



Le programme santé de la Fédération Française de Basket-Ball

Le concept « Basket Santé »

- Un programme fédéral validé et intégré par le CNOSF et le Ministère des Sports,
- Une approche à la fois préventive, curative, d'accompagnement et sociale de l'activité,
- Des sessions de plusieurs mois, des actions promotionnelles, identifiées par des labels.

Pour :

- Favoriser la pratique régulière d'une activité physique,
- Répondre aux objectifs de santé et/ou de bien être de chacun,
- Envisager des prescriptions médicales de l'activité Basket dans le cadre du programme « Basket Santé ».

Une forme de basket adaptée à la personne dans le but d'améliorer ou de maintenir son état physique, mental et social.

- Accessible à tous : Des gestes fondamentaux du basket qui permettent de découvrir l'activité, de se (re)mettre en mouvement, des règles adaptées, des impacts physiques limités, sans dénaturer l'esprit du basket.
- Outil de santé : Découverte ou de réappropriation de son corps à travers des exercices accessibles et des niveaux de pratique progressifs dans le respect de l'intégrité physique de chacun.
- Outil d'insertion : Les principes d'un sport collectif, qui incite au partage et au refus de l'exclusion.

Contact : Pôle Territoires - Service « Nouvelles pratiques – 3x3 – Santé »

Laure TEILLET chargée de mission Basket Santé

Mail : lteillet@ffbb.com

Ligne directe : 01 53 94 26 83

La pratique basket santé

	Niveau 1	Niveau 2	Niveau 3
Publics	Tous publics Toutes postures Pas de mobilité exigée	Tous publics Posture debout assise Mobilité	Tous publics Posture debout assise Autonomie de la mobilité
Activités	Ateliers Préparation aux gestes basket Gestes fondamentaux basket	Ateliers Parcours de gestes fondamentaux basket Jeux en 3x3	Basket 3x3 spécifique (pas de saut – pas de contact)
Matériel	But de basket adapté (hauteur et diamètre du cercle) Ballons (différentes tailles et textures) Plots	But de basket normal ou adapté (cf Niveau 1) Ballons (différentes tailles et textures) Plots – Lattes Dossards	But de basket normal Ballons (différentes tailles et textures) Dossards Affichage (option)
Lieu de pratique	Salle Gymnase	Salle Gymnase Playground	Gymnase Playground
Encadrement	Diplômé Activité Physique Adapté (APA)	Diplômé APA ou Animateur Basket santé	Diplômé APA ou Animateur Basket santé

Label Basket Confort

Label Basket Résolutions

3 labels

Accessibles selon un cahier des charges (fournit sur demande)

- Label : Basket Découverte – pour les opérations événementielles autour du sport santé,
- Label : Basket Confort – selon les critères définis ci-dessus,
- Label : Basket Résolutions – selon les critères définis ci-dessus.

Attention

Seules les associations dont les sessions sont labellisées peuvent utiliser le terme Basket Santé et les logos. Une utilisation abusive ou inadaptée pourrait remettre en cause toute l'identification et la validité de ce programme

Les outils à disposition

- La formation fédérale animateur Basket Santé

Unité capitalisable du diplôme de « Moniteur de basket » lui-même UC de BPJEPS Animation.

Minimum de 30 heures – Alternance théorie et pratique

Regroupements d'une vingtaine de personnes maximum.

Pré-requis :

- Plus de 18 ans
- PSC1

Objectifs :

- Développer la pratique Basket Santé,
- Faciliter la mise en place de sessions et d'animations « Basket santé »,
- Connaître les démarches à effectuer,
- Connaître les publics et leurs spécificités,
- Connaissance des pathologies et de leurs risques.

- Les supports pédagogiques

- Des fiches techniques et vidéos définies par
 - Niveau de pratique,
 - Habileté,
 - Intensité,
- Des fiches médicales par pathologies pour appréhender au mieux la problématique ou les aspirations des pratiquants,
- Un règlement de jeu en 3 x 3 spécialement adapté pour le Basket Santé,
- Des fiches de tests, d'évaluation et de suivi pour chaque joueur.

- Du matériel spécifique adapté

Des ballons de tailles et de textures différentes pour protéger les articulations



Un panier : transportable - réglable en hauteur – utilisable partout



Mettre en place l'activité Basket Santé... c'est facile !

1- Définir votre public et votre axe de travail

- a. Votre axe de travail : Curatif ? Préventif ? Accompagnement ?
- b. Les pathologies : Sans pathologies ? Toutes pathologies ? Pathologie spécifique ?
- c. La durée : Une session pour être efficace et reconnue doit être prévue sur des durées allant de 6 à 9 voir 12 mois.

2- Choisir les encadrant qualifiés

Selon vos choix dans l'étape précédente votre encadrement sera composé au minimum soit :

- D'une personne qualifiée en Activité Physique Adaptée,
- D'une personne diplômée « Animateur Basket Santé ».

3- Trouver un espace de pratique

L'espace sportif dans lequel vous devez évoluer dépend de vos choix de l'étape 1.

Les animations selon les niveaux peuvent se dérouler dans :

- Une salle (avec du matériel adapté transportable),
- Un gymnase,
- Sur un playground.

4- Faire homologuer votre session

Le cahier des charges et le dossier à compléter sont disponibles et vous seront adressés sur demande.

Après traitement de votre dossier :

- Envoi du label et des logos à utiliser sur vos outils de communication,
- Mise en ligne sur le site fédéral de votre session,
- Information en direction de votre Comité Départemental et de votre Ligue Régionale.

5- Communiquer

A vous de :

- Faire connaître via vos propres réseaux la session que vous mettez en place,
- Relayer vos informations via les collectivités locales et territoriales, aux structures sensibles au Sport Santé, comme les CROS et CDOS, DRJSCS, DDCS, ...
- Contactez les structures, associations spécialisées, entreprises, ... éventuellement concernées par votre programme.

6- Les subventions spécifiques Sport Santé

Connaître les périodes d'appels à projets :

- Au niveau national : Fondation de France, Fondation du Sport Français...
- Au niveau régional :
 - o DRJSCS en partenariat avec l'Agence Régionale de Santé (ARS) – Renseignements à prendre auprès de votre DDCS,
 - o Conseil Régional.
- Au niveau local dans le cadre d'une convention annuelle ou pluriannuelle.

Les financements privés sont possibles et dépendent de vos propres démarches.