

FORMATION SPORT SANTÉ

Devenir E3S : Encadrants sportifs sport santé

ACTIVITES PHYSIQUES ET PUBLICS SPECIFIQUES

Année 2025

 Rennes
Saint Malo

Informations :
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 pour 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

2X3 jours,
42h de formation

800€ avec
PEC OPCO
400€ sans PEC
OPCO

Personnes
présentant une
maladie
chronique*

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

Formation tronc commun Forme Santé

600€ avec PEC
OPCO
300€ sans PEC
OPCO

Personnes éloignées de
la pratique sportive
sans maladie chronique
: personnes âgées, en
surpoids, en précarité
socio-économique,
jeunes sédentaires,
femmes enceintes ...

3 jours,
21h de
formation



Programme E3S

Cible	Prérequis	Déroulement	Formateurs
Encadrants sportifs (professionnels ou bénévoles), souhaitant développer un projet Sport-Santé	Attestation de formation PSC1 à jour - Pour le module complémentaire : avoir suivi une formation sport santé préalable	3 à 6 jours de présentiel 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.
- Connaitre 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.



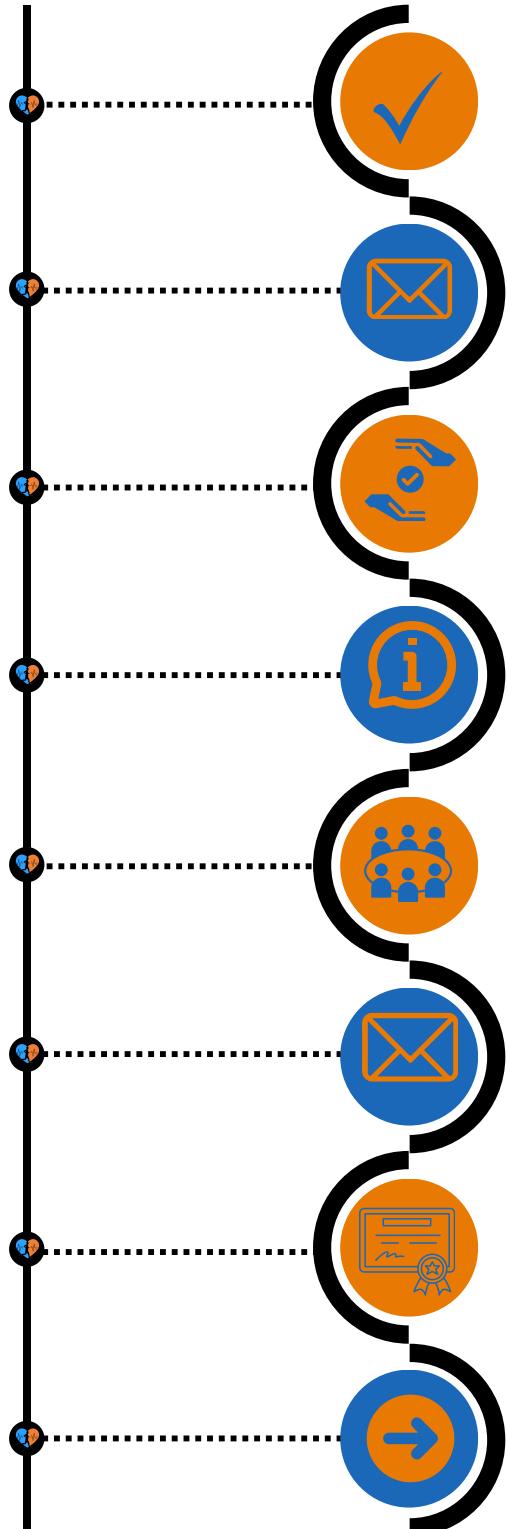
Je deviens signataire de la **Charte Sport Santé Bien Etre en Bretagne** : Forme Santé ou Maladie Chronique

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



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/>