

LE BASKET SANTE



Réunion des nouveaux dirigeants
Jeudi 5 Septembre



LE CONCEPT « BASKET SANTE »

Forme de pratique adaptée aux capacités et aux compétences de chacun dans un processus de maintien ou d'amélioration des capacités physiologiques, mentales et sociales

Programme fédéral validé par le CNOSF et le Ministère des Sports

- **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 réappropriation de son corps à travers des exercices accessibles et des niveaux de pratique progressif dans le respect de l'intégrité physique de chacun. Prescription médicale possible.
- **Outil d'insertion** : les principes d'un sport collectif, qui incite au partage et au refus de l'exclusion.

LES OBJECTIFS DU BASKET SANTE

JEUNES	Ecoles Associations	PREVENTIF	Sédentarité Obésité
ADULTES	Entreprises Associations	ACCOMPAGNEMENT	Pathologies de l'appareil locomoteur
SENIORS	Maisons spécialisées Associations	CURATIF	Pathologies métaboliques Troubles du comportement Effet du vieillissement Déficiences - handicaps

Le basket santé est une discipline aux **multiples bénéfices pour les pratiquants** :

- ✓ **Favorise** le lien social, l'entraide et le partage
- ✓ **Stimule** la coordination, l'équilibre et l'adresse
- ✓ **Diminue** le risque de mortalité par maladies cardio vasculaires (-35%)
- ✓ **Aide** à perdre du poids en association avec une alimentation équilibrée
- ✓ **Réduit** le risque de développement de cancer (sein -20 à 30%, colon -30 à 40%)
- ✓ **Augmente** l'espérance de vie de façon significative chez les pratiquants réguliers.

LES NIVEAUX DE PRATIQUE

	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 geste basket Geste fondamentaux basket	Ateliers Préparation geste basket Geste fondamentaux basket	Ateliers Préparation geste basket Geste fondamentaux basket
Matériel	Panier de basket adapté	Panier de basket traditionnel / adapté	Panier de basket traditionnel
Lieu de pratique	Salle / Gymnase	Salle / Gymnase	Gymnase / Playground
Encadrement	Diplômé Licence STAPS APA	Diplômé STAPS APA ou Animateur Basket Santé	Diplômé STAPS APA ou Animateur Basket Santé

LA LABELLISATION DU BASKET SANTE

3 labels accessibles pour les clubs selon le cahier des charges de la FFBB :

CONFORT	RESOLUTIONS	DECOUVERTE	STRUCTURE FEDERALE BASKET SANTE (à venir)
Niveau 1	Niveau 2 et 3	Ouvert à tous	<i>Structure affiliée à la FFBB</i>
Sessions de 3 à 12 mois	Sessions de 3 à 12 mois	Actions ponctuelles	<i>1 saison – renouvelable</i>
<u>Encadrement :</u> Diplôme Licence STAPS APA	<u>Encadrement :</u> Diplômé Licence STAPS APA et/ou Diplôme Fédéral Animateur Basket Santé	Pas d'encadrement spécifique requis	<i>Après 3 saisons consécutives de Label Confort et/ou Résolutions en ayant répondu aux différentes conditions</i>

L'ACCOMPAGNEMENT FEDERAL

Etape 1 : Compléter et envoyer la fiche d'intention à la FFBB

<http://www.ffbb.com/ffbb/basketsante/organiser>

Etape 2 : Contact avec la FFBB pour construire, étoffer et finaliser votre projet

	LABEL DECOUVERTE	LABEL RESOLUTIONS / CONFORT *
Etape 3 : Dossier labellisation	En ligne	Sur demande
Etape 4 : Labellisation	<ul style="list-style-type: none">- Mise à disposition d'une affiche pour la communication<ul style="list-style-type: none">- Affichage sur le site de la FFBB- Envoi d'une dotation en matériel- Attribution d'un code pour accès à la banque de données http://www.ffbb.com/ffbb/basketsante/espace-resources	

Etape 5 : Mise en place de la session Basket Santé

Etape 6 : Envoi des résultats des tests et suivis des pratiquants (document anonyme) à la FFBB

LES LICENCES BASKET SANTE

TOUT PRATIQUANT A UNE ACTIVITE BASKET SANTE DOIT ETRE LICENCIE FFBB

BASKET SANTE DECOUVERTE	BASKET SANTE RESOLUTIONS/CONFORT	BASKET SANTE RESOLUTIONS/CONFORT avec convention FFBB (à venir)
<p>Licence contact</p> <p>Gratuite</p> <p>Pas de CNCIPS</p> <p>Saisie des données transmises par le club au CD</p>	<p>Licence VE (Vivre Ensemble)</p> <p>40€ assurance comprise</p> <p>Certificat médical Basket Santé</p> <p>Saisie de la licence par l'organisateur de la session</p>	<p>Convention 100€</p> <p>Titre de participation gratuit</p> <p>Autorisation de pratique par l'établissement</p> <p>Saisie des données transmises par le club au CD</p>

TROUVER UNE SESSION BASKET SANTE

Les sessions référencées par la FFBB : <http://www.ffbb.com/ffbb/basketsante/trouver#/pinpoints/26757856>

FÉDÉRATION FRANÇAISE DE BASKETBALL

LABEL

Basket Découverte
FFBB

Basket Santé



Les 18 et 25 septembre 2019
Le 2 octobre 2019
Mercredi, de 19h45 à 21h15

QUINTIN
Salle du Vau du Gouët
10 rue de la Berliche
22800 Quintin

COMITE DES COTES D'ARMOR DE BASKET-BALL
Delphine GAPIHAN
07 71 67 41 67
d.gapihanct22@gmail.com

PARTENAIRE(S)

ORGANISATEUR

Ville de QUINTIN
Mairie de Quintin

GRUPE MOS
Mutuelle des Sports

FFBB

SESSIONS A VENIR DANS LE CD22

Sessions Basket Santé Découverte de 19H30 à 21H00 à la Salle Beauchemin (PLAINTEL)

- Du Mercredi 11 Septembre au Mercredi 16 Octobre 2019

Sessions Basket Santé Découverte de 19H15 à 21H45 à la Salle du Vau du Gouët (QUINTIN)

- Du Mercredi 18 Septembre au Mercredi 2 Octobre 2019