



Inclusion du handicap par l'activité physique adaptée (APA)

BOUGEONS ENSEMBLE, ACTIVITÉS CLÉ SUR PORTE



CONTENU

L'activité physique est essentielle au développement de chaque enfant. Les activités physiques adaptées aux personnes atteintes d'une déficience visent à favoriser l'inclusion, l'autonomie et le bien-être de chacun, tout en promouvant la sensibilisation au handicap.

Le sport adapté constitue un outil pédagogique puissant pour sensibiliser au handicap, en particulier auprès des jeunes générations. Etant moi-même porteuse de handicap et brevetée « *Cadre sportif en Activités Physiques Adaptées* », brevet reconnu par l'ADEPS et La Ligue Handisport, je peux vous proposer d'animer dans votre EDD une demi-journée de sensibilisation à l'inclusion à travers le mouvement.



OBJECTIFS

- **Briser les stéréotypes** : en permettant aux enfants/adultes valides de découvrir les capacités des personnes en situation de handicap. Le sport adapté contribue à changer les regards et à lutter contre les préjugés.
- **Favoriser l'empathie** : en se mettant à la place des personnes en situation de handicap, les jeunes ou moins jeunes développent une meilleure compréhension de leurs défis et de leurs besoins.
- **Promouvoir l'inclusion** : en encourageant la pratique sportive partagée, le sport adapté crée des espaces de rencontre et d'échange, favorisant ainsi l'inclusion sociale.



MÉTHODOLOGIE

Ces activités permettent de vivre une expérience immersive, de découvrir les spécificités de chaque discipline et de développer esprit d'équipe et solidarité.

DISCIPLINES SPORTIVES PROPOSÉES

- **Cécifoot** : football adapté aux personnes aveugles ou malvoyantes.
- **Goalball** : sport de ballon pratiqué par des personnes aveugles ou malvoyantes, où l'objectif est de marquer des buts en lançant à la main un ballon sonore.
- **Volley assis** : variante du volley-ball pratiquée par des personnes assises, adaptée aux personnes à mobilité réduite.
- **Boccia** : sport de précision apparenté à la pétanque, pratiqué par des personnes en situation de handicap moteur.
- **Basket en fauteuil** : basketball adapté aux personnes en fauteuil roulant.

Ces disciplines, proposées sous réserve de la disponibilité du matériel, offrent une diversité d'expériences sportives, permettant à chacun de s'ouvrir au monde du handicap tout en s'amusant et se défoulant.



ANIMATRICE : *Sandrine Piron*, formatrice à la FFEDD, brevetée « Cadre sportif en Activités Physiques Adaptées »..



POUR QUI ?

Cette activité peut être proposée pour les enfants, pour les jeunes ou pour relever quelques défis en équipe.



INFORMATIONS PRATIQUES



DURÉE

Flexible.
Horaire à définir.



PRIX

• **Affiliés** : 15 € /heure.
• **Non affiliés** : 25 € /heure.
• **Externes** : 35 € / heure.] + forfait pour les frais de déplacement



CONDITIONS

L'équipe entière doit être preneuse de l'accompagnement dans un esprit de recherche de solutions.



INFOS



FFEDD - info@ffedd.be ou 04/222.99.38.