

CENTRE DE FORMATION DES METIERS DU TENNIS HAUTS DE FRANCE

PROJET DE FORMATION TENNIS SANTÉ 2024

1 OBJECTIFS DE LA FORMATION

Le programme « Tennis Santé » qui consiste à développer notre sport comme un atout pour la santé. Les caractéristiques du tennis constituent de formidables atouts pour le Sport Santé, comme l'ont fait apparaître plusieurs études et différentes initiatives :

- dans une pratique adaptée « tennis santé », le tennis ne présente aucun risque spécifique,
- sur le plan psychologique, quelle que soit la pathologie, l'aspect ludique et convivial du tennis permet de développer du lien social, élément déterminant pour améliorer l'état psychologique des patients,
- les bienfaits thérapeutiques du tennis ont été validés par la communauté médicale, en particulier dans le cas de certains cancers, de maladies cardio-vasculaires, de maladies métaboliques ou d'obésité ou encore de la lutte contre les effets du vieillissement.

2 CONTENUS DE FORMATION



FORMATION « TENNIS SANTÉ » - JEUDI 29 & VENDREDI 30 AOÛT, JEUDI 5 & VENDREDI 6 SEPTEMBRE 2024



JEUDI 29/08 (Lestrem)		VENDREDI 30/08 (Lestrem)		JEUDI 05/09 (Marca-en-Baroeul)		VENDREDI 06/09 (Marca-en-Baroeul)	
9h15	Accueil	9h	Le Sport Santé Cadre législatif Architecture dans les Hauts-de-France <i>Intervenant à définir</i>	9h	Nutrition <i>Claire Meurisse, diététicienne (Sportélys)</i>	9h	Obésité - surpoids <i>Dr Anne Gires</i>
9h30	Présentation de la formation, des intervenants et des stagiaires			9h45	Théorie de l'accueil Jeux de rôle éducateur - patient <i>Charles Gallot (CMES Chaumont) & Michaël Ooghe</i>		pause
10h15	Programme « tennis santé » FFT : principes, avancées, atouts du tennis <i>Dr Anne Gires & Anne Baillif (FFT)</i>	10h30	Séances de « tennis santé » Mise en situation sur le court avec des patients <i>Michaël Ooghe</i>		pause	10h30	Cancérologie <i>Dr Julia Pernaut</i>
	pause			11h15	Evaluation de la forme physique Pratique des tests sur le terrain <i>Charles Gallot (CMES Chaumont) & Michaël Ooghe</i>		
11h30	Diabète de type 2 <i>Dr Anne Gires</i>	12h45	REPAS	12h30	REPAS	12h	REPAS
12h30	REPAS			13h45	Théories adaptées au tennis Travail de l'endurance, la force musculaire et l'équilibre Construction et préparation d'une séance « tennis santé » <i>Charles Gallot (CMES Chaumont) & Michaël Ooghe</i>	13h15	Vieillessement avec mise en situation sur le court <i>Jean Delrue (Sportélys)</i>
13h45	Pathologies respiratoires <i>Dr Anne Gires</i>	14h	Sédentarité <i>Dr Anne Gires</i>		pause		pause
	pause	14h30	Conduites à tenir en cas d'urgence recyclage PSC1 <i>Formateur La Croix Blanche</i>			15h30	Pathologies cardiovasculaires (HTA, AOMI, ...) <i>Dr Aymeric Renard</i>
15h15	Labellisation, communication, financement... <i>Emmanuel Mas & Anne Baillif (FFT)</i>			16h	Utilisation du kit « tennis santé » et situations d'exercices sur le court <i>Charles Gallot (CMES Chaumont) & Michaël Ooghe</i>		
	pause					17h45	Bilan de la formation <i>Emmanuel Mas, Michaël Ooghe, Dr Aymeric Renard</i>
16h45	Pathologies rhumatismales <i>Dr Anne Gires</i>	17h30	Retour sur les 2 premières journées de formation				Fin vers 18h30
	Fin vers 18h		Fin vers 18h		Fin vers 18h		

Ligue des Hauts-de-France de Tennis – 93 rue du Fort – CS 21015 – 59701 MARCQ-EN-BAROEUL
Tél : +33 (0) 3 20 81 87 30 – ligue.hautsdefrance@fft.fr – www.ligue.fft.fr/hautsdefrance

Ligue des Hauts-de-France – Antenne d'Amiens – 45 rue Sainte Beuve – BP 10920 – 80009 AMIENS Cedex 1
Tél : +33(0) 3 22 33 76 70

3

PUBLIC CONCERNÉ ET POSITIONNEMENT

Cette action de formation est destinée aux enseignants Diplômés d'Etat des clubs ayant un projet « tennis santé ». Les enseignants des clubs ayant un projet prêt à démarrer à très court terme seront retenus en priorité. La participation pourra être limitée à un seul enseignant par club. _____

4

EVALUATION DE LA FORMATION ET MOYEN PEDAGOGIQUE

Présentiel associant temps théoriques et pratique terrain. Une certification fédérale sera délivrée à la suite de la formation

5

INFRASTRUCTURES NÉCESSAIRES

- a. Terrains.
- b. Salles de réunion.
- c. Matériel.

6

EFFECTIF MAXIMUM

20 stagiaires maximum

7

TARIFS/FINANCEMENTS

600 euros HT et TTC (frais pédagogiques), Prise en charge possible via l'AFDAS dans le cadre du « développement des compétences » de votre salarié.

8 DURÉE, SESSION(S), DATE(S) ET LIEU(X) DE FORMATION

- Nombre total de session(s) : 1
- Nombre total de jours de formation par session : 4 jours
- Nombre total d'heures de formation par session : 31 heures
- Date(s) de l'action de formation : 29 et 30 août + 5 et 6 septembre 2024
- Lieu(x) de l'action de formation : Tennis Club de Lestrem et Centre de Ligue de Marcq-en-Baroeul