

devenir animateur des méthodes préventives StiMCore™



Niveau 1 « Junior coach »



Objectif pédagogique

Former plusieurs "Junior coaches" qui auront la capacité d'animer des échauffements neuromusculaires au quotidien.

Objectif d'impact

Contribuer à mettre en œuvre la prévention des troubles posturaux.

Public

Toute personne de la structure désireuse de participer activement à la prévention des risques liés à l'activité physique.

Groupe

4 à 6 personnes maximum

Outils pédagogiques

- Exposé étayé par des diaporamas illustrés
- Etude de cas et nombreux exercices pratiques
- Evaluation de la maîtrise de la méthode
- Notebook StiMCore™
- Accès aux vidéos des programmes StiMCore on-line

Durée

Les étapes 2 à 4 nécessitent une présence de nos spécialistes sur site de 4 demi journées de 4 heures.



Pour plus d'info, demandez notre documentation gratuite sur www.capsecur.com

Programme

Etape 1 : Phase d'évaluation et de préparation

- Visite d'entreprise par un consultant StiMCore™ et évaluation des conditions de travail du ou des métiers concernés pour développer un programme adapté aux zones articulaires sollicitées.
- Accompagnement au changement
Sensibilisation au bien fondé de la méthode d'échauffement et présentation du protocole d'échauffement le plus adapté à chaque métier.
- Assistance du comité de direction dans la sélection des candidats "Junior coaches", dans l'intégration, la planification, l'organisation géographique et la stratégie de mise en place de la méthode StiMCore™ ainsi que dans la gestion durable dans le temps.

Etape 2 : Phase de présentation stratégique

Présentation de la méthode StiMCore™ et du programme d'échauffement au management de proximité et aux candidats "Junior coaches".

Etape 3 : Phase de transfert des compétences

- Formation théorique aux principes pédagogiques du coaching (les devoirs, les règles, les moyens de communication...)
- Formation théorique au programme d'échauffement
- Formation pratique au programme d'échauffement
- Formation pratique du coaching à travers la mise en situation progressive du programme StiMCore™
- Evaluation individuelle de la maîtrise des compétences de coaching et du programme StiMCore™

Etape 4 : Phase de mise en application et de certification

- Présentation stratégique de la méthode StiMCore™ aux salariés
- Mise en situation réelle des "Junior coaches" (par deux)
- Evaluation et certification des "Junior coaches"

Etape 5 : Suivi client et première mise à jour avec un second programme adapté

Evaluation et bilan après 3 mois d'autonomie.



Les plus

Mise à disposition des « Juniors coaches » de codes d'accès permettant de visionner en ligne les vidéos des programmes d'échauffement adaptés aux métiers de l'entreprise. Les programmes sont conçus par une équipe médicale internationale et un kinésithérapeute.