



Le sport adapté

Ligue Bourgogne Franche-Comté de sport adapté
Ligue Bourgogne Franche-Comté de Football

L'encadrement



Conseillère Technique Fédéral
Kenza DUDRAGNE

Conseillère Technique Fédéral (CTF) en charge du secteur loisirs, SAI, sport santé et PERF Foot.
Agent de développement en charge du développement des départements de Côte d'Or et de Saône-et-Loire.

kenza.dudragne@sportadapte.fr
07.86.10.14.44

Objectifs de la journée de sensibilisation au sport adapté

- Définir la notion "sport adapté"
- Déconstruire des idées reçues
- Connaître le public sport adapté
- Connaître le mouvement sport adapté



Charte du groupe

- Ecoute et partage des temps de parole
- Absence de jugement / respect mutuel
- Echange : pouvoir donner son avis librement
 - Collaboration
- Entraide : pouvoir compléter les propos des uns et des autres s'autoriser à prendre la parole
 - Respect des horaires (temps de pauses)
 - Bonne humeur / convivialité
 - Tutoiement ou vouvoiement libre



Pour vous c'est quoi le sport adapté?

A tour de rôle donner un mot, une notion de ce qu'est le sport adapté

Temps de l'activité 5 minutes

Est-ce que vous avez des appréhensions sur l'accueil de personnes en situation de handicap mental, psychique ou d'autisme dans vos clubs ?

Définition notion "sport adapté"

Le sport adapté est la possibilité pour toute personne comportant un handicap mental, psychique et TSA de vivre la passion du sport de son choix dans un environnement voué à son plaisir, sa performance, sa sécurité et à l'exercice de sa citoyenneté



Sommaire

1. Le public sport adapté
2. La fédération Française du sport adapté
3. Le programme « J'aIME le foot »
4. Les éléments clés d'une séance en sport adapté
5. Echange libre et conclusion

1. Le public sport adapté

A vous de jouer ! Que signifie chaque pictogramme ?



Handicap
physique



Déficiences
intellectuelle /
handicap
mental



Déficiences
psychiques



Auditif



Définition du handicap

- **Définition selon la loi de 2005-102 (article L.114) :**

Constitue un handicap, au sens de la présente loi, toute limitation d'activité ou restriction de participation à la vie en société subie dans son environnement par une personne en raison d'une altération substantielle, durable ou définitive d'une ou plusieurs fonctions physiques, sensorielles, mentales, cognitives ou psychiques, d'un polyhandicap ou d'un trouble de santé invalidant.

Définition du handicap

Déficiência



Incapacité



Handicap



Adaptation

Malvoyant, non-voyant

A conduire

Sourd, malentendant

A entendre ou à s'exprimer

Déficient intellectuel

A traiter les informations

Amputé

A tenir une raquette

Paraplégique

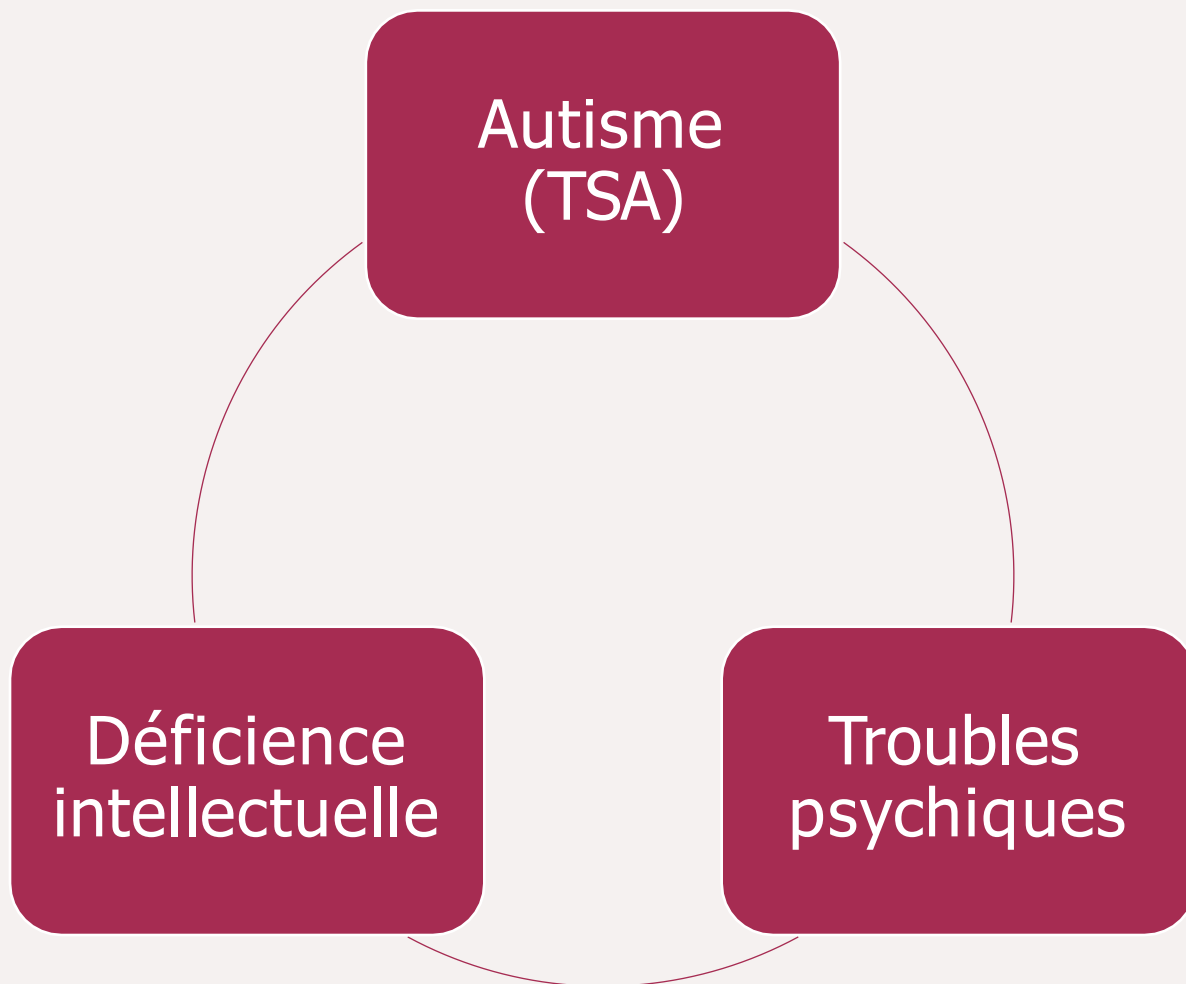
A courir

En fonction des déficiences et incapacités, certaines situations du quotidien sont : handicapantes et d'autres non (exemple)

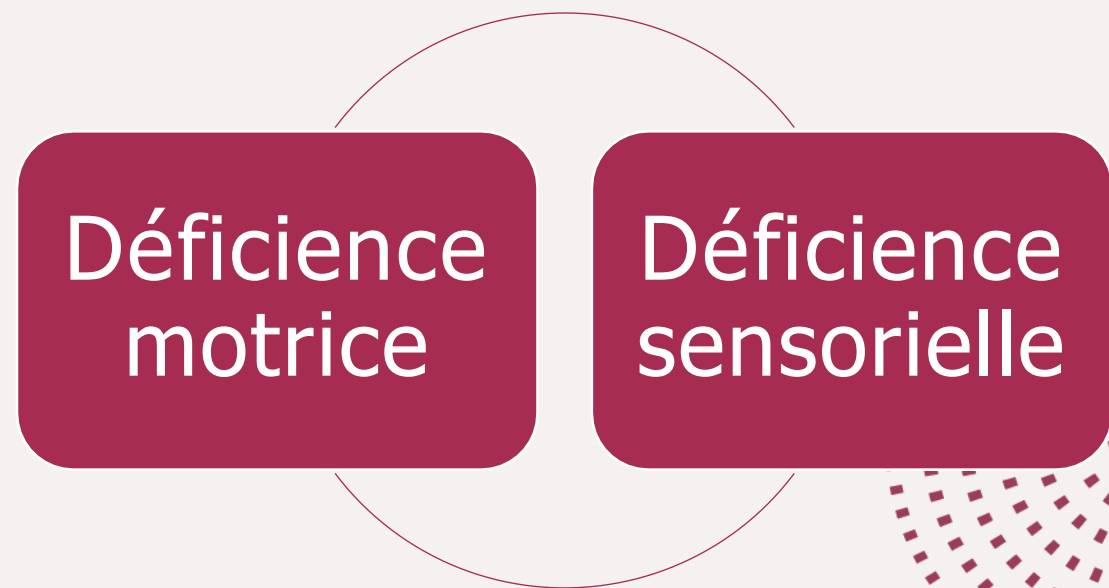
Redéfinition d'une norme en fonction du handicap, intégration de la norme en vigueur, adaptation de l'environnement pour intégrer la norme



Le public sport adapté



Le public handisport





La déficience intellectuelle

- **Causes** : Anomalie chromosomique, cause endocrinienne, infection grave, accident cérébral, facteurs environnementaux et médicamenteux.
 - **Classification** : Déficience profonde (QI inf 25), sévère (QI entre 25 et 40), modérée (QI entre 40 et 55), légère (QI entre 55 et 70) et limite (QI entre 70 et 85)
 - **Exemple de difficultés** : difficultés à se situer dans l'espace et dans le temps, difficultés de compréhension, difficultés d'élocution et lecture, difficultés d'attention et concentration, difficultés à symboliser, difficultés dans l'abstrait.
 - **Approches sportives** : Utiliser un vocabulaire simple, valoriser tout type de réussite, lieu sécurisé, consignes simples (1 consigne à la fois), prendre en compte les difficultés de coordination, d'équilibre, prise en compte des anxiétés, émotions, résistance aux changements, encadrement suffisant.
- 



Troubles des fonctions psychiques

- **Définition** : Le handicap psychique peut être défini comme la conséquence ou les séquelles d'une maladie mentale sur les facultés sociales d'une personne (selon l'OMS, 1 personne sur 4 va rencontrer dans sa vie un épisode psychique).
- **Causes** : Selon l'OMS, pas de causes, probablement influencés par une association de facteurs biologiques, psychologiques et sociaux
 - **Exemple** : événements stressants, contexte familial difficile, pathologies cérébrales, hérédité, problèmes génétiques ou médicaux, prise de substances psychotropes.
- **Caractéristiques** : Sentiment de persécution, difficultés de maintenir son attention, vulnérabilité et fatigabilité, fluctuation d'humeur, angoisses, repli sur soi.
- **Approches sportives** : Partir des capacités et des désirs, observer et écouter pour adapter, s'appuyer sur du concret (repères), aménager le temps, l'espace, les règles, prendre le temps, travailler l'acceptation de son corps, vigilance face aux traitements médicamenteux.





Troubles des fonctions psychiques

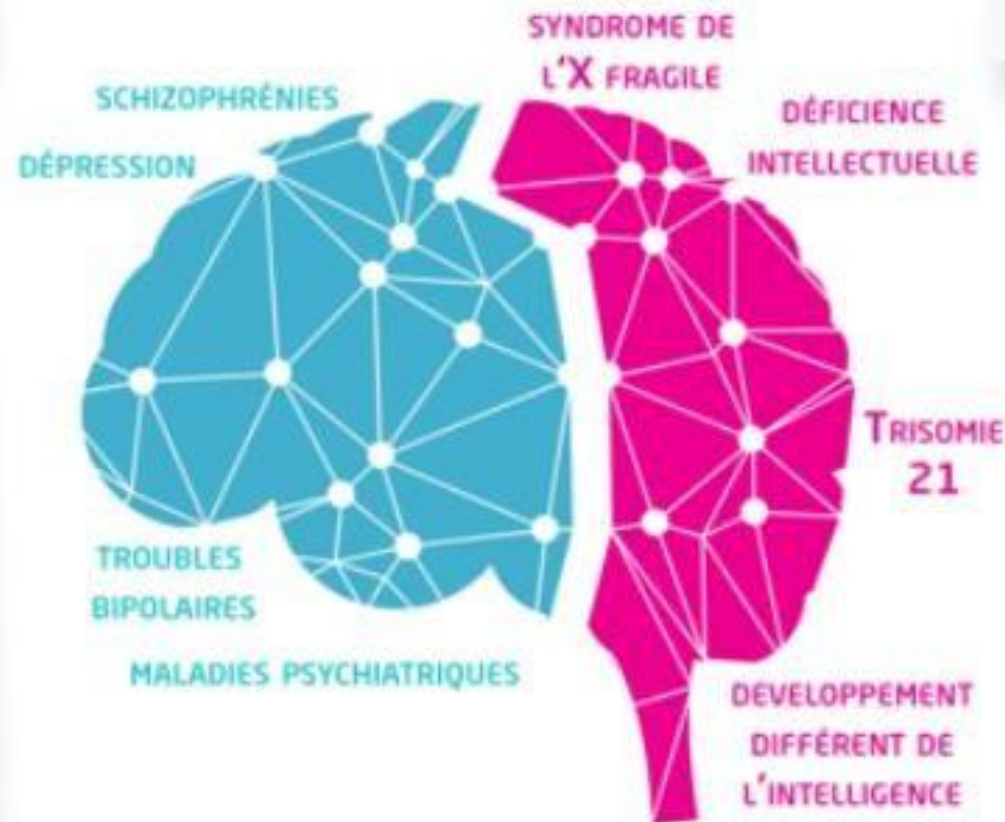
- **Deux classes de maladie mentale :**
 - **Névroses** : *troubles légers, altérant la vie quotidienne et le jugement, conscience des troubles.*
 - Angoisses
 - Obsessionnelle
 - Phobique
 - Post traumatique
 - Hystérique
 - **Psychoses** : *troubles importants, conscience altérée des troubles, variabilité de l'état, fréquence élevée. (part génétique, traumatismes psychiques, drogues et alcool)*
 - Dépression
 - Manie
 - Psychose maniaco-dépressive
 - Paranoïa
 - Schizophrénie



Différence Handicap mental/psy

HANDICAP PSYCHIQUE

« Ce handicap peut être défini comme les conséquences sociales liées à un trouble psychique invalidant. Les personnes présentant un handicap psychique vivent avec une maladie mentale (schizophrénies, troubles bipolaires, dépressions sévères, etc.), qui peut modifier leur comportement, leur perception, leur jugement et leur relation avec le monde. » Handéo



HANDICAP MENTAL

« Un arrêt du développement mental ou un développement mental incomplet, caractérisé par une insuffisance des facultés et du niveau global d'intelligence, notamment au niveau des fonctions cognitives, du langage, de la motricité et des performances sociales »
OMS (Organisation Mondiale de la Santé)



Troubles du spectre autistique

- **Définition** : Trouble neurodéveloppemental qui dure toute la vie. L'autisme n'est pas une maladie : c'est un handicap cognitif. On retrouve deux classes de TSA : avec et sans déficience intellectuelle.
- **Prévalence** : 1 personne sur 100, 3-4 garçons pour une fille.
- **Causes** : Multifactorielles, majoritairement d'origine génétique avec une grande influence des facteurs environnementaux. Il s'agit d'un trouble du développement du système nerveux central
- **Caractéristiques** : Difficultés interactions sociales, difficultés communication, difficultés à s'organiser, difficultés de concentration, pensée par images, déstabilisation face au changement.
- **Approches sportives** : Aller à l'essentiel, utiliser des phrases courtes et simples, éviter les expressions, ne pas utiliser de questions ouvertes, être un seul interlocuteur, accrocher le regard, échanger de façon fluide, s'appuyer sur le visuel



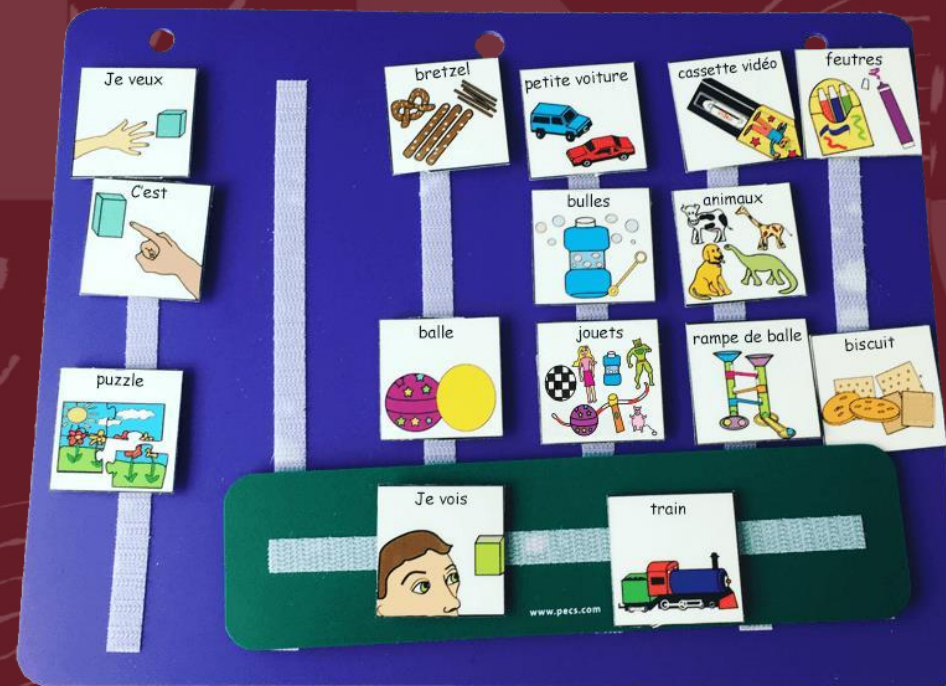
Des outils de communication avec les TSA

- **TEACH** : Comprendre la pensée autistique en repérant les particularités du fonctionnement intellectuel afin d'adapter l'environnement à leur compréhension.



Des outils de communication avec les TSA

- **PECS : Picture Exchange System**, communication par images, destiné aux personnes qui n'acquièrent pas le langage verbal. Moyen de communication alternatif.





Les établissements spécialisés

- **Dans chaque ESMS (établissement et service médico-social) :**

Selon la loi du 02 mars 2022 : démocratisation du sport :

Arti.L.311-12. Chaque établissement social et médico-social désigne parmi ses personnels un référent pour les activités physique et sportive. Les modalités de sa désignation et de sa formation continue ainsi que ses missions sont définies par décret.

- **Liste des établissements pour enfants et adolescent :**

- **CAMPS** : Centre d'action médico-sociale Précoce
- **SESSAD** : Service d'éducation et de soins spécialisés à domicile
- **Hôpitaux de jour**
- **IME** : Institut médico-éducatif
- **IMP** : Institut médico-pédagogique
- **IMPro** : Institut médico-professionnel
- **ITEP** : Institut thérapeutique éducatif et pédagogique
- **CLIS** : Classes pour l'inclusion scolaire
- **ULIS** : Unité localisés pour l'inclusion scolaire
- **Centre de polyhandicapés**



Les établissements spécialisés

- **Liste des établissements pour adultes :**
 - **ESAT** : Etablissement ou service d'aide par le travail
 - **FH** : Foyer d'hébergement pour adultes handicapés et personnes âgées
 - **FV** : Foyer de vie, foyer occupationnel
 - **FAM** : Foyer d'accueil médicalisé
 - **MAS** : Maison d'accueil spécialisé
 - **CMP** : Centre médico psychologique
 - **GEM** : Groupe d'entraide mutuel
 - **EPSM** : Etablissement public de santé mentale



Présentation de la séance

Contexte

Existe depuis 5 ans maintenant

Deux fois par semaine

Deux encadrantes (formé APAS) +
stagiaire STAPS + autres
intervenants DFCO foot

Public

Diversité des handicaps !

Plus ou moins sévères

Majoritairement jeunes



2. La Fédération Française du sport adapté



2. La Fédération Française du sport adapté



Handisport

Public :

Handicaps physiques/moteurs
Handicaps sensoriels (visuel et
auditif)

Foot fauteuil



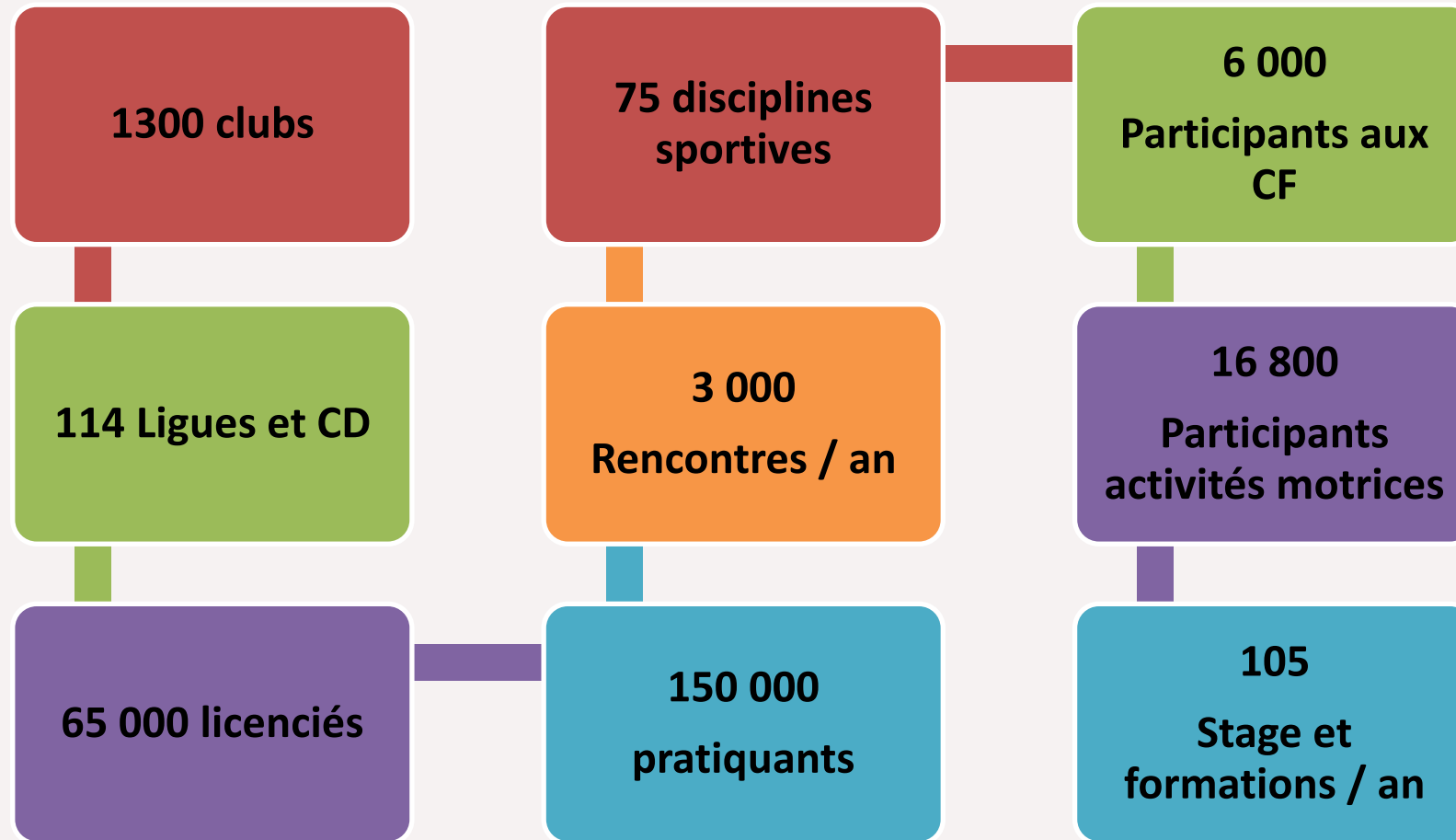
Sport Adapté

Public :

Handicap mental et psychique

Football, futsal, Foot à 7

2. La Fédération Française du sport adapté



Les axes de travail au niveau fédéral

Amplifier l'offre de pratique en APA et para disciplines adaptées

Augmenter le nombre de rencontres compétitives

Développer les programmes non compétitifs

Créer des organismes de formation régionaux

Augmenter la communication réseaux sociaux

Favoriser l'engagement de notre public dans la vie associative

Augmenter le nombre de formations pour notre public

Augmenter les conseils consultatifs

Communiquer avec les référents sur les formations para éduc

Assurer l'héritage Global Games 2023 et JOP 2024

Résultats au JOP 2024

Résultats au global Games 2023

Emergence de nouveaux talents

Impliquer notre public dans les GG 2023 et JOP 2024

Une fédération multisport



Para Athlétisme Adaptée
Para Natation Adaptée
Para Tennis de table Adaptée
Para Basket-ball Adaptée
Para Football Adaptée
Para Cyclisme Adaptée
Para Ski Alpin Adaptée
Para Ski Nordique Adaptée
Para Judo Adaptée
Para Aviron Adaptée

- 
- Para Équitation Adaptée
 - Para Escalade Adaptée
 - Para Badminton Adaptée
 - Para Canoë-Kayak Adaptée
 - Para Handball Adaptée
 - Para Lutte Adaptée
 - Para Pétanque Adaptée
 - Para Rugby Adaptée
 - Para Tennis Adaptée
 - Para Tir à l'arc Adaptée
 - Para Triathlon Adaptée

Les compétitions mondiales



Tennis de
table

Natation

Athlétisme



Athlétisme

Cross country

Marathon

Cricket

Natation

Football / foot à 7

Tennis

Tennis de table

Handball



Spécifique
syndrome de
Down



Les secteurs d'activités à la FFSA

Formation



Sport jeunes



Sport santé



Haut niveau/Compétitions

Sport et autisme



Activités motrices



La formation



- **Un organisme national de formation de la FFSA : Trans'formation**
- **Le projet de Trans'formation :**

Accompagner les professionnels du champ médico-social, de la santé mentale, de l'aide sociale à l'enfance, de la réinsertion sociale dans l'évolution de leurs pratiques professionnelles.

- **Les diplômes délivrés :**
DE JEPS APSA, diplôme fédéraux (AQSA et initiateur), CQP "moniteur en sport adapté"



La formation



- **Des formations autour de 8 grand domaines :**
 - Autisme et médiations corporelles
 - Polyhandicap
 - Santé mentale –projet de soin - médiations corporelles
 - Vie institutionnelles et parcours de vie
 - Enfance et adolescence
 - Ateliers de médiations artistiques
 - Animer des activités physiques, sportives et corporelles

- **Public concerné :**
 - Professionnels du champ éducatif, thérapeutique ou social
 - Professionnels du secteur spécialisé
 - Personnes en formation initiale ou en reconversion
 - Parents ou bénévoles



Haut niveau/compétition



- **8 disciplines de haut niveau :**

athlétisme, basket-ball, cyclisme, football, natation, ski alpin, ski nordique et tennis de table : **un Pôle France dans chacune des disciplines**

- **3 disciplines au JOP :**

athlétisme (1 classification), natation (3 classifications) et tennis de table (1 classification) sur 132 classifications pour 21 sports représentés.

- **Des compétitions nationales, régionales et départementales**



Le sport adapté jeunes



- **A chacun son programme :**

- **Je découvre :** Dès la petite enfance, initiation, découverte, innovation, activités motrices pour les jeunes les plus éloignés de la pratique sportive
- **Je joue :** Cycles d'APSA en établissements. Apprentissage et éducation par le sport vecteur de santé
- **Je m'entraîne :** pratique sportive compétitive, accès à la performance



Sport santé



Les objectifs du programme « Bouger avec le sport adapté » :

- **Adopter** une vie active
- **Acquérir** une bonne hygiène de vie
- **Favoriser** l'autonomie physique
- **Accompagner** un projet en activité physique et sportive santé pour tous, quelles que soient les capacités des personnes
- **Promouvoir** la santé
- **Augmenter** son niveau d'activité physique à intensité modérée chaque jour

Le sport et autisme



Sport et
Autisme



- **Une nouvelle commission à la FFSA**
- **Mise en place d'un guide pour les encadrants** : les bonnes pratiques
- **Mise en place de supports visuels pour les personnes comportant un TSA**
- **Mise en place de journées spécifique "sport et autisme"**



Les activités motrices



- **A destination des PSH mental sévère ou profond** avec des limitations motrices souvent associées, pour qui la médiation au monde par les activités corporelles est essentielle.
- **Les Activités motrices s'adaptent, par leurs formes et leurs contenus, aux besoins des personnes** dont les capacités cognitives et psycho-affectives ne leur permettent pas de s'engager durablement dans des pratiques sportives codifiées.



La classification en sport adapté



CARACTÉRISTIQUES DES SPORTIFS AU SEIN DES CLASSES EN VUE DU TRAVAIL AVEC LES COMMISSIONS SPORTIVES NATIONALES

CLASSE AB

Le sportif de la classe AB a obtenu une majorité de AB. Ce résultat est donc révélateur de 3 à 4 domaines de compétences largement déficitaires. Au regard des items des différents domaines, nous pouvons donc faire l'hypothèse que ce sportif, ancré dans le concret et le visible, est a minima capable de faire des choix simples, de situer son corps dans un espace connu, d'être dans un groupe sans forcément y interagir, d'utiliser des outils simples. (Si non, alors la question de l'intérêt de la compétition pour ces sportifs se pose ! pratique de loisir, activités motrices... ?)

CLASSE BC

Le sportif de la classe BC a obtenu une majorité de BC. Ce résultat est donc révélateur de 2 à 3 domaines de compétence impactés. Au regard des items des différents domaines, nous pouvons donc faire l'hypothèse que ce sportif, ancré dans le réel, est capable a minima de s'orienter, d'interagir dans des relations privilégiées, d'élaborer des stratégies simples d'action.

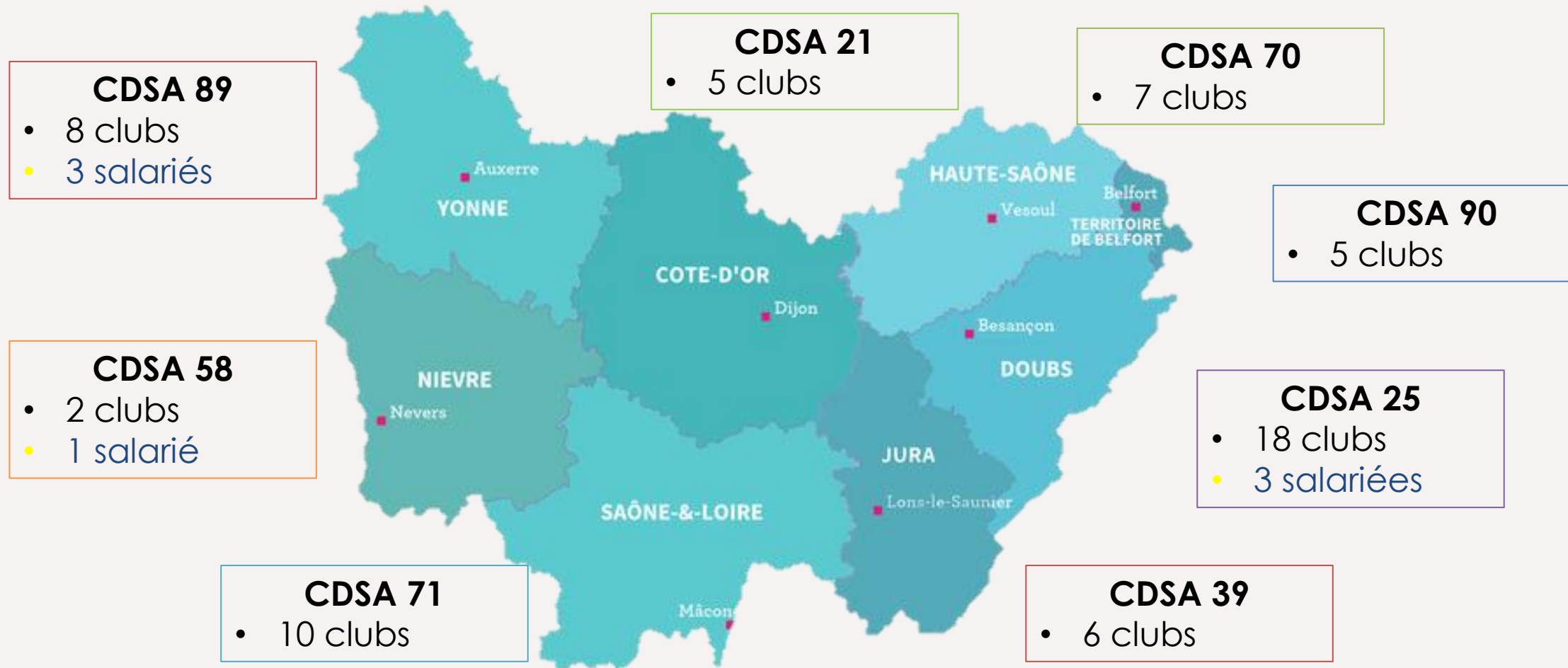
CLASSE CD

Le sportif de la classe CD a obtenu une majorité de CD. Ce résultat est donc révélateur d'au moins 2 domaines de compétence faiblement impactés. Au regard des items des différents domaines, nous pouvons donc faire l'hypothèse que ce sportif est capable a minima de comprendre, de sélectionner et d'utiliser des informations pertinentes, d'élaborer des stratégies complexes, de tenir un rôle dans le groupe, de faire preuve d'abstraction et de création.

**Si, un seul domaine s'avère faiblement impacté,
la question de l'éligibilité est alors posée.**

**La mise en œuvre de ces capacités est
nécessairement sous-tendue par des
compétences cognitives, émotionnelles et
sociales plus ou moins élaborées.**

La ligue BFC



Le foot adapté en BFC

Championnat régional de foot à 7

1 journée

Octobre
2024

8 équipes

BC / CD





Le foot adapté en BFC

Championnat de France

Foot à 7

- ABC 5 équipes
- BCD 27 équipes

Foot à 11

- Entre régions
- 8 régions

Jeune

- Deux catégories d'âge
- 5 équipes par catégorie

Foot à 5

- Moins de 16 ans
- Championnat de France



Le foot adapté en BFC

Le PERF Foot

- Faire des regroupements régionaux des meilleurs jeunes et adultes en foot adapté
 - Proposer des ateliers techniques pour faire progresser les participants
 - Monter une équipe régionale pour aller à la Coupe de France

Relancer le PERF foot sur la saison 2025-2026



Le futsal adapté en BFC

Championnat régional



1 journée

Octobre
2024

6 équipes

BC / CD



Les autres actions autour du foot en BFC



Journée foot IME (25)

Championnat interdépartemental (89)



3. Le programme fédéral « j'aIME le foot » - les liens



Des accords inter fédération avec une commission mixte paritaire

Objectif : continuer de faire évoluer les liens entre les deux fédérations pour développer le foot adapté

3. Le programme fédéral « j'aIME le foot » - les liens



Bilan des cycles « j'aIME le foot » 2024-2025

BILAN DES CYCLES "j'aIME le foot" 2024-2025			
Doubs TB	1	Audincourt	
Haute-Saône	0		
Jura	0		
Saône et Loire	2	Blanzay	Gueugnon
Côte d'Or	1	Chatillon	
Yonne	0		
Nièvre	1	Corbigny	
	5		



3. Le programme fédéral « j'aIME le foot » - l'historique

Territoires pilotes

**Sur la région
territoire de
Belfort : Ornans**

**9 autres districts
partout en
France**



Evaluation

**Bilan des territoires pilotes :

Vrai enthousiasme de la part
de tous les acteurs**

**Permet de vraies
collaborations et
développement du foot
adapté**

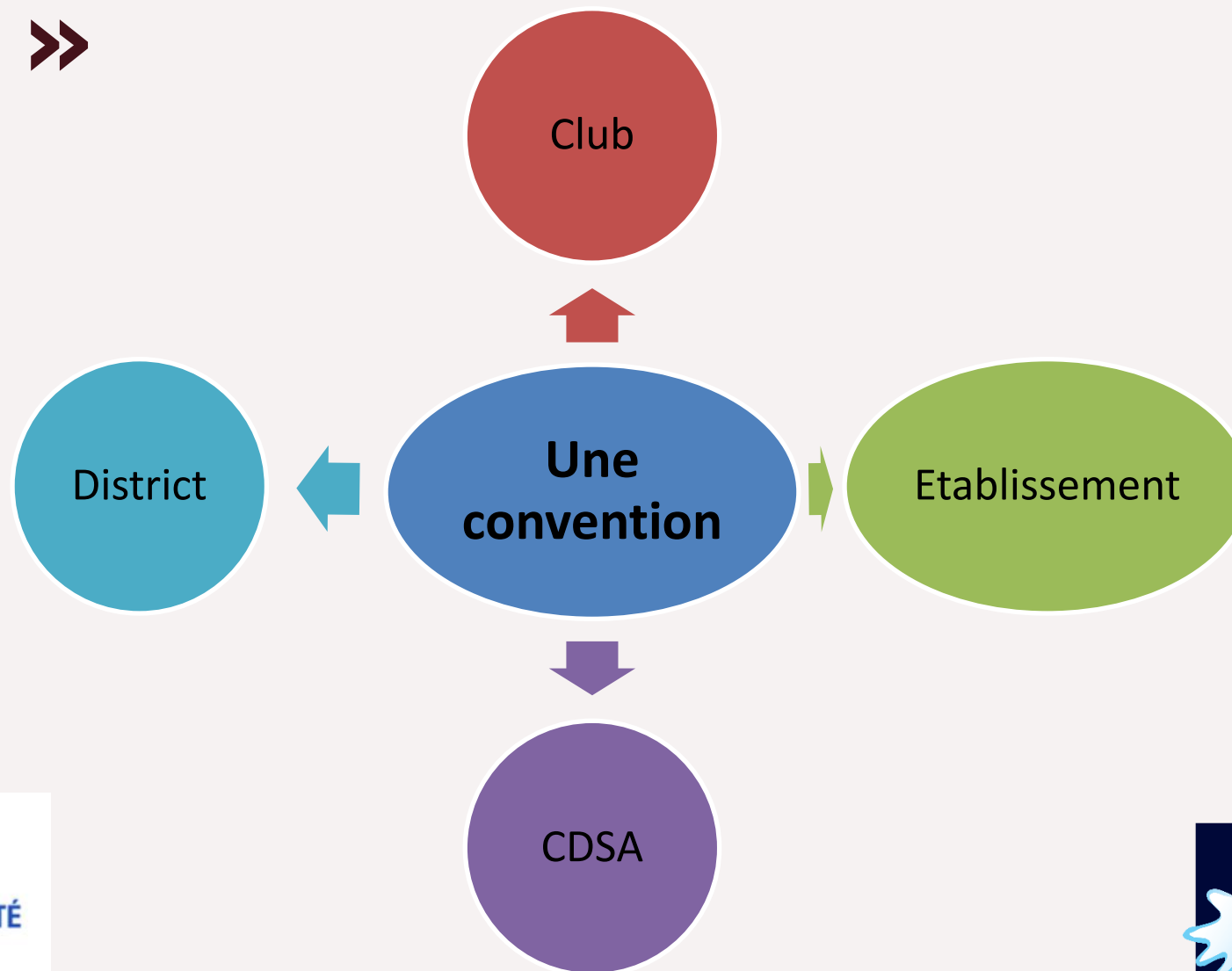


Perspective

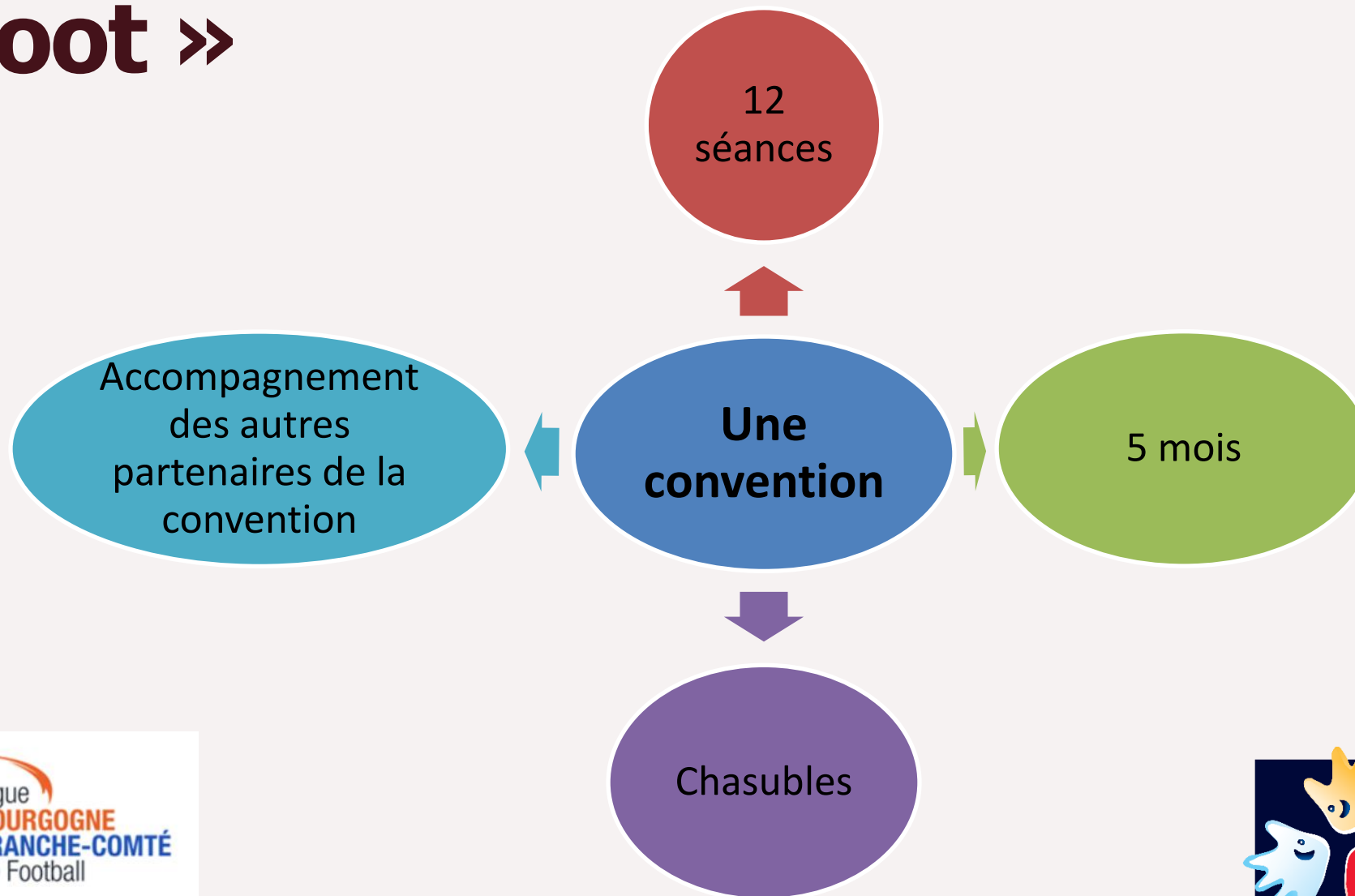
**Une nouvelle convention par
district d'ici fin de saison 2025**

**Sur le territoire développer le
projet foot adapté**

3. Le programme fédéral « j'aIME le foot »



3. Le programme fédéral « j'aIME le foot »





3. Le programme fédéral « j'aIME le foot »



Accompagner le public Sport Adapté		Séquence 1	
Compétences visées pour le joueur du sport adapté - Être capable de se situer dans l'espace de jeu et connaître ses partenaires - Être capable de coopérer avec ses partenaires et d'effectuer un échauffement général		Déplacement ballon = Déplacement joueur = Déplacement joueur/ballon =	
La mise en train		Prise de repères dans l'espace	
Organisation		Schéma	
Espace Utiliser une zone de 30 X 20 m	Effectif L'ensemble des jeunes de l'IME Exemple : 10		
Matériel 0 cône 10 coupelles 2 ballons 2X5 chasubles	 5'		
		Réalisation Critères de réussite • Je maîtrise et passe le ballon • J'arrive à situer ma position sur le terrain par rapport aux autres en les nommant • Je redemande par le mouvement • Prendre plaisir	
		Consignes 1. Je passe de façon aléatoire avec ma couleur puis j'effectue : rotation de bras avant, arrière, pas chassés, talon fesse, montée de genou ... 2. Je passe en nommant mon coéquipier 3. J'effectue un une/deux pour passer à un troisième en me déplaçant	
Le formateur observe • Occuper l'espace et porter le ballon • Voir les partenaires et les adversaires • Donner le ballon et continuer à se déplacer • Redemander par le déplacement		Variables 1. Mettre 2 ballons par couleurs si plus de 12 joueurs 2. Si bien réalisé, un bleu donne à un rouge et un rouge passe à un bleu 3. Éliminé un joueur adverse avec le une/deux	

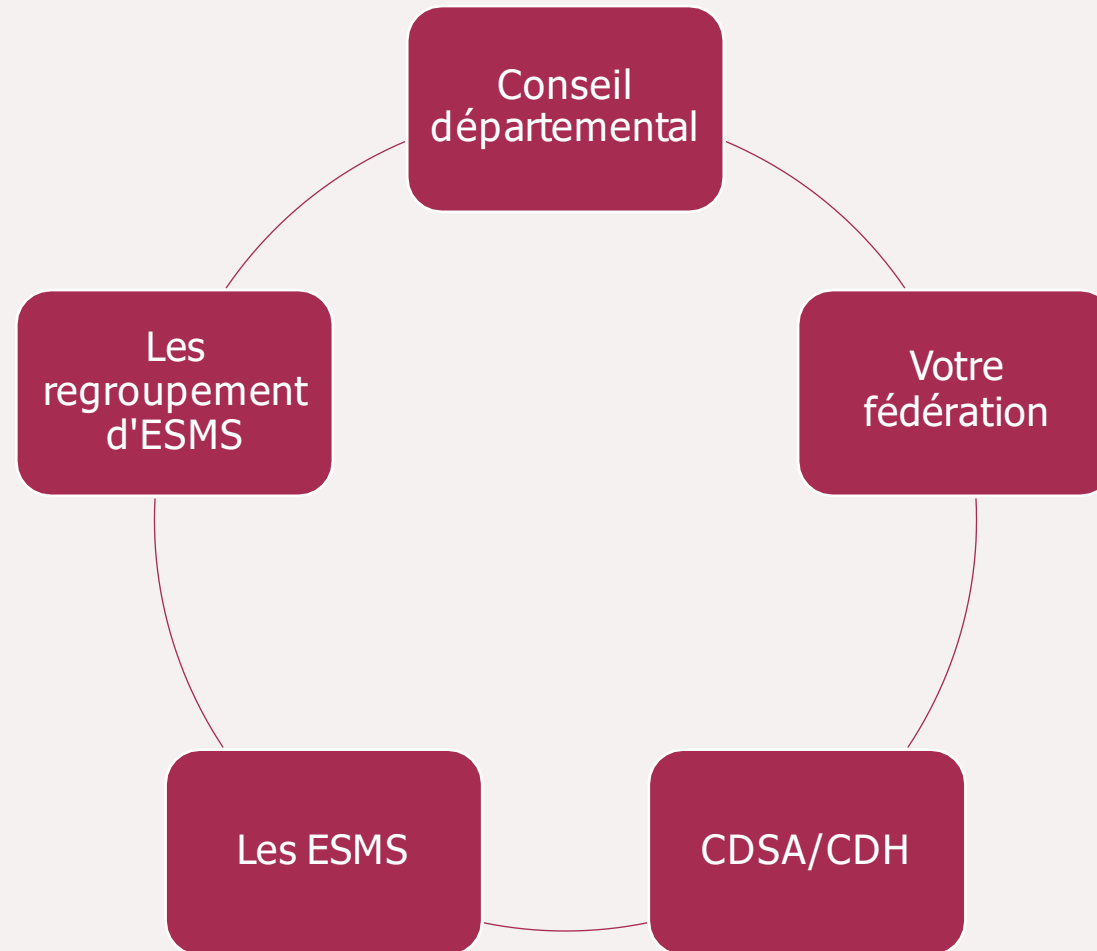
Des supports de séances existants



Exemple de questions pour la mise en place d'un projet d'accueil de la PSH

1. Suis-je en capacité d'accueillir sur mes installations tout type de public ?
 2. Mes encadrants sont-ils formés à l'accueil des PSH ?
 3. Est-ce une volonté personnelle ou mon bureau partage-t-il cette volonté ?
 4. Suis-je sur un secteur susceptible d'intéresser des ESMS ?
 5. Sur quel type d'accueil je m'oriente ?
 - Inclusion
 - Insertion
- 

Proposer votre projet sport adapté aux acteurs de votre territoire



Mettre en place une action évènementielle !

- Action ponctuelle sur une 1/2 ou une journée
- Un club support dynamique : installation, moyens humains, communication...
- Invitations aux établissements spécialisés du secteur
- Ateliers de motricité, jeux, éveil technique... à la sauce football + quelques matchs également
- Exemple de Belfort, Valdahon...



Créer une section sport adapté !

- Une cotisation à hauteur de 80 € par an
- Un espace FFSA intranet à disposition
- Être reconnu comme club sport adapté
- Être représenté au nom du club lors des rencontres sportives.
- Des licences à hauteur de 43 € pour les jeunes et 48 € pour les adultes.
- Participer à des compétitions départementales, régionales et France.



Fédération Française
du Sport Adapté
BOURGOGNE-FRANCHE-COMTÉ

L'importance de s'affilier à la FFSA

Pour les clubs

- Être reconnu comme acteur du milieu du sport et du handicap
- Bénéficier d'aide financière
- Bénéficier des compétences et de l'accompagnement des CTF dans votre démarche
- Accès à des formations spécifiques sport adapté et sport adapté et foot

Pour vos licenciés

- Participer à des événements ou des compétitions
- Démarche d'inclusion dans les clubs, ouverture et citoyenneté
- Coût réduit des licences

Niveau sport adapté

- Donner accès au sport pour des personnes en situation de handicap mental, psychique ou autisme
- Création de compétition inter départementales
- Création d'un groupe PERF foot et possibilité d'aller aux compétitions de niveau national



4. Les éléments clés pour la mise en place d'une séance sport adapté

Selon les profils des sportifs, créer une séance pour votre activité en trouvant des remédiations selon les caractéristiques de chacun.

Temps de l'activité 20 minutes

Restitution des séances (possibilité de se regrouper par pratique)

Temps 5 minutes par stagiaire



Les clés pour une séance sport adapté

1. Aménagement de la consigne

1. Consignes claires
2. Pas/peu de doubles tâches
3. Pour certaines PSH consigne individuelle

2. Aménagement de l'environnement

1. Environnement sécurisé
2. Environnement fermé
3. Mise en place de repère sur le lieu de pratique
4. Prendre en compte le nombre de participants
5. Environnement bruyant

3. Relation avec le contact

1. Contact physique difficile
2. Etablir une relation de confiance
3. Notion de collectif (certains publics)





Echanges et conclusion

Si vous voulez faire un retour d'expérience c'est le moment !!!

