.com

Organisateur

UNIS VERS le SPORT, 30, quai des bateliers - 67000 - STRASBOURG

Lien vers un formulaire d'inscription

Attention : lorsque ce champ est rempli, cela signifie que l'organisme dispose de son propre système d'inscription. Il n'est donc pas possible de s'inscrire via la plateforme FCC, mais directement auprès de l'organisateur en suivant ce lien.

Vérifiez bien que tous les champs de ce formulaire ont été remplis avant de le soumettre à enregistrement.