Programme de formation

FORMATION VALIDANTE
FORMATION SPORT-SANTÉ
SPECIALITE FEMMES & GROSSESSE

Session 2024

INSTITUT MARTINIQUAIS DU SPORT – SERVICE FORMATION
Quartier Mangot Vulcin - Route du Vert-Pré - 97 232 Le Lamentin
Tél : 0596 38 38 00 - 0596 38 38 18 - dir.formation@ims.mq - www.ims.mq
N° SIRET : 800 129 363 00019 – Code APE : 8551 Z
N° de déclaration d'activité : 97 97 30703 97

DESCRIPTIF DE LA FORMATION

La grossesse est une période unique dans la vie d'une femme : son mode de vie, y compris ses habitudes d'activités physiques, peut alors influencer considérablement sa santé et celle de son fœtus.
Or, si elles consacrent déjà en moyenne moins de temps que les hommes aux activités physiques et sportives (APS) par manque de temps ou de confiance, la maternité, avant comme après l'accouchement, reste trop souvent la période de leur vie où les femmes diminuent, voire arrêtent toute pratique sportive.
Une APS modérée et régulière, pendant la grossesse notamment, permet pourtant de réduire de manière significative le risque d'accouchement prématuré ou encore le risque ultérieur de surpoids, voire d'obésité et présente de véritables bénéfices pour le fœtus.

CIBLE

- Educateurs sportifs et tous professionnels de santé répondant aux prérequis.

PRÉ-REQUIS

- Être E3S niveau 1 ou équivalent.

OBJECTIFS

Cette formation vise à permettre de :

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

CONTENU DE LA FORMATION

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

INSTITUT MARTINIQUAIS DU SPORT – SERVICE FORMATION
Quartier Mangot Vulcin - Route du Vert-Pré - 97 232 Le Lamentin
Tél : 0596 38 38 00 - 0596 38 38 18 - dir.formation@ims.mq - www.ims.mq
N° SIRET : 800 129 363 00019 – Code APE : 8551 Z
N° de déclaration d'activité : 97 97 30703 97

MÉTHODES ET MOYENS PÉDAGOGIQUES

- Conférences en ligne ;
- Exposés en présentiel ;
- Ateliers de manipulations ;
- Pratique en situations réelles avec le public sénior ;
- Ressources multimédia.

Ressources communes :

- Des salles de cours équipées de vidéoprojecteurs fixes et d'un accès wifi ;
- D'un complexe multisport ;
- D'un parcours santé.

MODALITÉS D'ÉVALUATION

- Conception d'un projet d'APA pour femmes enceintes + mise en situation avec public femmes enceintes.

MATÉRIEL À PRÉVOIR

- Matériel nécessaire pour prendre des notes durant les cours (cahier ou bloc-notes, classeur, stylos, crayons, gomme, règle, …)
- Votre équipement personnel (tenue, serviette, chaussures), le cas échéant.

ORGANISATION ET DURÉE

SESSION 2024 : . Début : le **11 juin 2024** - fin : le **13 juin 2024**

DURÉE ET HORAIRES PRÉVISIONNELS : **24 heures** :

- Soit 3 journées en **Présentiel**
- De 9h00 à 13h00 et de 14h00 à 18h00

NOMBRE DE PARTICIPANTS : 10

RÉUNION D'INFORMATION : Le **22 avril 2024** (Lien ZOOM)

DÉLAI D'ACCÈS : *3* mois

RECRUTEMENT SUR DOSSIER

Dossier de candidature à remettre complet au plus tard le **jeudi 9 mai 2024** :

IMS - Pôle Formation
Route du Vert-Pré – Quartier Mangot Vulcin - 97232 LE LAMENTIN

INSTITUT MARTINIQUAIS DU SPORT – SERVICE FORMATION
Quartier Mangot Vulcin - Route du Vert-Pré - 97 232 Le Lamentin
Tél : 0596 38 38 00 - 0596 38 38 18 - dir.formation@ims.mq - www.ims.mq
N° SIRET : 800 129 363 00019 – Code APE : 8551 Z
N° de déclaration d'activité : 97 97 30703 97

PRIX/CONDITIONS TARIFAIRES

- Pour les particuliers : **1 281,00 €**
- Pour les salariés : **1 281,00 €**

- Financement :
  - Vous travaillez dans le secteur privé :
    - → Votre employeur
    - → Votre opérateur de compétences (OPCE), pour le secteur privé (OPCO Santé)
  - Vous travaillez dans la fonction publique hospitalière :
    - → L'Association Nationale pour la Formation permanente du personnel Hospitalier (ANFH) qui se réfère au plan de formation des besoins de votre établissement.
  - Vous êtes à la recherche d'un emploi :
    - → France Travail

LIEUX DE LA FORMATION

COURS THEORIQUES ET ACTIVITES : Institut Martiniquais du Sport

ACCESSIBILITÉ

Tous les espaces identifiés à l'IMS permettent d'effectuer des manœuvres de contournement. De larges couloirs permettent à deux personnes de se croiser, quelle que soit leur situation.

Des places de stationnement adaptées et matérialisées sont disponibles au sein des 3 parkings de l'IMS :

- 4 à l'entrée du bâtiment Administratif
- 1 en face du bâtiment Restauration
- 2 en face de l'espace de Crossfit

L'accueil du public en situation de handicap est assuré par Madge SALOMON, référent handicap. Elle se charge de recueillir des précisions sur la nature du handicap et sur les moyens à mettre en œuvre pour rendre leur séjour dans le centre le plus confortable possible.
Ces informations sont également portées à la connaissance des formateurs qui peuvent la solliciter le cas échéant.

Des supports de formation au format électronique peuvent être également communiqués aux stagiaires sur demande.
Pour toute demande d'information complémentaire liée à votre prise en charge, vous êtes invités à vous rapprocher de nos services (voir paragraphe « Contacts »).

Une fiche d'accessibilité est disponible dans le hall d'accueil du bâtiment Administratif (RDC).

CONTACTS

Pôle Formation de l'IMS :

- Arielle PYRAM 0596 38 38 12 / 0696 43 59 59
- Tatiana SERAPHIN 0596 38 38 10 / 0696 81 18 62

Mail : dir.formation@ims.mq

Référent handicap chargée de l'accessibilité :

- Madge SALOMON 0596 38 38 04 / 0696 05 21 18

Mail : dir.formation@ims.mq

INSTITUT MARTINIQUAIS DU SPORT – SERVICE FORMATION
Quartier Mangot Vulcin - Route du Vert-Pré - 97 232 Le Lamentin
Tél : 0596 38 38 00 - 0596 38 38 18 - dir.formation@ims.mq - www.ims.mq
N° SIRET : 800 129 363 00019 – Code APE : 8551 Z
N° de déclaration d'activité : 97 97 30703 97