

Fiche descriptive de la formation

Sport Santé « Prescri'Forme »

Présentation de la formation et Contexte

La formation **Sport Santé « Prescri'Forme »** a été conçue par l'équipe technique régionale sport santé bien-être de la direction régionale de la jeunesse des sports et de la cohésion sociale d'Île-de-France (DRJSCS à l'époque, maintenant DRAJES).

Il s'agit d'une **formation généraliste complémentaire sport santé** destinée aux professionnels de l'encadrement des activités physiques.

Elle s'adresse donc en premier lieu à des éducateurs sportifs titulaire d'une qualification reconnue par le ministère des Sports. Considérant que dans le cadre de la formation initiale des candidats, les précautions particulières à respecter pour enseigner des activités physiques adaptées à des personnes porteuses d'affections de longue durée n'ont pas été précisées, cette formation vise à apporter un premier niveau de formation.

L'objectif de cette formation est donc de compléter et d'actualiser les connaissances des candidats, pour une plus grande sécurisation de la pratique.

Vous retrouverez dans cette fiche descriptive de la formation :

- 1. Pré-requis et réglementation**
- 2. Objectifs de la formation**
- 3. Contenus de la formation**
- 4. Organisation Pédagogique**
- 5. Évaluation de la formation et attestation de fin de formation**
- 6. Mise en œuvre de la formation**

1. Prérequis et réglementation

a. Prérequis pour entrer en formation

Pour entrer en formation, les candidats doivent répondre aux exigences suivantes :

1/ Être titulaire d'un diplôme d'Etat du ministère des sports mentionné dans l'article R212-2 du code du sport : BPJEPS, BE 1er et 2ème degré, DEJEPS, DESJEPS

Lien vers le code du sport :

https://www.legifrance.gouv.fr/codes/article_lc/LEGIARTI000042269397

2/ Avoir un projet d'encadrement ou de développement du sport santé

3/ Être titulaire d'une attestation de formation aux premiers secours de moins de 2 ans (PSC)

-
- **Complément d'informations pour les bénévoles ou personnel de Santé** : cette formation peut, **au cas par cas**, selon la cohérence du projet professionnel, être également ouverte à des personnes intervenant à titre bénévole dans le domaine du sport ou dans le domaine de la santé et en particulier en direction de personnels de santé (médecins, pharmaciens, kinésithérapeutes, ergothérapeutes, infirmiers...). Il leur sera bien spécifier le fait que la formation est un complément de formation, qui ne donne pas de prérogatives d'encadrement spécifiques.
 - **Complément d'informations IMPORTANT pour les titulaires d'un CQP** : cette formation peut être ouverte aux titulaires d'un CQP qui souhaite compléter leur formation sur le Sport Santé. Toutefois, cette formation ne leur **permettra pas d'accueillir des personnes sur ordonnance** (contrairement à des titulaires de diplôme d'état du ministère des sports, cf. prérequis). D'un point de vue réglementaire (cf. [Arrêté du 19 juillet 2019](#)), les titulaires d'un CQP doivent obligatoirement avoir l'option APSPM (Activité sur prescription Médicale) pour cela. La formation Prescri'forme n'a aucune équivalence avec l'option APSPM. Attention, l'option complémentaire APSPM n'est plus dispensée actuellement, elle est remplacée par un Certificat complémentaire Professionnel (CCP) intitulé « Concevoir un programme d'APS pour un public atteint d'affections de longue durée » ([Lien vers le site du porteur de la formation](#) pour trouver un organisme de formation). Ce CCP n'est pas encore reconnu par le Ministère (demande en cours), il ne permet pas à cette date, de remplacer officiellement l'APSPM et d'encadrer sur prescription médicale. Attention donc avant de vous y engager.

b. Rappel du cadre règlementaire de l'encadrement des AP adaptée sur prescription médicale

La loi de modernisation de notre système de Santé ([LOI n° 2016-41 du 26 janvier 2016](#)) inscrit dans le code de la Santé publique la possibilité que dans le cadre du parcours de soins des patients atteints d'une affection de longue durée, le médecin traitant prescrive une activité physique adaptée à la pathologie, aux capacités physiques et au risque médical du patient.

Le [Décret no 2016-1990 du 30 décembre 2016](#) vient préciser les conditions et spécifie les intervenants pouvant dispenser cette AP adaptée (Art. D. 1172-2) :

- ✓ Les professionnels de santé (Ergothérapeute, Masseur-kinésithérapeute, psychomotricien)
- ✓ Les enseignants APA
- ✓ Les professionnels titulaires d'un diplôme figurant sur la liste mentionnée à l'article R. 212-2 du code du sport ou enregistrés au répertoire national des certifications professionnelles, ([Annexe 2 Code du Sport](#)) ainsi que les fonctionnaires et les militaires mentionnés à l'article L. 212-3 du code du sport
- ✓ les professionnels et personnes qualifiées titulaires d'un titre à finalité professionnelle ou d'un certificat de qualifications figurant sur la liste mentionnée à l'article R. 212-2 du code du sport ou enregistrés au RNCP qui sont énumérés dans une liste d'aptitude fixée par arrêté conjoint des ministres chargés des sports, de l'enseignement supérieur et de la santé ([Arrêté du 19 juillet 2019](#))
- ✓ Les personnes qualifiées titulaires d'une certification, délivrée par une fédération sportive agréée. La liste de ces certifications est fixée par arrêté conjoint des ministres chargés des sports et de la santé, sur proposition du Comité national olympique et sportif français ([Arrêté du 12 juin 2025](#))

Textes de référence :

> [LOI n° 2016-41 du 26 janvier 2016](#) de modernisation de notre système de santé - Code de la santé publique (articles L.1172-1)

> [Décret no 2016-1990 du 30 décembre 2016](#) relatif aux conditions de dispensation de l'activité physique adaptée prescrite par le médecin traitant à des patients atteints d'une affection de longue durée (D.1172-1 à D.1172-5)

> [Arrêté du 19 juillet 2019](#) relatif à la liste des certificats de qualification professionnelle autorisant la dispensation d'activité physique adaptée prescrite par le médecin traitant à des patients atteints d'une affection de longue durée

> [Arrêté du 12 juin 2025](#) fixant la liste des certifications fédérales autorisant la dispensation d'activité physique adaptée en application du 4° de l'article D. 1172-2 du code de la santé publique

2. Objectifs de la formation

Savoir encadrer et adapter la pratique d'activités physiques et sportives destinées à l'amélioration de la santé de personnes porteuses ou non de pathologie chronique, avec ou sans prescription médicale, dans un cadre sécurisé selon les dernières données de la science.

Objectifs détaillés :

- Être capable d'encourager l'adoption de comportements favorables à la santé.
- Connaître les caractéristiques générales des principales pathologies chroniques et pour chacune d'entre elles, quelles recommandations d'APSA.
- Connaître la réglementation concernant la pratique d'APA. Connaître les spécificités du dispositif régional Prescri'forme.
- **Mettre en œuvre une évaluation initiale** de la situation de la personne en incluant des évaluations fonctionnelles propres à la pratique physique envisagée, ainsi que l'identification des freins, des ressources individuelles et des capacités de la personne à s'engager dans une pratique autonome, par des entretiens et questionnaires spécifiques simples et validés.
- **Concevoir une séance d'APSA** en suscitant la participation et l'adhésion de la part de la personne.
- **Concevoir et mettre en œuvre un programme** : animer les séances d'APSA ; évaluer la pratique et ses progrès ; soutenir la motivation du patient ; détecter les signes d'intolérance lors des séances et transmettre les informations pertinentes au prescripteur (médecin...) dans des délais adaptés à la situation.
- **Evaluer à moyen terme les bénéfices attendus** du programme : établir un bilan simple et pertinent pour les prescripteurs et le pratiquant, établir un dialogue entre les encadrants selon une périodicité adaptée aux besoins du participant au programme sport-santé.
- **Réagir face à un accident** au cours de la pratique en mobilisant les connaissances et les compétences nécessaires à l'exécution conforme aux recommandations des gestes de premiers secours destinés à préserver l'intégrité physique d'une victime en attendant l'arrivée des secours organisés (attestation PSC).
- **Savoir utiliser le système d'information Sport Santé régional**

3. Contenus de la formation

Les contenus s'articulent autour des connaissances et compétences suivantes :

Connaissances :

- Les facteurs de risque, signes d'apparition, évolution, traitements « type », complications et les recommandations et principales contre-indications d'APS pour les principaux états physiologiques (grossesse, seniors) et pathologies chroniques relevant d'une mise à l'APS comme moyen préventif ou thérapeutique (surpoids et obésité, diabète 1 et 2, hypertension, BPCO, asthme, ostéopénie et arthrose...).
- Les méthodes et outils (questionnaires, mesures, tests d'évaluation de la motivation, du mode de vie, des aptitudes énergétiques et motrices) pour proposer un parcours de santé ou de soins par les APS adaptées aux besoins de santé, aux aptitudes et aux attentes de la personne ou du patient à mettre à l'APS et co-construit avec le patient.
- Les conduites à tenir pour une sécurisation optimale des pratiques d'APS selon les pathologies et conduites à tenir en cas d'incident en cours de pratique.
- La réglementation de la pratique d'APA, les spécificités du dispositif Prescri'forme

Compétences :

- Prendre en charge une personne sédentaire pour définir avec elle ses besoins de santé et attentes de pratiques d'APS plaisir et bien-être.
- Programmer une séance d'APS -selon sa spécialité sportive- pour l'adapter au besoin de santé, aptitudes, facteurs de risque et attentes du « futur » pratiquant.
- Suivre les effets des APS sur l'évolution des aptitudes à l'aide de tests et épreuves validés pour adapter le contenu de l'APS et continuer à la sécuriser.

4. Organisation pédagogique

La formation s'organise autour de 3 temps de formation :

1. Formation en distanciel de 40h sur une plateforme
2. Formation en présentiel de 14h (2 journées) consécutives ou non
3. Temps d'immersion en Maison Sport Santé ou club Prescri'Forme : 7h (1 journée)

Une évaluation initiale est réalisée au travers d'un QCM. Il s'agit d'une évaluation diagnostique et formative.

Deux épreuves d'évaluation finales sont prévues :

- Un QCM final : il faut avoir la moyenne pour valider cette épreuve.
- La rédaction d'un projet Sport Santé (2 pages) présentant les objectifs du projet, les publics concernés, les étapes de mise en œuvre, les financements et la mise en

réseau/parténariats. Ce projet peut être présenté au reste du groupe pour créer du lien entre les projets.

➤ **Validation de la formation et attestations**

La présence à l'ensemble de la formation et du temps de distanciel permet aux organisateurs de délivrer une **attestation de formation**.