**Formation « Sport Santé » de niveau 1 à destination des éducateurs sportifs du département.**

Labélisée par la DRJSCS & CROSIF IDF

**Programme**

**1ère journée :**

Matinée encadrée par le médecin référent de la DDCS 78, **Dr Francis LEPAGE** :

**8h30 : accueil des participants**

* 9h – 9h45 Evaluation initiale de la partie dispensée en distanciel sous forme de quiz collectif.
* 9h45 – 10h30 Correction de l’évaluation et échanges sur ces questions. Quels sont les points importants à retenir sur la partie distanciel.
* 10h30 - 11h Point sur la prise en charge des patients et les stéréotypes attenants à la pratique physique.
* 11h – 13h Caractéristiques des principales pathologies et recommandations en terme d’activité physique. Précaution et sécurisation des pratiques.
* 13h – 13h30 Jeux de rôles : cas cliniques en vue d’une mise à l’activité physique, entretien de renseignements et motivation.

**Repas 13h30**

Après-midi encadrée par l’’enseignant en Activité Physique Adaptée **Jérémy Lefebvre** :

* 14h30 – 15h30  Ateliers pratiques par groupes sous forme de jeu de rôle / cas cliniques : accueil des patients, prise en charge, adaptation de son activité en fonction de la pathologie, impliquer la personne.
* 15h30 – 17h00 Présentation théorique et pratique des tests et mesures de condition physique.
* 17h00-17h30 Présentation du travail à fournir pour le lendemain, réflexion sur son projet d’action (mise en place d’une action « sport santé », adaptation de sa discipline, évaluation de la personne …)

**2ème journée**

* 9h - 9h30 Ateliers échauffement, étirements, assouplissements
* 9h30 – 10h Adapter l’APS au public
* 10h – 10h30 Rappel des déterminants d’une activité physique
* 10h30 – 11h15 Par groupe de 2 ou 3, réflexion sur l’adaptation des disciplines en fonction du public choisi : comment programmer une prise en charge adaptée en fonction de sa discipline ? (APS et sédentarité, diabète, sénior, cancer, maladies cardio vasculaires, pathologies de l’appareil locomoteur, enfants …)
* 11h15 – 12h Restitution des groupes avec les adaptations de pratiques, retour des intervenants
* 12h – 13h30 Réflexion sur le projet individuel et présentation des projets

**Repas 13h30**

* 14h30 – 15h30 Présentation d’actions existantes et de l’état des lieux actuels sur les recommandations et la prévalence de l’inactivité physique et de la sédentarité. Temps d’échange avec les participants
* 15h30 – 16h30 évaluation finale
* 16h30 remise des fiches d’évaluations et des attestations de présence
* 17h fin de la journée

Fin des deux journées de formation.