

---

# Programme de Formation

---

## Judo Taïso Santé (module 2)

---

### Organisation

---

**Durée :** 22 heures

**Mode d'organisation :** Mixte

---

### Contenu pédagogique

---



#### **Public visé**

- Enseignant(e)s titulaires du CQP, BPJEPS, DEJEPS ou DESJEPS en activité dans un club affilié à la FFJDA et ayant validé le module 1. "Judo Taïso Santé (prévention primaire) ou ayant participé à tout autre stage lié au sport santé (type stage CDOS-CROS).
- Formation ayant reçu l'agrément du CNOSF et s'inscrivant dans le cadre d'une prescription médicale et reconnu dans le domaine du sport santé
- Accessibilité personnes à mobilité réduite.



#### **Objectifs pédagogiques**

- Savoir concevoir et mettre en œuvre un programme adapté d'activités selon les évaluations
- Connaître les conséquences des pathologies et des thérapeutiques sur les capacités physiques et savoir réagir à une situation d'intolérance ou d'urgence



#### **Description**

- Accueil du handicap et connaissance de soi
- Prévention et lutte contre les effets du vieillissement (lutte contre les troubles de l'équilibre, sécurisation de la chute, savoir se relever, lutte contre la perte osseuse et musculaire)
- Prévention et lutte contre les maladies neurodégénératives (maladie de Parkinson, Sclérose en plaques, maladie d'Alzheimer)
- Adaptations pratiques en situation en situation cancérologique (cancer du sein, de l'utérus etc)
- Prévention et lutte contre les rhumatismes dégénératifs (arthrose, lombalgie) et adaptation en situation de prothèses articulaires
- Prévention et lutte contre les maladies coronariennes (prolonger l'effet de la rééducation initiale post-infarctus)
- Prévention et lutte contre les syndromes métaboliques et facteurs de risque vasculaire (diabète, obésité, hypercholestérolémie, hypertension artérielle, sédentarité)
- Savoir conseiller en situation de questionnement nutritionnel



#### **Modalités pédagogiques**

- Positionnement des stagiaires
- Travail théorique participatif en formation à distance et travail pratique sur tatami avec des patients
- Recyclage concernant les gestes de première urgence validé depuis moins de 3 ans (PSC 1)
- Positionnement des stagiaires
- Évaluation des savoirs théoriques (QCM), du savoir-faire et du savoir-être
- Certificat d'expertise d'enseignement après validation du recyclage PSC1, certificat de réalisation pour les enseignants salariés avec un financement OPCO



**Moyens et supports pédagogiques**

Formation ayant reçu l'agrément du CNOSF et encadrée par des :

- Professeurs de judo
- Médecins spécialisés dans chaque pathologie
- Nutritionniste
- Psychologue

Durée : 2 jours, 22 heures (10 heures en distanciel + 12 heures en présentiel)

Nombre de participants : 20 stagiaires

Contact : [formation@ffjudo.com](mailto:formation@ffjudo.com)

**Modalités d'évaluation et de suivi**

Questionnaire