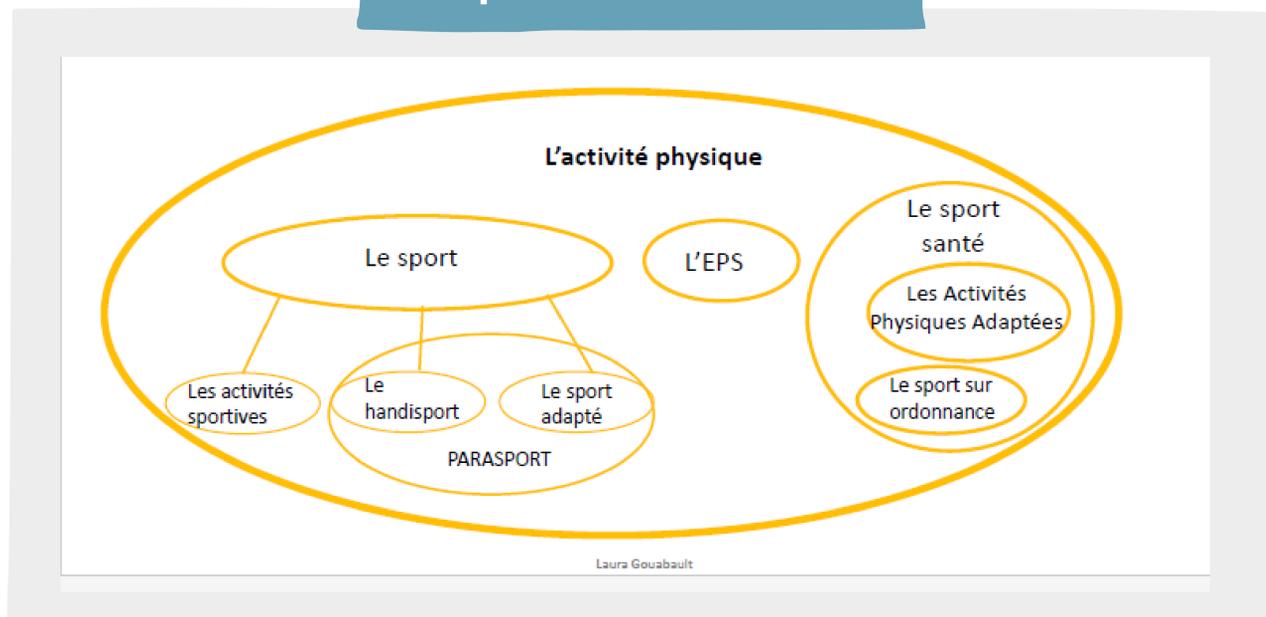


Les termes et définitions

Récapitulatif des termes



L'ACTIVITE PHYSIQUE



L'activité physique est définie par la Haute Autorité de Santé en 2019 par des actes de la vie quotidienne avec les déplacements actifs tels que la marche, les escaliers, le vélo ; les activités domestiques tels que l'entretien domestique, le bricolage, le jardinage et les activités professionnelles ou scolaires. **On parle donc d'une activité physique dès lors que sur le plan physiologique, l'individu sort de son état de repos.** Cette activité additionnelle, qu'elle soit d'intensité modérée ou vigoureuse permet d'améliorer la santé. (OMS, 2010)

Activité sportive

Les activités sportives de loisirs ou en compétition sont une forme particulière d'activité physique. Ils représentent une sous-catégorie de l'activité physique.



Le sport

Le sport se définit comme un ensemble d'exercices physiques se présentant sous forme de jeux individuels ou collectifs, donnant généralement lieu à une compétition, pratiqués en observant certaines règles précises. Cela va répondre à une codification et la notion de performance envers soi-même ou envers d'autres est communément retrouvée. (Defrance, 2011)



Handisport

Le handisport est à destination des personnes ayant un handicap moteur et/ou sensoriel. Il existe la fédération française d'handisport qui propose des disciplines adaptées aux besoins des sportifs



Sport adapté

Le sport adapté est à destination des personnes ayant un handicap mental et ou psychique. Il existe la fédération française de sport adapté qui propose des disciplines adaptées ou activités motrices en fonction des affections de chaque personne.



Para sport

Le parasport est le terme générique pour désigner l'ensemble des sports pratiqués par les personnes en situation de handicap, en loisir comme en compétition, inscrits au programme des Jeux Paralympiques ou non

Activité Physique Adaptée

Les activités physiques adaptées (APA) sont un moyen qui permet la mise en mouvement des personnes qui, en raison de leur état physique, mental ou social, ne peuvent pratiquer une activité physique dans des conditions habituelles, en autonomie et de façon adaptée et sécurisée. L'APA s'adresse aux patients ayant un niveau régulier d'AP inférieur ou égal aux recommandations de l'OMS



Le sport santé

Le sport santé recouvre la pratique d'activités physiques ou sportives qui contribuent au bien-être et à la santé du pratiquant conformément à la définition de la santé par l'organisation mondiale de la santé (OMS): physique, psychologique et sociale.

Le sport santé et le para sport santé recouvrent les politiques et actions visant à promouvoir et faciliter la pratique d'activités physiques quotidiennes ou sportives comme outil de santé, (conformément à la définition de la santé par l'OMS).

Le concept du sport santé, est de proposer des activités physiques adaptées (APA) qui regroupent l'ensemble des activités physiques et sportives adaptées aux capacités des personnes (enfants ou adultes) atteintes de maladie chronique ou de handicap. L'objectif des APA est de prévenir l'apparition ou l'aggravation de maladies, d'augmenter l'autonomie et la qualité de vie des patients, voire de les réinsérer dans des activités sociales.

Sport sur ordonnance

Les dispositifs Sport Santé sur Ordonnance (SSO) désignent les parcours visant à inciter la pratique d'un programme d'activité physique adaptée des personnes atteintes ou à risque de maladies chroniques, grâce à une prescription délivrée par les médecins traitants ou spécialistes. Le plus souvent, ce sont des professionnels de santé qui prennent en charge les patients.

Référence :

Gouabault, L. (2024, Janvier). Déploiement de l'activité physique adaptée (APA) dans la pratique du psychomotricien [Diapositives], (non accessible au public)