

FORMATEUR GESTES & POSTURES / PREVENTION TMS

OBJECTIFS

- Comprendre et transmettre les fondamentaux anatomiques et biomécaniques liés aux TMS
- Réaliser une analyse simple de poste de travail à visée pédagogique
- Élaborer un programme de formation GP adapté aux spécificités d'un secteur
- Animer une session de formation en intégrant des méthodes actives
- Évaluer les acquis des stagiaires en entreprise

PROGRAMME

Positionnement et rôle du formateur GP/TMS :

- Missions, responsabilités et obligations légales
- Posture professionnelle, éthique et crédibilité
- Compréhension des attentes des entreprises et des salariés

Cadre réglementaire et enjeux de prévention :

- Code du travail et obligations employeurs/salariés
- Recommandations INRS et CARSAT
- Impact humain, organisationnel et financier des TMS
- Bases techniques et biomécaniques pour le formateur

Anatomie et biomécanique appliquées au travail :

- Pathologies fréquentes liées aux postures et mouvements
- Facteurs de risques (physiques, organisationnels, psychosociaux)
- Méthodologie d'analyse de poste et intégration pédagogique

Observation et repérage des gestes contraignants :

- Utilisation de grilles d'évaluation ergonomique
- Traduction de l'analyse en messages pédagogiques
- Adaptation des exercices aux situations réelles des stagiaires



PUBLIC

Formateurs, préventeurs,
professionnels Santé-Travail,
tout salarié



PRÉ-REQUIS

Aucun pré-requis



DUREE

35 heures (5 jours)



INTERVENANTS

Formateurs experts
GP/TMS, ergonomes,
spécialistes prévention



VALIDATION

Certificat de Formateur
Gestes et Postures,
prévention TMS



04 76 55 60 38
06 50 80 31 16
06 48 08 86 08



alpesformations.fr



contact@alpesformations.fr

FORMATEUR GESTES & POSTURES / PREVENTION TMS

- Ingénierie pédagogique appliquée aux formations GP/TMS
- Définir des objectifs pédagogiques clairs

Élaborer un déroulé pédagogique cohérent et progressif :

- Intégrer la prévention dans des mises en situation concrètes.
- Préparer un kit formateur réutilisable (supports, fiches, exercices)
- Techniques d'animation spécifiques au domaine GP/TMS

Méthodes actives (démonstrations, co-construction, études de cas)

:

- Gestion des groupes et adaptation au niveau des participants
- Stratégies pour capter et maintenir l'attention
- Utilisation de ludo-pédagogie et de supports multimédias

Mises en situation pratiques et évaluation :

- Conception et animation de séquences par les stagiaires
- Feedback structuré du formateur et des pairs
- Évaluation des capacités pédagogiques et techniques

MÉTHODES PÉDAGOGIQUES

- Apports théoriques ciblés
- Exercices pratiques et mises en situation
- Ateliers de conception pédagogique en groupe
- Analyse de cas réels issus du terrain
- Feedback individualisé pour chaque participant

MODALITÉS DE VALIDATION

- Évaluation continue sur la participation et la maîtrise des contenus
- QCM final sur la partie réglementaire et technique
- Épreuve pratique : animation d'une séquence GP/TMS
- Délivrance du Certificat de Formateur Gestes et Postures, prévention TMS



PUBLIC

Formateurs, préventeurs,
professionnels Santé-Travail,
tout salarié



PRÉ-REQUIS

Aucun pré-requis



DUREE

35 heures (5 jours)



INTERVENANTS

Formateurs GP/TMS,
ergonomes, spécialistes
prévention



VALIDATION

Certificat de Formateur
Gestes et Postures,
prévention TMS



04 76 55 60 38
06 50 80 31 16
06 48 08 86 08



alpesformations.fr



contact@alpesformations.fr