CDOS MOSELLE

CROS GRAND EST

Devenir

Éducateur Sportif Sport-Santé

Parcours de formation E3S Grand-Est

Tronc commun – Niveau 1

Éducation pour la Santé
par les Activités Physiques et Sportives Adaptées

Formation à distance : du 10/05/2021 au 13/06/2021
Présentiel : Le 14/06/2019
Participation : 200 € pour les stagiaires du Mouvement Sportif
400 € pour les stagiaires hors Mouvement Sportif

Avec le soutien de

Liberté • Égalité • Fraternité
RÉPUBLIQUE FRANÇAISE
DIRECTION RÉGIONALE DE LA JEUNESSE DES SPORTS ET DE LA COHÉSION SOCIALE

Agence Régionale de Santé
Alsace Champagne-Ardenne Lorraine

Le Sport pour chacun à tout âge de la vie, partout et en toute circonstance

Le choix pour chacun d'adopter un mode de vie actif (bien manger-bien bouger) participe à limiter l'apparition ou l'aggravation de maladies chroniques liées à la sédentarité et au vieillissement de la population.

L'enjeu est de permettre à chacun d'accéder à une offre d'activités physiques et sportives de qualité, accessible et adaptée à ses besoins, ses capacités et ses aspirations.

L'objectif du Réseau Olympique et Sportif du Grand-Est est d'accompagner les clubs à intégrer dans leur projet associatif la dimension Sport-Santé comme axe de développement durable.

Le parcours de formation E3S Grand-Est vise à transmettre les savoirs, le savoir-faire et le savoir-être des éducateurs sportifs pour qu'ils soient capables de proposer de véritables actions d'éducation pour la santé par les activités physiques et sportives.

E3S

L'E3S est capable de proposer une activité physique régulière, adaptée, sécurisante et progressive et d'accompagner la personne dans le choix d'adopter un mode de vie actif.
Il est capable d'adapter son activité en fonction des objectifs, des capacités et des aspirations du public qu'il cible dans ses programmes d'activité.

Savoir

Preuves, recommandations et culture Sport-Santé

Rôle, mission et position de l'E3S

Conception d'un projet Sport-Santé en fonction du public ciblé

Savoir-Être

Accueillir et donner une information éclairée

Adopter une posture neutre, empathique et bienveillante

Créer une relation d'aide équilibrée et durable avec le pratiquant

Savoir-Faire

Évaluer les capacités et la motivation du pratiquant

Personnaliser, sécuriser et adapter son activité

Valoriser sa progression et l'accompagner vers un mode de vie actif

Parcours E3S Grand-Est
Étape 1 : Éducation pour la santé par les APS

Cibles	Prérequis	Déroulement	Formateurs
Éducateurs sportifs bénévoles et salariés dans une association affiliée à une fédération sportive et/ou avec une activité ou un projet Sport-Santé	Formation à l'encadrement sportif *(Brevet fédéral, CQP, BPJEPS, Licence STAPS)* Attestation de formation PSC 1 ou équivalent	16h de stage Une formation en ligne + activités pédagogiques Une journée pratique avec évaluation Une attestation de formation	Conseillers Techniques Enseignant-chercheur Psychologue Médecin du Sport Concepteur de projet Enseignant APA

Compétences à Développer

1. Je partage une culture commune avec les acteurs du Sport-Santé Bien-Être
2. Je me repère dans l'organisation du SSBE
3. Je comprends ma mission d'Éducateur Sportif Sport-Santé
4. J'intègre les recommandations scientifiques dans mes activités
5. Je donne une information éclairée à mon pratiquant et je sécurise son activité
6. J'adopte la bonne posture pour une relation d'aide empathique, neutre et bienveillante
7. J'évalue les habitudes et la condition physique de mon pratiquant et je l'aide à s'autoévaluer
8. J'aide mon pratiquant à mesurer sa dépense énergétique
9. J'accompagne mon pratiquant pour qu'il devienne autonome dans sa pratique que j'encadre et dans son activité physique quotidienne (mode de vie actif)

Mon projet sportif Sport-Santé

Je définis avec le(s) club(s) et le(s) partenaire(s) un projet et un plan d'action(s) Sport-Santé

Parcours E3S Grand-Est
Étape 2 : Formations supports de mon projet

Fédérales	Thématiques	Prescri'mouv
Formations aux programmes Sport-Santé des fédérations sportives MÉDICOSPORT-SANTÉ LE DICTIONNAIRE À VISÉE MÉDICALE DES DISCIPLINES SPORTIVES	Formations aux publics spécifiques (maternité, petite enfance, précarité, en entreprise, seniors…) 	Formations à l'accueil de publics fragilisés par une maladie chronique dans un parcours 2S PRESCRI' mouv

Programme E3S 1

Éducation pour la santé par les APS

1 J'assure la conduite d'un projet d'éducation pour la santé par les APS RASP

Découverte	Contexte	E3S	Projet E3S
Concept et publics Sport-Santé	Organisation et acteurs du Sport-Santé	Missions, compétences, méthode	Le parcours de l'E3S

2 Je construis le projet sportif personnalisé d'APS RASP avec mon pratiquant

Adapter	Sécuriser	Evaluer	Motiver
Quelle APS pour quel public ?	Le pratiquant, le matériel, l'espace	Les objectifs et l'évaluation	La posture de l'E3S

3 J'accompagne mon pratiquant pour qu'il devienne autonome son activité physique quotidienne

Programmer	Animer	Informer	Mesurer
L'APS RASP	Conduite de séance d'APS RASP	APS et nutrition	Les objectifs et l'évaluation