

Dans le cadre du dispositif Sport sur ordonnance  
arrêté du 8 novembre 2018 - NOR/SPOV1830504A



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



**FORMATION DISTANCIELLE (CHEZ SOI)**

**DU 25 SEPT.2020 AU 1<sup>ER</sup> JANV.2021**

sur plateforme numérique

**FORMATION PRÉSENTIELLE (EN CENTRE)**

**DU 20 AU 22 NOVEMBRE 2020**

au siège de l'USMétro - 10 av. R. Aron - 92160 Antony

**+ 15 HEURES DE STAGE EN ALTERNANCE**

infos : [lif@fsgt.org](mailto:lif@fsgt.org) / 01.49.42.23.24

Inscriptions en ligne avant le 15 sept.2020



# FORMATION COMPLÉMENTAIRE POUR LES ANIMATEURS-TRICES SPORTIF-VES FSGT

## 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.

## Public visé

Les animateur·trices FSGT pourront entrer dans ce dispositif, s'ils ou elles sont titulaires d'une certification sportive agréée <sup>(1)</sup> par le CNOSEF, les ministères des Sports et de la Santé, qui viendra en complément d'un diplôme **Brevet Fédéral FSGT de niveau 2 et/ou du CQP ALS** <sup>(2)</sup> - **prérequis obligatoire pour la certification** - quelle que soit l'activité physique dispensée à des patient·es atteint·es d'une ALD sans aucune limitation physique ou souffrant de limitation minimale fixées dans l'annexe 1 du décret.

**Le PSC1(2)** est un prérequis obligatoire à l'entrée en formation.

*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 BFA niveau 2 ou CQP ALS. Elle se verra délivrer une attestation de présence mais ne sera pas diplômée «animateur FSGT Sport Santé ça va la forme».*

- *toute personne, qu'elle soit diplômée ou non, pourra encadrer bénévolement une activité pour des personnes atteintes d'ALD (comme elle le fait peut-être déjà).*

*Dans les deux cas, c'est l'entrée dans le dispositif «Sport sur ordonnance» et ses éventuelles mesures d'accompagnement financières pour le patient ou de mise en valeur des animateurs agréés, et de labellisation des clubs, qui ne seront pas possible.*

## Compétences visées

- **Compétence 1.** Assurer l'éducation pour la santé et/ou participer à une éducation thérapeutique.
- **Compétence 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.
- **Compétence 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.
- **Compétence 4.** Savoir mettre en œuvre un programme (conduite du programme, évaluation de la pratique, détection des signes d'intolérances et retour vers le ou la prescripteur·trice, savoir individualiser la pratique).
- **Compétence 5.** Savoir évaluer à moyen terme un programme (disposer des capacités à dialoguer entre les acteurs, évaluer les bénéfices attendus du programme, retour vers le ou la patient·e et les autres professionnel·les).
- **Compétence 6.** Savoir réagir face à un accident au cours de la pratique.
- **Compétence 7.** Connaître les caractéristiques très générales des principales pathologies chroniques.

## Moyens et méthodes pédagogiques

Cette formation alternera :

**Temps de formation dits « présentiels »**  
(20 heures)

**du 20 au 22 novembre 2020**  
à Montreuil (93)

**+ une alternance en stage**  
(15 heures)

*complétera cette formation*

et

**Temps numériques dits « distanciels »**  
(30 heures)

**avec un début de formation à distance**  
**fin septembre 2020**

rendus possibles grâce aux potentialités  
de la plateforme  
**Claroline Connect**

(1) Arrêté du 8 novembre 2018 (NOR : SPOV1830504A)

(2) Copies de diplômes à envoyer à [lif@fsgt.org](mailto:lif@fsgt.org)

# CONTENU DE LA FORMATION

## EN DISTANCIEL

### SEPT.OCT.NOV.

- Semaine 1 : 25 septembre  
Prise en main de la plateforme / Introduction formation  
ALD et sport sur ordonnance
- Semaine 2 : 2 octobre  
Pathologies métaboliques
- Semaine 3 : 9 octobre  
Pathologies cardiovasculaires
- Semaine 4 : 16 octobre  
Pathologies neurologiques partie 1
- Semaine 5 : 23 octobre  
Pathologies neurologiques partie 2
- Semaine 6 : 30 octobre  
Pathologies respiratoires et locomotrices
- Semaine 7 : 6 novembre  
Pathologies cancer
- Semaine 8 : 13 novembre - Vérification des quizz

via la plateforme  
numérique  
**Claroline  
Connect**

### NOV.DÉC.JANV.

- Semaine 10 : 27 novembre  
Cours présentiels
- Semaine 11 : 4 décembre  
Outils de l'animateur·trice
- Semaine 12 : 11 décembre  
Dos
- Semaine 13 : 18 décembre  
Femmes enceintes
- Semaine 14 : 25 décembre  
Alimentation nutrition
- Semaine 15 : 1<sup>er</sup> janvier  
Hygiène de vie du sportif·ve

Pour découvrir  
la formation  
en vidéo  
cliquez ici



## EN PRÉSENTIEL

20-21-22 NOVEMBRE 2020

| Semaine 9            |             |  |
|----------------------|-------------|--|
| Vendredi 20 novembre | 17h30       | Accueil  |
|                      | 18h/18h30   | Présentation des stagiaires et des formateurs·trices                     |
|                      | 18h30/19h   | Introduction   |
|                      | 19h/19h30   | Bilan des semaines de formation sur la plateforme                        |
|                      | 19h45/21h30 | Présentation / Passage des tests<br>Psychologie / Accueil de la personne |
| Samedi 21 novembre   | 8h45        | Accueil  |
|                      | 9h/10h      | Analyse des tests  |
|                      | 10h/10h30   | Contexte sport santé   |
|                      | 10h45/12h30 | BIOÉNERGÉTIQUE - Pratique et théorie                                     |
|                      | 14h/15h45   | RENFORCEMENT MUSCULAIRE - Pratique et théorie                            |
|                      | 16h/18h     | SOUPLESSE - Pratique et théorie  |
|                      | 18h/19h     | Effet des médicaments et des APS   |
| Dimanche 22 novembre | 8h45        | Accueil  |
|                      | 9h/10h15    | Effets des médicaments et des APS  |
|                      | 10h30/12h45 | NEUROMOTEUR - Pratique et théorie  |
|                      | 14h/16h15   | Mises en situation pédagogique   |
|                      | 16h15/17h   | Bilan  |

[sous réserve de modifications]

**+ 15 HEURES DE STAGE EN ALTERNANCE**

# ÉVALUATION ET VALIDATION DE LA FORMATION

L'évaluation des connaissances et des compétences acquises se fera à partir de plusieurs questionnaires, mises en situation pédagogique et livret de stage.

Remise d'une attestation de présence pour tous les stagiaires.

Les stagiaires titulaires d'un Brevet Fédéral niveau 2 FSGT et/ou d'un CQP ALS recevront un diplôme - mention complémentaire « Sport - santé Ça va la forme » par la FSGT.

## TARIFS

### Obligatoire

Licencié FSGT 150 € // formation e-learning + formation présentielle + apéritif dînatoire vendredi soir, repas samedi midi et repas dimanche midi

Non licencié FSGT 300 € // idem

### Optionnel

25 € // Repas festif et convivial samedi soir

70 € // Hébergement (2 nuits) en chambre twin avec petit déjeuner

125 € // Hébergement (2 nuits) en chambre simple avec petit déjeuner

## 📧 INSCRIPTIONS EN LIGNE // avant le 15 septembre 2020

Nombre de places limitées à 15 stagiaires (priorité aux licencié·es FSGT)

### Votre inscription en ligne ne sera effective :

• qu'à réception de votre règlement

à envoyer à : Ligue IdF FSGT - 14 rue Scandicci - 93508 Pantin Cedex

• qu'à réception de votre copie de PSC1

à envoyer à : lif@fsgt.org

• qu'à réception de votre diplôme (le cas échéant)

à envoyer à : lif@fsgt.org

*Confirmation de votre inscription au 20 septembre 2020 après réception et étude de tous les dossiers complets.*

## RAPPEL DES CONDITIONS DE PRISE EN CHARGE DU LIVRET FÉDÉRAL D'ANIMATION FSGT

Toute personne titulaire du livret d'animateur·trice à jour peut bénéficier de 50% de prise en charge (frais d'inscription : pédagogiques, hébergements, repas // les frais de déplacements de sont pas pris en compte) par le Domaine Formation, pour des stages de formation fédéraux FSGT à l'initiative et/ou validés par le Chantier Éducation à la Santé pour tous (prise en charge maximale de 80 € par saison).

• La demande de prise en charge doit se faire en amont du stage auprès du domaine formation : [formation@fsgt.org](mailto:formation@fsgt.org).

• Le règlement devra être effectué dans son intégralité à l'organisateur, le remboursement interviendra après le stage.

*Aucune demande ne sera prise en compte si l'animateur·trice n'est pas titulaire du livret au préalable.*