

ANATOMIE FONCTIONNELLE DU MOUVEMENT ET DE LA POSTURE



VOLUME HORAIRE TOTAL :
7 HEURES

• 7h de formation en présentiel



CALENDRIER DE LA FORMATION

• **Présentiel** : le 26/09/2026



EFFECTIF :
20 STAGIAIRES



Vous êtes en situation de handicap et vous souhaitez participer à l'une de nos formations. Faites le nous savoir : nous mettrons tout en œuvre pour trouver une solution adaptée.



MODALITÉS ET DÉLAI D'ACCÈS

Date limite d'inscriptions : le 12/09/2026

En fonction du nombre de places disponibles.



LIEU DE LA FORMATION

Comité Régional EPGV IDF

185 rue de Saint Maur, 75010 Paris

DESCRIPF DE LA FORMATION

Formation inédite créée par le COREG EPGV Île-de-France, elle permet aux éducateurs sportifs de mieux comprendre le corps humain en mouvement. Elle apporte les bases essentielles en anatomie fonctionnelle pour analyser la posture, comprendre les mécanismes du mouvement et adapter l'encadrement aux capacités des pratiquants.

PUBLIC

Tout animateur souhaitant revoir ou approfondir ses connaissances en biomécanique, vers tous les publics

PRÉ-REQUIS

- Être titulaire d'un diplôme professionnel de niveau IV ou plus, dans le champ sportif (BPJEPS, STAPS, CQP ALS option AGEE, JSJO ou CQP Instructeur FITNESS mention cours collectifs) ou être titulaire d'un diplôme «Animateur 1er degré Adultes ou Seniors en salle».
- Être licencié à la FFEPGV.
- Être à jour de sa carte professionnelle d'éducateur sportif (fournir une impression datée du site EAPS).

TEST DE POSITIONNEMENT

Quizz de connaissances envoyé en amont de la formation

OBJECTIFS DE LA FORMATION

- Comprendre l'**organisation anatomique du corps humain**
- Identifier les structures impliquées dans la posture et le mouvement
- Analyser une **posture statique et dynamique**
- Repérer les **déséquilibres posturaux** courants
- Adapter ses **consignes pédagogiques à l'anatomie du pratiquant**
- Sécuriser et optimiser les situations motrices proposées

CONTENUS PÉDAGOGIQUES

- Bases de l'anatomie humaine et vocabulaire fonctionnel
- Organisation du corps, plans et axes anatomiques
- Position anatomique de référence et lecture du mouvement
- Système squelettique : rôles, types d'os et leviers du mouvement
- Articulations et biomécanique articulaire
- Focus posture et mouvement : colonne vertébrale, bassin, épaule, genou, cheville
- Observation et analyse posturale en situation pratique

MOYENS TECHNIQUES ET PÉDAGOGIQUES

- Supports pédagogiques.
- Pratiques physiques associées aux techniques.
- Échanges et travail collaboratif.

L'ÉQUIPE PÉDAGOGIQUE



Séverine BEUVE

Directrice de
Formation
FFEPGV

MODALITÉS DE VALIDATION

- Feuilles de présence.
- Fiche d'émargement.
- Formulaires d'évaluation de la formation.
- Évaluation formative :
 - Quiz / questionnaires.
 - Situations interactives (auto-évaluation).
 - Mises en situation pédagogiques (préparation et animation de séances et de séquences).

MODALITÉS DE CERTIFICATION

- Pour accéder à la certification :
 - Avoir suivi l'ensemble du cursus de formation.

Diplôme remis : Attestation de formation fédérale.

LE + DE CETTE FORMATION

- Une réponse adaptée aux attentes actuelles de bien-être, de gestion du stress et de reconnexion corps-esprit.
- Approche axée sur la prévention, la santé et le bien-être
- Des outils qui vous guide pas à pas dans la construction de vos séances

CALENDRIER DE LA FORMATION



TARIF FINANCEUR

Frais de dossier : 20 €
Frais de la formation (7h) : 280 €

Renseignez-vous auprès de votre **OPCO/AFDAS** ou de votre **employeur** pour une prise en charge totale.

TARIF AUTO-FINANCEMENT

Frais de dossier : 20 €
Frais de la formation : 120,40€

Renseignements et inscription
01 42 05 37 76- formation@coregepgv-sport.fr

NB : Seuls les dossiers complets (en format PDF) seront pris en compte.