

INTRODUCTION

La promotion de l'exercice physique sous toutes ses formes est une priorité de santé publique qui vise notamment, à prévenir les maladies chroniques non transmissibles et la perte d'autonomie.

Beaucoup de recherches ont été faites sur les bienfaits que peut avoir l'activité physique sur la santé pour toutes les catégories de population, notamment pour prévenir ou contribuer au traitement de certaines maladies chroniques non transmissibles.

PRESENTATION

Deux catégories de profil se distinguent sous l'appellation personnes « en difficulté de santé » :

Les personnes, dont la condition physique rend leur santé potentiellement plus fragile :

- Sédentaires
- Seniors
- Personnes en surpoids
- Femmes enceintes

Les personnes porteuses d'une maladie chronique non-transmissible :

- Diabète
- Cancers
- Maladies cardiovasculaires
-

La mise en place d'une formation sport-santé a pour ambition de permettre aux animateurs/éducateurs de comprendre ce que sont des personnes en difficulté de santé, et de pouvoir proposer et/ou adapter une activité en fonction des limites fonctionnelles de ces pratiquants.

Durant cette formation, sont abordés :

- L'environnement socio-politique et fédéral du sport-santé
- Les différentes limites fonctionnelles et les pathologies
- L'identification et l'évaluation des personnes en difficulté de santé
- Le choix et l'adaptation des APS
- Les signes d'alerte et les gestes de premiers secours

OBJECTIFS

Proposer une activité mobilisant les capacités fonctionnelles des personnes, pour l'amélioration, et/ou le maintien de leur santé.

Etre en capacité d'accueil des personnes en difficulté de santé parmi un public dit « sain », en fonction de la pratique.

CURSUS

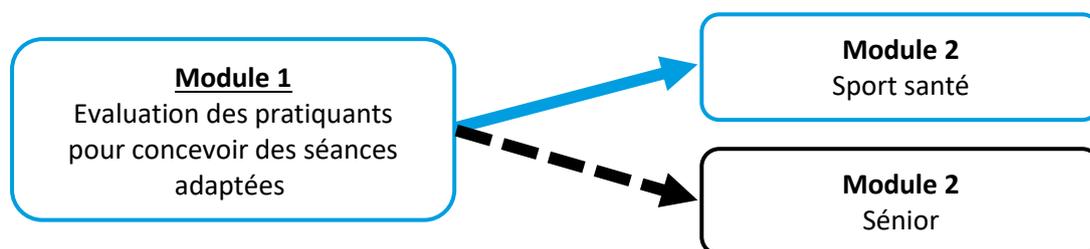
La formation sport santé se compose de deux modules un tronc commun d'une journée et une spécialisation de 3 jours soit sur le sport santé, soit sur le public sénior.

Module 1 : Evaluation des pratiquants pour concevoir des séances adaptées : outils, méthodes, enseignement (1 jour)

- Tronc commun Atout+
- Identifier les limites des personnes en difficulté de santé (motrice, sensoriel, ...) : Evaluer les capacités afin de mieux adapter la pratique. Mettre en place des tests.
- Définir des objectifs suite aux résultats des tests.
- Programmer un cycle de séances en tenant compte des tests et dans une logique de prévention.

Module 2 : Technique d'animation et d'adaptation de séance sport-santé (3 jours)

- Proposer une activité mobilisant les capacités fonctionnelles des personnes, pour l'amélioration, et/ou le maintien de leur santé
- Identifier l'environnement sport santé : Orientations politiques, actions impulsées par l'état
- Appréhender les caractéristiques des personnes en difficulté de santé.



CALENDRIER

- Module 1 : 20 octobre 2018
- Module 2 sport santé : 21 octobre, 3 et 4 novembre 2018

PLUS D'INFORMATIONS

Coordinateur pédagogique :

- Guillaume GARREAU
- Tél : 06 15 49 04 06
- @ : guillaume.garreau@fscf.asso.fr

Renseignements & Inscription :

- Tél : 04 91 52 32 81
- developpement.fscfpaca@gmail.com