



CAMPUS
SPORT BRETAGNE



BRETAGNE ⁸³

LES FORMATIONS SPORT SANTÉ BIEN-ÊTRE

FORME
SANTE

La formation
Activité Physique Adaptée
et **Forme Santé**



by *CAMPUS*

www.campus-sport-bretagne.fr



CAMPUS
SPORT BRETAGNE



CAMPUS
SPORT BRETAGNE





Nos formations SPORT SANTÉ



Des formations pour les professionnels de l'activité physique, encadrées par des experts médicaux et sportifs.



Contexte et finalité du dispositif Sport Santé ARS - DRSCS

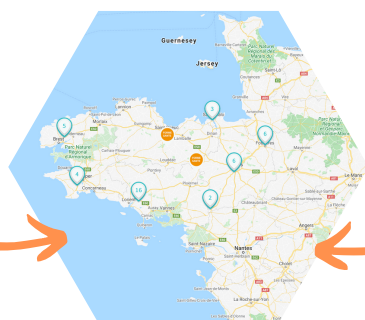
En 2013, le 1er plan régional Sport Santé Bien-Être a été marqué par le développement de l'activité physique comme thérapeutique non médicamenteuse, avec un plan de formation continue « Activité Physique et Maladies Chroniques ».

Face aux chiffres alarmants de la sédentarité, les sédentaires de niveau modéré ou élevé représentent 90% de la population adulte en France, le 2nd plan régional Sport Santé Bien-Être en Bretagne 2018-2022, a étendu son champ d'action à d'autres populations, éloignées de la pratique mais sans pathologie chronique déclarée.

Recenser et promouvoir en Bretagne auprès du grand public et des professionnels de santé, l'offre d'activité physique en prévention primaire visant à accueillir des personnes sédentaires et éloignées de la pratique, et des personnes porteuses d'une maladie chronique, sur le site www.bretagne-sport-sante.fr

Faites référencer vos activités Sport Santé avec la formation **Activité Physique Adaptée et Forme Santé** et faites vous connaître sur le site de l'Agence Régionale de Santé Bretagne.

*Avec la validation du Tronc commun **Activité Physique Adaptée et Forme Santé**



www.bretagne-sport-sante.fr

Faites référencer vos activités Sport Santé avec la formation **Activité Physique Adaptée et Maladies Chroniques**** et faites vous connaître sur le site de l'Agence Régionale de Santé Bretagne.

** Avec la validation du Tronc Commun + 1 module spécifique minimum





Nos formations **SPORT SANTÉ**



Activité Physique adaptée et Forme Santé

Objectifs de la formation

La formation vise les publics sédentaires, inactifs quelque soit l'âge ou en reprise d'activité. Elle permet de sécuriser la pratique de ces publics, d'éviter les risques les plus fréquemment observés, et d'orienter si besoin vers des professionnels de santé. Elle vise à inciter la personne à adopter un mode de vie favorable à sa santé : mode de vie actif, hygiène de vie (alimentaire, éviction des addictions...).

Si validation, une attestation de réussite est délivrée. En lien avec la formation, une charte "Sport Santé Bien-Être/Forme Santé" et un logo Sport Santé Bien-Être permettront aux structures de valoriser leur engagement en faveur du sport santé.

Principe de la formation

1 Tronc commun : 21 heures en présentiel (3jours)

Public visé

Educateur sportif en activité (professionnels ou bénévoles)
Coach Sport Santé en Fédération
Educateur sportif en reconversion
Educateur territorial des collectivités
Professionnel des activités physiques
Bénévole en activités physiques

**FORME
SANTE**

Modalité d'évaluation

Épreuve de fin de formation

Avec la validation du tronc commun, il vous sera possible de faire référencer par l'ARS vos activités.

Compétences attendues

Encadrement d'un public sédentaire

Une connaissance des personnes en reprise d'activité physique, ou en démarrage d'activité physique, éventuellement à risques potentiels : enfant et adolescent, femme enceinte, sujet en surpoids, sujet avançant en âge.

La place et le champ d'intervention des éducateurs sportifs dans le parcours santé.

Une connaissance théorique et pratique du développement des qualités aérobies et de ses effets.

Une connaissance théorique et pratique du développement des qualités musculaires et de ses effets.

L'apprentissage des bons gestes et postures, un travail de l'équilibre, etc.

Sport Santé



CAMPUS
SPORT BRETAGNE





Nos formations **SPORT SANTÉ**



Contenu de la formation

Le contexte général du Sport-Santé en France : environnement institutionnel et réglementaire, organisation, acteurs nationaux et locaux.

Les effets délétères de l'inactivité physique et de la sédentarité sur la santé.

Les fondements scientifiques des programmes « Sport Santé » ; Bénéfices psychologiques et sociologiques de la pratique des APS sur la santé.

Les mécanismes d'amélioration des aptitudes physiques ; biomécanique et prévention du mal de dos.

Les spécificités du public en reprise ou en démarrage d'activité physique, notamment à risques potentiels (enfant et adolescent, femme enceinte, sujet en surpoids, sujet âgé).

Les recommandations de bonne pratique d'hygiène de vie favorable à la santé (alimentation, prévention des addictions alcool, tabac, autres...) et les recommandations de pratique des APS en fonction des publics.

Les séances et programmes.

L'évaluation du sujet, les programmes et les risques.

Organisation et Tarifs

Activité Physique Adaptée et Forme Santé

Du 14 au 16 avril 2021 et du 13 au 15 octobre 2021

Coût pédagogique :

Sans prise en charge employeur, forfait de **100€**

Avec prise en charge employeur forfait de **250€**

Les formations **Activité Physique Adaptée et Forme Santé** sont organisées sous le pilotage et avec les soutiens financiers de l'ARS et de la DRJSCS

INSCRIPTIONS

sur

www.campus-sport-bretagne.fr
rubrique Formation

Hébergement et Restauration

sur place dans notre centre de Dinard

Renseignements

www.campus-sport-bretagne.fr
rubrique accueil
ou
02-99-16-34-16

Sport Santé





**CAMPUS
SPORT BRETAGNE**

*Comme plus de 350 professionnels déjà formés
avec
le Campus Sport Bretagne,
Rejoignez-nous!*

L'équipe Campus Sport Bretagne



Le Campus Sport Bretagne, un acteur du sport reconnu

Le Campus Sport Bretagne met en place chaque année un programme de formation aux métiers du sport et de l'animation. Groupement d'Intérêt Public, il est l'unique opérateur public sur le territoire breton pour les formations du ministère des sports et porte le CFA du sport. Il est gouverné par un collectif de 17 membres* dont la région Bretagne et l'Etat.

Région Bretagne, Etat, CD 35, Dinard, Rennes, Rennes, Brest métropole, Brest, Universités de Rennes 1 et Rennes 2, ENS Rennes, EHESP, CHU Rennes, UBO, CHU Brest, CH Lorient, UBS, et le CROS de Bretagne
Il appartient aux réseaux du Grand INSEP et de Produits en Bretagne

Campus Sport Bretagne

24 rue des Marettes
BP 90243

35802 Dinard Cedex

www.campus-sport-bretagne.fr

02-99-16-34-16



CENTRE LABELISÉ BRONZE
Réseau Grand INSEP

