



Formation sport-santé niveau 1



*Formation complémentaire pour les éducateurs sportifs
(prise en charge de personnes à besoins de santé particuliers, notamment prévention
de pathologies chroniques)*

Objectifs :

Former des éducateurs sportifs pour qu'ils développent une offre de « sport-santé » dans leur club ou association pour recevoir des personnes sédentaires, pouvant développer ou porteur de pathologie chronique, à mettre à l'activité physique ou sportive adaptée (APSA), à visée préventive primaire ou thérapeutique non médicamenteuse validée par la Haute Autorité de Santé (HAS).

Public visé :

BP et DEJEPS ou équivalents (BE1, BE2, CQP...) et brevets fédéraux, déjà encadrant en club, association sportive ou à titre individuel, souhaitant développer une offre de « sport-santé ».

Pré-requis :

Connaissances des programmes de base d'anatomie et de physiologie du BPJEPS ou équivalents ou CQP et brevets fédéraux (niveau moniteur ou instructeur).
Titulaire à jour du PSC1.

Contenu de la formation :

- **Connaissances** : les facteurs de risque, signes d'apparition, évolution, traitements, complications et les recommandations et principales contre-indications d'APS pour les principaux états physiologiques (grossesse, seniors) et pathologies chroniques relevant d'une mise à l'APS comme moyen préventif ou thérapeutique (surpoids et obésité, diabète 1 et 2, hypertension, BPCO et asthme, ostéopénie et arthrose...).

Connaissances des méthodes et outils (tests et épreuves) d'évaluation des aptitudes énergétiques et motrices pour proposer un parcours de santé ou de soins par les APS adapté aux besoins de santé, aux aptitudes et aux attentes de la personne ou du patient à mettre à l'APS.

Connaissances des conduites à tenir pour une sécurisation optimale des pratiques d'APS selon les pathologies et conduites à tenir voire geste d'urgence.

- **Compétences** : prendre en charge une personne sédentaire pour définir avec elle ses besoins de santé et attentes de pratique d'APS plaisir et bien-être.

Programmer une séance d'APS –selon sa spécialité sportive- pour l'adapter aux besoins de santé, aptitudes, facteurs de risque et attentes du (futur) pratiquant.
Suivre les effets des APS sur l'évolution des aptitudes à l'aide de tests et épreuves validés pour adapter le contenu de l'APS et continuer à la sécuriser.

Moyens et méthodes pédagogiques :

- quelques heures en distanciel : envoi de diaporama et
- deux jours (vendredi et samedi, environ deux fois 8h) en présentiel : ateliers pratiques.

Evaluation et validation de la formation :

Une épreuve écrite (30 min) d'évaluation des connaissances et des compétences acquises et un bref exposé écrit (1/2 page) du projet d'action « sport-santé »

Remise d'une attestation de présence pour les inscrits assidus

Remise d'une attestation de formation « sport-santé niveau 1 » par le CROSIF, labellisée par la DRJSCS.

Renseignements pratiques :

Durée de la formation : Quelques heures en distanciel et 2 journées en présentiel (ateliers pratiques et brève évaluation)

Lieux de formation : CDOS 75 – 32 rue Rottembourg – 75012 Paris

Taille des groupes : 20 personnes

Coût de la formation : 150 € les 2 jours

Pour plus de renseignements :

Pédagogiques : Jesse PENTSCH - jesse.pentsch@paris.gouv.fr – 01 82 52 47 93

Administratifs : Mathias CHATREFOU – contact@cdosparis.fr – 01 49 28 06 00