



© C. Picout

## Cadre sportif HandiSport-Santé

### MODULE 1

L'encadrant HandiSport-Santé utilise l'activité physique ou sportive comme un outil au service du capital santé du pratiquant et non à celui de la pratique de loisir ou de la performance. S'il est spécialiste d'une discipline, il mettra ses compétences dans son domaine au service des objectifs du sport-santé.

À savoir : des documents pédagogiques vous seront transmis en amont de cette formation et feront partie des prérequis nécessaire pour y assister.

#### Public

Des encadrants sportifs sensibilisés au sport santé et souhaitant mettre en œuvre leur activité en adéquation.

#### Objectifs

##### Objectifs de formation

- Définir et argumenter le concept d'HandiSport Santé
- Concevoir et mettre en œuvre un programme HandiSport Santé dans son club ou sur son territoire

##### Objectifs pédagogiques

- Identifier les facteurs inhérents au HandiSport Santé
- Organiser l'évaluation du capital santé des pratiquants ainsi que son suivi
- Concevoir et animer des séances HandiSport Santé

#### Contenus

##### Une partie en e-learning

- Une connaissance approfondie des handicaps
- Les différents types de prévention, les recommandations internationales en AP pour la santé ...
- Les principaux tests de condition physique (pour les valides) et questionnaires de motivation, de santé perçue, de niveau d'activité physique...
- Les informations sur des thématiques associées : l'alimentation, le niveau d'AP, le sommeil, les médicaments...
- Connaissances théoriques fondamentales liées aux 4 axes de travail (cardio respiratoire, force, souplesse, équilibre)

## Une partie en présentiel

- Les principes du sport santé (échanges autour de la définition, moyens...)
- Adaptation des recommandations internationales pour les personnes en situations de handicap (si elles diffèrent)
- Adaptation et utilisation (mise en place pédagogique) des principaux tests de condition physique de condition physique aux différentes familles de handicap
- Comment aborder les thématiques associées dans le cadre du programme
- Revoir les différentes connaissances en fonction des familles de handicap
- Inaptitudes partielles liées au handicap
- Risques et complications liées au handicap
- Les points de vigilance en fonction des handicaps
- Animation d'une séance et suivi des pratiquants
- Adaptation des gestes de premier secours en fonction des handicaps

## Validation

Les compétences acquises seront validées dans les 3 mois suivant la fin du module de formation par le biais d'un QCM et d'un dossier présentant la contextualisation de la mise en œuvre d'un programme Handisport-Santé.

## Remarques

Le module 1 est un pré requis pour accéder au module 2. Ce dernier sera donc mis en œuvre au cours de la saison 2020-2021 pour avoir suffisamment de stagiaires potentiels.



© CDH 13



© CDH 13

## INFOS PRATIQUES

### PRÉREQUIS

- Avoir 18 ans
- Avoir suivi "**Les Indispensables**" de la formation handisport
- Toute personne titulaire d'un diplôme d'encadrant sportif, qu'il soit fédéral, d'État ou de la branche professionnelle sport et déjà engagée dans une démarche (projet ou action) sport santé
- Avoir une Licence cadre handisport
- Être titulaire du PSC1 ou diplôme de secourisme réactualisé dans les trois dernières années

### DURÉE

Module en présentiel de 4 jours, soit 28 h • Travail personnel en amont de la formation, estimé à 14h • Soit un total de **42 heures**.

### FRAIS PÉDAGOGIQUES

- **560 €** pour les stagiaires pouvant prétendre au financement de la formation professionnelle
- **224 €** pour les stagiaires bénévoles ne pouvant prétendre au financement de la formation professionnelle ou justifiant d'un refus de celle-ci

### EFFECTIFS

De 6 à 12 stagiaires

### LIEU & DATES

**Du 5 au 9 octobre 2020 à Paris**

Résidence Internationale de Paris, siège de la Fédération  
44 rue Louis Lumière, 75020

**Du 30 novembre au 4 décembre**

**à Talence** Priorité aux encadrants de la Nouvelle-Aquitaine mais la session reste ouverte sous réserve de places disponibles.

### INSCRIPTIONS

Jonathan ROBERT  
Pôle Formation Handisport  
[formation@handisport.org](mailto:formation@handisport.org)

### CONTACTS PÉDAGOGIQUES

Myriam LEGRAS  
[m.legras@handisport.org](mailto:m.legras@handisport.org)

Jean-Michel WESTELYNCK  
[jm.westelynck@handisport.org](mailto:jm.westelynck@handisport.org)



© O. Hepeigne

# Cadre sportif HandiSport-Santé

## MODULE 2

Après avoir intégré le concept et les principes du HandiSport-Santé, pris contact avec le Comité Départemental Handisport pour promouvoir le programme le Handi'Form et accueillir ainsi un nouveau public, le stagiaire de ce module 2 a l'expérience de l'animation de ce programme.

Il s'agit maintenant de lui apporter les connaissances relatives aux principales maladies chroniques (comme le diabète, l'obésité, le cancer...) qui pourraient lui permettre d'encadrer, en toute sécurité, un public porteur de ces maladies dans le cadre d'un programme Handi'Santé+.

### Public

Des encadrants sportifs ayant validé le module 1, mis en place et animé un programme ou des séances Handi'Santé, souhaitant aller plus loin en accueillant des personnes, handicapées ou non, atteintes de maladies chroniques et leur proposer un programme Handi'Santé+.

### Objectifs

#### Objectifs de formation

- Appréhender dans sa globalité l'impact de la maladie associée au handicap (sur le plan psychologique, moteur, social)
- Concevoir un programme Handi'Santé+ en définissant les bénéfices attendus ainsi que les stratégies pour amener la modification des comportements sédentaires

### Objectifs pédagogiques

- Organiser et animer un programme Handi'Santé+
- Estimer les risques, complications et points de vigilance inhérents au handicap conjointement à la maladie chronique
- Assurer le suivi individuel des pratiquants notamment pour les séances en autonomie

### Contenus

#### Une partie en e-learning

- Le contexte réglementaire : textes de loi relatifs au sport sur ordonnance, l'environnement institutionnel
- Les grandes lignes des maladies chroniques et de leurs incidences
- Connaissance des principales pathologies chroniques (vidéos PNSSBE)

- Une expertise sur la prévention des facteurs de risques inhérents aux différentes familles de handicap
- Connaissance des “Conduites À Tenir” – CAT – en fonction des conditions de pratique (canicule, pollution...)

### Une partie en présentiel

- Les points de vigilance en fonction des handicaps mais aussi des maladies chroniques associées
- Conception d'un cycle d'activité
- Adaptation du plan de secours en fonction de la réglementation et des familles de handicaps
- Construction d'un plan de secours
- Inaptitudes partielles liées au handicap et/ou à la pathologie chronique
- Risques et complications liées au handicap et à la pathologie chronique
- Évaluation du rapport : bénéfiques/risques de l'AP
- Règles de sécurité (pour chaque handicap et chaque pathologie chronique) et détection des signes d'alerte nécessitant l'arrêt de l'AP et CAT

### Validation

Les compétences acquises seront validées par le biais d'un QCM en fin de module puis par un dossier présentant la réalisation d'un programme Handi'Santé+, dans les 6 mois suivant la fin du module de formation.

### Remarques

Cette formation, actuellement, n'autorise pas la prise en charge de pratiquants dans le cadre du dispositif « sport sur prescription médicale ». Elle permet cependant de proposer un programme d'activités physiques adaptées à des personnes, en situation de handicap ou non, atteintes de maladie chronique souhaitant s'engager dans une vie plus active.



© G. Picout

## INFOS PRATIQUES

### PRÉREQUIS

- Respecter les prérequis du module 1 HandiSport Santé
- Avoir validé le module 1

### DURÉE

Module en présentiel de 3,5 jours, soit 24 h • Travail personnel en amont de la formation, estimé à 8 h • Soit un total de **32 heures**.

### FRAIS PÉDAGOGIQUES

- **480 €** pour les stagiaires pouvant prétendre au financement de la formation professionnelle
- **192 €** pour les stagiaires bénévoles ne pouvant prétendre au financement de la formation professionnelle ou justifiant d'un refus de celle-ci

### EFFECTIFS

De 6 à 12 stagiaires

### DATES

**Du 7 au 10 décembre 2020**

### LIEU

Résidence Internationale de Paris, siège de la Fédération Française Handisport  
44 rue Louis Lumière  
75020 Paris

### INSCRIPTIONS

Jonathan ROBERT  
Pôle Formation Handisport  
[formation@handisport.org](mailto:formation@handisport.org)

### CONTACTS PÉDAGOGIQUES

Myriam LEGRAS  
[m.legras@handisport.org](mailto:m.legras@handisport.org)

Jean-Michel WESTELYNCK  
[jm.westelynck@handisport.org](mailto:jm.westelynck@handisport.org)

**Handi Sport** 