

# Formation Professionnelle Continue

# **LE CORPS HUMAIN EN**

# **MOUVEMENT**



**Module 1 : 30/09 et 01/10 2023**  
**Module 2 : 18/11 et 19/11 2023**



**A la Maison des Associations**  
**10 18 Boulevard du Grand Parc**  
**14200 Hérouville Saint Clair**

# Objectif

- Être capable d'identifier l'organisation et le fonctionnement du corps dans sa globalité dans l'ensemble des pratiques sportives
- Être capable de maîtriser la connaissance des grandes fonctions des principaux systèmes dans un but d'amélioration de la condition physique
- Être capable de mobiliser les bons comportements en situation professionnelle

# Contenus

- Le système locomoteur : le squelette, les articulations, les muscles
- Le développement du système cardio-vasculaire et circulatoire : le cœur, le système circulatoire
- Le développement du système respiratoire : les poumons, le système respiratoire, la respiration
- Pathologies, précautions et préconisations liées à l'activité physique
- La colonne vertébrale
- Le système énergétique dans un but d'amélioration des qualités physiques
- Les filières énergétiques
- La contraction musculaire

# Coût

- Licenciés Sports pour Tous : 100€/jour
- Non licenciés : 180€/jour
- Financement possible via AFDAS
- Les repas du midi sont à votre charge
- Pour l'hébergement, les intéressés doivent s'organiser pour réserver leur logement

## CONTACT

Coordonnateur pédagogique : Mme Claire Gautier

07.70.44.12.99 – [claire.gautier@sportspourtous.org](mailto:claire.gautier@sportspourtous.org)

Référent administratif : Mme Elina Charon

[elina.charon@sportspourtous.org](mailto:elina.charon@sportspourtous.org)

Plus d'informations sur [www.sportspourtous.org](http://www.sportspourtous.org)