

Sport Adapté  
Occitanie

# Catalogue de Formations



Fédération Française  
du Sport Adapté  
**OCCITANIE**





“

J'ai le plaisir de vous présenter le catalogue des formations que notre organisme de formation met en place pour les prochaines saisons.

La formation est un enjeu primordial pour assurer à tous les acteurs, bénévoles éducateurs, professionnels et sportifs du Sport Adapté la mise en œuvre des actions en direction des personnes en situation de handicap.

Notre objectif est également de proposer des formations et des accompagnements en direction de nos sportifs pour qu'ils puissent assurer les responsabilités de dirigeants et/ou d'éducateurs et de bénévoles, conformément à l'ambition du projet fédéral de la FFSA.

L'expérience et l'expertise de nos professionnels garanti la qualité des contenus de nos formations. Toujours à l'écoute des besoins exprimés par nos structures, CDSA, Clubs, notre exigence est toujours plus forte ; s'adapter doit être le phare de notre ambition.

Depuis le 1 janvier 2024, la ligue est habilitée Maison Sport Santé et Handicap (MSSH) par décision des ministères des sports et de la santé. C'est en même temps une fierté mais également une grande responsabilité.

La MSSH de la ligue est un outil de santé publique pour nos publics.

La ligue porte l'ambition qu'une bonne santé est le préalable indispensable à une meilleure inclusion sociale, et renforce le pouvoir d'agir des personnes en situation de handicap. Dès cette année, l'organisme de formation proposera des formations spécifiques en adéquations avec ses ambitions dans l'intérêt de nos publics.

Je vous souhaite une belle saison sportive avec le plaisir de vous rencontrer aux bords des terrains. ”

Charles NIETO  
Président de la Ligue du Sport Adapté Occitanie

# LA LIGUE

La Ligue Sport Adapté Occitanie est née de la fusion des ex Ligues Languedoc-Roussillon et Midi-Pyrénées. Elle est un organe déconcentré de la Fédération Française du Sport Adapté.

## Notre mission :

« offrir à toute personne en situation de handicap mentale ou psychique, quels que soient ses désirs, ses capacités et ses besoins, la possibilité 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 ».

## Nos objectifs :

1

### Développement

Développer la pratique du Sport Adapté (associations, licenciés, rencontres, disciplines)

2

### Qualité

Permettre à nos licenciés de pratiquer dans les meilleures conditions

3

### Bien-être

L'épanouissement personnel et social des personnes en situation de handicap est au cœur des préoccupations de notre mouvement.

4

### Accès

Développer le soutien au Sport Adapté pour un accès aux pratiques physiques et sportives pour tous.

5

### Formation

Formations qualifiantes, fédérales, spécifiques ou encore sensibilisations, nous vous accompagnons dans vos projets professionnels et/ou sportifs.

## Le sport adapté en quelques chiffres :

La ligue se déploie sur 2 antennes à Balma et Montpellier.



Elle s'appuie également sur l'expertise des 13 comités départementaux Sport Adapté sur la région Occitanie

### Cela représente :

- Plus de 10 000 licenciés
- Plus de 200 associations affiliées
- Plus de 800 rencontres sportives par an.



# Nos domaines d'action

## Rencontres sportives :

### Compétitions :

De nombreuses disciplines sont proposées en compétition. La Ligue Sport Occitanie, notamment au travers de l'Equipe Technique Régionale, organise les parcours qualificatifs d'une vingtaine de para discipline adaptée.

### Activités non compétitives :

Des journées sportives d'initiation et de découverte sont organisées tout au long de l'année sur la région Occitanie.

### Activités motrices :

Ces activités physiques s'adressent aux personnes dont les capacités cognitives, psychiques, affectives et motrices ne permettent pas de donner du sens à une pratique sportive codifiée. Elles s'adaptent aux capacités de ces sportifs qui ont besoin d'évoluer dans des environnements soutenant, sécurisés et riches en stimuli relationnels et sensoriels

## Sport adapté jeunes :

Section qui regroupe l'ensemble des programmes destinés à tous les jeunes en situation de handicap mental, psychique ou présentant des troubles du spectre de l'autisme âgés de moins de 21 ans et ayant le droit à la scolarité.

## PERF :

Le PERF est un dispositif du Projet de Performance Fédéral (PPF) de la Fédération Française du Sport Adapté mis en œuvre par la Ligue Sport Adapté Occitanie.

Il est dédié au suivi socio-professionnel des sportifs listés (haut niveau et liste ministérielle) au repérage, à la détection et à l'entraînement des meilleurs sportifs régionaux.

## Sport Santé :

La ligue Sport Adapté Occitanie est reconnue comme Opérateur Régional de Santé (ARS), différentes actions sont actuellement menées dans le cadre de cette collaboration :

- Marches santé et activités de maintien de l'autonomie
- Développement de la pratique des Activités Physiques et Sportives Adaptées au sein des établissements et services médico-sociaux avec mise en place de projets intégrés au projet d'établissement.
- Promotion de la santé via la promotion d'une pratique physique et sportive auprès des adhérents de Groupe d'Entraide Mutuelle.

**La Ligue Sport Adapté Occitanie est membre de la communauté des clubs sportifs engagés**



En complément des actions menées dans le cadre du Sport Santé, La Ligue Sport Adapté Occitanie est, depuis 2023 habilitée "Maison Sport santé"

# SON ORGANISME DE FORMATION

Le sport est un facteur d'intégration sociale, il doit garantir l'égal accès aux pratiques sans discrimination. L'insertion par le sport contribue à l'épanouissement de l'individu, son adaptation aux situations de la vie courante, son intégration sociale et son insertion professionnelle.

L'organisme de formation de la Ligue Sport Adapté Occitanie contribue au développement du sport pour les personnes en situation de handicap mental et/ou psychique.

Formations qualifiantes, fédérales, spécifiques ou encore sensibilisations, nous vous accompagnons dans vos projets professionnels et/ou sportifs.

Toutes nos formations sont ouvertes aux personnes en situation de handicap ou personnes ayant des besoins spécifiques, vous pourrez le préciser dans votre inscription afin que nous puissions élaborer ensemble un élément de réponse adapté à vos besoins



Notre organisme de formation s'inscrit dans une démarche qualité en étant référencé par le référentiel Qualiopi

Toutes nos formations sont mises en place par des professionnels **diplômés** dans le domaine **du sport et du handicap** :



**Marion Boistard**  
Directrice LSAO



**Charles Nieto**  
Président LSAO



**Laure Dugachard**  
Directrice technique  
Nationale



**Oriane Spina**  
Conseillère Technique  
Nationale



**Chloé Harrer**  
Référénte pédagogique et  
administrative pôle formation  
& référénte handicap



**Léna Pagand**  
Evénementiel /  
Communication



**Aurélie Guerra-Pedrosa**  
Formatrice / responsable  
pôle vie associative



**Sébastien Malcor**  
Formateur / pôle PERF



**Caroline Marcipont**  
Formatrice / coordinatrice  
MSSH



**Léa Lavergne**  
Formatrice / pôle  
Sport-Santé

Notre organisme de formation s'appuie également sur **des professionnels experts** dans leurs domaines ainsi que sur **les membres de l'équipe technique régionale**.

# Les chiffres de l'organisme de formation

## 2024 - 2025

22

SESSIONS DE FORMATION

75

JOURS DE FORMATION

321

STAGIAIRES FORMES

2

NOUVEAUX DISPOSITIFS EN 2025

Ces interventions sont divisées en 4 catégories :

- Les formations fédérales
- Les formations de réseau Sport Adapté (ligue, comité, club)
- Les formations à destination des personnes en situation de handicap (intervention en ESAT)
- Les prestations de formation (réalisées par la Ligue pour d'autres organismes de formation)

Le public cible de ces formations concerne à la fois les éducateurs sportifs qualifiés, les professionnels du secteur médico social, les salariés et bénévoles du réseau Sport Adapté, ainsi que les sportifs en situation de handicap.

Ces formations, disponibles dans ce catalogue, peuvent également être personnalisées pour répondre spécifiquement aux besoins et exigences du terrain. Nous restons alors à votre écoute pour adapter et créer des formations au plus proches de vos besoins.

## Retours de stagiaires

OUI J'AI BEAUCOUP AIMÉ  
LA FORMATION

"J'ai maintenant plus  
d'outils pédagogiques et  
plus de connaissances  
spécifiques qui me  
permettront d'accueillir  
le public FFSA"

Taux de satisfaction général :



(Soit 94.93% de satisfaction générale d'après  
l'analyse des questionnaires de satisfaction des  
formations portées par la Ligue Sport Adapté  
Occitanie )








# Ils nous font confiance :





# Votre Profil :

-  Educateur Sportif
-  Bénévole
-  Sportif / personne en situation de handicap
-  Professionnel du secteur médico-social
-  Organisme de formation

# Nos Formations :

Attestation de Qualification en Sport Adapté p.13		
Formation Aisance Aquatique p.16		
Certificat Fédéral Sport et Autisme p.18		
Programmes d'activité physique adaptée p.20		
Techniques d'entretien motivationnel et évaluation sport santé p.22		
Formation Sport santé en ESAT p.26		
Formation officiel para football adapté p.28		
Référents en activités physiques en établissements et services médico sociaux p.32		
Sensibilisation Sport et Handicap p.37		



# **Educateurs sportifs**

-

# **Bénévoles**



# Formation Attestation de Qualification au Sport Adapté

## Présentation Générale :

L'**Attestation de Qualification en Sport Adapté** est une formation fédérale qualifiante mais non diplômante qui s'adresse à des encadrants intervenants auprès de personnes déficientes intellectuelles ou atteintes de troubles psychiques en associations sportives.

Son objectif principal est de **développer des compétences complémentaires** pour intervenir dans le cadre de son diplôme professionnel du champ du sport, auprès des personnes relevant du Sport Adapté.

Nous entendons par non diplômante le fait qu'elle n'ouvre pas de prérogatives professionnelles d'encadrement. Elle est donc destinée essentiellement aux titulaires d'un diplôme professionnel d'encadrement de discipline(s) sportive(s) ouvrant des prérogatives auprès de tout public.

Elle reste ouverte aux bénévoles souhaitant accueillir des personnes en situation de handicap au sein de leur club et désirant approfondir leurs connaissances sur le sujet.

La qualification se découpe en **3 Modules** :

- **Module 1 (tronc commun)** : « Concevoir et conduire des projets d'activités en prenant en compte les caractéristiques singulières et les besoins des personnes en situation de handicap mental ou psychique ainsi que leur environnement »  
Durée : 3 jours (21 heures)
- **Module 2 (spécialité sportive)** : « Intervention pédagogique (animer ou entraîner) de la discipline choisie »  
Durée : 3 jours (21 heures) / 5 jours pour l'option Activités Physiques pour Tous
- **Module 3 (stage)** : « Stage pédagogique en situation et visite certificative »  
Durée : 20 heures minimum / 30 heures pour l'option Activités Physiques pour Tous

Pour prétendre à la qualification il faut donc avoir réalisé l'ensemble de ces modules, et être en possession d'un diplôme de la branche du sport.

Il n'est pour autant pas interdit de participer uniquement au premier module. La finalité sera alors juste d'améliorer vos connaissances, mais aucunes certifications ne sera remises.

# Formation Attestation de Qualification au Sport Adapté

## Module 1 - "Concevoir & conduire des projets d'activités"



En présentiel



21 h ( 3 jours)



15 personnes

### Objectifs :

- Interroger ses représentations du handicap mental, psychique ou des Troubles du Spectre Autistique ;
- Identifier les caractéristiques singulières des personnes relevant de la délégation de la F.F.S.A ;
- Connaître la F.F.S.A et ses finalités, comprendre son organisation ;
- Identifier les structures relevant du champ de l'action sociale, médico-sociale et de la santé mentale accueillant ces publics, ainsi que leurs missions pour engager des projets de partenariat ;
- Interroger ses conceptions éducatives pour permettre à ces personnes d'apprendre et de développer une réelle autonomie ;
- Choisir des démarches d'intervention sollicitant les sportifs, en partant de leurs besoins singuliers et du sens qu'ils peuvent donner à ce qui leur est proposé tout en assurant leur sécurité (physique, psychique, affective).

### Pré-Requis



- Être titulaire d'un diplôme professionnel d'encadrement de la discipline sportive visée par la formation et ouvrant des prérogatives auprès de tout public
- Être bénévole au sein d'une association sportive (seule une attestation de présence sera délivrée)

### Moyens pédagogiques & évaluation



- Apports théoriques et pratiques articulés autour de la rencontre d'un public en situation de handicap, de l'analyse d'expériences vécues
- Auto évaluation des atteintes
- Attestation de présence et fin de formation



- Tarif : 750 €
- Tarif repas (facultatif) : 18€ / jour

## Contenus :

- Notions de handicap, déficiences, maladie ;
- Les déficiences intellectuelles : origines, évolutions, conséquences dans la pratique ;
- Les troubles psychiques : angoisse, souffrance psychique, pathologies, prendre soin ;
- Méthodologie de l'intervention et du projet auprès des personnes en situation de handicap mental ou psychique – prendre en compte les besoins, notion de sujet, dimension éthique de la responsabilité, place de l'intervenant, place du pratiquant ;
- La FFSA : organisation, objectifs, secteurs de pratique, réglementation sportive, conventions avec les autres fédérations ;
- Le secteur spécialisé : caractéristiques, objectifs, organisation, missions ;
- Représentations du handicap et intervention éducative ;
- Classification des activités à partir des processus sollicités (cognitifs, psychiques) ;
- Les démarches pédagogiques, identification, réflexions sur leur choix pour permettre au sujet d'être acteur de ses apprentissages
- Animation et analyse de séquences pédagogiques auprès de personnes en situation de handicap mental ou psychique ;
- La sécurité des pratiquants en sport adapté, éthique et responsabilité.

## Planning prévisionnel :

### Jour 1 :

Présentation de la formation  
Tour de table - Attentes des stagiaires

Représentations sur le handicap

Caractéristiques des publics en situation de handicap

13h30-14h30 :

Séance pédagogique sur terrain avec un public  
spécifique –  
Bilan séance

Jeu et APSA - « Notions de jeu »

Présentation de la FFSA

### Jour 2 :

Caractéristiques des publics en situation de handicap

Secteur Spécialisé

Présentation groupe - Préparation séance  
Préparation grilles d'observation

13h30 - 15h00

Séance pédagogique sur terrain avec un public  
spécifique  
Bilan séance

Présentation prochain groupe  
Préparation séance

### Jour 3 :

Démarches pédagogiques :  
Apprentissage – autonomie – responsabilités

Modalité d'accueil en club

Film PERFORMANTS AUTREMENT  
Retour sur les concepts d'éducation et d'autonomie

13h30 - 15h

Séance pédagogique sur terrain avec un public  
spécifique  
Bilan séance

Continuité formation M2 et M3  
Bilan formation



Toutes nos formations sont ouvertes aux personnes en situation de handicap ou personnes ayant des besoins spécifiques.

Vous pourrez le préciser dans votre inscription afin que nous puissions élaborer ensemble un élément de réponse adapté à vos besoins.

Ligue Sport Adapté Occitanie - 7 rue André Citroën

31130 Balma

[formation.occitanie@sportadapte.fr](mailto:formation.occitanie@sportadapte.fr)

07 68 29 17 84



Organisme de formation professionnelle sous le n°73.31.06061.31







# Formation Encadrant Aisance Aquatique



En présentiel



35 heures [ 5 jours]



15 personnes

## Objectifs institutionnel :

- Connaître et s'approprier le dispositif ministériel de l'Aisance Aquatique
- Identifier les trois paliers de l'Aisance Aquatique
- Identifier les acteurs du Sport Adapté, en lien avec ce dispositif



- **Formation gratuite**
- **Possibilité d'hébergement et de restauration sur place**

## Objectifs pédagogiques :

- Evaluer le niveau de chaque jeune
- Construire des séances d'apprentissage pour les jeunes sur minimum 8 créneaux de 45 minutes.
- Créer et adapter des outils de prise en charge, d'observation et d'évaluation des capacités et des progrès des jeunes
- Se projeter dans la mise en œuvre de futures classes bleues

### Pré-Requis



Cette formation est non qualifiante et non diplômante.

Les titulaires d'un diplôme de MNS, d'un BNSSA, d'une licence STAPS, d'un BEES APSA ou d'un DEJEPS APSA peuvent suivre cette formation.

### Moyens pédagogiques & évaluation



A travers des méthodes actives, les stagiaires sont amenés à déconstruire leur représentation du handicap pour mieux appréhender les publics et proposer des interventions sportives de qualité. L'analyse de la pratique, la dynamique de groupe, les rencontres avec le public jeune sont les bases structurantes de cette formation.

## Module 1 : La pédagogie de l'action (9h)

Définition de la pédagogie de l'action / Système de contrainte permettant l'apprentissage / La place de l'éducateur dans la pédagogie de l'action / L'objectif de concrétisation essentielle à l'engagement de l'individu / Pédagogie différenciée au regard des jeunes enfants en situation de handicap

## Module 2 : Le développement de l'enfant en situation de handicap (12h)

Abstraction, concrétisation, réalité : essentiel pour un sujet présentant une déficience mentale, des troubles psychiques et/ou des TSA / Individualisation et singularité exacerbées dans le milieu de la FFSA / Description des conscientisations de l'enfant dans son schéma corporel / Description de la marche pour mettre en avant les besoins de déséquilibre et d'équilibre par une curiosité accrue de l'enfant

### Module 3 : Le milieu aquatique (14h)

Définition, description, analyse des différentes lois induites par le milieu (corps flottant, corps projectile, corps propulseur) dans le milieu aquatique.

## Planning prévisionnel :

1er jour	2ième jour	3ième jour
9h-10h : accueil et formation théorique 10h15-11h45 : formation pratique (lieu à définir) 12h-12h30 : retour sur la pratique	9h-10h : accueil et formation théorique 10h15-11h45 : formation pratique (lieu à définir) 12h-12h30 : retour sur la pratique	9h-10h : accueil et formation théorique 10h15-11h45 : formation pratique (lieu à définir) 12h-12h30 : retour sur la pratique
13h30-14h : formation théorique 14h-15h15 : formation pratique (lieu à définir) 15h30 - 17h : formation théorique	13h30-14h : formation théorique 14h-15h15 : formation pratique (lieu à définir) 15h30 - 17h : formation théorique	13h30-14h : formation théorique 14h-15h15 : formation pratique (lieu à définir) 15h30 - 17h : formation théorique

4ième jour	5ième jour
9h-10h : accueil et formation théorique 10h15-11h45 : formation pratique (lieu à définir) 12h-12h30 : retour sur la pratique	9h-10h : accueil et formation théorique 10h15-11h45 : formation pratique (lieu à définir) 12h-12h30 : retour sur la pratique
13h30-14h : formation théorique 14h-15h15 : formation pratique (lieu à définir) 15h30 - 17h : formation théorique	13h30-14h : formation théorique 14h-15h15 : formation pratique (lieu à définir) 15h30 - 17h : formation théorique



### Inscription :



Toutes nos formations sont ouvertes aux personnes en situation de handicap ou personnes ayant des besoins spécifiques.

Vous pourrez le préciser dans votre inscription afin que nous puissions élaborer ensemble un élément de réponse adapté à vos besoins.

Ligue Sport Adapté Occitanie - 7 rue André Citroën

31130 Balma

[formation.occitanie@sportadapte.fr](mailto:formation.occitanie@sportadapte.fr)

07 68 29 17 84

Organisme de formation professionnelle sous le n°73.31.06061.31





# Certificat fédéral Sport et Autisme



En présentiel



35h (théorie) + 20h de stage



15 personnes

## Objectifs :

Général : être capable d'élaborer, de coordonner, d'animer et d'évaluer un projet sportif personnalisé à partir des demandes, besoins et intérêts de la personne avec TSA en s'appuyant sur ses compétences et particularités dans une dynamique associative au sein de la FFSA

- Comprendre les fonctionnements spécifiques des personnes avec TSA et identifier les besoins et intérêts de ces personnes.
- Être capable de communiquer de manière adaptée avec le sportif avec TSA en s'appuyant sur des outils de communication.
- Prendre en compte les particularités sensorielles du sportif avec TSA.
- Elaborer et évaluer un projet sportif personnalisé en prenant en compte les spécificités des sportifs avec TSA et ayant du sens pour elles.
- Coordonner le projet sportif au dispositif associatif et en lien avec des partenaires.
- Elaborer et animer des séances adaptées aux demandes, besoins et intérêts de la personne avec TSA.
- Animer des séances d'activités sportives au sein de la FFSA en assurant la sécurité des pratiquants avec TSA.
- S'appuyer sur des outils d'évaluation pour identifier les évolutions du pratiquant avec TSA.
- Comprendre la réglementation fédérale.
- Penser et mettre en oeuvre un accompagnement qualitatif et en sécurité de personnes avec TSA lors de manifestations sportives fédérales.
- Comprendre les enjeux du stage en situation et les modalités certificatives du Certificat fédéral sport et autisme

### Pré-Requis



- Etre titulaire d'une attestation de premiers secours (PSC1, AFP, BNS...)
- Justifier de compétences initiales dans la préparation, l'animation d'une séance, [objectifs, déroulé ...] et la planification d'un cycle d'activités physiques ou sportives.
- Etre titulaire d'une carte professionnelle lui permettant d'encadrer le sport contre rémunération

### Moyens pédagogiques & évaluation



- Apports théoriques et pratiques articulés autour de la rencontre d'un public en situation de handicap, de l'analyse d'expériences vécues
- Stage de 20h auprès d'un public TSA
- Certification

**frais pédagogiques : 1400€**  
**1100€ formation en centre**  
**300€ tutorat et certification**



**Tarif repas (facultatif) : 18€ / jour**

## Contenus :

- Définition de l'autisme, de trouble du spectre de l'autisme (TSA)
- Etat des connaissances actuelles : différents modèles de compréhension de l'autisme. Intérêts d'une pratique sportive pour les personnes avec TSA.
- Recommandations de la Haute Autorité de Santé (HAS) et de l'Agence nationale de l'évaluation et de la qualité des établissements et services sociaux et médico-sociaux (ANESM).
- Communication adaptée avec la personne avec TSA.
- Prévention et gestion des comportements problématiques.
- Le projet sportif personnalisé à partir des demandes, besoins et intérêts de la personne avec TSA en s'appuyant sur ses compétences et particularités.
- Préparation, animation et analyse de séances pédagogiques auprès d'enfants, d'adolescents ou d'adultes avec TSA tout en gérant leur sécurité.
- Les démarches d'intervention favorisant l'engagement de la personne autiste, ses découvertes, ses explorations, ses apprentissages.
- Présentation de la FFSA.
- Le choix du secteur de pratique en fonction des spécificités de la personne avec TSA : les intérêts et ressources de la personne, le sens de la pratique pour elle.
- L'accompagnement lors des manifestations sportives au regard des spécificités de la personne avec TSA : analyse des spécificités pouvant avoir une influence sur l'engagement de la personne lors des manifestations sportives, précision du cadre de l'accompagnement, préconisations.
- Le stage en situation : organisation, attentes, suivi.
- La certification du Certificat fédéral sport et autisme.

## Planning prévisionnel :

Jour 1 :	Jour 2 :	Jour 3 :
Tour de table, attentes Présentation de la formation et de la semaine.  Définition de l'autisme & Critères diagnostics Autisme : état des connaissances	Recommandations HAS  Communiquer de manière adaptée avec la personne avec TSA, différentes dimensions de la communication  Préparation séance n°2	Pratique sportive des personnes autistes - constats  Conception d'outils  Préparation séance n°3
Préparation et installation séance N° 1  Animation séance n° 1  Retour séance - focus : besoins du public.	Installation séance Animation séance n° 2  Retour séance - focus : adaptations de l'environnement - structuration de séance.  Intérêts d'une pratique sportive pour les personnes TSA	Installation séance animation séance n°3  Retour séance - Focus : communication - consignes Quelle(s) postures ? - Guidances
Jour 4 :	Jour 5 :	
Identifier, prévenir et gérer les comportements problématiques Présentation du public de l'après-midi. Préparation séance n° 4	Elaborer un projet sportif personnalisé en lien avec le projet associatif. Outils d'évaluation CSN sport et autisme à la FFSA Stage / certifications	
Installation séance Animation séance n°4 Retour Séance - focus : apprentissages La FFSA / Eligibilité	Evaluations - Bilan de la semaine	

Toutes nos formations sont ouvertes aux personnes en situation de handicap ou personnes ayant des besoins spécifiques.

Pour tout renseignements ou inscription contactez nous : [formation.occitanie@sportadapte.fr](mailto:formation.occitanie@sportadapte.fr)

Ligue Sport Adapté Occitanie - 7 rue André Citroën

31130 Balma

[formation.occitanie@sportadapte.fr](mailto:formation.occitanie@sportadapte.fr)

07 68 29 17 84

Organisme de formation professionnelle sous le n°73.31.06061.31

Mise à jour le 10/10/2024





# Formation Programmes d'Activité Physique Adaptée

## “Concevoir & conduire un programme d'APA dans le cadre de la MSSH ”



En présentiel



21 h ( 3 jours)



15 personnes

### Objectifs :

- Acquérir des connaissances et compétences sur la conception de programmes d'activité physique adaptée
- Identifier les caractéristiques et besoins du public accueilli par la MSSH
- Individualiser les programmes en fonction des informations recueillies
- Maîtriser les outils MSSH
- Mettre en oeuvre et financer des programmes d'activité physique adaptée

#### Pré-Requis



- Être titulaire d'une licence STAPS APAS.
- Faire partie du réseau MSSH (association affiliée ou MSS)

#### Moyens pédagogiques & évaluation



- Apports théoriques
- travaux pratiques / études de cas
- Auto Evaluation
- Attestation de présence et de fin de formation



750 €

Tarif repas (facultatif) : 18€ / jour



## Contenus :

- Positionnement de la MSSH dans l'écosystème sport santé et sport adapté.
- Connaissances sur le public sport adapté, les recommandations et les limitations fonctionnelles.
- Conception de programmes sur les thématiques du surpoids, de la sédentarité, du vieillissement et de la santé mentale.
- Prise en main de l'ensemble des outils de maison sport santé et handicap.

## Planning prévisionnel :

1er jour	2ième jour :	3ième jour :
MSSH : genèse, contexte, concepts et fonctionnement	Evaluation et Orientation : outils de la MSSH	Démarche pédagogique et individualisation
Public accueilli : caractéristiques et besoins	Recommandations, limitations et prescriptions	Mise en oeuvre et financement des programmes

Toutes nos formations sont ouvertes aux personnes en situation de handicap ou personnes ayant des besoins spécifiques.

Vous pourrez le préciser dans votre inscription afin que nous puissions élaborer ensemble un élément de réponse adapté à vos besoins.



Ligue Sport Adapté Occitanie - 7 rue André Citroën

31130 Balma

[formation.occitanie@sportadapte.fr](mailto:formation.occitanie@sportadapte.fr)

07 68 29 17 84

Organisme de formation professionnelle sous le n°73.31.06061.31



# Formation techniques d'entretien motivationnel et évaluation sport santé



En présentiel



16 h ( 2 jours)



12 personnes

## Objectifs :

- Acquérir les bases théoriques de l'entretien motivationnel (EM)
- Apprendre à recueillir la demande
- Actualiser ses connaissances sur les outils d'évaluation de la condition physique
- Prendre en main les outils d'évaluation de la Maison Sport Santé & Handicap



750€

forfait repas (facultatif) :  
18€/jours

## Pré-Requis



- Salarié(e)s CDSA Occitanie
- Salarié(e)s Ligue Sport Adapté Occitanie
- Être titulaire d'un diplôme professionnel d'encadrement sportif

## Moyens pédagogiques & évaluations



- Apports théoriques et pratiques
- Jeux de rôles
- Auto évaluation
- Attestation de présence et fin de formation

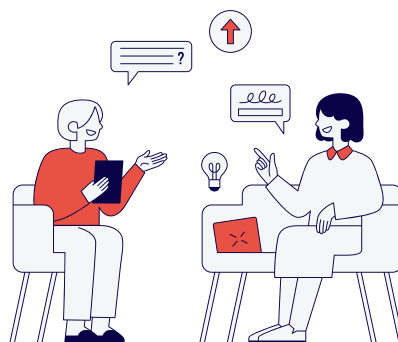
## Formateurs



- Alexandre DE CONNOR : Psychologue (CHU Montpellier service psychiatrie) et formateur en entretien motivationnel
- Léa Lavergne : Conseillère technique fédérale Ligue Sport Adapté Occitanie

## Contenus :

- Apports théoriques et mise en pratique des techniques d'EM
- Technique « Ouvrir »
- Balance décisionnelle
- « Méta » entretien
- Présentation de la MSSH et des outils sport santé
- Prise en main de la plateforme numérique GOOVE



## Planning prévisionnel :

1er jour	2ième jour
9h30 - 17h Entretien Motivationnel	9h - 17h30 Formation Entretien Motivationnel
17h-19h Outils d'évaluation Sport Santé	



### Inscription :

Toutes nos formations sont ouvertes aux personnes en situation de handicap ou personnes ayant des besoins spécifiques.

Vous pourrez le préciser dans votre inscription afin que nous puissions élaborer ensemble un élément de réponse adapté à vos besoins.



**Ligue Sport Adapté Occitanie - 7 rue André Citroën**

**31130 Balma**

**[formation.occitanie@sportadapte.fr](mailto:formation.occitanie@sportadapte.fr)**

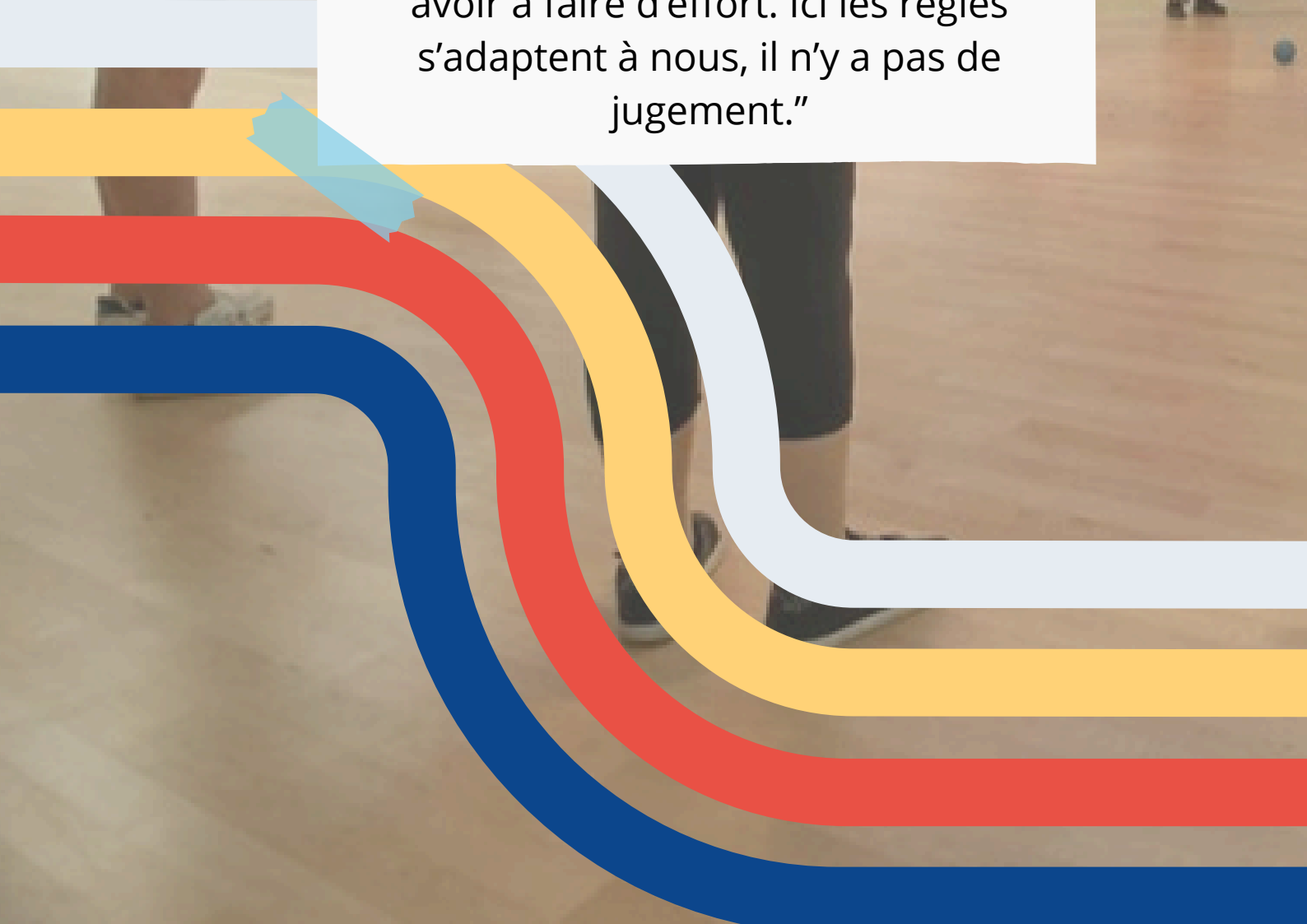
**07 68 29 17 84**





## **Paroles de sportif :**

“Au Sport Adapté, je n’ai pas besoin de faire d’effort. Pour moi le Sport Adapté c’est se sentir à sa place sans avoir à faire d’effort. Ici les règles s’adaptent à nous, il n’y a pas de jugement.”





# **Sportifs.ves**

-

## **Personnes en situation de handicap**



# FORMATION SPORT SANTÉ

ADAPTER SES COMPORTEMENTS  
POUR AMÉLIORER SA SANTÉ

La Ligue Sport Adapté Occitanie propose une formation à destination des travailleurs d'ESAT.

La finalité est de permettre aux participants de mieux appréhender les notions de santé, de nutrition, et d'activité physique, dans l'optique d'acquiescer des comportements favorables à leur bien être.

*A chacun  
son défi !*



## LE SPORT ADAPTÉ, DE QUOI PARLE-T-ON ?

La Ligue Sport Adapté Occitanie, organe déconcentré de la Fédération Française du Sport Adapté, reconnue d'utilité publique, a délégation du Ministère en charge des sports pour organiser, animer, coordonner, assurer l'accessibilité à la pratique des APSA auprès des personnes en situation de handicap mental et psychique.

## DESCRIPTIF DE LA FORMATION

La ligne directrice de cette formation est construite autour de la question suivante :

Comment prendre soin de mon corps, savoir me maintenir en santé et en sécurité tant dans ma vie professionnelle que dans mon temps libre (vie quotidienne et loisirs) ?

Au cours de ces journées de formation, nous allons questionner nos représentations en matière de santé, de nutrition, et d'activité physique.

Puis nous consacrerons un temps de réflexion autour des notions de sédentarité (comment lutter contre) et d'activité physique (comment la pratiquer et l'adapter à nos besoins).

Les modalités pédagogiques s'articulent autour de trois axes :

- Apport de connaissances via des contenus ludo-éducatifs ;
- Découverte de pratiques ;
- Temps d'échanges et partages sur ses représentations.

## OBJECTIFS DE LA FORMATION

### Formation des travailleurs d'ESAT :

- Être acteur de sa santé ;
- Envisager l'activité physique sous un nouvel angle ;
- Acquérir des connaissances pour mieux comprendre son corps ;
- Appréhender les notions de bases en nutrition.



### Réunions avec les professionnels d'établissements:

- Bilan de la session de formation réalisée auprès des travailleurs;
- Présentation des outils utilisés;
- Sensibilisation aux rôles que doivent jouer les professionnels pour garantir la pérennisation de cette action.

## MODALITÉS & DÉROULÉ DE LA FORMATION



## INFORMATIONS COMPLEMENTAIRES

- Le seul prérequis pour participer à cette formation est d'être travailleur en ESAT ou un professionnel encadrant.
- Ces formations demandent un temps de préparation avant sa mise en place (logistique, adaptation aux bénéficiaires...), c'est pourquoi un délais minimum d'un mois est nécessaire entre la préinscription et la date d'intervention.
- Un entretien de planification sera réalisé en amont afin d'aborder les éventuels besoins des stagiaires.
- Une auto-évaluation finale et initiale des connaissances seront réalisées

Pour plus d'informations sur cette offre de formation, n'hésitez pas à contacter la Ligue Sport Adapté Occitanie :



formation.occitanie@sportadapte.fr



Antenne Toulouse: 05.61.20.33.72

Antenne Montpellier: 04.67.82.16.80



# Formation Officiel Para Football Adapté Arbitre - Délégué

## S'épanouir en étant garant du jeu en compétition



En présentiel



24 h ( 4 jours)



10 personnes

## Objectifs :

- Comprendre l'éthique et les valeurs du rôle d'officiel
- Maîtriser le règlement du para football/futsal adapté
- Assumer le rôle d'arbitre central ou arbitre de touche
- Assurer la mission de délégué de match (table de marque)



### Pré-Requis



- Etre licencié au Sport Adapté
- Pratiquer régulièrement l'arbitrage au sein de son club
- Connaître les règles de base du football
- Comprendre les documents en FALC

### Moyens pédagogiques & évaluations



- Présentations
- Vidéos
- Jeux
- Mise en pratique

### Formateurs



- Arnaud BAERT, Conseiller Technique District Hérault, Arbitre L1/L2
- Gaëtan FLECHY, Arbitre du District de l'Hérault, Moniteur d'Atelier ESAT
- Sébastien MALCOR, Conseiller Technique Fédéral Ligue Sport Adapté Occitanie



## Contenus :

- Notions d'éthique et valeurs du sport
- Règles et lois du jeu
- Approche de la lecture du jeu
- Gestuelle de l'arbitre



Les frais pédagogiques, de déplacement et de restauration sont pris en charge par l'organisation

## Compétences visées :

- Etre capable de préparer et faire démarrer un match
- Assurer la continuité du jeu par la connaissance des règles
- Utiliser les sanctions à sa disposition
- Etre capable de se faire respecter en tant qu'arbitre
- Valider le score du match



## Planning prévisionnel :

J1	J2	J3
Formation théorique et pratique - jour 1 Notions A. délégué	Formation théorique et pratique - jour 2 Notions A. assistant	Formation théorique et pratique - jour 3 Notions A. central
12 février à Bram	08 avril à Béziers	
Formation pratique : Championnat régional SAJ	Formation théorique et pratique - jour 4 Synthèse	



Toutes nos formations sont ouvertes aux personnes en situation de handicap et aux personnes ayant des besoins spécifiques.

Vous pourrez préciser vos besoins lors de votre inscription afin que nous puissions élaborer ensemble une réponse adaptée.

Infos et inscriptions par mail ou téléphone (coordonnées ci-dessous) avant le 29 mars.

Ligue Sport Adapté Occitanie - 7 rue André Citroën

31130 Balma

[formation.occitanie@sportadapte.fr](mailto:formation.occitanie@sportadapte.fr)

06 66 37 69 67







# Professionnels du secteur médico-social



# Formation Référént pour l' Activité Physique et Sportive en ESMS

**Évaluer et construire un projet «Activité physique et bien être»  
en établissement et service médico-social (ESMS)**



**750 € / stagiaire**

(prise en charge possible par vos OPCO)

Tarif repas 18€/jour (facultatif)



**Prochaine session à définir**



**15 personnes**



## Modalités de formation :

### Formation de 21 heures :

- Deux journées de formation en présentiel : **12 heures** (en continu)
- **2 heures de formation en visio conférence**
- **Mise en situation de 35 heures** au sein de son établissement ou service médico-social
- Deuxième temps de formation en présentiel **sur une journée** ( 7 heures)

## Pré-Requis :

- Être titulaire ou en formation pour acquérir un diplôme du secteur médico-social ( AES, DE ME ou DE ES, etc... )
- Être salarié d'une structure médico- sociale accueillant un public présentant des troubles du neurodéveloppement ou des troubles psychiques.
- Avoir la possibilité de mettre en œuvre un projet Sport Santé au sein de sa structure.



## Objectifs :

- Développer des compétences d'accompagnement à la mise en oeuvre d'un projet au sein d'un réseau dans le cadre du programme fédéral "Bouger avec le Sport Adapté".
- Savoir se positionner dans son rôle de référent Activités Physiques et Sportives (APS) au sein de sa structure et identifier les acteurs internes et externes.
- Identifier des projets sécuritaires et adaptés répondants aux différents profils tout en préservant l'intégrité physique, psychique et affectives des personnes.
- Permettre la mise en place d'une évaluation pertinente et adaptée du niveau d'Activité Physique (AP) et de sédentarité et savoir utiliser l'interprétation des résultats.



## Moyens pédagogiques & évaluation

- Apports théoriques et mises en situations pratiques par groupe, sur l'accompagnement d'un public en situation de handicap, et de l'analyse d'expériences vécues.
- Attestation de présence et de fin de formation.
- L'évaluation des apprentissages et compétences acquises se réalise au fur et à mesure des séquences par la mise en place de questionnaire, la production de travaux écrits, retraçant la mise en situation lors de l'alternance.



## Contenus et compétences visées :

- **Bloc n°1 :**
  - Etre à jour sur les définitions / réglementations / recommandations liées au sport santé.
  - Mettre en place une évaluation pertinente et adaptée du niveau d'AP et de sédentarité et savoir l'interpréter.
  - Identifier les besoins spécifiques en fonction des profils et y associer une réponse adaptée en terme d'AP et sédentarité au quotidien.
- **Bloc n°2 :**
  - Identifier et se positionner dans un réseau sport santé.
- **Bloc n°3 :**
  - Proposer un projet en Activité physique tout en assurant la sécurité des pratiquants en préservant leur intégrité physique, psychique et affective lors de la pratique.



## Inscription :

Toutes nos formations sont ouvertes aux personnes en situation de handicap ou personnes ayant des besoins spécifiques.

Vous pourrez le préciser dans votre inscription afin que nous puissions élaborer ensemble un élément de réponse adapté à vos besoins.

Nous pouvons également dispenser cette formation au sein de vos structures si besoin.  
Contactez nous pour échanger sur les possibilités de mise en oeuvre.

## Information :

Cette formation est proposée dans le cadre de la Loi du 2 mars 2022 visant à démocratiser le sport en France obligeant chaque ESMS à identifier un référent APS. (Décret du 17 juillet 2023)



**Ligue Sport Adapté Occitanie - 7 rue André Citroën**

**31130 Balma**

**[formation.occitanie@sportadapte.fr](mailto:formation.occitanie@sportadapte.fr)**

**07 68 29 17 84**

Organisme de formation professionnelle sous le n°73.31.06061.31







# **Organisme de formation**








# Formation Sport et Handicap :

La Ligue Sport Adapté Occitanie propose des interventions modulables (d'une demi-journée à une semaine) sur des thématiques différentes auprès des professionnels et futurs professionnels de la branche du Sport et Médico social.

Que vous soyez acteur d'une fédération sportive, une association (sportive ou gestionnaire), un établissement médico social, une entreprise, un centre de formation... N'hésitez pas à nous contacter afin d'étudier ensemble les dispositifs de formations correspondante le plus à vos besoins.

Formation	Objectifs	Durée
<b>Sensibilisation</b>  Formation théorique	<ul style="list-style-type: none"><li>• Interroger ses représentation sur le handicap.</li><li>• Distinguer les différents types de handicap.</li><li>• Sensibiliser à la prise en compte des besoins des personnes en situation de handicap. (PESH)</li><li>• Connaître les fédérations sportives délégataires pour les PESH.</li><li>• Appréhender les concepts d'Inclusion et d'Accessibilité</li></ul>	<b>0.5 jour</b>
<b>Formation élémentaire</b>  Formation théorique + Face à face pédagogique	<b><u>Sensibilisation + :</u></b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Acquérir des connaissances sur les personnes en situation de handicap mental ou psychique, ou trouble du spectre autistique.</li><li>• Identifier les besoins spécifiques du public.</li><li>• Interroger ses conceptions éducatives : vers une autonomie réelle du sportif.</li><li>• Découvrir l'environnement spécialisé des PESH.</li><li>• Rencontrer les PESH à travers le jeu sportif.</li><li>• Appréhender sa responsabilité éthique à travers la relation pédagogique.</li></ul>	<b>1.5 jours</b>
<b>Formation fondamentale</b>  Formation théorique et plusieurs mises en situations pédagogiques	<b><u>Formation élémentaire + :</u></b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Les besoins singuliers des PESH</li><li>• Partir de ces besoins pour choisir des démarches d'intervention pédagogique.</li><li>• Appréhender les contextes de pratique adaptés aux PESH.</li><li>• Connaître le secteur spécialisé.</li><li>• Identifier ses prérogatives d'exercices professionnels.</li></ul>	<b>2.5 jours</b>

Pour une formation encore plus approfondie, nous vous invitons à consulter l'Attestation de Qualification Sport Adapté . Il est possible d'intégrer une partie de cette formation qualifiante (module 1 ou 1 + 2) dans vos rubans pédagogiques.

**N'hésitez pas à nous contacter afin que l'on construise ensemble une offre de formation qui réponde à vos besoins.**





# Pistes de financements

**Plan de développement des compétences** : anciennement appelé « plan de formation », ce dispositif a pour but de responsabiliser les employeurs sur le maintien des compétences de leurs salariés. Afin de le mettre en œuvre l'entreprise a 2 possibilités :

- Mise en place d'un **Fond de Formation** : il s'agit d'un budget alloué à la formation. La demande se fait auprès de son employeur. Il peut s'agir d'une demande d'action de formation « non obligatoire » (formation due au minimum une fois tous les 6 ans pour les entreprises de + de 50 salariés)
- Cotisation auprès d'un **Opérateur de Compétence (OPCO)** : certains employeurs cotisent directement avec un OPCO. Dans ce cas, avec accord de votre direction, contacter l'OPCO de votre branche afin d'effectuer une demande de prise en charge du financement.

**Les Fonds d'Assurances Formations (FAF)** : au même titre que les OPCO pour les entreprises, les FAF ont pour missions d'accompagner les auto-entrepreneurs dans le domaine de la formation. Il faut donc, selon votre situation, entrer en contact avec l'organisme dont vous dépendez (AGEFICE – FIF PL – FAFCEA). Chaque FAF possède son propre formulaire.

**L'Aide Individuelle à la Formation (AIF)** : concerne les demandeurs d'emploi inscrit à Pôle Emploi. Il permet de financer tout ou partie du coût d'une formation non couverte par d'autres dispositifs de financements. Il faut s'adresser à votre conseiller Pôle Emploi afin de lui présenter votre projet. Nous pourrions, sur demande, vous transmettre un devis via « Kairos », plateforme dématérialisée de Pôle Emploi.

**Le Congé de Formation Professionnelle (CFP)** : concerne les agents publics ayant accompli 3 années de services effectifs. Il leur permet de suivre une formation à caractère professionnel ou personnel qui ne leur est pas proposée par l'administration. Ils pourront percevoir une indemnité mensuelle forfaitaire d'un montant maximum de 85% du traitement brut et de l'indemnité de résidence.

# Ligue Sport Adaptée Occitanie

## **Siège Social / Zone sportive Pyrénées**

7 rue André Citroën  
31130 BALMA  
05 61 20 33 72

## **Zone Sportive Méditerranée**

Maison Régionale des Sports  
1039 rue Georges Méliès  
CS 37093  
34967 Montpellier Cedex2  
04 67 82 16 80

**formation.occitanie@sportadapte.fr**

N°SIRET : 345 341 473 00022

Code Activité : 9312Z



**Retrouvez toutes nos informations sur nos réseaux sociaux :**



Isa\_occitanie



SAOccitanie



Ligue Sport Adapté Occitanie

**[www.sportadapte-occitanie.com](http://www.sportadapte-occitanie.com)** rubrique formation

Organisme de formation professionnelle sous le n°73.31.06061.31