

« TENNIS SANTE »	
OBJECTIFS	<ul style="list-style-type: none"> • Comprendre les Intérêts de l'activité physique dans les pathologies chroniques. • Développer l'offre Tennis Santé Bien Être dans le club et bien identifier le réseau institutionnel (ARS, DRJSCS, FFT...). • 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.
PUBLIC PREREQUIS	Action de formation destinée aux enseignants professionnels de tennis des clubs Normands , titulaires d'un diplôme d'état (BE1, BE2, DE, DES). Effectif : 6 minimums à 25 maximums.
ENCADREMENT	<ul style="list-style-type: none"> • Alain GRIPON Conseiller en développement coordonnateur de la Ligue de Normandie • Guillaume LEVEVASSEUR Médecin Pole Santé Sport Rouen • Mael GARNESSON titulaire du DESJEPS mention Tennis
METHODES PED.	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Exposés théoriques, retours d'expériences, interrogations individuelles, démonstrations. ➤ Mise en situation : conduite de séances pédagogiques en présence de publics adultes.
LIEU	HONFLEUR – Centre de la Ligue de Normandie de Tennis
MOYENS TECHNIQUES	Une salle de réunion équipée multimédias (TV, vidéoprojecteur, connexion internet...) Deux courts couverts et Bureaux administratifs de la Ligue, secrétariat, photocopieurs.
POSITIONNEMENT	Un positionnement sera fait en amont de l'action de formation (quiz à distance)
SUIVI ASSIDUITE	Feuilles d'émargement par ½ journée de formation signées par les stagiaires & les formateurs.
RESULTATS	Quiz en fin de formation
DUREE	21 Heures (3 jours) de formation de 9h à 12h30 et de 13h30 à 17h.
TARIF	Financé à 100% par les fonds conventionnels de la branche professionnelle du Sport.
CONTACT	02.31.14.48.90 ou jessica.rebut@fft.fr
FINANCEMENT	AFDAS – Action Collective gérée par le Centre de Formation de la Ligue de Normandie de Tennis Cette action est financée par les fonds conventionnels de la branche du sport.
INSCRIPTION	Inscription en ligne : cliquez ICI Programme à télécharger sur le site de la Ligue : Centre de Formation / Formation continue
HANDICAP	Si vous êtes en situation de handicap : contactez-nous Réfèrent régional formation : Arnaud LEROUX arnaud.leroux@fft.fr

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, Artérite des membres inférieurs – Cancer – Anxiété et dépression – Vieillessement.
- 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