

# Sport Santé et Activité physique adaptée sur prescription médicale

Formation qualifiante : niveau 1 du dispositif PEPS (PEC DECLIC)



24, 25, 26 et 27 juin 2024  
à Faye l'Abbesse et Moncoutant

## Public

Educateur sportif (salarié, indépendant ou bénévole)

## Durée

24.5 heures soit 3,5 jours

## Coût

35€ / bénévole, Indépendant ou 490€ / salarié  
10€ / déjeuner

## Nombre de stagiaires

Entre 8 et 12

## Intervenants

Médecin, Coordonnateur territorial PEPS, Professionnel en APA, Educateur sportif, Formateur en Gestes et soins d'urgence



## CONTENUS

### Pré test

- **Bloc 1 :** la législation et l'environnement du sport santé, définition du sport santé et de ses objectifs, les différentes préventions, les tests d'évaluation de la condition physique
- **Bloc 2 :** Comment mettre en oeuvre une pratique régulière, adaptée, sécurisante et progressive d'activité physique adaptée, comment concevoir une séance d'activité physique et faire des adaptations simples sur les APS, Evaluation des progrès, entretien de la motivation à la pratique d'activité physique, les limitations fonctionnelles et psychologiques des patients
- **Bloc 3 :** Les gestes de premiers secours et l'établissement d'un plan de secours au regard de l'environnement
- **Bloc 4 :** Les risques et les complications les plus fréquentes de chaque pathologie chronique, les modifications physiologiques générales induites par les pathologies principales (sédentarité, obésité, vieillissement, pathologies cardiaques, diabète, anxiété, dépression...), les mesures générales de prévention, les signes d'alerte qui imposent l'arrêt de l'activité physique et assure la bonne conduite de la séance, les règles de sécurité pour chaque personne malade

### Post test

L'organisme de formation se réserve le droit d'annuler ou reporter la formation en cas d'inscription insuffisante

## Pré requis

- Etre titulaire d'une certification délivrée par une fédération sportive agréée ou titulaire d'un diplôme sportif inscrit au RNCP (BEES, CQP, BPJEPS, STAPS)
- Etre titulaire d'une carte professionnelle d'éducateur sportif à jour
- Etre titulaire de l'une des formations relatives au secourisme en cours de validité (PSC1, AFPS, PSE1, PSE2, AFGSU1 ou 2, SST)

## Méthodes pédagogiques

- Apports théoriques, ateliers pratiques, exercices ludiques

## OBJECTIFS

Cette formation vise à développer le sport santé et l'accueil des pratiquants dans le cadre d'une prescription médicale

- Assurer l'éducation à la santé et évaluer la situation initiale du pratiquant
- Concevoir, planifier, mettre en oeuvre et évaluer un programme d'activité physique
- Prévenir et réagir face à un accident au cours de la pratique
- Connaître les caractéristiques générales des principales pathologies chroniques et des règles de sécurité