

Handisport ou sport adapté

En Facile à Lire et à Comprendre

Bientôt les jeux paralympiques auront lieu en France.

Cette fiche est faite pour vous
si vous voulez comprendre la différence entre :

- . le handisport et
- . le sport adapté.

Qu'est-ce que le handisport ?

Lorsqu'une personne a un handicap moteur ou sensoriel et qu'il pratique souvent un sport on dit que cette personne fait du handisport.



Si vous avez un handicap moteur cela veut dire qu'il est plus difficile pour vous de vous déplacer ou de faire certains mouvements.

Si vous avez un handicap sensoriel :

- . soit vous avez des difficultés à voir
- . soit vous avez des difficultés à entendre.

En France
c'est la Fédération Française de Handisport
qui encadre cette pratique.

Il est possible de pratiquer 28 handisports différents.

15 de ces handisports font partie du programme des jeux paralympiques.

Pour pratiquer le handisport il faut :

- . un local et du matériel adaptés
- . l'aide d'un professionnel.



Qu'est-ce que le sport adapté ?

Lorsqu'une personne a un handicap intellectuel et qu'il pratique souvent un sport on dit que cette personne fait du sport adapté.

Si vous avez un handicap intellectuel, cela veut dire qu'il est plus difficile pour vous de comprendre les choses et d'apprendre de nouvelles choses que pour les autres personnes.

En France c'est la Fédération Française de Sport Adapté (FFSA) qui encadre cette pratique.

Il est possible de pratiquer 86 disciplines sportives dans le cadre du sport adapté.

Les règles du sport adapté sont adaptées en fonction du degré du handicap :

- . pour permettre aux sportifs de comprendre et
- . de faire du sport avec l'aide d'éducateurs spécialisés.

Le sport adapté est peu connu.

Pourtant beaucoup de personnes ont une licence auprès de la Fédération française de Sport Adapté.

C'est la FFSA qui est la plus grande fédération de sportifs atteints d'un handicap.

Cette fiche est écrite en facile à lire et à comprendre.

Le facile à lire et à comprendre est une méthode qui rend les informations accessibles à tous.

Fiche créée en août 2024.