

# Service Sportif

Le service sportif est animé par deux éducateurs sportifs, titulaire d'un diplôme universitaire Activités Physiques Adaptées (APA)

Pour les activités, nous disposons sur place d'un gymnase de motricité adapté, une salle polyvalente et également de nombreux lieux de pratique à l'extérieur en partenariat avec des clubs de la région.

## **Les missions de l'éducateur sportif au sein de l'Association CRMC :**

**Encadrer et/ou accompagner** des activités physiques adaptées, la gestion du matériel, l'aménagement des séances et des sites de pratiques.

**Planifier** les séances dans une perspective d'amélioration motrice ou sensorielle ou d'intégration sociale, de découverte, de développement et de maintien

Avec plusieurs partenariats :

- les kinésithérapeutes, les psychomotriciens et les ergothérapeutes pour l'équitation, la balnéothérapie, la musculation, les groupes « parcours fauteuil », orientation...
- le service éducatif pour la piscine, la patinoire...
- le Scolaire pour les actions sécurité routière.

**Initier** des projets sportifs ainsi que des rencontres avec des partenaires extérieurs (ville, centre de vacances, autres centres de rééducation...).

**Participer** à une réflexion permanente pour garantir aux pratiquants un meilleur enseignement dans un cadre de sécurité optimale.

**Organiser** des activités sportives en club en autonomie pour certains enfants du centre, ainsi que le suivi et l'évaluation de ses activités

**Accompagner** aux sorties extérieures à caractère éducatif et/ou sportif

**Permettre à TOUS les jeunes de pratiquer une activité sportive adaptée.**

**Les objectifs des séances de sport** sont multiples et personnalisées.

Les principaux objectifs des séances de sport sont :

- le respect de l'autre, respect des consignes et règles à appliquer,
- l'implication dans le jeu et participation active,
- le partage avec les autres, la maîtrise de son corps et de soi,
- la sérénité de l'esprit et l'estime de soi, détente, plaisir,

dans une optique d'amélioration motrice ou sensorielle et/ou d'intégration sociale.

## **Les activités proposées (objectifs principaux):**

Piscine : approche du milieu aquatique, apprentissage de la nage adaptée, sollicitation des membres inférieurs et supérieurs dans un autre milieu (portance de l'eau).

Vélo : sollicitation des membres inférieurs (muscles et articulations), équilibre, coordination, apprentissage du code de la route / code du piéton, éviter la sédentarité.

Sarbacane : Concentration (respect des consignes de sécurité), adresse et patience. Travail du souffle, calcul mental.

Escrime : Apprentissage des connaissances théoriques, des règles de base, connaissance et respect de l'environnement et du matériel, apprentissage des compétences techniques et tactiques. Travail de la vitesse de réaction.

Marche : sollicitation des membres inférieurs (muscles et articulations), éviter la sédentarité, amélioration du système cardio-vasculaire.

Tennis de table : coordination, adresse, apprentissage et respect des règles et de l'arbitrage.

Boccia (boules souples) : Développer l'adresse, le positionnement, le dosage du lancer. Cette activité peut être pratiquée n'importe où, par tous les jeunes (avec des adaptations mises en place en partenariat avec les ergothérapeutes).

Sport collectif : Hockey & Basket (fauteuil ou debout) : Apprentissage des règles, d'une pratique collective, le respect des règles et des autres, la rigueur d'un sport pratiqué en équipe, prendre du plaisir à jouer

Motricité fauteuil (parcours et jeux) / orientation (fauteuil électriques): réussir à se déplacer et avoir des actions simples, sur l'environnement, jeux de repérage (couleurs, objets), jeux de déplacements et de balles. Travailler les déplacements à l'intérieur et à l'extérieur pour pouvoir envisager plus tard un sport d'équipe en fauteuil électrique.

Equitation : Evacuer le stress pour pouvoir travailler avec le cheval sur des exercices de maniabilité, travailler la sensation, le mouvement, la communication non-verbale, l'expression gestuelle

Musculation sur machine / entretien musculaire : initiation à la musculation, entretien et mobilisation des membres supérieurs et inférieurs.

Sécurité Routière : activité en parallèle avec de nombreuses autres, déjà citées, devant permettre à tous les jeunes de circuler en sécurité dans leur vie quotidienne. Cette activité se déroule en partenariat avec les différents services pour permettre au service scolaire de valider des compétences et des diplômes tel que « être piétons » pour les plus jeunes et l'ASSR1 pour les autres.

Lutte : travailler la concentration, le respect des consignes et de l'autre, travail du haut du corps, travail du bas du corps.

Patinoire (en fauteuil ou debout) : permet aux jeunes d'évoluer sur un milieu différent. Développer des sensations différentes

Hockey fauteuil : développer l'esprit d'équipe et les stratégies de groupe.

Jonglage : permet le travail de la coordination des membres supérieurs, aide à développer la concentration, Les jeunes doivent aussi faire appel à leur imaginaire (situations imagées pour le jonglage).

Initiation athlétisme : découverte de différentes activités, adaptation à chaque handicap, dépassement de soi, rigueur / respect des règles de sécurité, échauffement spécifique.