



Devenir Référent Sport en ESMS

L'activité physique et sportive au sein des ESMS (Établissements et Services Médico-Sociaux) est encouragée par le décret n° 2023-621 du 17 juillet 2023, et la note d'information interministérielle N° DGCS/SD3A/SD3B/DS1A/2024/21 du 29 février 2024 avec la désignation d'un référent sportif au sein des ESMS.

Pour devenir Référent Sport, il est important d'appréhender les notions de santé, de nutrition, et d'activité physique pour orienter des comportements favorables au bien-être des personnes accompagnées.

Cette formation permet de comprendre les avantages du sport adapté pour la santé physique, mentale et sociale, de savoir choisir et proposer des activités physiques adaptées aux capacités individuelles, et d'assurer le rôle de référent Sport au sein de son ESMS.

➤ Objectifs pédagogiques

Suite à la formation, les participants seront capables de :

- Définir la notion de Sport
- Identifier les recommandations générales et adaptations spécifiques au public dans le sport adapté
- Mettre en place des projets de lutte contre la sédentarité au sein des ESMS
- Fédérer autour d'un projet sportif
- Favoriser la pratique régulière et adaptée d'une activité physique et sportive afin de favoriser l'adoption d'un mode de vie sain

➤ Public

- Educateurs sportifs titulaires d'un diplôme professionnel (STAPS, BPJEPS, etc.)
- Professionnels de l'accompagnement
- Maximum 15 personnes par groupe

➤ Contenu de la formation

- > Comment prendre soin de mon corps ?
- > La santé et la sécurité dans la vie professionnelle, dans la vie quotidienne et dans les loisirs
- > Les représentations en matière de santé, de nutrition, et d'activité physique
- > Les notions de sédentarité et d'activité physique. Les risques liés à l'inactivité physique et/ou sédentarité.
- > Les besoins freins et leviers de la pratique d'une activité physique adaptée
- > L'élaboration d'un projet cohérent et intégré dans le réseau sur le territoire
- > La mise en réseau des différents acteurs
- > La mise en place du projet avec l'ensemble de l'équipe

Durée

2 jours (14 heures)

Date et lieu

En intra : définis en fonction de vos besoins

En inter : planification à venir

Pré-requis

Aucun

Coût pédagogique

En intra : 2 100 € net de taxes par groupe

En inter : à venir

LES +

**Méthode pédagogique
expositive, participative**

**Mise en situation, exemples,
réalisation d'un livret FALC
Sport**

**En partenariat avec le Comité
Départemental Du Sport
Adapté 25**

Questionnaire d'évaluation final

FORMATION(S) ASSOCIÉE(S)

- Encadrer « Savoir Rouler À
Vélo Adapté » - SRAV-A
(📄 p. 19)