

Dans le cadre du dispositif Sport sur ordonnance  
arrêtés du 8 novembre 2018 et du 19 juillet 2019



# FORMATION D'ANIMATEURS-TRICES SPORT SANTÉ ÇA VA LA FORME



**FORMATION DISTANCIELLE (CHEZ SOI)**  
**DU 25 MARS AU 8 JUILLET 2022**  
sur plateforme numérique

**FORMATION PRÉSENTIELLE (EN CENTRE)**  
**DU 20 AU 22 MAI 2022**  
5 rue des Frères Lumière - 68200 Mulhouse

**+ 15 HEURES DE STAGE EN ALTERNANCE**

91% des stagiaires accueilli·es ont été satisfait·es !  
86,5% des stagiaires ont été certifié·es !

infos : [sante@fsgt.org](mailto:sante@fsgt.org) / 01.49.42.23.35

Inscriptions en ligne avant le 1<sup>er</sup> mars 2022



# FORMATION COMPLÉMENTAIRE POUR LES ANIMATEURS-TRICES SPORTIF-VES

## Contexte

Le dispositif « **Sport sur ordonnance** » permet aux patient·es atteint·es d'une affection longue durée (ALD) de pouvoir se faire prescrire, par leur médecin traitant, une activité sportive adaptée. La qualité des intervenant·es autorisé·es à encadrer une activité adaptée dans le cadre de ce dispositif est défini par le [décret n° 2016-1990](#) du 30 décembre 2016.

## Prérequis

- Être titulaire du PSC1 (Prévention et secours civiques de niveau 1)
- Être titulaire d'un Brevet Fédéral d'Animation (BFA) FSGT niveau 2 ou d'un CQP de la CPNEF Sport inscrit sur l'arrêté du [19 juillet 2019](#) ou d'autres diplômes sportifs supérieurs

*Il est important de noter que cette formation Sport Santé restera ouverte et accessible à toute personne intéressée même si elle ne possède pas de diplôme, ou BFA FSGT niveau 1. Elle se verra alors délivrer une attestation de présence mais ne sera pas diplômée.*



Vous êtes en situation de handicap et souhaitez participer à cette formation ?  
Consultez-nous : nous évaluerons la possibilité d'aménager la formation.

## Compétences visées

1. Assurer l'éducation pour la santé et/ou participer à une éducation thérapeutique.
2. Savoir réaliser l'évaluation initiale de la situation du ou de la patient·e en incluant l'identification de freins, leviers et de facteurs motivationnels.
3. Être capable de concevoir, co-construire et planifier un programme d'activité physique individualisé et pertinent qui soit adapté à l'état de santé de la personne.
4. Savoir mettre en œuvre un programme.
5. Savoir évaluer à moyen terme un programme.
6. Savoir réagir face à un accident au cours de la pratique.
7. Connaître les caractéristiques très générales des principales pathologies chroniques.

## Moyens et méthodes pédagogiques

- Apports théoriques
- Immersion dans des séances types
- Travail en groupe d'analyse et de proposition de séances

## Durée et déroulé de la formation

Cette formation se déroulera sur 16 semaines, soit 70 heures :

- Temps de formation dits « présentiels » (20 heures)
- Temps de formation numériques dits « distanciels » (30 heures) en e-learning sur la plateforme "Claroline Connect"
- Temps de visioconférence (5 heures)
- Stage d'animation (15 heures)

Cette formation sera encadrée par des formateurs et formatrices inscrit·es sur la liste nationale FSGT des formateurs et formatrices habilité·es et des intervenant·es expert·es.

Pour découvrir  
la formation  
en vidéo  
cliquez ici



# CONTENU DE LA FORMATION

## EN DISTANCIEL

### PARTIE 1

Semaine 1 : vendredi 25 mars

- Visioconférence d'ouverture de 18h30 à 20h30
- Prise en main de la plateforme / ALD et sport sur ordonnance

Semaine 2 : vendredi 1<sup>er</sup> avril

Pathologies métaboliques

Semaine 3 : vendredi 8 avril

Pathologies cardiovasculaires

Semaine 4 : jeudi 15 avril

- Visioconférence d'étape de 18h30 à 20h30

- Pathologies neurologiques partie 1

Semaine 5 : vendredi 22 avril

Pathologies neurologiques partie 2

Semaine 6 : vendredi 29 avril

Pathologies respiratoires et locomotrices

Semaine 7 : vendredi 6 mai

Pathologies cancer

Semaine 8 : vendredi 13 mai - Vérification des quiz

via la plateforme  
numérique  
**Claroline  
Connect**

### PARTIE 2

Semaine 10 : vendredi 27 mai

Retour sur les apports du présentiel

Semaine 11 : vendredi 3 juin

Outils de l'animateur·trice

Semaine 12 : vendredi 10 juin

Dos

Semaine 13 : vendredi 17 juin

Femmes enceintes

Semaine 14 : vendredi 24 juin

Alimentation nutrition

Semaine 15 : vendredi 1<sup>er</sup> juillet

Hygiène de vie du sportif·ve

Semaine 16 : vendredi 8 juillet

Rendu du rapport d'animation

## EN PRÉSENTIEL

**DU VENDREDI 20 AU DIMANCHE 22 MAI 2022 (horaire sous réserve de modifications)**

Semaine 9		
Vendredi 20 mai	17h-17h30	Accueil - Point administratif
	17h30-18h	Présentation des stagiaires et des formateurs·trices
	18h-18h45	Bilan des semaines de formation sur la plateforme
	19h-21h	Psychologie et accueil de la personne Passage des tests de la condition physique
Samedi 21 mai	9h/10h	Analyse des tests
	10h15-12h15	BIOÉNERGÉTIQUE - Pratique et théorie
	13h30-15h30	NEUROMOTEUR - Pratique et théorie
	16h-18h30	Effet des médicaments et des APS
	18h30-19h	Questions sur le stage
Dimanche 22 mai	8h30-10h30	RENFORCEMENT MUSCULAIRE - Pratique et théorie
	10h30-12h45	SOUPLESSE - Pratique et théorie
	14h-16h15	Étude de cas
	16h15-17h	Bilan

**+ STAGE D'ANIMATION** : 15 heures d'animation à effectuer dans votre structure de la semaine 4 à la semaine 16.

# ÉVALUATION ET VALIDATION DE LA FORMATION

## Modalités de validation et d'évaluation

- Épreuves de connaissances par des quiz en ligne
- Fiche de suivi du distanciel
- Feuille d'émargement du présentiel et du stage d'animation
- Écriture d'un rapport d'animation, présentation et entretien avec le jury

## Diplômes remis

- Diplôme animateur Sport Santé Ça Va La Forme FSGT : pour les licencié.es FSGT titulaires (a minima) d'un BFA FSGT niveau 2 ou d'un CQP
- Qualification complémentaire Activités Physiques et Sportives sur Prescription Médicale : pour les titulaires d'un CQP de la CPNEF Sport reconnus par arrêté du 19 juillet 2019

## TARIFS

**Frais d'inscription** (frais de dossier + formation e-learning + formation présentielle + repas lors du présentiel - vendredi soir, samedi et dimanche midi)

150 € // Tarif si l'on remplit l'ensemble des conditions suivantes :

- Détention d'une licence FSGT depuis plus d'un an
- Attestation d'appartenance à un club affilié FSGT (modèle [à télécharger ici](#))

*NB : Toute personne titulaire du livret d'animation FSGT à jour peut bénéficier de 50% de prise en charge des frais d'inscription par le Domaine Formation, avec un maximum de 80€/an. La demande de prise en charge doit se faire en amont de la formation auprès du domaine formation : [formation@fsgt.org](mailto:formation@fsgt.org).*

## Optionnel

- 20 € // Repas festif et convivial du samedi soir
- 120 € // 2 nuits avec petit-déjeuner

 **[INSCRIPTIONS EN LIGNE](#) // avant le 1<sup>er</sup> mars 2022**

## Votre inscription en ligne ne sera effective :

- qu'à réception de votre PSC1 + pièce d'identité + diplôme sportif (le cas échéant)  
à envoyer à : [sante@fsgt.org](mailto:sante@fsgt.org)
- qu'à réception de votre attestation de club pour les licencié-es FSGT (un contrôle licence sera effectué)  
à envoyer à : [sante@fsgt.org](mailto:sante@fsgt.org)
- qu'à réception de votre règlement (chèque à l'ordre du Comité Régional FSGT Grand-Est)  
à envoyer à : Philippe Grob, 14<sup>e</sup> Grans Rue, 68320 Urschenheim

*Nombre de places limitées à 15 stagiaires*

*Confirmation de votre entrée en formation au 18 mars 2022 après réception et étude de tous les dossiers COMPLETS.*