



## Formation « Sport sur prescription médicale, socle commun » – 35 heures

### Référentiel de formation



#### Niveau général visé par la formation

Module de développement de compétences pour les encadrants sportifs, permettant notamment de développer l'activité physique adaptée aux séniors

#### Public visé

Les personnes qualifiées titulaires d'un diplôme fédéral ou d'un diplôme inscrit au RNCP (CQP, TFP) d'une fédération sportive agréée disposant d'une certification fédérale « sport sur prescription médicale » reconnue sur arrêté interministériel ou les titulaires d'un diplôme d'Etat délivré par une fédération sportive agréée ou par les établissements publics.

#### Prérequis nécessaires pour suivre la formation

Les participants devront posséder les diplômes suivants un diplôme fédéral de la fédération permettant l'encadrement bénévole ou diplôme inscrit au RNCP permettant l'encadrement contre rémunération

#### Objectifs de formation / compétences visées

La formation vise les compétences suivantes :

1. Participer à l'éducation pour la santé du patient à travers les actions du sport-santé
2. Mettre en œuvre un programme d'activités physiques sécurisé et adapté aux capacités des patients atteints d'une affection de longue durée sans aucune limitation physique ou souffrant de limitation minimale
3. Réagir face à un accident au cours de la séance d'activité physique adaptée

## Organisation de la formation

35 heures de formation réparties comme suit :

Compétence (objectif de formation)	Objectifs pédagogiques	Contenus	Durée – modalités péda
1.	Identifier et situer une action sport-santé	Définition : c'est quoi le sport-santé ? contexte, Différents types de prévention Acteurs et réseaux du sport-santé (Etat, mouvement sportif, associations de patients, ARS, plans nationaux, PRSSBE, ...) Principes du sport-santé (aller vers l'autonomie dans sa pratique, auto-soin, développement des compétences psycho sociales et d'adaptation)	7 heures présentiel
	Définir le cadre et les contraintes réglementaires	Articles de loi, décrets (droits des usagers et des malades de 2002 ; instruction du 24 décembre 2012 ; LMSS du 26 janvier 2016, son décret d'application du 30 décembre 2016 et l'instruction du 3 mars 2017) Médicosport-santé Responsabilité civile, morale Concept de déontologie Licence sportive, diplôme et encadrement	
	Identifier les caractéristiques très générales des principales ALD du sport-santé	Notions médicales sur les états physiologiques et maladies chroniques Risques et complications les plus fréquentes de chaque pathologie chronique	6 heures

	Encourager l'adoption de comportements favorables à la santé	Définitions : sédentarité, activités physique, activité sportive... Comportements favorables au maintien d'une bonne santé Effets de l'activité physique sur la santé Notion de physiologie à l'effort Conseils adaptés aux capacités des patients Recommandations internationales relatives à l'AP pour la santé (OMS2010, qualité de vie et la sédentarité) Mesures de l'activité physique	3 heures
2.	Evaluer les capacités et les motivations initiales du patient	Concept d'évaluation Notions de mesure de la santé, de la condition physique et de la forme Questionnaire de qualités de vie Tests possibles : description, conditions de passation, publics visés, interprétations Adaptation et spécificités des tests en fonction des pratiques et des pratiquants Outils spécifiques maison sport-santé (questionnaire...) Motivation et éducation thérapeutique	4 heures Tests pratiques des différents tests d'évaluation
	Prendre en compte les caractéristiques des pathologies et la prescription médicale dans la préparation du programme d'APA	Décryptage d'une prescription d'APA Recommandations de pratique des APS en fonction des pathologies	11 heures  Observation de séances avec du public, animation de séances avec du public
	Fixer des objectifs permettant le développement de l'autonomie du patient	Lien entre prescription et mise en place d'un programme Lien entre les pathologies et impacts sur la pratique sportive Méthodologie d'adaptations simples de la pratique sportive	
	Opérer des adaptations simples sur les activités physiques, dans un objectif de tolérance et d'autonomie dans la pratique	Outils spécifiques maison sport santé (livret de suivi, prescription médicale...)	

	Animer une séance d'APA en s'appuyant sur la motivation des patients en repérant toute altération de la tolérance des séances	Activités et modalités de pratique en fonction de la pathologie Techniques d'animation, de motivation et de préventions (consignes en début de saison, consignes avant, pendant et après séance). Règles de sécurité pour chaque personne malade.	
	Etablir un bilan simple pour les prescripteurs patients	Outils d'évaluations, d'auto-évaluations Indicateurs et critères d'évaluation observables dans le temps Echecs, réussites et progression des patients Outils spécifiques maison sport-santé (fiche bilan...)	
3.	Actualisation des gestes de premier secours	Conduite à tenir face à un accident lors de la pratique Sécurisation de la zone	4 heures Pratique
	Prendre en compte l'environnement pour établir un plan de secours	Mise à jour des gestes de secours Spécificités des gestes de secours en fonction des pathologies	

**Total : 35 heures de formation**

### Modalités pédagogiques

La formation alternera des temps théoriques avec des temps de travail individuel ou collectif.

Un temps d'observation et de rencontre avec des patients lors d'une activité physique adaptée est prévu.

### Evaluation

Chaque participant, pour valider la formation devra participer à l'ensemble de la formation (à l'exception d'allègement de formation ou de dispenses dûment justifiées).

L'évaluation des acquis des participants se fera au fil de la formation à travers des interrogations formatives ponctuelles et à travers une production de ressources diverses (travail sur une prescription médicale, grille d'observation d'une séance APA à remplir, tests de capacités physiques à faire).

Un questionnaire d'évaluation des connaissances sera réalisé en fin de formation.

### Allègement de formation

Lors de l'inscription, des questions concernant les diplômes obtenus, les formations continues en lien avec la thématique permettront d'anticiper d'éventuels allègements de formation.

Un contact téléphonique pourra être possible pour affiner ce positionnement.  
Des allègements seront possibles en fonction des diplômes déjà obtenus et expériences de chaque candidat.  
Délai d'accès à la formation jusqu'à 1 semaine avant le début de la formation en fonction du nombre d'inscrits.

### Accessibilité

Pour toute question liée à l'accessibilité, il est indispensable de contacter la référente handicap du pôle formation du CROS CVL : Marie-Anne Tourault : [formation.cvl@franceolympique.com](mailto:formation.cvl@franceolympique.com)

Des solutions seront envisagées collectivement entre l'organisme de formation et le la stagiaire concerné.e.