

# SPORT-SANTE

## FORMATION EN SPORT ET ACTIVITES PHYSIQUES APPLIQUEES A LA SANTE

### Présentation

L'activité physique est un facteur déterminant de l'amélioration et du maintien de la santé à tout âge.

Depuis plusieurs années, des politiques nationales et régionales de sport/santé se mettent en place en collaboration entre les Agences Régionales de Santé (ARS), les Directions Régionales de la Jeunesse, des Sports et Cohésion Sociale (DRJSCS), et le mouvement sportif (Comité National Olympique et Sportif Français, Comité Régionaux et Départementaux Olympiques et Sportifs).

L'objectif de ces politiques est de porter des projets destinés à faciliter l'accès à des activités physiques aux publics qui en sont habituellement éloignés.

La formation professionnelle ou fédérale des intervenants du sport, éducateurs sportifs fédéraux, personnels médicaux et paramédicaux ne peut pas être directement transposée à ces problématiques.



### Prérequis

- Etre titulaire du PSC1.
- Savoir mettre en œuvre des procédures d'urgence.
- Etudier le « Médocosport-Santé » – généralités + partie spécifique à la discipline enseignée.

### Objectifs

- Acquérir les connaissances techniques, pédagogiques et scientifiques nécessaires aux interventions auprès des populations concernées.
- Etre en mesure d'orienter et/ou d'accompagner des pratiquants/patients dans leur pratique d'activités physiques ou sportives dans une perspective de prévention.

### Organisation pédagogique

- Formation en régime « présentiel » (16h dont 4h en stage pratique), divisée en 4 modules.
- Formation interactive avec cas pratiques, partage d'expérience et d'outils.
- Enseignements théoriques et pratiques dispensés par des professionnels du sport et de la santé.

## Programme

A l'issue de la formation, un test d'évaluation des acquis permettra d'obtenir une attestation :  
« Formation en sport et activités physiques appliquées à la santé »

## Contenu : voir annexe jointe

## Modalités pratiques

- Nombre de places disponibles : 15 personnes par formation
- Chaque candidat devra remplir et transmettre un dossier d'inscription qui sera soumis à commission pour validation.

## Dates

- 2 Février entre 9h et 18h.
- 3 Février entre 9h et 13h.
- Partie pratique à effectuer avant le 31/03 (à organiser avec le CDOS 74).

## Lieu

Maison Départementale des Sports  
97 A, Avenue de Genève  
74000 Annecy

## Coût

A partir de 180 Euros (pour les bénévoles licenciés sportifs)  
Tarification en fonction de la situation du stagiaire avec différentes prises en charge possible (pour les formations professionnelles)

Nous consulter pour plus d'informations.

## Public

- Particuliers et licenciés des clubs sportifs,
- Salariés d'associations,
- Agents des collectivités territoriales,
- Bénévoles dirigeants d'associations,
- Professionnels du sport,
- Educateurs sportifs fédéraux,
- Personnels médicaux et paramédicaux.

## Intervenants

- Charles MERCIER-GUYON**, médecin du sport, vice-président délégué au pôle Santé/handicap.
- André PRUNIER**, médecin du sport, coordinateur du réseau ACCCES, médecin référent du CDOS 74.
- Michel ROUTHIER**, infirmier, cadre de santé au sein de réseau ACCCES.
- Audrey BINI**, Master STAPS « Activité Physiques Adaptées et de Santé », référente APA du réseau ACCCESS.
- Pascale PIN**, infirmière, membre du réseau PREVDOP.
- Claude GIBERT**, Master STAPS « Entraînement, Sport, Santé », référent sport santé CDOS 74.

## RENSEIGNEMENTS ET INSCRIPTIONS

**Emmanuel Roch**

[developpement.hautesavoie@franceolympique.com](mailto:developpement.hautesavoie@franceolympique.com)

04 50 67 41 70 / 06 72 04 33 37

# SPORT-SANTE

## FORMATION EN SPORT ET ACTIVITES PHYSIQUES APPLIQUEES A LA SANTE

---

### Contenu

#### **1 ère ½ journée de 4h :**

- Précision du concept de sport santé.
- Présentation de la plateforme santé « Santé ! Osons le Sport 74 ».
- Déclinaison des objectifs et présentation des partenaires associés et impliqués à la réalisation de ces enjeux.
- Précision des termes utilisés : prévention primaire, secondaire et tertiaire. Savoir relier ces niveaux d'intervention aux coûts, aux intervenants et aux objectifs poursuivis pour les patients et les pratiquants « sport santé », « sport sur prescription », sédentarité.
- Genèse de la construction de la plateforme coordination ARS/DDCS en référence à la loi de santé, plan Sport Santé Bien Etre (SSBE) et aspects règlementaires en référence au Code du Sport et de la Santé.
- Les différents pôles (prescription, sédentarité, social, protection du sportif), situer leur rôle.
- Bienfaits de l'activité physique et recommandations.

#### **2nd ½ journée de 4h :**

- Apports de connaissances de base en anatomie et en physiologie.
- Effets de la pratique d'une activité physique sur la santé, facteur de prévention mais aussi intérêt pour accompagner les traitements spécifiques curatifs, notamment les effets sur la fatigue.
- Développer les relations effets et apports avec les variables d'effort, d'intensité, de fréquence, d'endurance, de résistance.
- Informations générales autour des types de pathologies et explication du réseau des référents médicaux et paramédicaux pour aller plus loin dans l'individualisation. Langage commun, secret médical (QS sport Cerfa 15699-01 – Q-AAP).

#### **3eme ½ journée de 4h :**

- Rôle de l'éducateur sportif dans le Sport Santé, posture, cadre, limites.
- Evaluation initiale de la situation de la personne accueillie (questions préalables pour assurer la sécurité, accompagner un refus et réorienter).

#### **4eme ½ journée de 4h :**

- Intervention auprès d'un groupe varié/pédagogie/sécurité/attitude.
- Mises en situations concrètes.