



SPORT SANTE

Stratégie nationale = enjeu santé publique

Améliorer l'état de santé de la population en favorisant l'APS de chacun, au quotidien, avec ou sans pathologie chronique, à tous les moments de la vie.

Inscrit dans le plan national de santé publique « Priorité Prévention » 2019-2024 :

Le Sport comme un médicament pour la santé physique et mentale.

Ministère de la Santé et Ministère des Sports sous l'autorité du 1^{er} Ministre.

- * Promotion de la santé et du bien être par l'APS
- * Recours à l'APA (activité physique adaptée) à visée thérapeutique .

Décret 30 décembre 2016

- reconnaît l'APA prescrite par le médecin traitant pour maladies chroniques (ALD),
- définit liste de certifications proposées par le CNOSF à partir des Fédérations
- précise les 7 compétences requises pour enseigner l'APA

Instruction interministérielle 3 mars 2017

- met en œuvre et définit 3 niveaux de limitations fonctionnelles.



SPORT SANTE

Et pour les Activités Subaquatiques ?

Paradigme : on passe de la notion activité dite à risque , à notion de bienfaits de nos activités subaquatiques !!!

**MODULE DE FORMATION de la FFESSM pour nos cadres
Cahier des charges CNOSF mai 2018, porté à ma connaissance en février 2019**

Quels programmes ? *Pratique Régulière, Adaptée, Sécurisée, Progressive*

Niveau 1 = PALMER VERS SON BIEN-ÊTRE = SPORT BIEN-ÊTRE

(public éloigné des pratiques sportives et en baisse d'autonomie sans vraie limitation fonctionnelle = Prévention Primaire).

Niveau 2 = PALMER VERS SA SANTE = SPORT SUR ORDONNANCE

(public atteint de maladies chroniques de longue durée , cadre de l'APA pour un public présentant une petite limitation fonctionnelle et nécessitant supervision médicale).

Niveau 3 = médicalisé, à part le HandiSub pour la FFESSM.



SPORT SANTE

Et pour les Activités Subaquatiques ?

Quels encadrants ? Moniteurs et Entraîneurs 1^{er} degré

Quelles disciplines FFESSM ?

Pour Niveau 1 = toutes nos disciplines

Pour Niveau 2 = apnée en piscine et en fosse, Fit'palmes, Rando subaquatique, plongée scaphandre en piscine et éventuellement en milieu naturel selon conditions.

Prérequis préalables ?

Titulaire du PSC1 et du RIFA de la discipline sub aquatique pratiquée

Diplôme fédéral de moniteur 1^{er} degré ou de moniteur-entraîneur 1^{er} degré

Licence FFESSM et CACI pour la partie pratique en situation

Objectifs de la formation FFESSM selon cahier minima des charges CNOSF ?

36 h de formation (23 h théorie, 5 h de pratique, 8 h de sécurité)

Intégrant les 7 compétences de l'APA , découpage FFESSM en 7 Unités (U1 à U7)



SPORT SANTE

Et pour les Activités Subaquatiques ?

Quel Découpage pour la FFESSM ? Ruban pédagogique de U1 à U7

Volonté de mettre en avant notre environnement spécifique et la sécurité, volonté de cadrer en 3 journées maximum le stage, volonté d'enchaîner Sport Bien être et Sport sur Ordonnance, volonté de mettre en avant l'expérience HandiSub pour la pratique.

- * Formation à distance e-learning (4h) : documents en lecture, préalable au stage (U1)
- * Module Sport Bien Être , stage présentiel (6h + examen) (U2 et U4) **Une Journée**
- * Unité Sécurité (8h) est acquise grâce au RIFA pré-requis obligatoire (U7)
- * Module Sport sur Ordonnance, stage présentiel (13h + examen) (U3, U5, U8)
- **Deux Journées.**
- * Unité Pratique à distance (dans les 6 mois) (5h) (U6)



SPORT SANTE

Et pour les Activités Subaquatiques ?

Des allègements ?

*Pour tous, allègement de l'Unité Sécurité (RIFA)

*Pour les cadres EH₁ (HandiSub) , allègement de l'Unité Pratique.

L'Equipe pédagogique ? À l'échelon régional,

Expérience actuelle en région Sud qui est pilote :

Les documentations et structurations des cours seront mis à disposition

Première formation spécifique avec 24 cadres (Technique, Apnée, NAP) et 4 formateurs.

Noter que 3/4 des stagiaires sont déjà EH₁. Création d'un carnet de suivi à faire !!!

Certification ? Certification nationale par une carte.

Validation régionale par le biais d'une commission.

Examen certifiant 1h 30, avec un quizz sur connaissances Sport Santé et maladies chroniques, avec une épreuve de projet dans sa discipline d'un cycle de progression en fonction d'une maladie chronique précisée



SPORT SANTE

Et pour les Activités Subaquatiques ?

Contenu de la formation (*contenu détaillé sur le site national*)

1. Encourager l'adoption de comportements favorables à la santé.
2. Mettre en œuvre évaluation de la personne pour l'APA envisagée (Impact de la pathologie et des limitations fonctionnelles sur l'APA).
3. Concevoir une séance d'activité physique adaptée .
4. Mettre en œuvre un programme et évaluer la pratique et le progrès. Détecter les signes d'intolérance et relation avec médecin prescripteur.
5. Evaluer les Bénéfices attendus du programme.
6. Réagir face à un accident au cours de la pratique .
7. Connaître les caractéristiques générales des affections chroniques (groupe de pathologies).

Conclusion :

- * **Former des cadres dans nos disciplines pour la pratique du Sport Santé.**
- * **Mobiliser des clubs sur cette pratique, d'autant que des Communes subventionnent, d'autant que des Mutuelles s'impliquent, d'autant qu'un réseau avec les ARS s'organise autour de Maison Sport Santé à échelon départemental visant à rediriger ensuite vers les clubs (exemples aviron, natation, randonnée, gymnastique ...).**