

# FORMATION SPORT SANTÉ

Devenir E3S : Encadrants sportifs sport santé

ACTIVITES PHYSIQUES ET  
PUBLICS SPECIFIQUES

Année 2025

 Rennes  
Saint Malo

Informations :  
[formation.illeetvilaine@franceolympique.com](mailto:formation.illeetvilaine@franceolympique.com)  
06 75 21 25 30





# Devenir Educateur Sportif Sport Santé (E3S)

Le choix pour chacun d'adopter un mode de vie actif (bien manger, bien bouger) participe à limiter l'apparition ou l'aggravation de maladies chroniques liées à la sédentarité et au vieillissement de la population.

L'enjeu est de permettre à chacun d'accéder à une offre d'activités physiques et sportives de qualité, accessible et adaptée à ses besoins, ses capacités et ses aspirations.

Le parcours de **formation E3S Bretagne** vise à transmettre les savoirs, le savoir-faire et le savoir-être des encadrants sportifs pour qu'ils soient capables de proposer de véritables actions d'éducation pour la santé par les activités physiques et sportives.

## E3S

L'E3S est capable de proposer une activité physique régulière, adaptée, sécurisante et progressive et d'accompagner la personne dans le choix d'adopter **un mode de vie actif**.

Il est capable d'adapter son activité en fonction des objectifs, des capacités et des aspirations du public qu'il cible dans ses programmes d'activité.

## Savoir



- Recommandations et culture Sport-Santé
- Contexte institutionnel du Sport-Santé en Bretagne
- Types AP recommandés par public

## Savoir-faire



- Evaluer les capacités et la motivation du pratiquant personnaliser, sécuriser et adapter son activité
- Concevoir et évaluer un programme, d'activités physiques, adapté au public

## Savoir-être



- Accueillir et donner une information éclairée
- Adopter une posture neutre empathique et bienveillante
- Rester dans son champ de compétences et orienter vers des professionnels qualifiés au besoin

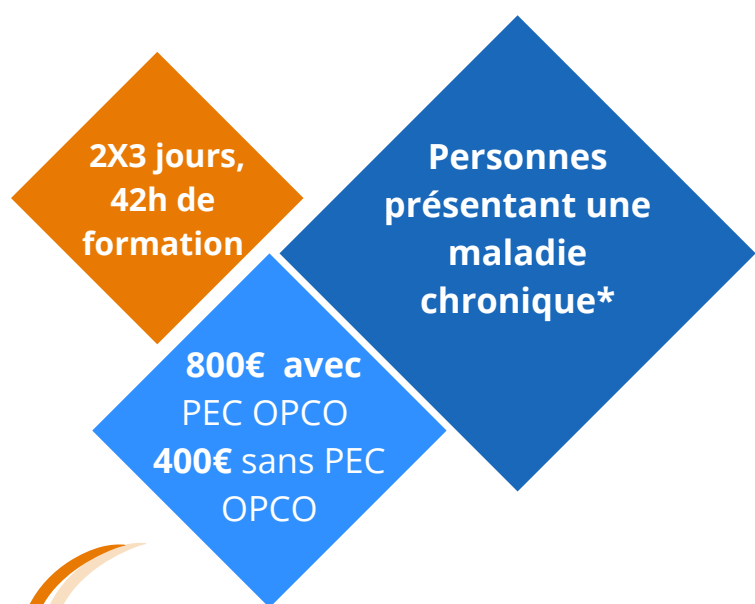


# Structuration de l'offre de formations SSBE

La formation sport santé bien-être permet aux encadrants sportifs d'acquérir les compétences et connaissances nécessaires à la prise en charge des personnes éloignées de la pratique sportive.

L'objectif est de favoriser le développement de l'offre sport santé dans les structures sportives bretonnes. **Deux formations tronc commun** (maladies chroniques et forme santé) et **un module complémentaire** sont proposés :

## Formation tronc commun Maladies Chroniques



## Formation tronc commun Forme Santé



### **Module complémentaire *par pathologie***

Public: cancer, maladie métabolique, MCVR, pathologies neurodégénératives, immunodéprimés, affectant l'appareil locomoteur.

Contenus: formation théorique et pratique

Durée: 2X3 jours - se référer au calendrier pour connaître la composition des modules

Prix: 800€ (avec prise en charge OPCO) / 400€ tarif sans prise en charge OPCO



# Programme E3S

Cible	Prérequis	Déroulement	Formateurs
<b>Encadrants sportifs</b> (professionnels ou bénévoles), souhaitant développer un projet Sport-Santé	Attestation de formation <b>PSC1 à jour</b> - Pour le module complémentaire : avoir suivi une formation sport santé préalable	<b>3 à 6 jours de présentiel</b> soit 21H ou 42h de formation. Alternance théorie / pratique	Enseignant APA Médecin du Sport Professeur émérite Enseignant-chercheur Médecins spécialistes Infirmiers Patients - témoins

## Compétences à développer

- Etre capable d'encourager l'adoption de comportements favorables à la santé
- Se repérer dans l'organisation du plan régionale SSBE.
- Connaître les caractéristiques du public accompagné
- Mettre en œuvre une évaluation initiale de la situation de la personne
- Concevoir une séance d'activité physique en suscitant la participation et l'adhésion
- Mettre en œuvre un programme : animer les séances, évaluer la pratique et ses progrès ; soutenir la motivation; détecter les signes d'intolérance
- Evaluer à moyen terme les bénéfices attendus du programme
- Réagir face à un accident au cours de la pratique

## Mon projet Sportif Sport-Santé

Je définis avec le(s) club(s) et le(s) partenaire(s) un projet et un plan d'action(s) Sport-Santé.



Je deviens signataire de la **Charte Sport Santé Bien Etre en Bretagne** : Forme Santé ou Maladie Chronique

Suite à la formation,  
je reçois mon  
attestation de  
réussite



Je dépose ma demande  
via le site :  
<https://bretagne-sport-sante.fr/chartes-sport-sante-bien-etre-ssbe/>

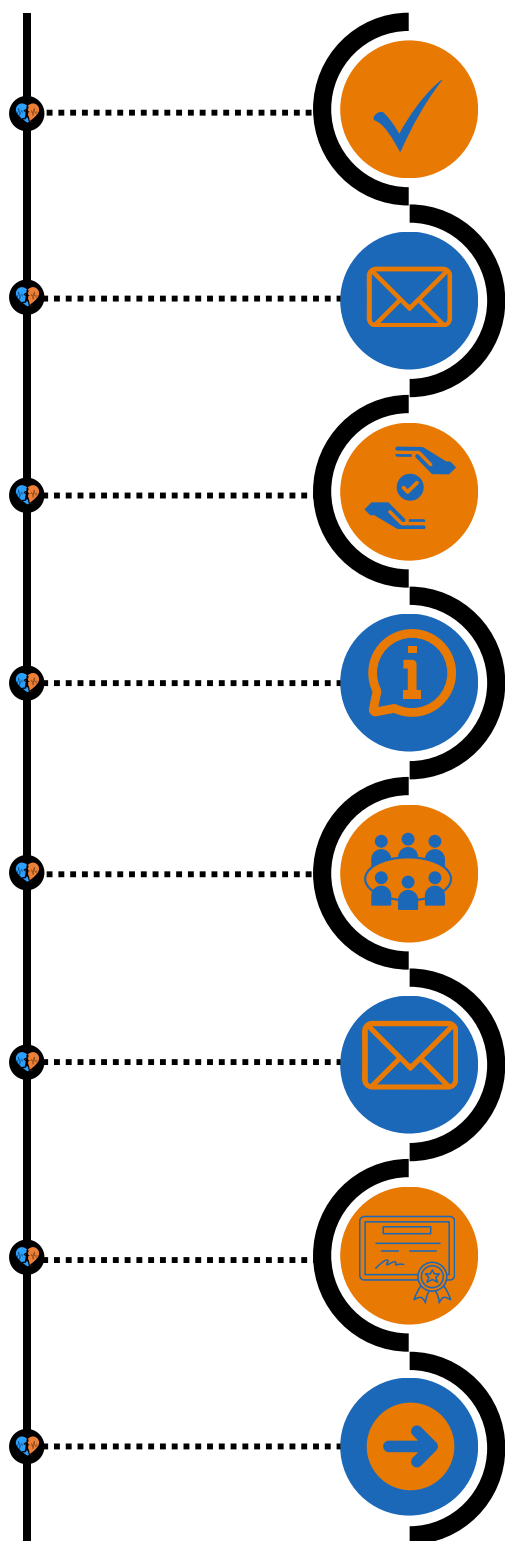


Etude du dossier et  
passage en comité  
de validation sous  
environ 3 mois



Je fais partie du  
réseau SSBE, je reçois  
le logo, mes activités  
sont publiées, je  
bénéficie  
d'accompagnements,  
d'outils (...) de l'ARS  
et de la DRAJES

-  Maison départementale des Sports  
13 B, Av. de Cucillé 35000 Rennes
-  06 75 21 25 30
-  [formation.illeetvilaine@franceolympique.com](mailto:formation.illeetvilaine@franceolympique.com)
-  <https://maisonsportsante.chu-rennes.fr>



1. Je me **préinscris** à la formation via le questionnaire *Google Forms*  
Nombre de places limité à 20 stagiaires
2. L'équipe formation traitera votre demande dans les semaines à venir et vous transmettra **un questionnaire de positionnement et un devis**.
3. Je transmets par mail le devis signé et le questionnaire de positionnement dûment rempli.  
**A réception, votre inscription est validée.**
4. **Maximum 1 semaine** avant le début de la formation, vous recevrez **votre convocation, le livret de formation et le planning détaillé**.
5. J'**assiste en présentiel** à la formation à l'adresse indiquée.
6. Je reçois **la facture de la formation, le RIB et un lien me permettant de télécharger les contenus de la formation dispensée** (à télécharger sous 7 jours)
7. Je reçois **mon attestation de réussite** à la formation Sport Santé par mail.
8. Je mets en place mon projet d'éducation pour la santé par les APS dans mon club et **je fais labelliser mon ou mes créneau(x) Sport Santé sur le site** : <https://bretagne-sport-sante.fr/chartes-sport-sante-bien-etre-ssbe/>