

## **PROJET EN ACTIVITE PHYSIQUE ADAPTEE ACTIVITE FOOTBALL**

### Présentation de l'association Nîmes Sport Santé

L'association Nîmes Sport Santé (N2S) a été créée le 6 novembre 2002 et œuvre pour favoriser l'accès au sport à toute personne en situation de handicap. Elle fonctionne sous forme de club indépendant et propose des activités adaptées au niveau et aux besoins de chacun. L'association propose diverses formes de pratique: entraînements, stages, programmes, événementiels sportifs, journée de sensibilisation, etc. Toutes les activités sont encadrées par du personnel qualifié (enseignant en activité physique adaptée...), et se déroulent dans les salles et terrains mis à notre disposition par la ville de Nîmes.

### Définition du Sport Adapté

Dépassant le concept d'incapacité pour se consacrer à la valorisation des capacités de la personne, le sport adapté représente un ensemble de disciplines sportives individuelles, collectives pouvant être un complément aux soins, à l'éducation ou au travail et répondant aux besoins biologiques, psychologiques et sociaux des personnes.

Le sport adapté a pour objectif de favoriser l'épanouissement des personnes par le biais d'une pratique sportive adaptée, ludique, éducative, individuelle ou collective.

Il permet :

- La stimulation et la valorisation des capacités.
- Le développement de la condition physique.
- Un meilleur contrôle de son corps.
- Un développement de l'autonomie (adaptation à l'environnement physique et humain).
- Une meilleure capacité de concentration.
- Une recherche de bien être, de confiance en soi.
- Le respect de l'autre, des règles, des consignes.
- Une initiation civique, une certaine socialisation par les échanges interpersonnels.

**Un savoir être et un savoir faire qui pourront être réinvesti dans la vie de tous les jours...**

✦ **L'activité Football avec N2S**

- Le cadre

L'activité football a lieu les samedis de 10h00 à 11h30 (hors vacances scolaires) au stade de la bastide, à Nîmes. Le lieu de rendez-vous se situe au niveau des vestiaires de football et de rugby. Deux modes de pratiques sont proposés : le loisir et la compétition.

Les championnats de la Fédération Française de Sport Adapté (FFSA) sont organisés sous forme de plateaux au nombre de 4 ou 5 par saison sportive. Un accompagnement des compétiteurs est assuré par au moins un professionnel ou dirigeant de l'association et le déplacement s'effectue avec un des véhicules de l'association. Le nombre de joueurs pouvant participer aux compétitions est donc limité.

Environ 30 séances sont proposées sur la saison sportive de septembre à juin. Chaque sportif sera licencié à la Fédération Française de Sport Adapté.

- L'équipe d'encadrement et le matériel

L'activité est encadrée par un(e) enseignant(e) en Activité Physique Adaptée accompagné(e) ou non par un bénévole, stagiaire, dirigeant, ou salarié de N2S.

Le sportif doit avoir une tenue adaptée : un survêtement ou un short, des protège-tibias, une paire de chaussette qui recouvre entièrement les protège-tibias, une paire de baskets ou des crampons moulés (crampons vissés interdits). Un vestiaire est mis à disposition des sportifs. Les ballons de football et le reste du matériel nécessaire à l'activité est mis à disposition par N2S.

- Objectifs de l'activité

- ➔ Acquérir des compétences sur le contrôle de balle, le tir, les passes, etc.
- ➔ Acquérir une condition physique nécessaire à l'activité
- ➔ Savoir s'affronter individuellement ou collectivement au sein de l'activité : respect des règles, choix tactiques, etc.
- ➔ Savoir coopérer avec des partenaires pour affronter des adversaires : développer la communication verbale entre membres d'une même équipe, mettre en place une stratégie collective, etc.
- ➔ Acquérir des connaissances spécifiques à cette discipline : règles du jeu, règles d'arbitrage, etc.
- ➔ Savoir différencier les différentes phases de jeu (attaque, défense), les statuts (attaquants, défenseurs), les rôles des postes (arrières, milieu, avants)
- ➔ Prendre du plaisir et participer pleinement à l'activité

Pour cela, durant les entraînements, sont mis en place des exercices, des ateliers, des parcours et des mises en situation de compétition.

