



& SÉCURITÉ AU TRAVAIL

S O F I S



**FICHES PÉDAGOGIQUES**  
FORMATION MAC FORMATEURS  
PRAP IBC

## **PRÉAMBULE**

Ce présent document permet de fixer les différentes méthodes pédagogiques, horaires, matériels et objectifs pédagogiques.

Afin d'uniformiser les formations « Formateur PRAP », celles-ci doivent se dérouler conformément aux fiches pédagogiques ci-dessous. Il appartient néanmoins au formateur d'adapter son approche pédagogique par rapport à la typologie des participants.

## **DÉPART ANTICIPÉ D'UN STAGIAIRE**

Pour tout départ anticipé d'un stagiaire en raison d'une force majeure dûment reconnue, le formateur doit informer impérativement le correspondant de son établissement et l'annoter sur la fiche de présence.

## **INTERVENANTS**

Pour être autorisé à dispenser la formation de formateur PRAP, le formateur de formateurs doit :

- Être titulaire du certificat de formateur de formateurs PRAP IBC à jour de son MAC, certifié par l'INRS.

## MATÉRIEL UTILISÉ

- Ordinateur portable
- Vidéoprojecteur
- Classeur formation d'acteur PRAP
- Flanellographe d'exercice sur les Troubles Musculosquelettiques
- Modèle de vertèbres lombaires avec dégénérescences
- Articulation fonctionnelle de l'épaule
- Articulation fonctionnelle du genou
- Modèle de colonne vertébrale flexible avec bassin (taille réelle)
- Modèle de coupe de l'articulation du genou
- Matériel de manutention de poids et formes divers

### Matériel IBC :

- 1 caisse avec poignées
- 1 caisse sans poignées
- Tout autre objet correspondant à l'activité de l'entreprise et les aides techniques associées



## **RESSOURCES DOCUMENTAIRES**

Sur votre plateforme personnalisée, vous trouverez l'ensemble des documents pédagogiques présentés dans ce scénario afin d'encadrer la Formation de formateur IBC.

### **Cette plateforme contient notamment :**

- Le document de référence PRAP en vigueur
- Le Memento formation-action « Devenir acteur PRAP » ED 7201
- Le présent scénario pédagogique
- L'ensemble des ressources pédagogiques concernant la prévention et les TMS

### **Au début de la formation, un classeur sera remis aux participants.**

Celui-ci comprend différents documents richement illustrés permettant de construire leur formation d'acteur PRAP :

- Un classeur comprenant plus de 100 pages recto/verso reprenant le contenu de la formation
- Les référentiels de l'INRS
- Le lien internet et les codes d'accès vers la plate-forme PRAP de l'INRS
- Le manuel de formation acteur-PRAP IBC

### **Documents spécificité client**

Indiqué le cas échéant sur l'ordre de mission

### **LES PRÉREQUIS**

Être titulaire d'un certificat FPRAP IBC  
Modalités d'organisation de la formation MAC de formateur PRAP (IBC et 2S) 21H

### **LES COMPÉTENCES DE L'ACTEUR PRAP**

L'exercice de l'activité de formateur nécessite la mise en œuvre de 3 domaines de compétences :

#### **Domaine de compétences 1**

Elaborer un projet de formation-action PRAP intégré à la démarche de prévention de l'entreprise ou de l'établissement.

#### **Domaine de compétences 2**

Observer et analyser les risques liés à l'activité physique dans le cadre d'une situation de travail afin de proposer des pistes d'amélioration et de suivre leur mise en place.

#### **Domaine de compétences 3**

Organiser, animer et évaluer une formation-action des salariés à la prévention des risques liés à l'activité physique.

## LE RÉFÉRENTIEL DE COMPÉTENCES

### DOMAINE DE COMPÉTENCES 1

ÉLABORER UN PROJET DE FORMATION-ACTION PRAP INTÉGRÉ À LA DÉMARCHE DE PRÉVENTION DE L'ENTREPRISE OU DE L'ÉTABLISSEMENT

#### 1.

- 1.1. Situer l'importance des risques liés à l'activité physique dans la structure
  - 1.1.1. Connaître et utiliser les différents indicateurs à disposition dans l'établissement
  - 1.1.2. Prendre en compte les mesures de prévention existantes
  - 1.1.3. Accompagner la structure dans la réalisation d'un diagnostic des risques liés à l'activité physique
- 1.2. Identifier les différents enjeux de la prévention des risques professionnels de la structure
  - 1.2.1. Identifier les enjeux humains
  - 1.2.2. Identifier les enjeux financiers
  - 1.2.3. Identifier les enjeux réglementaires
- 1.3. Définir, en fonction du diagnostic, les différents niveaux d'enjeux et les objectifs à atteindre
  - 1.3.1. Situer les enjeux et définir les objectifs stratégiques
  - 1.3.2. Situer les enjeux et définir les objectifs opérationnels
  - 1.3.3. Définir les objectifs de formation-action PRAP adaptés

### 2. Élaborer un projet de formation-action PRAP en tenant compte de la spécificité de l'entreprise ou de l'établissement

- 2.1. Appréhender dans sa globalité la méthodologie d'un projet de formation et repérer les principales étapes
  - 2.1.1. Identifier le projet et l'intituler
  - 2.1.2. Exprimer la finalité du projet et le justifier
  - 2.1.3. Décliner les objectifs et préciser les échéances
- 2.2. Elaborer et formaliser un projet de formation PRAP et identifier les ressources et les contraintes
  - 2.2.1. Définir les rôles des différents acteurs
  - 2.2.2. Exprimer les moyens existants et nécessaires (humains et matériels) à la réalisation du projet
  - 2.2.3. Etablir un calendrier prévisionnel de déroulement de l'action
  - 2.2.4. Identifier les freins et prévoir des ajustements
  - 2.2.5. Etablir un plan d'information du projet
- 2.3. Proposer des critères d'évaluation, de réussite et de résultat
- 2.4. Formaliser et présenter un projet de formation-action PRAP

## LE RÉFÉRENTIEL DE COMPÉTENCES

### **3. Mobiliser les différents acteurs et assurer la promotion d'une formation-action PRAP**

3.1. Situer les différents acteurs de la prévention de l'entreprise ou de l'établissement

3.1.1. Situer les acteurs externes

3.1.2. Situer les acteurs internes

3.2. Mobiliser les différents acteurs

3.2.1. Repérer les différents leviers de mobilisation

3.2.2. Mobiliser les acteurs prévention internes

3.2.3. Mobiliser ou faire mobiliser les acteurs prévention externes

3.3. Animer une réunion d'information et/ou de sensibilisation à la PRAP.

3.3.1. Utiliser les techniques d'animation d'une réunion

3.3.2. Préparer la réunion en fonction de son auditoire

### **DOMAINE DE COMPÉTENCES 2**

OBSERVER ET ANALYSER LES RISQUES LIÉS À L'ACTIVITÉ PHYSIQUE DANS LE CADRE D'UNE SITUATION DE TRAVAIL AFIN DE PROPOSER DES PISTES D'AMÉLIORATION ET DE SUIVRE LEUR MISE EN PLACE

### **4. Analyser les risques liés à l'activité physique d'une situation de travail, dans le but de proposer des pistes d'amélioration**

4.1. Observer et décrire une situation de travail avec une méthode adaptée

4.1.1. Déterminer les informations nécessaires à la compréhension de la situation de travail

4.1.2. Recueillir de l'information objectivement à partir d'observations et d'entretiens

4.1.3. Décrire la situation observée et les sollicitations physiques, mentales et émotionnelles

4.1.4. Formaliser les informations sur un support adapté permettant de partager son observation avec les différents acteurs

4.2. Caractériser une situation de travail dangereuse

4.2.1. Repérer les dangers liés à l'activité physique en utilisant les connaissances relatives au fonctionnement et aux limites du corps humain

4.2.2. Repérer les différents dommages résultant de l'exposition aux dangers identifiés

4.2.3. Identifier, caractériser et hiérarchiser les situations de travail dangereuses

4.2.4. Identifier les déterminants de l'activité physique à l'origine des risques identifiés afin d'en déduire les besoins à satisfaire pour les supprimer ou les réduire

## LE RÉFÉRENTIEL DE COMPÉTENCES

### **5. Déterminer d'éventuelles pistes d'amélioration (techniques, organisationnelles et humaines) permettant de supprimer ou réduire les risques identifiés**

5.1. Déterminer les besoins à satisfaire et des pistes d'amélioration

5.1.1. A partir des déterminants des risques identifiés

5.1.2. En s'appuyant sur les principes généraux de prévention

5.1.3. En s'appuyant sur l'ensemble des déterminants de l'activité

5.1.4. Appréhender et situer l'intérêt et les limites des principes de base de sécurité physique et d'économie d'effort dans les situations de manutention manuelle

5.3. Restituer une analyse de situation de travail en prenant en compte les informations et les propositions qui émanent des salariés

5.3.1. Recueillir de l'information pertinente auprès des salariés exposés à une situation dangereuse

5.3.2. Formaliser un document synthèse des propositions de pistes d'amélioration

5.3.3. Présenter son analyse et justifier ses choix de pistes d'amélioration

### **6. Construire un plan d'action d'amélioration des conditions de travail en rapport avec le projet de prévention de l'entreprise ou de l'établissement**

6.1. Hiérarchiser et planifier les différentes actions d'amélioration en y associant les ressources et les moyens

6.1.1. Hiérarchiser les pistes d'amélioration en s'appuyant sur les principes généraux de prévention

6.1.2. Prendre en compte les principales ressources de la structure

6.1.3. Planifier les différentes propositions en fonction du contexte et des enjeux

6.2. Déterminer des critères de résultat et utiliser des outils d'évaluation des actions menées

6.2.1. Déterminer et valider des critères de résultat en fonction des objectifs poursuivis

6.2.2. Utiliser les différents outils d'évaluation et de suivi



## LE RÉFÉRENTIEL DE COMPÉTENCES

### DOMAINE DE COMPÉTENCES 3

ORGANISER, ANIMER ET ÉVALUER UNE FORMATION-ACTION DES SALARIÉS À LA PRÉVENTION DES RISQUES LIÉS À L'ACTIVITÉ PHYSIQUE

#### **7. Concevoir et organiser une formation-action PRAP.**

- 7.1. Construire une réponse pédagogique adaptée
  - 7.1.1. Construire un dispositif qui respecte les exigences du document de référence
  - 7.1.2. Construire un dispositif de formation en respectant les besoins et contraintes de la structure
  - 7.1.3. Organiser un dispositif de formation en tenant compte de la spécificité du public à former et en s'appuyant sur les différents modes pédagogiques
- 7.2. Organiser un déroulé pédagogique qui tient compte du référentiel de compétences, des conditions d'apprentissage d'un adulte en formation et du contexte professionnel
  - 7.2.1. Définir des objectifs pédagogiques dans le respect du référentiel de compétences
  - 7.2.2. Définir les situations pédagogiques nécessaires à l'atteinte des objectifs
  - 7.2.3. Construire une séquence pédagogique en utilisant différentes méthodes pédagogiques
  - 7.2.4. Construire ou choisir différents outils pédagogiques adaptés au contexte professionnel et au groupe en formation
  - 7.2.5. Définir et utiliser les indicateurs de réussite
- 7.3. Prévoir et assurer l'organisation pédagogique et logistique de la formation
  - 7.3.1. Prévoir le temps de formation
  - 7.3.2. Préparer la salle de formation
  - 7.3.3. Préparer les documents pédagogiques nécessaires à la formation

#### **8. Animer une séquence de formation en prenant en compte les caractéristiques d'un public adulte en formation**

- 8.1. Mettre en œuvre le déroulé pédagogique préparé
  - 8.1.1. Utiliser les différentes méthodes et techniques d'animation
  - 8.1.2. Utiliser les différents outils pédagogiques choisis
  - 8.1.3. Gérer le temps de formation
- 8.2. S'adapter aux différentes typologies des apprenants
  - 8.2.1. Prendre en compte les motivations des apprenants
  - 8.2.2. Gérer les dysfonctionnements et effectuer les régulations adéquates

## **LE RÉFÉRENTIEL DE COMPÉTENCES**

### **9. Utiliser différentes méthodes d'évaluation.**

- 9.1. Utiliser des outils d'évaluation formative
- 9.2. Organiser les épreuves certificatives définies par le référentiel de certification
- 9.3. Utiliser les outils d'évaluation certificatives prévus
- 9.4. S'auto évaluer

### **10. Assurer ou faire assurer la gestion administrative d'une session de formation-action PRAP**

- 10.1. Enregistrer une session de formation sur les outils et/ou systèmes de gestions prévus par le réseau prévention
- 10.2. Assurer le suivi administratif de chaque stagiaire

## **MISE EN PLACE DES ÉPREUVES CERTIFICATIVES**

Afin d'uniformiser les pratiques en matière d'évaluation des formations de formateurs PRAP-IBC, un kit d'évaluation a été mis en place.

### **Dossier d'évaluation :**

- Fiches individuelles d'évaluation formateur PRAP (au nombre de participants)
- Fiche de prise de note concernant l'évaluation de la session

## DÉROULEMENT DES EVALUATIONS

Compétences évaluées	Nature et description des épreuves
<b>Épreuve N° 1</b> <b>Domaine de compétences 2</b> <b>Compétences 4-5 et 6</b>	<p>Le candidat réalisera par écrit en présentiel une analyse d'une situation de travail à partir d'une étude de cas proposée par le formateur (film, photo, scénario...). Il disposera d'1 heure 30 de préparation.</p> <p>Cette analyse ira jusqu'à la proposition et la hiérarchisation des pistes d'amélioration et sera remise au formateur.</p> <p>L'épreuve fera l'objet d'une correction en plénière.</p>
<b>Épreuve N°2</b> <b>Domaine de compétences 3</b> <b>Compétences 7-8 et 9</b>	<p>Le candidat tirera au sort une séquence de la formation d'acteur PRAP.</p> <p>Il disposera d'1 heure 30 maximum pour préparer l'animation de cette séquence en s'appuyant sur son déroulé pédagogique, de 15 minutes pour en animer une partie et de 5 minutes pour argumenter ses choix pédagogiques. Le déroulé pédagogique de la séquence sera remis au formateur avant l'animation.</p>

## OBJECTIFS

**À l'issue de la formation, les apprenants seront capables individuellement :**

- D'observer et analyser une situation de travail.
- De proposer et hiérarchiser des pistes d'amélioration.
- D'organiser, animer et évaluer une formation-action des salariés à la prévention des risques liés à l'activité physique.
- D'adapter leur discours aux évolutions en vigueur.

COMPÉTENCES VISÉES	OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES	JOUR 1
Accueil-Présentation et Attentes	<p><b>À la fin de la séquence, le participant sera capable :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>D'identifier le contenu, le déroulement de la formation et les objectifs à atteindre.</li> </ul>	0h30

Phase	Techniques pédagogiques	Contenu	Matériel spécifique	Indicateurs de réussite
Découverte	<p>Présentation plénière</p> <p>Tour de table</p>	<p>Présentation du formateur et de SOFIS</p> <p>Tour de table, présentation des participants et de leurs attentes</p> <p>Présentation de la formation et du déroulement (horaires, pauses, modalités pratiques...)</p>	Support de formation tout au long de la formation	<p>Chacun des apprenants connaît les autres stagiaires et le formateur</p> <p>Favoriser la cohésion de groupe</p>
Apprentissage				
Application				

INTENTIONS PÉDAGOGIQUES
Le formateur accueille chaque stagiaire, lui présente les locaux dédiés à la formation. Le formateur note toutes les attentes.

Partie 1/Séquence 1

COMPÉTENCES VISÉES	OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES	JOUR 1
1 - 2 et 3/10.1 et 10.2	<p><b>À la fin de la séquence, le participant sera capable :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ De cerner les enjeux et les perspectives de la formation PRAP.</li> <li>▪ D'appréhender l'accompagnement d'une entreprise dans la mise en place des formations PRAP.</li> </ul>	1h

Phase	Techniques pédagogiques	Contenu	Matériel spécifique	Indicateurs de réussite
Découverte	Tour de table	<p><b>Retour d'expériences</b>                      Les difficultés rencontrées                      Les points forts de la démarche                      Les axes d'amélioration possibles                      FORPREV</p>	Document de référence	Chaque apprenant a pu s'exprimer et développer ses arguments
Apprentissage	Questions/Réponses/Échanges		Manuel du formateur ED 7200 ED 7201	
Application				

INTENTIONS PÉDAGOGIQUES
<p>Le formateur fait prendre connaissance du classeur Sofis et de son contenu pour que chaque stagiaire repère chaque document.</p> <p>Le formateur note au fur et à mesure les différents éléments proposés par les participants et les utilise pour construire sa formation.</p>

### COMPÉTENCES VISÉES 1-2-3

Tenir compte des documents spécifiques du dispositif PRAP

### OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

**À la fin de la séquence, le participant sera capable :**

- D'identifier les évolutions réglementaires en matière de prévention, techniques et pédagogiques.
- De rectifier ses pratiques de formateur

### JOUR 1

5h30

Phase	Techniques pédagogiques	Contenu	Matériel spécifique	Indicateurs de réussite
Découverte	<b>Travaux en sous-groupe</b> Rechercher les différentes évolutions et en faire une synthèse		Document de référence Manuel du formateur	
Apprentissage	<b>Exposé interactif</b>	Les documents de référence et aides pédagogiques en PRAP (évolution des documents)  Formation générale à la prévention	ED 7200 ED 7201 Support de formation	Contenu conforme  Synthèse commune
Application			Outil d'observation et d'analyse d'une situation de travail	

### INTENTIONS PÉDAGOGIQUES

Le formateur insiste sur l'importance de la réglementation et de la veille réglementaire à effectuer en tant que formateur.

Partie 1/Séquence 3

COMPÉTENCES VISÉES 4	OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES	JOUR 2
	<p><b>À la fin de la séquence, le participant sera capable :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ D'observer et décrire une situation de travail avec une méthode adaptée.</li> <li>▪ D'évaluer un acteur PRAP IBC.</li> <li>▪ De rectifier ses pratiques.</li> </ul>	5h

Phase	Techniques pédagogiques	Contenu	Matériel spécifique	Indicateurs de réussite
Découverte	Réactivation mémoire	Observation et analyse d'une situation de travail	Document de référence Manuel du formateur ED 7200 ED 7201	Outil d'observation t d'analyse FPRAP renseigné au maximum des indicateurs
Apprentissage	Exposé interactif	Participation à la maîtrise du risque  La remontée d'informations aux personnes concernées  Scénario de situation de travail	Support de formation  Outil d'observation et d'analyse d'une situation de travail FPRAP IBC	Scénario crédible, réaliste, complet
Application	Travaux en sous-groupe Rédiger un scénario de situation de travail d'une EC de l'acteur PRAP et sa correction et les mettre en œuvre	Évaluation d'une EC de l'acteur PRAP	EC de l'acteur PRAP IBC  Guide de l'épreuve certificative de l'acteur PRAP IBC	Évaluation formative

### INTENTIONS PÉDAGOGIQUES

Échanges et partage de scénario, débat constructif sur les pistes d'amélioration.

COMPÉTENCES VISÉES 4	OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES	JOUR 2
Le dispositif d'évaluation	<p><b>À la fin de la séquence, le participant sera capable :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ D'identifier les attentes du jury lors de l'évaluation.</li> <li>▪ De rédiger l'observation et l'analyse d'une situation de travail.</li> </ul>	2h

Phase	Techniques pédagogiques	Contenu	Matériel spécifique	Indicateurs de réussite
Découverte	Réactivation mémoire	Présentation du dispositif d'évaluation	Document de référence Manuel du formateur ED 7200	Évaluation certificative
Apprentissage	Exposé interactif	Préparation individuelle Étude de cas d'une analyse de situation de travail proposé par le formateur	Support de formation Outil d'observation et d'analyse d'une situation de travail FPRAP IBC	
Application	Préparation individuelle	Correction en plénière	EC MAC FPRAP (IBC et 2S)	

INTENTIONS PÉDAGOGIQUES
Mettre à jour leurs compétences.



Partie 1/Séquence 5

COMPÉTENCES VISÉES 5.1.4	OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES	JOUR 3
	<p><b>À la fin de la séquence, le participant sera capable :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ D'identifier les évolutions pédagogiques, techniques.</li> <li>▪ D'animer le module Les PSPEE.</li> <li>▪ De rectifier ses pratiques de formateur.</li> </ul>	1h40

Phase	Techniques pédagogiques	Contenu	Matériel spécifique	Indicateurs de réussite
Découverte	Réactivation mémoire	<p>Les stratégies pédagogiques spécifiques à la PRAP</p> <p>La conception d'une séquence de formation</p> <p>Rappel sur la portée et les limites du corps humain</p> <p>PSPEE rappel des 6 principes</p>	<p>Document de référence</p> <p>Manuel du formateur</p> <p>ED 7201</p>	<p>Diversité des techniques</p> <p>Chaque apprenant réalise une technique</p>
Apprentissage	Exposé interactif			
Application	<p><b>Travail en sous-groupe</b></p> <p>Préparer l'animation d'une séquence à partir de leurs déroulés pédagogiques et la mettre en œuvre</p>			

INTENTIONS PÉDAGOGIQUES
Réactivation mémoire des principes des PSPEE pour permettre aux apprenants d'améliorer leurs pratiques par le partage d'expérience.

COMPÉTENCES VISÉES 7-8-9	OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES	JOUR 3
	<p><b>À la fin de la séquence, le participant sera capable :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ D'identifier les attentes du jury lors de l'évaluation.</li> <li>▪ D'animer une séquence de formation tirée au sort.</li> <li>▪ De justifier de ses choix pédagogiques..</li> </ul>	5h

Phase	Techniques pédagogiques	Contenu	Matériel spécifique	Indicateurs de réussite
Découverte		Le candidat tirera au sort une séquence de la formation d'acteur PRAP.		
Apprentissage	Exposé	Il disposera d'1 heure 30 maximum pour préparer l'animation de cette séquence en s'appuyant sur son déroulé pédagogique, de 15 minutes pour en animer une partie et de 5 minutes pour argumenter ses choix pédagogiques.	Document de référence Manuel du formateur Grille de certification des compétences du formateur PRAP-MAC	Préparation individuelle Évaluation certificative du domaine de compétences N°3
Application	Épreuve certificative	Le déroulé pédagogique de la séquence sera remis au formateur avant l'animation		

INTENTIONS PÉDAGOGIQUES

OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES	JOUR 3
<p><b>À la fin de la séquence, le participant sera capable :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ D'identifier leurs points forts et leurs axes d'améliorations.</li> <li>▪ D'exprimer leurs points de vue sur le dispositif de formation.</li> </ul>	0h20

Phase	Techniques pédagogiques	Contenu	Matériel spécifique	Indicateurs de réussite
Découverte		Synthèse de l'épreuve certificative  Le formateur reprend les attentes des stagiaires, exprimées au début de la formation et fait le point  Focus sur le tutorat proposé par SOFIS		Les stagiaires ont tous atteints leurs objectifs.
Apprentissage	Tour de table			
Application				

En application de la loi du 11 mars 1957 et du Code de la Propriété Intellectuelle  
du 1er juillet 1992, toute reproduction partielle ou totale à usage collectif  
de la présente publication est strictement interdite  
sans autorisation expresse de :



02 46 85 02 99

[contacts@sofis.fr](mailto:contacts@sofis.fr)  
[www.sofis.fr](http://www.sofis.fr)

**Article L.335-2 du Code de la Propriété Intellectuelle :**

Toute édition d'écrits, de composition musicale, de dessin, de peinture ou de toute autre  
production, imprimée ou gravée en entier ou en partie, au mépris des lois et règlements relatifs à  
la propriété des auteurs, est une contrefaçon et toute contrefaçon est un délit.

La contrefaçon en France d'ouvrages publiés en France ou à l'étranger est punie de 3 ans  
d'emprisonnement et de 300 000 € d'amende.

En cas de litige, le présent document ne peut se substituer aux textes officiels et n'est pas oppo-  
sable aux jugements des tribunaux compétents.