

Référentiel de formation

Sport santé

Sur prescription médicale

Formation reconnue par l'arrêté du 08 novembre 2018 relatif à la liste des certifications fédérales autorisant la dispensation d'activité physique adaptée prescrite par le médecin traitant à des patients atteints d'une affection de longue durée.

Introduction

Le diplôme fédéral sous réserve de réussite aux attendus des épreuves de certification, permet l'obtention du **module complémentaire « Activités Physiques Sur Prescriptions Médicales » pour les titulaires d'un CQP** éligible à cette mention.

Durée de la Formation : 35,00 h - 5,00 jour(s)

Public visé :

Animateur-riche sportif-ve professionnel-le, Animateur-riche sportif-ve bénévole

Prérequis :

Être âgé de 18 ans révolus à l'entrée en formation

Encadrer des séances sportives, en tant qu'animateur(trice), à titre professionnel et /ou bénévole Etre titulaire d'un diplôme fédéral et/ou d'un diplôme professionnel du champs de l'animation sportive

Objectifs de l'action de formation :

Finalité de la formation : La formation Sport-Santé, s'adresse à toute personne (professionnelle ou bénévole) souhaitant développer ses compétences pour intervenir auprès de personnes « en difficulté de santé » et/ou proposer des activités adaptées aux limites fonctionnelles de leurs pratiquants (outils, méthodes, enseignements)

Objectifs :

- Développer et perfectionner les compétences des animateurs pour :
- Identifier l'environnement sport santé, les orientations politiques nationales et territoriales, les actions impulsées par l'état
- Assurer l'animation en toute sécurité
- Evaluer pour s'adapter aux capacités fonctionnelles des pratiquants
- Organiser des activités pour un public fragilisé
- Identifier les pathologies et leurs répercussions psycho-sociologiques
- Choisir une activité adaptée

Nature de l'action (article L.6313-CT) : L'action suivie est une action de formation

Contenu de la formation :

- L'environnement socio-politique et fédéral du sport-santé
- Sport Santé, sédentarité et dispositif « Sport sur Ordonnance »
- Le rôle de l'animateur Sport Santé
- Rappel sur les signes d'alerte et les gestes de premiers secours
- Objectifs et analyse des tests d'évaluation des capacités fonctionnelles du pratiquant
- Publics fragilisés : les notions de capacité/d'incapacité
- Caractéristiques des pathologies et leur impact physique et psychologique
- Conception et animation d'une séance adaptée Sport Santé

Les moyens d'encadrement :

Les formateurs sont tous des formateurs expérimentés, des APA toujours en activités auprès de publics en difficultés de santé, des professionnels sur secteur médical et paramédical.

Moyens pédagogiques utilisés :

- Apports théoriques
 - Interventions de professionnels de santé
- Pratique /mises en situation d'animation (tests de capacités, animation de séances...)
- Observations de séances avec publics fragilisés
 - Travaux en sous-groupe et/ou travaux individuels
 - Echanges / témoignages

Accueil des personnes en situation de handicap :

Accueil personnalisé après contact et étude avec l'organisme de formation

Moyens techniques utilisés :

Salles de cours, vidéo-projecteur, supports visuels, papiers (brochures), matériels pédagogiques

Moyens permettant de suivre l'exécution de l'action et d'en apprécier les résultats :

Déroulement :

- 5 jours : 35 heures en organisme de formation (7h/jour)
- Horaires de formation : 9h – 17h (sous réserve de modifications)
- En présentiel et en distanciel

Moyens d'évaluation des compétences acquises :

- Restitutions des travaux de groupe et individuel sur la notion du Sport Santé
- Mise en place et analyse des tests de « capacités fonctionnelles » définis par le sport santé
- Etude de cas liés à l'accueil des publics fragilisés (notion de sécurité)
- Animations/analyses de séances adaptées à un public « en difficulté de santé »

Epreuves de certification :

- questions/réponses sur l'environnement du Sport Santé et connaissances spécifiques
 - • Conception d'une séance et animation d'une séquence adaptée à un public et une pathologie spécifique

Bloc de compétences

Durée de formation totale sur ce bloc : 35h+ 7h en e-learning

Environnement sport santé	
Objectifs pédagogiques	<ul style="list-style-type: none"> • Connaître l'environnement du sport santé • Promouvoir le programme santé Atoutform' et sa thématique Form + • S'appuyer sur le contexte socio-politique du sport santé en France et en région pour développer une activité physique à des fins de santé
Éléments de contenu	<ul style="list-style-type: none"> - Politiques nationales (Lois) et plans régionaux - Politiques Fédérales et plan de développement
Volume horaire	4h

Evaluation des capacités du pratiquant	
Objectifs pédagogiques	<ul style="list-style-type: none"> • Identifier et de comprendre les tests de capacités fonctionnelles du pratiquant • Agir en cas d'accident au cours de la pratique et d'assurer les premiers gestes • Tenir compte des résultats aux tests de capacités physiques dans la programmation d'une activité physique à des fins de santé • Connaître et de comprendre la notion de capacités fonctionnelles • Organiser la mise en place les tests de capacités fonctionnelles du pratiquant • Animer les tests
Éléments de contenu	<ul style="list-style-type: none"> • Les tests de capacités fonctionnelles • Interprétation des tests (objectifs, programmation cycle) • Les gestes de premiers secours • Les capacités fonctionnelles • Mise en place opérationnelle des tests (organisation, pédagogie)
Volume horaire	6h + 2h en e-learning

Organisation des activités pour le pratiquant	
Objectifs pédagogiques	<ul style="list-style-type: none"> Assurer la gestion administrative liée au dispositif de prescription d'activité physique adaptée local Assurer la gestion administrative liée au programme santé Atoutform'
Éléments de contenu	<ul style="list-style-type: none"> Accueil et inscription d'une personne fragilisée en association Dispositif d'activité physique sur prescription médicale : description, gestion de la prescription, compte-rendu au médecin. Évaluation annuelle. Utilisation du passeport Form+ Évaluation annuelle de l'expérience du pratiquant Exemple d'utilisation d'une plateforme administrative (goove app)
Volume horaire	4h

Les principales pathologies et leurs répercussions psycho-sociologiques	
Objectifs pédagogiques	<ul style="list-style-type: none"> Identifier les principales pathologies Comprendre et prendre en compte le contexte et l'impact psychologique des déficiences sur le pratiquant et l'animateur Repérer les limitations fonctionnelles Identifier les caractéristiques du public observé
Éléments de contenu	<p>Connaissances des principales pathologies :</p> <ul style="list-style-type: none"> Caractéristiques médicales générales Répercussions sur les capacités fonctionnelles déjà étudiées : cardiovasculaire, métabolique, respiratoire, ostéo-articulaire, neurologique, psychosensorielle... Principes de traitement Connaissances des potentialités de risques Limites fonctionnelles Conséquences positives et négatives de la pratique d'une Activité Physique. Le vécu des personnes atteintes de pathologies Les mécanismes de défense du pratiquant et de l'animateur
Volume horaire	7h + 5h e-learning

Les activités adaptées	
Objectifs pédagogiques	<ul style="list-style-type: none"> • Choisir et adapter l'activité en fonction des résultats aux tests initiaux • Identifier les activités les plus adaptées à un objectif pratiquant
Éléments de contenu	<ul style="list-style-type: none"> - Créer une séance adaptée en fonction des études de cas (choix des activités, objectif, méthode)
Volume horaire	3h

Assurer l'animation en toute sécurité d'une activité Form +	
Objectifs pédagogiques	<ul style="list-style-type: none"> • Concevoir une séance adaptée à partir de la mise en place des tests • Assurer le suivi du groupe et de l'accompagner dans sa progression • Assurer la sécurité des pratiquants • Questionner sa pratique pour déployer des réponses plus riches en face des pratiquants
Éléments de contenu	<ul style="list-style-type: none"> • Expérimentation de modalités d'adaptation • Expérimentation d'activités physiques à des fins de santé proposées par le formateur • Conception d'une séance adaptée sport santé + mise en situation : sécurité, consignes, matériels, aménagement, remédiation, variantes... • Mise en pratique partielles des séances préparées • Accueil en toute sécurité du groupe (affective, matériel, pratique) • Discussion autour d'expériences vécues nécessitant un comportement adaptatif de la part de l'animateur
Volume horaire	7h

Certification pratique sur une action d'animation

<p>Objectifs pédagogiques</p>	<ul style="list-style-type: none"> Animer une activité physique à un public fragilisé Analyser son action d'animation et de proposer des pistes d'amélioration
<p>Éléments de contenu</p>	<ul style="list-style-type: none"> Proposition d'une partie de séance (échauffement et mise en route, corps de séance ou fin de séance et retour au calme) d'une durée de 20 min en binôme Animation de 10 min de séance en individuel Retour sur l'expérience de mise en pratique et le comportement du stagiaire
<p>Volume horaire</p>	<p>4h</p>