



Les objectifs

Sessions	Objectifs	Volume horaire	OI
Positionnement	Se situer par rapport aux exigences du métier et de la certification Définir le parcours de formation (allègement ou non)	5h30	
Module 1	Comprendre le champs sport-santé et son organisation Définir les différentes caractéristiques des publics Savoir évaluer la condition physique des pratiquants Savoir réagir en cas d'accident	3 jours 21 h	OI 1-2-3-4
Module 2	Définir les différentes caractéristiques des publics Concevoir et élaborer un cycle de séance Etre capable d'entretenir la motivation des pratiquants	1,5 jours 11h	OI 1-2-4
Certification		1h30	OI 1-2-3-4
Alternance	Observer, Définir les caractéristiques du public, animer des séquences	10h	

MODULE 1 (3 jours)					
Jour 1		Jour 2		Jour 3	
9h-10h	Présentation/Règlementation (1h)	O.1.1	Savoir Accueillir du public spécifique dans le cadre d'une prescription médicale (3h)	O.1.2	Savoir organiser l'évaluation des capacités physiques et des paramètres psychosociaux du pratiquant (4h)
	Accueil et tour de table, Connaître la réglementation en vigueur	1.1			1) Etre capable d'évaluer la condition physique du public : (Equilibre/ Souplesse/ Force Musculaire / Endurance cardiovasculaire)
10h-11h	Connaître et s'approprier la démarche d'éducation à la santé par le sport (3h)	O.1.1	1) Aborder le type de caractéristiques du public (approche biopsychosociale)	2.1	- Connaître le protocole et matériel nécessaire et sécuriser l'exercice
11h-12h		1.2		2.2	- Savoir énoncer les consignes adaptées
12h-13h	S'approprier la démarche sport santé et les recommandations en APS pour la santé/ concepts et définitions (APS, Sport, prévention...)	1.4 1.5 1.6	2) Savoir construire un programme d'activités physiques : Evaluation, planification, progression, adaptation, individualisation, analyse du public, conseil, orientation, suivi (avec intention d'éducation à la santé)		- Adapter le test si nécessaire
13h-14h	Pause repas		Pause repas		- Savoir corriger le mouvement/posture du pratiquant
14h-15h	Savoir sécuriser la pratique et le public spécifique (4h)	O.1.3	Connaître les principales Affections de Longues Durée et les personnes concernées (3h)	O.1.4	Savoir mettre en œuvre un programme de pratique physique et sportive, régulière, adaptée, sécurisante et progressive (3h)
15h-16h	1) Actualiser ses connaissances du PSC1, en lien avec les publics spécifiques :	3.1	1) Connaître les caractéristiques générales des personnes touchées par les principales maladies chroniques : Diabète – Troubles cardiovasculaires – Cancer – Maladies Rhumatismales – BPCO - Maladies neuro-dégénératives		1) Observer et analyser une séance sport sur ordonnance et/ou animer une séance sport santé sécurisée (si possible avec public réel)
	- Mettre en sécurité des lieux/connaître le plan de secours	3.2			2.2
16h-17h	- Connaître les bénéfices et risques spécifiques de l'APS et les précautions à prendre vis-à-vis du public		2) Prévention, risques/bénéfices de l'APS et sécurité, point de vigilance/complications.		

Vendredi 4 février
7h

Samedi 5 février
7h

Dimanche 6 Février
7h

MODULE 2 (1,5 jours)			
Jour 4		Jour 5	
9h-10h	Connaître les principales Affections de Longues Durée et les personnes concernées (3h) 1) Connaître les caractéristiques générales des personnes touchées par les principales maladies chroniques : Diabète – Troubles cardiovasculaires – Cancer – Maladies Rhumatismales – BPCO - Maladies neuro-dégénératives 2) Prévention, risques/bénéfices de l'APS et sécurité, point de vigilance/complications.	O.I 4	Savoir mettre en œuvre un programme de pratique physique et sportive, régulière, adaptée, sécurisante et progressive, en fonction de l'environnement et du public (4h) 1) Travailler sur un projet d'animation à destination des personnes en ALD (en lien avec son alternance)
10h-11h			2.1
11h-12h			2.2
12h-13h	Connaître l'environnement et le parcours de santé du futur pratiquant (1h) 1) Comprendre et intégrer la prescription médicale, organiser le suivi auprès du médecin prescripteur (outils, réseau, environnement) – Aborder les limitations fonctionnelles	O.I 1	- Partie 2 : <i>Construction d'un cycle d'activité adapté au public et au contexte</i> 2) Mise en situation : présenter son projet au réseau, professionnels sport et santé, institutionnels, financeurs...
		1.3 1.4 1.6 1.7	Bilan de formation
13h-14h	Pause repas		Fin de formation
14h-15h	Connaître l'environnement : Retours d'alternance – Sport Santé en structure (2h)	O.I 1	
15h-16h	Contexte-Environnement/Public/ démarche et outils mis en place/ séances animées/ éléments positifs et problématiques rencontrées	1.3 1.6 1.7 1.8	
16h-17h	Savoir mettre en œuvre un programme de pratique physique et sportive, régulière, adaptée, sécurisante et progressive (1h) 1) Travailler sur un projet d'animation à destination des personnes en ALD (en lien avec son alternance) - <i>Partie 1 : Etude de cas</i>	O.I 2	
		2.1 2.2	

Samedi 9 avril
7h

Dimanche 10 avril
4h