Pour découvrir la formation en vidéo **cliquez ici**

FORMATION

SPORT SANTÉ ÇA VA LA FORME

A DESTINATION D'ANIMATEUR·TRICES

FORMATION HYBRIDE DISTANCIELLE + PRÉSENTIELLE

+15 HEURES DE STAGE EN CLUB OU STRUCTURE D'ACCUEIL

DU **JEUDI 8 JANVIER** AU **JEUDI 23 AVRIL 2026**

PRÉSENTIEL DU VENDREDI 20 FÉVRIER AU 22 FÉVRIER 2026 :
FSGT 93 - 149 RUE DE PARIS 93000 BOBIGNY

Contact : **ÎLE-DE-FRANCE - Tom HELIE** : lif@fsgt.org / 01 49 42 23 42

FORMATION COMPLÉMENTAIRE POUR LES ANIMATEURS·TRICES SPORTIF·VES FSGT

CONTEXTE

Le dispositif **« Sport sur ordonnance »** permet aux patient·es atteint·es d'une affection longue durée ou d'une maladie chronique, ou présentant des facteurs de risque, ou en perte d'autonomie, de pouvoir se faire prescrire, par leur médecin traitant, une activité sportive adaptée. La qualité des intervenant·es autorisé·es à encadrer une activité adaptée dans le cadre de ce dispositif est défini par l'article D1172-2 du code la santé publique, modifié par le décret n°2023-234 du 30 mars 2023 - art. 1.

PRÉREQUIS

- Être titulaire du PSC (Prévention et secours civiques) de moins de 2 ans.
- Être titulaire d'un Brevet Fédéral d'Animation (BFA) FSGT niveau 2

Il est important de noter que ce stage Sport Santé restera ouvert et accessible à toute personne intéressée même si elle ne possède pas de diplôme, ou BFA FSGT niveau 2. Elle se verra alors délivré sur demande une attestation de suivi mais ne sera pas diplômée.

MOYENS ET MÉTHODES PÉDAGOGIQUES

- Apports théoriques
- Immersion dans des séances types
- Travail en groupe d'analyse et de proposition de séances

DURÉE ET DÉROULÉ DE LA FORMATION

Cette formation se déroulera sur 16 semaines, soit 67 heures :

- Temps de formation dits « présentiels » (20 heures),
- Temps de formation numériques dits « distanciels », (30 heures) en e-learning sur la plateforme "Claroline Connect",
- Temps de visioconférence (2 heures)
- Stage d'animation dans vos clubs ou structures d'accueil (15 heures)

COMPÉTENCES VISÉES

- Assurer l'éducation pour la santé et/ou participer à une éducation thérapeutique.
- Savoir réaliser l'évaluation initiale de la situation du ou de la patient·e en incluant l'identification de freins, leviers et de facteurs motivationnels.
- Être capable de concevoir, co-construire et planifier un programme d'activité physique individualisé et pertinent qui soit adapté à l'état de santé de la personne.
- Savoir mettre en œuvre un programme.
- Savoir évaluer à moyen terme un programme.
- Savoir réagir face à un accident au cours de la pratique
- Connaître les caractéristiques très générales des principales pathologies chroniques.

Cette formation sera encadrée par des formateurs et formatrices inscrit·es sur la liste nationale FSGT des formateurs et formatrices habilité·es et des intervenant·es expert·es.

Vous êtes en situation de handicap et souhaitez participer à cette formation ? Consultez-nous : nous évaluerons la possibilité d'aménager la formation.

CONTENU DE LA FORMATION

DISTANCIEL

Visioconférence d'ouverture

SEMAINE 1 - Jeudi 08 janvier : ALD et sport sur ordonnance

E-learning

SEMAINE 2 : Pathologies métaboliques et cardiovasculaire

SEMAINE 3 : Pathologies neurologiques parties 1 et 2

SEMAINE 4 : Pathologies Cancer, respiratoires et locomotrices

SEMAINE 5 : Le mal de dos & Femmes enceintes & APS

SEMAINE 6 : **Vérification des quiz**

Présentiel

(du 20 au 22 février)

SEMAINE 7 : Libération des cours et outils du présentiel + quiz

E-learning + stage

SEMAINE 8 : Alimentation/nutrition et Hygiène de vie du sportif·ve

SEMAINE 14 : Finalisation du livret de stage & Vérification des quiz

SEMAINE 16 - Jeudi 23 avril : Rendu du livret de stage

Pour vous inscrire cliquez ici

PRÉSENTIEL

HORAIRES

VENDREDI	15h	ACCUEIL - POINT ADMINISTRATIF
	15h30-16h	PRÉSENTATION DES STAGIAIRES ET DES FORMATEURS·TRICES
	16h-16h45	BILAN DES SEMAINES DE FORMATION SUR LA PLATEFORME
	17h-19h	PSYCHOLOGIE ET ACCUEIL DE LA PERSONNE PASSAGE DES TESTS DE LA CONDITION PHYSIQUE
SAMEDI	9h-10h	ANALYSE DES TESTS
	10h15-12h15	BIOÉNERGÉTIQUE - PRATIQUE ET THÉORIE
	13h30-15h30	NEUROMOTEUR - PRATIQUE ET THÉORIE
	16h-18h30	EFFET DES MÉDICAMENTS ET DES APS
	18h30-19h	QUESTIONS SUR LE STAGE
DIMANCHE	08h30-10h30	RENFORCEMENT MUSCULAIRE - PRATIQUE ET THÉORIE
	10h30-12h45	SOUPLESSE - PRATIQUE ET THÉORIE
	14h-16h15	ÉTUDE DE CAS
	16h15-17h	BILAN

+ STAGE D'ANIMATION

15 heures d'animation à effectuer dans votre club ou structure entre la semaine 8 et la semaine 16.

ÉVALUATION ET VALIDATION DE LA FORMATION

MODALITÉS DE VALIDATION ET D'ÉVALUATION

- Épreuves de connaissances par des quiz en ligne
- Feuille d'émargement du présentiel et du stage d'animation
- Écriture d'un livret de stage et validation par le jury, présentation et entretien avec le jury

DIPLÔMES REMIS

Diplôme Animateur Sport Santé Ça Va La Forme FSGT
Pour les licencié.es FSGT titulaires (à minima) d'un BFA FSGT niveau 2

Attestation de suivi de la formation
Pour les personnes non licenciées à la FSGT ou non diplômés

TARIFS

Frais d'inscription, comprenant : frais de dossier + formation e-learning + formation présentielle

150 € Tarif si l'on remplit l'ensemble des conditions suivantes :
- Détention d'une licence FSGT depuis plus d'un an
- Attestation d'appartenance à un club affilié FSGT (modèle à télécharger ici)

NB : Toute personne titulaire du livret d'animation FSGT à jour peut bénéficier de 50% de prise en charge des frais d'inscription par le Domaine Formation, avec un maximum de 80 €/an. La demande de prise en charge doit se faire en amont de la formation auprès du domaine formation.
Contact : formation@fsgt.org.

350 € Tarif pour les non-licenciés
(le financement par des fonds publics n'est pas possible actuellement sur cette formation).

INSCRIPTIONS EN LIGNE

Votre inscription en ligne sera effective seulement :
- À réception de votre PSC1 + pièce d'identité + diplôme sportif (le cas échéant)
- À réception de votre attestation de club pour les licencié·es FSGT (un contrôle licence sera effectué)

Nombre de places limitées à 15 stagiaires
Confirmation de votre entrée en formation après réception et étude de tous les dossiers COMPLETS.

MINISTÈRE DES SPORTS ET DES JEUX OLYMPIQUES ET PARALYMPIQUES
MINISTÈRE DE LA SANTÉ ET DE LA PRÉVENTION
COMITÉ NATIONAL OLYMPIQUE ET SPORTIF FRANÇAIS

Action soutenue par : AGENCE NATIONALE DU SPORT