

## « TENNIS SANTE »

<b>OBJECTIFS</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Comprendre les Intérêts de l'activité physique dans les pathologies chroniques.</li> <li>Développer l'offre Tennis Santé Bien Être dans le club et bien identifier le réseau institutionnel (ARS, DRJSCS, FFT...).</li> <li>Conduire des séances collectives de tennis adaptées à un public féminin atteint d'un cancer du sein et maîtriser trois gestes pour sauver des vies lors d'un arrêt cardiaque.</li> </ul>
<b>PUBLIC PREREQUIS</b>	Action de formation destinée <b>aux enseignants professionnels</b> de tennis des clubs <b>Normands</b> , titulaires d'un diplôme d'état ( <b>BE1, BE2, DE, DES</b> ). Effectif : 6 minimums à 24 maximums.
<b>ENCADREMENT</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Alain GRIPON Conseiller en développement coordonnateur de la Ligue de Normandie</li> <li>Guillaume LEVEVASSEUR Médecin Pole Santé Sport Rouen</li> <li>Mael GARNESSON titulaire du DESJEPS mention Tennis</li> </ul>
<b>METHODES PEDAG.</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Exposés théoriques, retours d'expériences, interrogations individuelles, démonstrations.</li> <li>➤ Mise en situation : conduite de séances pédagogiques en présence de publics adultes.</li> </ul>
<b>LIEU</b>	HONFLEUR – Centre de la Ligue de Normandie de Tennis
<b>MOYENS TECHNIQUES</b>	Une salle de réunion équipée multimédias (TV, vidéoprojecteur, connexion internet...) Deux courts couverts et Bureaux administratifs de la Ligue, secrétariat, photocopieurs.
<b>SUIVI ASSIDUITE</b>	Feuilles d'émargement par ½ journée de formation signées par les stagiaires & les formateurs.
<b>RESULTATS</b>	Certificat de réalisation
<b>DATES</b>	<b>04 &amp; 05 février 2021</b>
<b>DUREE</b>	<b>14 Heures (2 jours) de formation de 9h à 12h30 et de 13h30 à 17h.</b>
<b>TARIF</b>	Financé à 100% par les fonds conventionnels de la branche professionnelle du Sport.
<b>CONTACT</b>	02.31.14.48.90 ou <a href="mailto:jessica.rebut@fft.fr">jessica.rebut@fft.fr</a>
<b>FINANCEMENT</b>	AFDAS – Action Collective gérée par le Centre de Formation de la Ligue de Normandie de Tennis Prise en charge des couts pédagogiques à 100% et des frais annexes selon les conditions de l'AFDAS (démarche Ligue).
<b>INSCRIPTION</b>	Inscription en ligne : <a href="#">cliquez ICI</a> Programme à télécharger sur le site de la Ligue : <a href="#">Centre de Formation / Formation continue</a>

## PROGRAMME PEDAGOGIQUE

### **Bloc 1 : Développer l'offre TSBE dans le club & bien identifier le réseau institutionnel (ARS, DRJSCS, FFT...).**

- Rappel des objectifs de la FFT & la mise en place du projet à la FFT. Du projet à la réalisation :
- Déploiement sur le territoire avec les résultats de l'enquête-club réalisées au démarrage du projet. La mise en place des trinômes. La labellisation des clubs. La mise en place des maisons sport-santé.
- Rappel des compétences demandées à un enseignant Sport-santé (décret du 30 décembre 2016 relatif aux conditions de dispensation de l'activité physique adaptée).
- La promotion / communication, Les aides.

### **Bloc 2 : Comprendre les Intérêts de l'activité physique dans les pathologies chroniques.**

- Intérêts de l'activité physique dans les pathologies
- Présentation des pathologies : Maladies métaboliques (Obésité & diabète type 2) – HTA, coronaropathie, Artrite des membres inférieurs – Cancer – Anxiété et dépression – Vieillesse.
- Avancées du sport-santé (rapport INSERM, guide HAS)

### **Bloc 3 : Conduire des séances collectives de tennis adaptées à un public féminin atteint d'un cancer du sein du club.**

- Les grands principes d'une séance Tennis Santé.
  - Présentation de deux séances sur le terrain avec des joueuses et joueurs des clubs de Mt St Aignan et Ymare
- Arrêt cardiaque : trois gestes pour sauver des vies**