

FORMATION CONTINUE
pour éducateurs sportifs salariés/bénévoles ou élus d'association

Programme détaillé de la formation
« Sport sur Prescription »

35 heures, validée par le CNOSF

Personnes concernées :

Cette formation s'adresse aux bénévoles et salariés d'associations sportives. A toutes les personnes chargées de l'animation, de l'encadrement sportif et du suivi des questions de santé au sein d'une association sportive.

Prérequis :

Etre titulaire d'un diplôme d'Etat, d'un diplôme fédéral (encadrant bénévole), d'un Certificat de Qualification Professionnelle ou d'un titre à finalité professionnelle

Les objectifs :

- Connaître les caractéristiques des principales ALD (Affection Longue Durée), les différentes catégories de prévention et les contextes règlementaires du Sport Santé.
- Être capable de mener des tests d'évaluation de condition physique sur des personnes souffrant d'ALD et assurer leur suivi.
- Comprendre la méthodologie d'organisation et d'évaluation d'une séance d'APS Adaptée.

Le contenu de la formation :

Bloc 1 : Contexte et définition du sport santé bien être et sur prescription

- Contexte règlementaire - Environnement du Sport Santé - Recommandations nationales et internationales.
- Prévention primaire - secondaire - tertiaire / cadre d'intervention de l'éducateur sportif "sport sur prescription".
- Sociologie du public "inactif" - Le public souffrant d'ALD.

Bloc 2 : Les différentes pathologies et ALD et leur prise en compte

- Diabète et obésité : prise en compte des pathologies (origines, symptômes, facteurs de risques, etc.).
- Cancers et maladies respiratoires : prise en compte des pathologies (origines, symptômes, facteurs de risques, etc.).
- Maladies cardiovasculaires et maladies de l'appareil locomoteur : prise en compte des pathologies (origines, symptômes, facteurs de risques, etc.).

Bloc 3 : Prise en charge des patients (méthodologie, outils et sécurité)

- Méthodologie de conception d'une séance d'APA.
- Les différents tests d'évaluation de la motivation : Echelle de fatigue de Pichot - Test de Rosenberg - Test EMAPS.
- Tests d'évaluation de l'activité physique : test de marche 6mn - test debout-assis - test genou flexion - test flexion du tronc avant - test d'équilibre.

- Repérer, évaluer et adapter une séance en fonction de problématiques repérées - Possibilités d'adaptation d'une séance en fonction des problématiques détectées.
- Pratique : mettre en place une séance d'APA adaptée à une pathologie tirée au sort + évaluation de la séance.
- Mise à jour du référentiel du PSC 1 - Conduites à tenir et gestion du groupe en cas d'urgence - Etablissement d'un plan de secours.

Déroulement de la formation :

- Durée de la formation : 35h00.
 - Organisation d'une journée de formation en présentiel : de 09h00 à 12h00 et de 13h00 à 18h00 à la Maison des Sports – 83200 TOULON pour les séquences interactives, les mises en situation, le travail de groupe et les retours d'expérience
 - Possibilité d'intégrer des moocs en amont ou pendant la formation (digitalisation de la formation)
 - Possibilité d'intégrer du distanciel pour les modules théoriques (mooc, exposé magistral en ligne, classe virtuelle...)
 - Nombre de stagiaires : entre 10 et 20 stagiaires
 - Coût pédagogique :
1050,00€ pour les stagiaires bénéficiant d'une prise en charge*.
400,00€ pour ceux ne bénéficiant d'aucune prise en charge.
- (*) possibilité de prise en charge pour les salariés et bénévoles : Plan de Développement des Compétences, TPM, ville de Toulon...*

Méthode pédagogique :

- Cette formation est validée par la délivrance d'une attestation de formation aux participants qui auront suivi avec assiduité la totalité de la formation.
- Chaque module sera animé de manière interactive avec une vidéo-projection et beaucoup d'échanges. Des ateliers pratiques et des mises en situation seront mis en place.
- Il sera fourni pour chaque module des documents supports.

Suivi et évaluation :

- Le stagiaire signe une feuille de présence pour chaque ½ journée de formation.
- Chaque stagiaire reçoit une attestation de formation.
- Chaque module donne lieu à une évaluation grâce aux exercices pratiques mis en place.

Formateurs :

- Educateurs sportifs APAS.
- Conseiller technique CDOS Var.
- Médecins spécialistes et experts Sport-Santé.

La formation « Monter une section sport santé dans son club » d'une journée (8h) du CDOS du Var peut être réalisée en amont ou en aval de cette formation.
En amont, pour répondre à un besoin informatif pour adopter les bonnes démarches et être sensibilisé au sujet,
En aval, pour affiner son projet, revoir les bases, partager son expérience et optimiser ses chances de réussite.



COMITÉ DÉPARTEMENTAL OLYMPIQUE ET SPORTIF DU VAR

Maison des Sports du Var - 133, Boulevard du Général-Brosset - 83200 TOULON

Tel : 04.94.46.01.92. - Email : acdosi@cdos83.fr - www.cdos83.fr

N° OF : 93 83 04 053 83 (ne vaut pas agrément de l'Etat)

