



Institut de **F**ormation et de **R**echerche des  
Arts **E**nergétiques et **M**artiaux Chinois



# CERTIFICAT SANTE APPM-AEMC

CERTIFICAT COMPLEMENTAIRE  
"ACTIVITE PHYSIQUE ADAPTEE SUR  
PRESCRIPTION MEDICALE"

**SAISON 2020 - 2021**

## Certificat Santé APPM-AEMC

Certificat complémentaire "Activité physique adaptée sur prescription médicale" APPM



**Qi Gong, Dao Yin, Taichi Chuan, Bagua Zhang, Yiquan, Hsing I, Kung Fu, Shuai Jiao, Jeet Kune Do, Wing Chun**

Parce que nos arts AEMC sont par excellence des vecteurs de SANTE, tant en prévention qu'en thérapie complémentaire, la FAEMC et l'IFRAEMC son organisme de formation ont conçu et mis en œuvre dès 2015, des formations continues spécifiques pour les publics SANTE, SENIOR, JUNIOR... aujourd'hui reconnues par les ministères de la santé et du sport.

Partenaire du CNOSF dans le medico sport, la FAEMC œuvre avec ses commissions santé et formation pour donner aux enseignants les outils et diplômes leur permettant d'être au premier rang des acteurs du sport santé et des APPM (Activité physique adaptée sur prescription médicale).

**La FAEMC et l'IFRAEMC sont à votre écoute et vous accompagnent dans vos projets.**

L'IFRAEMC propose 3 modules de formation complémentaires ouvrant à la certification « **Activité physique adaptée sur prescription médicale** ».

Les 3 modules sont chacun libres d'accès et peuvent être suivis sur plusieurs années (3 années maximum).

La certification peut être acquise lorsque les 3 modules ont été suivis et les évaluations validées.



## Les modules

**Module IIPM - Ancien Santé 3** - Les AEMC, Intervenir en Institutions sous **Prescription Médicale** - Nouveaux cadres réglementaires, nouveaux public, nouvelles relations »

**Module ALD - Ancien Santé 2** - Les AEMC, thérapies complémentaires dans les **Affections de Longue Durée** « Alzheimer, Parkinson, affections cardiaques, cancer, ... »

**Module ACP - Ancien Santé 1** – Les AEMC, **Accueillir** dans les **Cours** et accompagner des **Personnes** dans leur pratique à objectif santé

## Pour qui ?

La formation SANTE AEMC s'adresse à tous les enseignants AEMC diplômés (Certificat de Moniteur bénévole à minima), professeurs et moniteurs diplômés FAEMC ou en cours de formation FAEMC (il est impératif d'être entré dans un cursus de formation).

## Pour quel objectif ?

1. Pour acquérir des compétences adaptées aux publics sport santé/sport sur ordonnance

La formation dispense des connaissances et compétences complémentaires vous permettant :



- d'accueillir dans vos cours des personnes fragilisées (personnes atteintes d'une maladie chronique ou d'une ALD, public senior...)
- d'intervenir dans des institutions de santé ou structures d'accueil senior
- d'intervenir sur prescription médicale

2. Pour obtenir une qualification reconnue par le ministère de la Santé et des sports autorisant l'intervention dans le cadre de l'Activité Physique Adaptée sur Prescription Médicale

## Qualification reconnue par l'état

- par arrêté du 08 novembre 2018 comme certification complémentaire de notre diplôme fédéral Certificat de Moniteur bénévole, CMB AEMC. (voir annexe 1)  
[www.legifrance.gouv.fr/eli/arrete/2018/11/8/SPOV1830504A/jo/texte](http://www.legifrance.gouv.fr/eli/arrete/2018/11/8/SPOV1830504A/jo/texte)
- Par arrêté du 19 juillet 2019 avec option complémentaire « Activité physique adaptée sur prescription médicale » pour les CQPMAM AEMC (voir annexe 2)  
[www.legifrance.gouv.fr/eli/arrete/2019/7/19/SPOV1921504A/jo/texte](http://www.legifrance.gouv.fr/eli/arrete/2019/7/19/SPOV1921504A/jo/texte)

L'encadrement des activités physiques adaptées sur prescription médicale (APPM) est précisé par le décret 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.

## Prérogatives

Selon vos diplômes, les prérogatives d'encadrement sont étendues

- ❖ **aux personnes atteintes d'une ALD, ne présentant pas de limitations fonctionnelles ou présentant des limitations fonctionnelles minimales pour les enseignants bénévoles titulaires d'un CMB + CS AEMC**
- ❖ **aux personnes présentant des limitations fonctionnelles modérées dans le cadre d'une équipe pluridisciplinaire pour les enseignants titulaires d'un CQPMAM + option complémentaire**
- ❖ **à toute intervention santé pour les titulaires de diplômes d'éducateurs sportifs (Brevet fédéral homologué NEIJA AMCI (BP AMCI) et anciens BE kungfu, actuels DEJEPS AMCI, AEC, AMCX) ; ils sont habilités de plein droit à intervenir dans le cadre de l'APPM (annexe 4 du décret).**

## La formation :

**Volume horaire :** 42h

**Formateurs :** cadres experts FAEMC et médecins. Nos formateurs sont pressentis pour leur expertise reconnue dans les AEMC et dans les domaines d'intervention.

**L'IFRAEMC propose 3 modules de formation**, chacun libre d'accès sans pré requis d'avoir suivi les précédents ; ils peuvent être suivis sur plusieurs années (3 années maximum pour accès aux certifications). Chaque module comporte 14h.

**Vous pouvez suivre la formation pour acquérir connaissances et compétences adaptées au public santé sans obligation de passer les certifications.**

Pour ceux qui le souhaitent,

**La formation prépare aux certifications pour obtention de :**

- ❖ Certificat SANTE AEMC pour les enseignants titulaires à minima d'un CMB AEMC
- ❖ Certificat de qualification complémentaire optionnelle « Activités Physiques et sportives sur prescription médicale » pour les enseignants titulaires d'un CQP MAM.

La formation propose un programme adapté, théorique et pratique, des repères fondamentaux pour accueillir les publics concernés, trouver les adaptations pédagogiques opportunes et créer une dynamique de groupe favorable pour chacun.

Les contenus répondent aux exigences des compétences attendues pour les deux certificats. Voir référentiel annexe 3

- Accueillir les publics atteints de maladies chroniques et/ou d'Affection de Longue Durée (ALD) ;
- Transmettre une technicité adaptée en adéquation avec les capacités des pratiquants ;
- Programmer et planifier des séances d'activités physiques et sportives adaptées aux caractéristiques des personnes et des objectifs visés ;
- Encourager les pratiquants vers l'engagement d'une activité physique durable permettant d'améliorer la qualité de vie et le bien-être au quotidien ;
- Garantir aux pratiquants et aux tiers des conditions de pratique sécurisées dans l'environnement concerné.

NOMS DES MODULES	OBJECTIFS	CONTENUS
<p><b>Module ACP</b> - Les AEMC, Accueillir dans les Cours et accompagner des Personnes dans leur pratique à objectif santé</p> <p><i>Ancien Santé 1</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Intégrer des personnes en recherche de guérison ou amélioration d'une pathologie, dans le cadre de vos cours collectifs</li> <li>➤ Utiliser la pratique du Qi Gong, Taïchi Chuan ou Kung Fu en tant que thérapie complémentaire et moyen de réinsertion physique et psychologique dans le champ de la vie quotidienne.</li> <li>➤ Accueillir et accompagner leur pratique, dans la justesse de notre positionnement d'enseignant, ...</li> <li>➤ Adapter la pédagogie à chacun</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>🕒 Références : OMS, INSERM, ACAD MEDECINE, MEDICOSPORT</li> <li>🕒 Les lois décrets arrêtés successifs, impact par diplôme.</li> <li>🕒 Les partenaires et réseaux : PNSSRBE, ARS, DRJS, Mutuelles, plateformes locales.</li> <li>🕒 La certification APAPM.</li> <li>🕒 Déontologie professionnelle</li> <li>🕒 Etre capable de se situer et répondre à un questionnaire</li> <li>🕒 Adapter sa pédagogie : savoir accueillir et adapter sa programmation et mise en œuvre</li> </ul>
<p><b>Module ALD</b> - Les AEMC, thérapies complémentaires dans les Affections de Longue Durée « Alzheimer, Parkinson, affections cardiaques, cancer, ... »</p> <p><i>Ancien Santé 2</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Connaître les ALD</li> <li>➤ Adapter sa pédagogie aux personnes atteintes d'une ALD</li> <li>➤ Evaluer et valoriser la pratique</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>🕒 Lecture de l'anatomie et de la physiologie</li> <li>🕒 Repères essentiels pour mieux appréhender les pathologies lourdes, neurologiques, cardiaques, ou cancer</li> <li>🕒 Les principaux tableaux cliniques</li> <li>🕒 Les éventuelles complications et tableaux urgents pouvant se présenter lors d'une séance de pratique</li> <li>🕒 Principales études cliniques évaluant l'effet des aemc dans ces pathologies connaître les principales ald (7 heures)</li> <li>🕒 Les tests d'évaluation classiques, et bilans</li> <li>🕒 Réaliser une évaluation bio-psycho-sociale</li> <li>🕒 Adapter sa pédagogie aux personnes atteintes d'une ALD</li> </ul>
<p><b>Module IIPM</b> - Les AEMC, Intervenir en Institutions sous Prescription Médicale - Nouveaux cadres réglementaires, nouveaux public, nouvelles relations »</p> <p><i>Ancien Santé 3</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Appréhender les institutions santé et les équipes médicales</li> <li>➤ Connaître le cadre juridique</li> <li>➤ Appréhender la place des thérapies complémentaires</li> <li>➤ Adapter l'encadrement et la pédagogie aux publics, patients ou soignants</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>🕒 Identifier les différents types d'institutions</li> <li>🕒 Identifier les différentes parties prenantes lorsque l'on intervient en institution</li> <li>🕒 Appréhender les interactions avec l'équipe médicale / institutionnelle</li> <li>🕒 Prévoir les aspects organisationnels</li> <li>🕒 Appréhender des adaptations pédagogiques simples</li> <li>🕒 Complément juridique : le droit des usagers, les droits de la personne, le secret professionnel, l'information du patient</li> <li>🕒 La place des thérapies complémentaires, les 3 niveaux de prévention etc...</li> <li>🕒 La place des Affections Longue Durée dans la société et les politiques de santé.</li> <li>🕒 Adaptations pédagogiques en institutions</li> </ul>

## Certification Santé APPM AEMC

### Modalités d'évaluation de la certification

L'IFRAEMC propose 3 modules de formation complémentaires ouvrant à la certification **Activité physique adaptée sur prescription médicale - APPM**. Les 3 modules peuvent être suivis en ordre indifférent, il est conseillé de les parcourir sur une année.

La certification SANTE Activité physique adaptée sur prescription médicale- APPM peut être acquise lorsque les 3 modules ont été suivis et les certifications ci-dessous validées.

**La certification comprend deux épreuves : Une épreuve d'expression écrite (dossier) et une épreuve d'expression orale (entretien de 30 min maximum)**

- **Epreuve d'évaluation des connaissances (1 heure réglementaire) - 100% à distance**

Suite à la formation réalisée en présentiel ou en distantiel, une épreuve écrite d'une durée d'une heure consiste à répondre à un questionnaire de connaissances générales (Questions à Choix Multiples + 2/3 réponses rédigées). Cette épreuve est proposée à distance.

Le candidat doit faire la preuve de sa capacité à utiliser ses connaissances liées à l'intervention dans le contexte de l'activité physique adaptée sur prescription médicale APPM.

- **Epreuve d'expression écrite – Rédaction du dossier et Entretien**
  - **Rédaction du dossier :**

Le candidat élabore un dossier individuel présentant les éléments descriptifs d'un **projet réalisé ou envisagé**-de cycle complet d'activités(s) adaptée(s) en adéquation avec les objectifs poursuivis.

Dans ce dossier, le candidat doit faire la preuve de sa capacité à adapter sa programmation à travers la conception d'un document de 5 pages minimum. Il est transmis dans un délai conseillé de 2 mois maximum après la fin de la formation réalisée en présentiel ou en distantiel.

Le dossier présente un programme ou cycle de séances adaptées, prenant en compte une démarche d'activité physique régulière, adaptée, sécurisante et progressive (RASP) pour un public en ALD choisi par le candidat (au sens large de « difficultés de santé » ; cela peut être groupe de seniors très âgés).

Ce programme ou cycle doit prendre en compte et présenter :

- **Des tests d'évaluation de la condition physique initiale;**
- **Une démarche d'activité physique régulière, adaptée, sécurisante et progressive (RASP) ;**
- **Une page du dossier sera réservée au plan d'organisation des secours concernant le lieu de pratique des séances.**



- **Epreuve orale :**

L'épreuve d'une durée de **30 minutes maximum** consiste à **soutenir le dossier (10 minutes d'exposé suivi de 20 minutes maximum d'entretien avec le jury)** permettant d'évaluer les capacités du candidat à concevoir et présenter un cycle complet adapté à des pratiquants atteints d'une Affection de Longue Durée (ALD) dans le cadre d'une prescription médicale ou dossier senior.

Ci-après le référentiel de compétences qui précise les attentes du jury lors de cet oral.

Après délibération, le jury valide l'obtention de la certification qui donne lieu pour les titulaires du CQP à la délivrance de l'Option complémentaire Activité physique sur prescriptions médicales.

- **Rattrapage :**

En cas de non-validation du QCM ou/et de l'épreuve orale, une session de rattrapage est mise en place pour chacune des 2 épreuves.

Le candidat repasse l'ensemble des épreuves non acquises.

Si le QCM a été précédemment validé, il ne repasse que l'entretien de soutenance de projet, tel que défini dans l'épreuve.

Après réception de sa réinscription à(aux) épreuve(s) de certification à repasser, l'IFRAEMC propose des dates de rattrapage au candidat qui sera a priori réalisé à 100% en format distantiel.

## Annexes

### ANNEXE 1



**Arrêté du 8 novembre 2018 relatif à la liste des certifications fédérales autorisant la dispensation d'activité physique adaptée prescrite par le médecin traitant à des patients atteints d'une affection de longue durée**

NOR: SPOV1830504A

ELI: <https://www.legifrance.gouv.fr/eli/arrrete/2018/11/8/SPOV1830504A/jo/texte>

La ministre des solidarités et de la santé et la ministre des sports,  
Vu le [code de la santé publique](#), notamment ses articles L. 1172-1, D. 1172-1, D. 1172-2 et D. 1172-3 ;  
Vu le [code du sport](#), notamment son article L. 211-2 ;  
Sur proposition du Comité national olympique et sportif français en date du 11 juin 2018 et du 29 octobre 2018,  
Arrêtent :

#### Article 1 [En savoir plus sur cet article...](#)

Les certifications fédérales figurant dans le tableau ci-dessous autorisent leurs titulaires à dispenser une activité physique adaptée prescrite par le médecin traitant à des patients atteints d'une affection de longue durée et ne présentant pas de limitations fonctionnelles ou présentant des limitations fonctionnelles minimales.

Tableau des certifications des fédérations agréées

Les fédérations sportives mentionnées dans le présent tableau ont la responsabilité de veiller à ce que seuls les encadrants certifiés soient habilités à intervenir auprès des patients atteints d'une affection de longue durée dans le cadre d'une prescription médicale, et seulement pour les pathologies ciblées dans le cadre de leurs certifications.

Fédération française des arts énergétiques et martiaux chinois (AEMC)	Diplôme fédéral : Certificat de moniteur bénévole AEMC Option : formation continue certificat complémentaire santé AEMC	Encadrement non rémunéré des arts énergétiques et martiaux chinois auprès de patients au sein d'un membre affilié à la fédération française des arts énergétiques et martiaux chinois
---	--	---

### ANNEXE 2



**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**

NOR: SPOV1921504A

ELI: <https://www.legifrance.gouv.fr/eli/arrrete/2019/7/19/SPOV1921504A/jo/texte>

La ministre des solidarités et de la santé, la ministre de l'enseignement supérieur, de la recherche et de l'innovation et la ministre des sports,

Vu le [code de la santé publique](#), notamment ses articles L. 1172-1, D. 1172-1, D. 1172-2 et D. 1172-3 ;

Vu le [code du sport](#), notamment son article L. 211-2,

Arrêtent :

#### Article 1

Les certificats de qualification professionnelle figurant dans la liste ci-dessous autorisent leurs titulaires à dispenser une activité physique adaptée prescrite par le médecin traitant à des patients atteints d'une affection de longue durée et ne présentant pas de limitations fonctionnelles, présentant des limitations fonctionnelles minimales ou présentant des limitations fonctionnelles modérées à la condition, dans ce dernier cas, d'intervenir dans le cadre d'une équipe pluridisciplinaire.

Liste des certificats de qualification professionnelle :

CQP MAM moniteur d'arts martiaux AEMC avec l'option complémentaire « Activités physiques et sportives sur prescription médicale



» ;

### ANNEXE 3

#### REFERENTIEL DE COMPETENCES CERTIFICAT SANTE

<p><b>Assurer l'éducation pour la santé et évaluer la situation initiale du pratiquant</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Connaître la réglementation en vigueur (Loi Droits des usagers et des malades de 2002 ; instruction du 24 décembre 2012 ; LMSS du 26 janvier 2016, son décret d'application du 30 décembre 2016 et l'instruction du 3 mars 2017)</li> <li>➤ Connaître l'environnement (ARS, plans nationaux, PRSSBE, réseaux)</li> <li>➤ Connaître l'environnement du patient (Parcours éducatif en santé)</li> <li>➤ Connaître les principes du sport Santé (Aller vers l'autonomie dans sa pratique, auto-soin, développement des compétences psycho sociales et d'adaptation)</li> <li>➤ Connaître les recommandations internationales relatives à l'AP pour la santé (OMS 2010, qualité de vie et la sédentarité)</li> <li>➤ Être en mesure d'appréhender les différentes préventions (primaire, secondaire et tertiaire), et ainsi de situer son intervention</li> <li>➤ Connaître les publics inactifs atteints de maladies chroniques, dont ceux en ALD.</li> <li>➤ Savoir utiliser des tests d'évaluations de la condition physique validés scientifiquement (équilibre, force, cardiorespiratoire, test de souplesse), des questionnaires de qualité de vie. Savoir évaluer le niveau d'AP habituel. Savoir évaluer la motivation de la personne. Savoir évaluer le niveau d'Activité Physique (AP) habituel</li> </ul>
<p><b>Connaître les caractéristiques très générales des principales pathologies chroniques</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Le candidat identifie correctement le rapport-bénéfice/risque de la pratique</li> <li>➤ Le candidat mobilise ses connaissances relatives aux caractéristiques des principales pathologies chroniques (risques et complications ; préventions ; signes d'alerte qui permettent d'arrêter l'activité ; conduite à tenir)</li> </ul>
<p><b>Concevoir, planifier, mettre en œuvre et évaluer un programme d'activités physiques (transférer les compétences acquises pour les adapter à un public spécifique)</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Le candidat est capable de mettre en place : des tests d'évaluation initiale ; un cycle de séances ; des évaluations intermédiaires ; des modalités d'adaptation ou de régulation.</li> <li>➤ Le candidat s'assure de la planification d'une pratique régulière adaptée sécurisante et progressive (RASP)</li> </ul>
<p><b>Savoir réagir face à un accident au cours de la pratique</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Le candidat prend en compte l'environnement dans laquelle se déroule l'activité pour établir un plan de secours</li> </ul>

## ANNEXE 4

### GUIDE DE REDACTION DOSSIER

**Ce guide ne pose rien d'obligatoire. Vous avez liberté totale de rédaction. Les propositions ci-après ont pour seul objet de vous aider à penser différentes composantes du projet.**

#### Etude du sujet

- Cadre du projet : où ? Quand ? Durée ? Avec qui ? ... Financement ?
- Origine du projet ?
- Appréhender toutes les composantes du sujet : public, niveau, lieu, contexte, durée, périodicité des séances, durée des séances, nombre de personnes, ...
- Poser un diagnostic précis, constat, problématique, dégager les besoins des personnes
- Poser des objectifs cohérents avec le temps imparti et les conditions de l'intervention : prendre en compte la commande, les besoins techniques et besoins psychologiques
- Appréhender et poser les besoins pédagogiques : dédoublement de l'effectif, salle adaptée, équipe pédagogique,
- Historique de la mise en œuvre : rencontres avec les demandeurs ; évolutions éventuelles du projet au cours des rencontres...

#### Programmation

- Cycles définis autour d'objectifs secondaires (opérationnels) qui permettent de progresser vers la réalisation des objectifs généraux.
- Progressions entre les cycles
- Contenus précis de pratique utilisés pour répondre aux besoins
- Moyens pédagogiques utilisés pour répondre aux besoins, outils, supports, organisation de séance,
- Rythme pour cohérence avec le public, les conditions et les objectifs
- Critères et modes d'évaluation, éventuellement construire une grille

#### Annexes possibles

- Plan de séance si l'organisation de la séance elle-même est une adaptation au public et au contexte.
- Grille d'évaluation selon le contexte et la commande

L'IFRAEMC vous accompagne pour la mise en place de votre projet de formation :

**Assistante de formation : Adélie FRAPPREAU**

Tél. : 01 40 26 94 55

Courriel : [formation@faemc.fr](mailto:formation@faemc.fr)

**Directrice IFRAEMC : Cécilia LEBRUN**

Tél. : 01 40 26 74 00

Courriel : [dir.ifraemc@faemc.fr](mailto:dir.ifraemc@faemc.fr)

