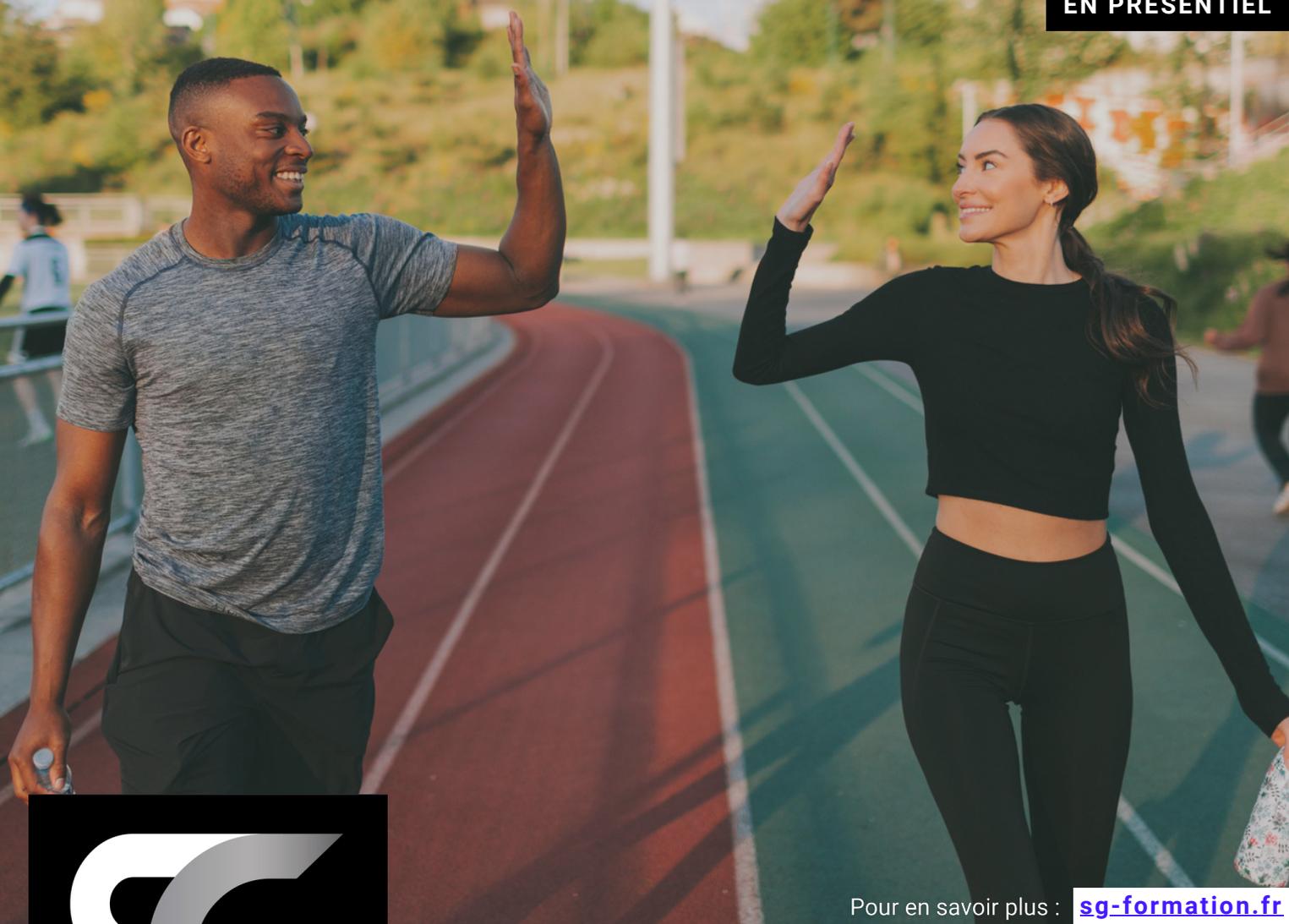


FAIRE DU SPORT UN OUTIL DE MANAGEMENT ET DE BIEN-ÊTRE AU TRAVAIL

FORMATION INDIVIDUELLE

EN PRÉSENTIEL



Pour en savoir plus : sg-formation.fr



ORGANISME DE FORMATION

SG FORMATION (SARL)

03 10 45 21 85

326 Rue Verte, 59141 Thun-l'Évêque

audrey@sg-formation.fr

FAIRE DU SPORT UN OUTIL DE MANAGEMENT ET DE BIEN-ÊTRE AU TRAVAIL

DURÉE

14 h (2 jours)

PUBLIC VISÉ

Tout public

MODALITÉS D'ACCÈS

Nos formations sont ouvertes **toute l'année** (*contactez-nous*)

ACCESSIBILITÉ

Une **adaptation** des formations pour les **personnes en situation de handicap** est possible.

Les lieux de formation seront accessibles aux personnes en situation de handicap.

Une vérification sera établie. *Nous contacter : (Audrey, référent Handicap : 06 58 30 42 22)*

MOYENS PÉDAGOGIQUES

Formateur spécialisé - Supports pédagogiques (Exposés, vidéo, travaux de groupe, exercices pratiques...) - Suivi du programme de formation

SUIVI, ÉVALUATION, SANCTION

→ **Moyens permettant de suivre l'action de formation**

- Plans d'action de formation

→ **Moyens permettant d'en évaluer les résultats**

- Réalisation de travaux durant la formation (exercices et mise en situation)

→ **Sanction**

- Délivrance d'une attestation

OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

A l'issue de la formation, le stagiaire sera capable de :

- Découvrir la panoplie **des usages et des modalités de pratique du sport dans la sphère professionnelle**
- Appréhender les principaux **effets prévisibles et imprévisibles de la pratique sportive au travail**
- Découvrir, s'approprier et maîtriser des « **best-practices** » à adapter à son environnement de travail

PRÉREQUIS

- Aucun

PROGRAMME

MODULE 1 : LE CONTEXTE : LE TRAVAIL AUJOURD'HUI

- Les conditions de travail et les ressorts de la motivation
- Les enjeux liés à la santé au travail
- Les usages modernes du sport en entreprise

MODULE 2 : INTÉRÊT ET EFFETS DU SPORT SUR LE BIEN-ÊTRE AU TRAVAIL

- Sur la santé : physique, mentale, sociale
- Sur la cohésion, l'intégration, l'ambiance
- Sur la communication
- Sur les performances des salariés et de l'entreprise

MODULE 3 : GUIDE DES BEST-PRACTICES

- Quelles disciplines sportives pour quels besoins ?
- Études de cas concrets