



# ***DÉVELOPPEMENT DU PROJET « TROUVE TON PARASPORT »***

## ***CAHIER DES CHARGES***

*Date d'opérationnalité du projet :  
le 15/12/2020*

# Sommaire

---

## *I. Présentation du CPSF*

---

3

## *II. Présentation du projet « Trouve ton parasport »*

---

4

### *1. Contexte du projet*

4

### *2. Les objectifs du projet*

4

## *III. Description graphique, fonctionnelle et technique*

---

### *1. Identité*

5

### *2. Arborescence et contenus*

5

### *3. Cheminement souhaité*

6

### *4. Accessibilité*

7

### *5. Formulaire final*

8

### *6. RGPD*

8

## *IV. Modalités de mise en œuvre*

---

### *1. Hébergement*

8

### *2. Dossier prestataire*

9

### *3. Budget*

9

### *4. Calendrier du développement*

10

## *Annexes*

11

# I. Présentation du CPSF

---

Le Comité Paralympique et Sportif Français est une association de type loi 1901 qui, selon les termes de l'article 19 de la loi du 27 novembre 2015, représente et coordonne, sur le territoire national et dans les instances internationales, le mouvement paralympique. Il contribue à son développement, aux côtés des fédérations affiliées. Il conduit la délégation nationale aux jeux paralympiques d'hiver et d'été.

*« Contribuer, par l'excellence paralympique, à bâtir une société où la diversité est pensée comme un catalyseur de richesses et d'intégration »*

Fondé en 1992, le Comité Paralympique et Sportif Français est membre du Comité Paralympique International (IPC), au même titre que le Comité national Olympique et Sportif Français (CNOSF) est membre du Comité International Olympique (CIO), et conduit la délégation française aux Jeux Paralympiques. Le Comité Paralympique et Sportif Français souhaite proposer de nouveaux outils digitaux, en cohérence avec la vision, les missions énoncées ci-dessous et le développement de ses activités.

Ces dernières années le CPSF a connu de nombreuses évolutions qui modifient fondamentalement sa position sur l'échiquier sportif national et international et qui l'amènent à se repenser tant dans ses missions que dans sa structuration.

Jusqu'au début de la décennie seule une fédération sportive préparait des athlètes aux Jeux Paralympiques. La FFH et le CPSF étaient alors 2 entités superposées et n'avaient pas de réelles raisons d'être distinctes sauf d'un point de vue administratif, le CPSF étant le seul interlocuteur de l'IPC au niveau national.

La réintroduction des sportifs déficients intellectuels au programme des Jeux Paralympiques de 2012 a constitué une première étape dans l'évolution de la place du CPSF.

La reconnaissance législative du CPSF en 2015 ainsi que sa position dans le cadre de la candidature de Paris aux Jeux Olympiques et Paralympiques de 2024 lui ont clairement conféré un rôle de représentant du mouvement paralympique et des fédérations qui le composent (39 à ce jour). Cette évolution est particulièrement notable si l'on observe le nombre des acteurs impliqués dans les Jeux Paralympiques : une fédération en 2000, 5 en 2016 à Rio, 12 en 2020 à Tokyo.

Le CPSF poursuit son développement à travers 4 grandes missions :

- Promouvoir l'unité du mouvement paralympique en France en lien étroit avec les instances qui le composent ;
- Représenter, défendre et coordonner, le mouvement paralympique français à l'international et en particulier auprès de l'IPC (Comité Paralympique International) ;
- Encourager le développement du sport de haut niveau et du sport pour tous en lien avec les fédérations affiliées ;
- Organiser et structurer la délégation française lors des Jeux Paralympiques et compétitions internationales sous l'égide directe de l'IPC. Le CPSF étant le seul interlocuteur de l'IPC pour la France.

## ***II. Présentation du projet « Trouve ton parasport »***

---

Objet : Conception du projet « Trouve ton parasport »

### ***1. Contexte du projet***

A ce jour, l'offre et l'accession à l'offre sportive est complexe pour les personnes en situation de handicap.

Pourtant, selon différentes enquêtes, pratiquer une activité sportive est considérée par les personnes en situation de handicap comme essentiel. Les effets positifs de la pratique sportive sont nombreux : lutte contre l'isolement social et la sédentarité, renforcement de l'autonomie et de la confiance en soi, réappropriation de son corps et de son image,...

Le paysage du mouvement parasportif est composé de différents acteurs fédéraux avec notamment les deux fédérations, dites spécifiques, la Fédération Française Handisport (FFH), qui proposent des activités sportives pour les personnes en situation de handicap moteur ou sensoriel et la Fédération Française de Sport Adapté (FFSA), pour les handicaps psychiques ou mentaux.

Depuis quelques années le contexte évolue ; notamment en 2016, seize fédérations dites homologues ont obtenus de la part du Ministère des sports la délégation pour mettre en œuvre au sein de leur fédération une pratique pour les personnes en situation de handicap. Au-delà, des fédérations non délégataires peuvent aussi proposer une offre sportive à destination des personnes en situation de handicap.

Ainsi, une discipline sportive peut être proposée par différentes fédérations selon le type de handicap.

### ***2. Les objectifs du projet***

L'objectif de ce dispositif est de faciliter l'accès à la pratique sportive pour les personnes en situation de handicap, en les orientant au mieux.

Ce projet est à destination des personnes en situation de handicap qui souhaiteraient pratiquer une activité sportive à des fins de loisir ou de compétition.

Ce dispositif numérique va permettre de proposer des disciplines qui correspondent le mieux à la personne, selon différents indicateurs (les envies, le handicap, le type de pratique, les contre-indications, l'âge, les qualités physiques, les motivations).

La finalité est donc de proposer plusieurs disciplines sportives à chaque personne en situation de handicap et d'en assurer une continuité et la mise en relation avec les fédérations ; qui orienteront vers des clubs en adéquation avec les volontés du sportif (lieu géographique, ...).

## III. Description graphique, fonctionnelle et technique

---

### 1. Identité

France Paralympique possède son propre logo. La charte graphique devra être conforme à la charte graphique du CPSF et à l'identité visuelle du site internet : <http://cpsf.france-paralympique.fr/charte-graphique/>

Le projet « Trouve ton parasport » doit être en cohérence et en harmonie avec le site internet du CPSF.

Le projet doit être responsive (téléphones portables et tablettes).

### 2. Arborescence et contenus

Arborescence ([annexe 1 : https://www.gloomaps.com/Jn4YKa6s2q](https://www.gloomaps.com/Jn4YKa6s2q))

Le projet « Trouve ton parasport » sera intégré au site internet [france-paralympique.fr](http://france-paralympique.fr), dans l'onglet « parasport » et le sous-onglet « Trouve ton parasport ».

La page d'accueil sera la vitrine du dispositif. Elle devra expliquer le projet et assurer une fluidité avec les étapes suivantes.

Le cheminement général doit être facile et fluide. (cf. [III.3](#))

#### **Création de l'outil de recherche d'une ou plusieurs disciplines sportives selon différents indicateurs :**

Filtre par indicateurs ([Annexe 1 – Arborescence](#))

- [Indicateurs prioritaires](#) (Annexe 2 -Tableur par discipline – Indicateurs prioritaires)

1- Envies ; 2-Handicap ; 3-Type de pratique ; 4-Contre-indications ; 5-Age

Exemple : 1-Sport individuel ; 2-Je me déplace et veux pratiquer debout/Mon handicap est auditif ; 3-Compétition ; 4-Activités aquatiques ; 5-Adultes

- [Indicateurs secondaires](#) (Annexe 3 – Tableur par discipline – Indicateurs secondaires)

6- Qualités physiques ET/OU 7-Motivations

Exemple : 6- Force, Vitesse, Equilibre ; 7- Me sentir bien, Me remettre au sport, Perdre du poids

- L'utilisateur devra pouvoir trouver une ou plusieurs disciplines sportives en fonction de ces indicateurs et être orienté vers les informations utiles par sport et les contacts utiles.
  - Les contacts fédéraux nationaux seront mentionnés ;
  - La redirection vers les informations dédiées des sites fédéraux
  - Une intégration, via API, de l'outil [handiguide des sports](#) permettant à l'utilisateur d'envoyer une requête sur la localisation des clubs, de manière automatique ou non.
- En back office le module sur mesure devra permettre au CPSF de rajouter un sport rattaché aux catégories/critères ; (cf. [IV.3](#))

### 3. Cheminement souhaité

Pour plus de clarté sur le cheminement souhaité, vous pouvez vous référer à l'[Annexe 4: cheminement souhaité](#).

La personne en situation de handicap doit facilement arriver sur la page internet dédiée au projet « Trouve ton parasport ». Celle-ci présentera le projet sous un propos introductif.

Le projet proposera deux entrées :

- Une entrée pour les personnes qui ont déjà connaissance du sport qu'ils souhaitent faire.

Dans ce cas, nous leur fournirons une fiche disciplinaire mentionnant : l'organisation en France, à l'international, les aptitudes physiques à avoir, les contacts des référents fédéraux nationaux et une intégration de l'outil [handiguide des sports](#) et une redirection vers le site internet fédéral, si existant, permettant de trouver un club proche du lieu géographique du participant.

Un formulaire final sera proposé pour répondre à des problématiques.

- Une entrée pour les personnes qui ne savent pas quel sport pratiquer.

- 1<sup>ère</sup> étape :

Par conséquent, nous allons accompagner les participants en leur posant cinq questions correspondants aux cinq indicateurs prioritaires mentionnés dans la partie précédente. Cette partie également devra être très intuitive et dynamique.

A l'issue de ces cinq questions, une liste de disciplines sera proposée aux participants. Ces disciplines seront en corrélation avec la réponse aux questions. Le nombre de disciplines proposées peut être conséquent.

- 2<sup>ème</sup> étape :

Ainsi, une seconde étape sera proposée aux participants, avec deux indicateurs secondaires mentionnés dans la partie précédente, s'ils souhaitent affiner davantage leur projet sportif.

Les participants pourront choisir entre les deux indicateurs ou bien ils pourront choisir de répondre aux deux indicateurs. Il n'y a pas un des deux indicateurs qui est prioritaire sur l'autre. Par indicateur, le participant fera selon ses priorités, trois choix parmi les items proposés. Un nombre de point sera attribué par item (annexe 3). Par conséquent, si le participant souhaite activer les deux indicateurs, le nombre de points des trois items des deux indicateurs seront additionnés.

Le nombre de points détermine l'ordre des disciplines. Plus le nombre de points est important, plus la discipline correspond aux attentes du participant et celle-ci sera placée en haut dans la liste et en vert.

Trois catégories de couleur :

- Vert :
  - \* Indicateurs 6 & 7 = de 24 à 30 points
  - \* Indicateur 6 = de 12 à 15 points
- OU
- \* Indicateur 7 = de 12 à 15 points
- Orange :

\* Indicateurs 6 & 7 = de 12 à 23 points

\* Indicateur 6 = de 6 à 11 points

OU

\* Indicateur 7 = de 6 à 11 points

- Rouge :

\* Indicateurs 6 & 7 = de 0 à 11 points

\* Indicateur 6 = de 0 à 5 points

OU

\* Indicateur 7 = de 0 à 5 points

Ainsi, une liste plus affinée des disciplines sportives sera proposée aux participants, par code couleur. À tout moment, le participant pourra revenir en arrière pour modifier ces choix liés aux indicateurs secondaires.

Chaque discipline proposée permettra, en cliquant sur la discipline choisie, d'accéder à :

- Une représentation graphique des choix du participant lié aux indicateurs 6 & 7 ;
- Un récapitulatif disciplinaire mentionnant son organisation en France, à l'international, les aptitudes physiques à avoir, les contacts des référents fédéraux nationaux et une intégration de l'outil [l'handiguide des sports](#) et vers le site internet fédéral, si existant, permettant de trouver un club proche du lieu géographique du participant.

À la fin de l'ensemble des étapes, un export récapitulatif global des disciplines proposées, en format pdf, sera proposé ainsi qu'un formulaire final pour répondre à des problématiques ou si les personnes souhaitent recevoir des informations sur le mouvement paralympique.

## 4. Accessibilité

L'accessibilité numérique est indispensable pour ce projet. Ainsi, il faut que les outils d'accessibilité (couleurs, interface simplifiée, vocal etc.) permettent à tous les publics de naviguer de façon intuitive, pratique et facilement sur le site.

Proposer des fonctions d'accessibilités avancées du type :

- Lecture audio du contenu
- Couleurs adaptatives (daltonisme et niveau de gris)
- Tailles des caractères

Le but étant d'être en conformité avec la [RGAA](#) de niveau AA. Voici le [guide technique](#) à suivre.

Un guide d'administration simplifié sera apprécié pour la rédaction de contenu avec les règles à appliquer. Le CPSF étant un acteur dédié à la pratique sportive des personnes en situation de handicap, le respect de la RGAA sera examiné minutieusement.

## 5. Formulaire final

La mise en place d'un questionnaire de satisfaction et d'un formulaire de demande complémentaire, à la fin du dispositif, permettra de recenser les avis des participants mais

également de proposer un accompagnement personnalisé. Le formulaire de satisfaction est obligatoire. Si le participant rencontre des difficultés ou s'il souhaite recevoir des informations sur le mouvement paralympique, la personne nous fait parvenir un formulaire de demande spécifique .

Champs du formulaire :

- Nom et Prénom
- Email
- Motif de la demande

Case à cocher pour accepter la récolte, le traitement et le stockage des données tout en expliquant l'utilisation faite. (Cf. [III.6](#))

## ***IV. Modalités de mise en œuvre***

---

Le projet sera intégré dans le site internet [france-paralympique](#) et sa présentation sera en harmonie avec ce dernier.

Création des maquettes fonctionnelles montrant le parcours utilisateur.

Recherche d'optimisation sur l'expérience visiteur et sur l'accessibilité des différents composants du site (ergonomie, aide à la navigation, vocal etc.).

Déclinaison des maquettes sur les différents supports (smartphone, desktop, tablette).

Un export des données et un comptage du nombre d'utilisation du dispositif sera mis en place.

### ***1. Hébergement***

Les conditions d'hébergement sont les mêmes que pour le site internet avec un hébergement en France.

### ***2. Dossier prestataire***

Le prestataire constituera une équipe projet constituée d'un chef de projet, des interlocuteurs de France Paralympique et d'un intervenant pour chaque partie du projet qui le nécessite (UX, SEO, développement...).

Si le prestataire fait appel à des sous-traitants, il devra indiquer leur nom et fonction et leur intervention dans le processus de création.

Idéalement, des prémaquettes du projet seront jointes au dossier.

Suite au choix du prestataire, une réunion de départ sera organisée entre les deux équipes projet, d'une durée de deux heures, pour échanger sur les attendues du projet et clarifier les éventuelles interrogations du prestataire. Un planning de travail sera présenté.

De plus, des points d'étapes réguliers devront être organisés, jusqu'à la livraison du produit fini.

À ce jour, le dispositif compte 94 disciplines sportives répertoriées, le prestataire laissera la possibilité au CPSF d'activer certaines d'entre-elles dans un premier temps.

En effet, l'outil sera évolutif. Par conséquent, à la délivrance du produit fini, le prestataire attribuera au CPSF le rôle d'administrateur afin de lui laisser la possibilité d'activer de nouvelles disciplines sportives et fédérations, de modifier différents éléments du référentiel (modification sur les tableurs) et d'y ajouter des fonctionnalités nouvelles.

### **3. Budget**

15 000 euros HT maximum

### **4. Calendrier du développement**

- 3 septembre 2020 : lancement appel d'offre
- 30 septembre : date limite de dépôt des propositions
- Semaine du 12 octobre : soutenances prestataires
- 15 octobre 2020 : Désignation du prestataire
- 15 novembre 2020 : Premier livrable
- 15 décembre 2020 : Livraison du projet

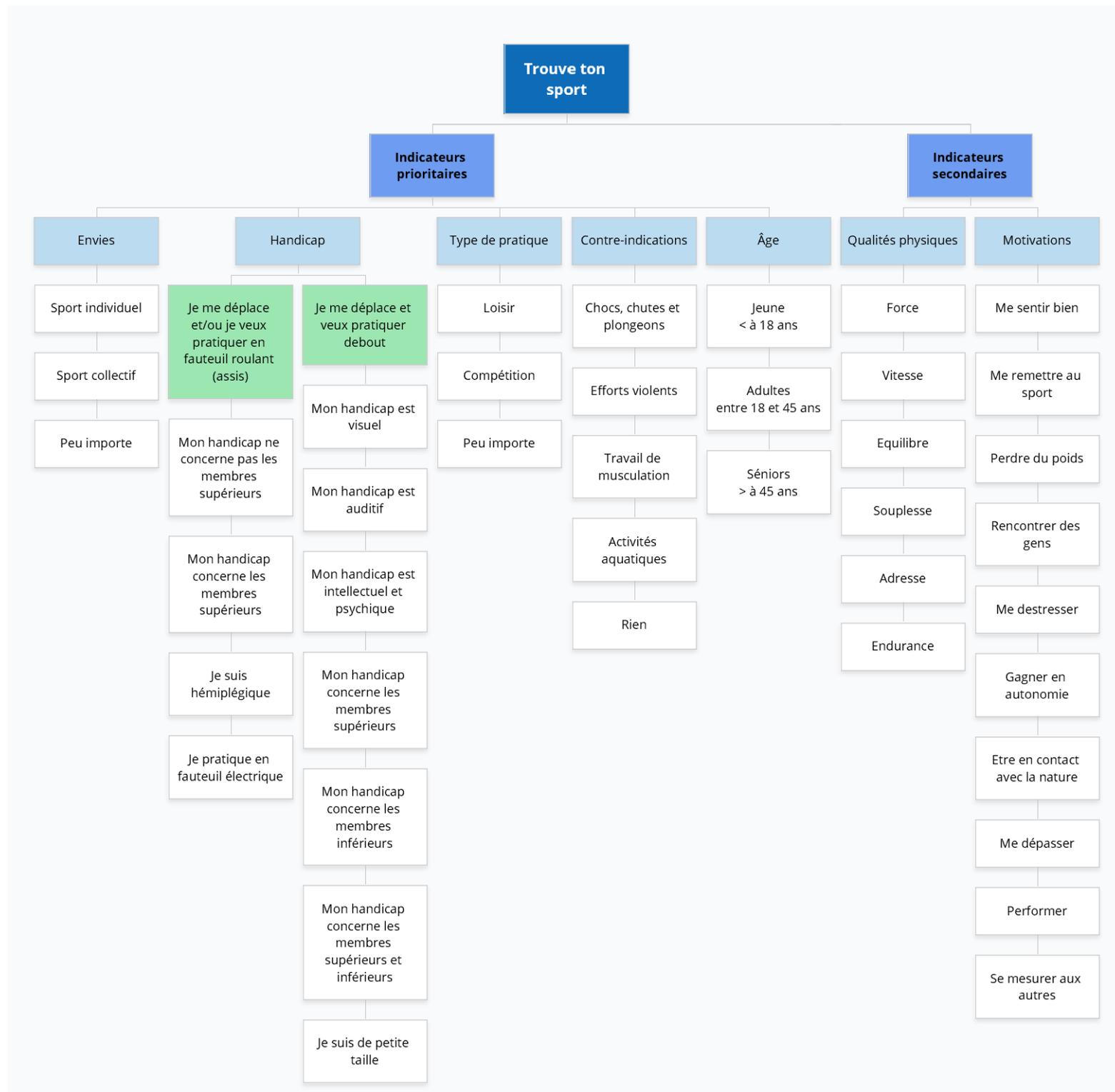
#### **La personne à contacter pour toute question ou tout complément d'information :**

- Chloé TRAISNEL - responsable développement CPSF  
[c.traisnel@france-paralympique.fr](mailto:c.traisnel@france-paralympique.fr)

#### **Dossiers annexes :**

- [Annexe 1 – Arborescence du dispositif](#)
- Annexe 2 – Tableur par discipline – Indicateurs prioritaires
- Annexe 3 – Tableur par discipline – Indicateurs secondaires
- [Annexe 4 : cheminement souhaité](#)

**Annexe 1 –**  
**Arborescence du dispositif**



## Annexe 2 – Tableau par discipline – Indicateurs prioritaires

<b>Légende :</b> X : discipline conseillée Code : de 1 à 3 (plus le chiffre est grand plus la discipline est conseillée)			INDICATEURS PRIORITAIRES																								
			Indicateur 1 : Les envies			Indicateur 2 : Le handicap											Indicateur 3 : Le type de pratique			Indicateur 4 : Les contre-indications					Indicateur 5 : Age		
			<i>Je souhaite faire un</i>			<i>Je me déplace et/ou je veux pratiquer en fauteuil roulant (assis)</i>				<i>Je me déplace et veux pratiquer debout</i>										<i>Je souhaite éviter...</i>					<i>Quel âge avez-vous ? Code de 1 à 3</i>		
			Sport collectif	Sport individuel	Peu importe	Mon handicap ne concerne pas les membres supérieurs	Mon handicap concerne les membres supérieurs	Je suis hémiplégique	Je pratique en fauteuil électrique	Mon handicap est visuel	Mon handicap est auditif	Mon handicap est intellectuel	mon handicap concerne les membres supérieurs	mon handicap concerne les membres inférieurs	mon handicap concerne les membres supérieurs et inférieurs	Je suis de petite taille	Loisir	Compétition	Peu importe	Chocs, chutes et plongeurs	Efforts violents	Travail de manutention	Activités aquatiques, nautiques	Rien	Jeune < à 18 ans	Adultes entre 18 et 45 ans	Séniors > à 45 ans
Sports	Disciplines	Fédérations																									
Athlétisme	Athlétisme sur piste : sprint et sauts	Fédération Française Handisport	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X				3	2	1		
	Athlétisme sur piste : sprint et sauts	Fédération Française de Sport Adapté	X	X					X					X	X	X		X					3	2	1		
	Athlétisme sur piste : lancers	Fédération Française Handisport	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X				1	2	2		
	Athlétisme sur piste : lancers	Fédération Française de Sport Adapté	X	X					X					X	X	X		X					1	2	2		
	Athlétisme : épreuves d'endurance	Fédération Française Handisport	X	X	X			X	X	X	X			X	X	X	X						2	3	3		
Athlétisme : épreuves d'endurance	Fédération Française de Sport Adapté	X	X					X						X	X	X		X				2	3	3			
Aviron	Para Aviron	Fédération Française d'Aviron	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X			X		2	3	3		
	Rameur d'intérieur	Fédération Française d'Aviron	X	X	X	X	X	X	X	X				X	X	X	X						2	3	3		
Badminton	Badminton	Fédération Française de Sport Adapté	X	X					X					X	X	X		X					3	2	1		
	Para Badminton	Fédération Française de Badminton	X	X	X		X	X	X	X	X			X	X	X							3	2	1		
	Badminton sourds	Fédération Française Handisport	X	X					X					X	X	X		X					3	2	1		
Baseball	Baseball	Fédération française de baseball, softball	X	X	X		X	X	X		X			X	X	X	X	X					3	3	2		
	Baseball 5	Fédération française de baseball, softball	X	X	X		X	X	X	X				X	X	X	X	X					3	3	2		
Basket	Basket fauteuil	Fédération Française Handisport	X	X	X		X							X	X	X	X	X					3	3	3		
	Basket-Ball	Fédération Française de Sport Adapté	X	X					X					X	X	X	X	X					3	3	3		
	Basket-Ball (hors basket fauteuil)	Fédération Française de Basket-Ball	X	X				X	X		X	X	X	X	X	X	X	X					3	3	3		
Boccia	Boccia	Fédération Française Handisport	X	X	X	X	X	X	X	X				X	X	X							3	3	3		
Bowling	Bowling sourds	Fédération Française Handisport	X	X					X					X	X	X							3	3	3		
Canoë-kayak	Canoë-kayak	Fédération Française Handisport	X	X	X		X	X	X	X		X		X	X	X					X		3	3	2		
	Canoë-Kayak	Fédération Française de Sport Adapté	X	X					X					X	X	X		X					3	3	2		
	Course en ligne	Fédération Française de Canoë-Kayak	X	X	X		X	X	X	X		X		X	X	X	X	X					3	3	2		
	Descente	Fédération Française de Canoë-Kayak	X	X	X		X	X	X	X		X		X	X	X	X	X					3	3	2		
	Para Canoë	Fédération Française de Canoë-Kayak	X	X	X	X	X	X	X	X		X		X	X	X	X	X			X		3	3	2		
	Va'a	Fédération Française de Canoë-Kayak	X	X	X		X	X	X	X		X		X	X	X	X	X			X		3	3	2		
Waveski surfing	Fédération Française de Canoë-Kayak	X	X	X		X	X	X	X		X		X	X	X	X	X			X		3	3	2			
Cyclisme	Cyclisme	Fédération Française Handisport	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X				3	3	3		
	Cyclisme	Fédération Française de Sport Adapté	X	X					X					X	X	X	X	X					3	3	3		
	Cyclisme (sur route, sur piste)	Fédération française de cyclisme	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X				3	3	3		
	Vélo tout-terrain	Fédération française de cyclisme	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X				3	3	3		
Equitation	Equitation - Pictogramme	Fédération Française de Sport Adapté	X	X					X					X	X	X	X	X					3	3	3		
	Attelage	Fédération Française d'Équitation	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X					3	3	3		
	Para équitation	Fédération Française d'Équitation	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X					3	3	3		
	Saut d'obstacles	Fédération française d'équitation	X	X					X	X	X	X	X	X	X	X	X	X					3	3	3		
Escalade	Escalade	Fédération Française de Sport Adapté	X	X					X					X	X	X	X					3	3	2			
Escrime	Escrime fauteuil	Fédération Française Handisport	X	X	X	X	X	X						X	X	X						3	3	2			
Football	Cécifoot ou foot à SDV	Fédération Française Handisport	X	X					X					X	X	X	X	X					3	2	1		
	Foot fauteuil électrique	Fédération Française Handisport	X	X				X						X	X	X							3	2	1		
	Foot mal-marchants	Fédération Française Handisport	X	X								X	X	X	X	X	X	X					3	2	1		
	Foot sourds	Fédération Française Handisport	X	X					X					X	X	X	X	X					3	2	1		
	Football	Fédération Française de Sport Adapté	X	X						X				X	X	X	X	X					3	2	1		
	Football en salle (futsal)	Fédération française de football	X	X					X	X		X	X	X	X	X	X	X					3	2	1		
Force / Haltérophilie	Développé couché	Fédération Française de Force	X	X	X		X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X				1	3	1		
		Fédération Française Handisport	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X				1	3	1		
Goalball	Goalball	Fédération Française Handisport	X	X					X					X	X	X							3	3	2		
Golf	Golf, swim	Fédération Française de Golf	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X						1	3	3		
Gymnastique	Gymnastique artistique	Fédération Française de Sport Adapté	X	X					X					X	X	X							3	3	3		

<b>Légende :</b> X : discipline conseillée Code : de 1 à 3 (plus le chiffre est grand plus la discipline est conseillée)			INDICATEURS PRIORITAIRES																							
			Indicateur 1 : Les envies			Indicateur 2 : Le handicap										Indicateur 3 : Le type de pratique			Indicateur 4 : Les contre-indications					Indicateur 5 : Age		
			Je souhaite faire un			Je me déplace et/ou je veux pratiquer en fauteuil roulant (assis)				Je me déplace et veux pratiquer debout									Je souhaite éviter...					Quel âge avez-vous ? Code de 1 à 3		
			Sport collectif	Sport individuel	Peu importe	Mon handicap ne concerne pas les membres supérieurs	Mon handicap concerne les membres supérieurs	Je suis hémipégétique	Je pratique en fauteuil électrique	Mon handicap est visuel	Mon handicap est auditif	Mon handicap est intellectuel	mon handicap concerne les membres supérieurs	mon handicap concerne les membres inférieurs	mon handicap concerne les membres supérieurs et inférieurs	Je suis de petite taille	Loisir	Compétition	Peu importe	Chocs, chutes et plongeoons	Efforts violents	Travail de musculation	Activités aquatiques, nautiques	Rien	Jeune < à 18 ans	Adultes entre 18 et 45 ans
Handball	Handball	Fédération Française de Handball	X	X	X	X	X			X	X	X	X	X	X	X	X	X	X					3	3	3
	Handball	Fédération Française de Sport Adapté	X	X					X					X	X	X	X	X					3	3	3	
	Handball sourds	Fédération Française Handisport	X	X				X						X	X	X	X	X					3	3	3	
Hockey	Hockey en salle	Fédération Française de Hockey	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X				3	3	3	
Hockey sur glace	Para Hockey sur Glace	Fédération Française de Hockey sur Glace	X	X	X	X	X							X	X	X	X	X	X			3	3	3		
Judo	Judo	Fédération Française de Sport Adapté		X	X				X					X	X	X	X	X	X				3	3	1	
	Para judo	Fédération Française de Judo		X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X			3	3	1	
Karaté	Para Karaté	Fédération Française de Karaté		X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X			3	3	1	
Lutte	Lutte	Fédération Française de Sport Adapté		X	X				X					X	X	X	X	X	X				3	3	1	
Natation	Eau libre	Fédération Française de Natation		X	X			X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X		X		3	3	3	
	Natation	Fédération Française Handisport		X	X	X	X	X	X		X	X	X	X	X	X	X	X	X		X		3	3	3	
	Natation	Fédération Française de Sport Adapté		X	X				X					X	X	X	X	X		X		3	3	3		
	Natation course	Fédération Française de natation		X	X			X	X		X	X	X	X	X	X	X	X	X		X		3	3	3	
Padel	Padel fauteuil	Fédération Française de Tennis	X		X	X		X			X	X	X	X	X	X	X	X	X			3	3	3		
Parachutisme	Parachutisme	Fédération Française de Parachutisme		X	X	X	X		X				X	X	X	X	X	X				1	3	2		
Pétanque	Pétanque	Fédération Française de Pétanque et Jeu Provençal		X	X	X	X	X			X	X	X	X	X	X	X						1	3	3	
	Pétanque	Fédération Française de Sport Adapté		X	X					X				X	X	X						1	3	3		
	Pétanque sourds	Fédération Française Handisport		X	X				X					X	X	X						1	3	3		
Plongée subaquatique	Plongée subaquatique	Fédération Française Handisport		X	X	X	X	X	X		X	X	X	X	X	X				X		2	3	2		
Randonnée	Randonnée	Fédération Française Handisport		X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X					1	2	3		
Rugby	Rugby	Fédération Française de Sport Adapté		X	X				X					X	X	X	X	X	X			3	3	1		
	Rugby fauteuil	Fédération Française Handisport		X	X	X	X	X			X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	3	3	3		
Rugby à XIII	Para Rugby à XIII	Fédération Française de Rugby à XIII		X	X	X	X	X						X	X	X	X	X	X			3	3	3		
Sarbacane	Sarbacane	Fédération Française Handisport		X	X	X	X	X			X	X	X	X	X	X	X	X				3	3	3		
Ski alpin	Ski Alpin	Fédération Française Handisport		X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X			3	3	2		
	Ski Alpin	Fédération Française de Sport Adapté		X	X				X					X	X	X	X					3	3	2		
Ski nordique	Ski nordique	Fédération Française Handisport		X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X				3	3	3		
	Ski Nordique	Fédération Française de Sport Adapté		X	X				X					X	X	X	X					3	3	3		
Snowboard	Snowboard	Fédération Française Handisport		X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X				3	3	2		
Sport Boules	Sport Boules	Fédération Française de Sport Adapté		X	X				X					X	X	X						1	3	3		
Squash	Squash	Fédération Française de Squash		X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X			3	3	3		
Surf	Para Surf	Fédération Française de Surf		X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X		X		3	3	2		
	Surf adapté	Fédération Française de Surf		X	X				X					X	X	X	X	X		X		3	3	2		
Taekwondo	Para taekwondo	Fédération Française de Taekwondo		X	X			X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X				3	3	1		
Tennis	Tennis	Fédération Française de Sport Adapté		X	X				X					X	X	X	X	X				3	3	2		
	Tennis sourds	Fédération Française de Tennis							X					X	X	X	X	X				3	3	2		
	Tennis fauteuil	Fédération Française de Tennis		X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X			3	3	2		
Tennis de table	Tennis de table	Fédération Française Handisport		X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X				3	3	3		
	Tennis de Table	Fédération Française de Sport Adapté		X	X				X					X	X	X						3	3	3		
Tir	Para tir sportif	Fédération Française de Tir		X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X				3	3	3		
	Carabine (tir sportif)	Fédération Française de Tir		X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X				3	3	3		
	Pistolet	Fédération Française de Tir		X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X				3	3	3		
	Plateau	Fédération Française de Tir		X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X				3	3	3		
Tir à l'arc	Tir à l'arc	Fédération Française Handisport		X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X				3	3	3		
	Tir à l'arc	Fédération Française de Sport Adapté		X	X				X					X	X	X						3	3	3		
Torball	Torball	Fédération Française Handisport		X	X			X						X	X	X						3	3	1		
Triathlon	Para triathlon	Fédération Française de Triathlon		X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	3	3	3	
Voile	Para Voile	Fédération Française de Voile		X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X				X		3	3	3		
Volley-ball	Volley assis	Fédération Française de Volley		X	X	X	X	X				X				X						3	3	2		

### Annexe 3 – Tableur par discipline – Indicateurs secondaires

**Légende :**  
Code : de 0 à 5 (plus le chiffre est grand plus la discipline est conseillée)

			INDICATEURS SECONDAIRES (POUR AFFINER LE CHOIX FINAL)																
			Indicateur 6 : Qualités physiques possédées ou recherchées						Indicateur 7: Les motivations										
			Si je dois choisir trois grandes qualités physiques que je recherche ou que je possède ... Code de 0 à 5						Si je dois choisir trois grandes motivations qui me semblent indispensables ... Code de 0 à 5										
Sports	Disciplines	Fédérations	Force	Vitesse	Equilibre	Souplesse	Adresse	Endurance	Me sentir bien	Me remettre au sport	Perdre du poids	Rencontrer des gens	Me destresser	Gagner en autonomie	Etre en contact avec la nature	Me dépasser	Performer	Se mesurer aux autres	
Athlétisme	Athlétisme sur piste : sprint et sauts	Fédération Française Handisport	5	5	3	3	0	0	2	2	2	4	2	3	0	5	5	5	
	Athlétisme sur piste : sprint et sauts	Fédération Française de Sport Adapté	5	5	3	3	0	0	2	2	2	4	2	3	0	5	5	5	
	Athlétisme sur piste : lancers	Fédération Française Handisport	5	4	4	3	1	0	2	2	0	4	2	2	0	2	4	4	
	Athlétisme sur piste : lancers	Fédération Française de Sport Adapté	5	4	4	3	1	0	2	2	0	4	2	2	0	2	4	4	
	Athlétisme : épreuves d'endurance	Fédération Française Handisport	2	0	1	1	1	5	5	5	5	2	5	3	4	4	4	2	
Aviron	Para Aviron	Fédération Française d'Aviron	5	1	4	2	0	5	4	4	3	2	4	4	5	5	4	3	
	Rameur d'intérieur	Fédération Française d'Aviron	5	1	4	2	0	5	4	4	3	2	4	4	5	5	4	3	
Badminton	Badminton	Fédération Française de Sport Adapté	2	4	2	4	5	3	4	4	2	4	4	4	0	3	2	5	
	Para Badminton	Fédération Française de Badminton	2	4	2	4	5	3	4	4	2	4	4	4	0	3	2	5	
	Badminton sourds	Fédération Française Handisport	2	4	2	4	5	3	4	4	2	4	4	4	0	3	2	5	
Baseball	Baseball	Fédération française de baseball, softball	3	4	3	1	5	0	1	3	0	4	2	3	0	2	1	3	
	Baseball 5	Fédération française de baseball, softball	3	4	3	1	5	0	1	3	0	4	2	3	0	2	1	3	
Basket	Basket fauteuil	Fédération Française Handisport	3	4	3	2	4	4	4	5	2	5	4	4	0	3	3	4	
	Basket-Ball	Fédération Française de Sport Adapté	3	4	3	2	4	4	4	5	2	5	4	4	0	3	3	4	
	Basket-Ball (hors basket fauteuil)	Fédération Française de Basket-Ball	3	4	3	2	4	4	4	5	2	5	4	4	0	3	3	4	
Boccia	Boccia	Fédération Française Handisport	0	0	0	0	5	0	4	5	0	4	4	4	0	4	4	4	
Bowling	Bowling sourds	Fédération Française Handisport	2	2	4	2	5	1	5	5	0	4	3	2	0	3	2	1	
Canoë-kayak	Canoë-kayak	Fédération Française Handisport	4	4	4	3	0	3	4	4	2	2	4	4	5	5	4	3	
	Canoë-Kayak	Fédération Française de Sport Adapté	4	4	4	3	0	3	4	4	2	2	4	4	5	5	4	3	
	Course en ligne	Fédération Française de Canoë-Kayak	4	4	4	3	0	3	4	4	2	2	4	4	5	5	4	3	
	Descente	Fédération Française de Canoë-Kayak	4	4	4	3	0	3	4	4	2	2	4	4	5	5	4	3	
	Para Canoë	Fédération Française de Canoë-Kayak	4	4	4	3	0	3	4	4	2	2	4	4	5	5	4	3	
	Va'a	Fédération Française de Canoë-Kayak	4	4	4	3	0	3	4	4	2	2	4	4	5	5	4	3	
Cyclisme	Waveski surfing	Fédération Française de Canoë-Kayak	4	4	4	3	0	3	4	4	2	2	4	4	5	5	4	3	
	Cyclisme	Fédération Française Handisport	3	3	2	1	2	5	4	4	4	1	4	4	3	5	3	4	
	Cyclisme	Fédération Française de Sport Adapté	3	3	2	1	2	5	4	4	4	1	4	4	3	5	3	4	
	Cyclisme (sur route, sur piste)	Fédération française de cyclisme	3	3	2	1	2	5	4	4	4	1	4	4	3	5	3	4	
Equitation	Vélo tout-terrain	Fédération française de cyclisme	3	3	2	1	2	5	4	4	4	1	4	4	3	5	3	4	
	Equitation - Pictogramme	Fédération Française de Sport Adapté	2	2	4	3	4	2	5	2	0	1	5	4	4	3	0	0	
	Attelage	Fédération Française d'équitation	2	2	4	3	4	2	5	2	0	1	5	4	4	3	0	0	
	Para équitation	Fédération Française d'équitation	2	2	4	3	4	2	5	2	0	1	5	4	4	3	0	0	
Escalade	Saut d'obstacles	Fédération française d'équitation	2	2	4	3	4	2	5	2	0	1	5	4	4	3	0	0	
	Escalade	Fédération Française de Sport Adapté	4	3	4	4	4	2	4	4	0	2	4	4	4	4	1	1	
Escrime	Escrime fauteuil	Fédération Française Handisport	2	4	4	4	5	1	3	2	0	3	2	4	0	3	1	5	
Football	Cécifoot ou foot à 5DV	Fédération Française Handisport	3	3	2	0	4	4	4	5	2	5	4	4	0	2	3	4	
	Foot fauteuil électrique	Fédération Française Handisport	3	3	2	0	4	4	4	5	2	5	4	4	0	2	3	4	
	Foot mal-marchants	Fédération Française Handisport	3	3	2	0	4	4	4	5	2	5	4	4	0	2	3	4	
	Foot sourds	Fédération Française Handisport	3	3	2	0	4	4	4	5	2	5	4	4	0	2	3	4	
	Football	Fédération Française de Sport Adapté	3	3	2	0	4	4	4	5	2	5	4	4	0	2	3	4	
	Football en salle (futsal)	Fédération française de football	3	3	2	0	4	4	4	5	2	5	4	4	0	2	3	4	
Force / Multirépétitions	Multirépétitions	Fédération Française de Force	5	4	2	0	2	2	2	2	0	3	3	4	0	5	4	1	

Force / Handicap	Discipline sportive	Fédération Française Handisport	5	4	2	0	2	2	2	2	0	3	3	4	0	5	4	1
Goalball	Goalball	Fédération Française Handisport	3	5	4	3	4	1	2	3	1	5	2	4	0	4	2	3
Golf	Golf, swin	Fédération Française de Golf	3	4	4	2	5	1	4	4	0	4	4	3	5	1	2	2
Gymnastique	Gymnastique artistique	Fédération Française de Sport Adapté	2	2	4	4	2	2	5	5	1	4	4	4	0	3	1	1
Handball	Handball	Fédération Française de Handball	3	4	3	2	3	4	4	5	2	5	4	4	0	3	3	4
	Handball	Fédération Française de Sport Adapté	3	4	3	2	3	4	4	5	2	5	4	4	0	3	3	4
	Handball sourds	Fédération Française Handisport	3	4	3	2	3	4	4	5	2	5	4	4	0	3	3	4
Hockey	Hockey en salle	Fédération Française de Hockey	3	4	3	2	3	4	4	5	2	5	4	4	0	3	3	4
Hockey sur glace	Para Hockey sur Glace	Fédération Française de Hockey sur Glace	3	4	3	2	3	4	4	5	2	5	4	4	0	3	3	4
Judo	Judo	Fédération Française de Sport Adapté	4	4	4	2	2	3	3	4	2	4	4	4	0	4	3	4
	Para judo	Fédération Française de Judo	4	4	4	2	2	3	3	4	2	4	4	4	0	4	3	4
Karaté	Para Karaté	Fédération Française de Karaté	4	4	4	2	2	3	3	4	2	4	4	4	0	4	3	4
Lutte	Lutte	Fédération Française de Sport Adapté	4	4	4	2	2	3	3	4	2	4	4	4	0	4	3	4
Natation	Eau libre	Fédération Française de Natation	3	3	2	4	1	5	5	5	1	2	5	5	2	4	4	3
	Natation	Fédération Française Handisport	3	3	2	4	1	5	5	5	1	2	5	5	2	4	4	3
	Natation	Fédération Française de Sport Adapté	3	3	2	4	1	5	5	5	1	2	5	5	2	4	4	3
Natation	Natation course	Fédération française de natation	3	3	2	4	1	5	5	5	1	2	5	5	2	4	4	3
	Natation	Fédération française de natation	3	3	2	4	1	5	5	5	1	2	5	5	2	4	4	3
Padel	Padel fauteuil	Fédération française de tennis	2	4	3	2	5	1	4	5	0	4	4	4	0	2	1	3
Parachutisme	Parachutisme	Fédération Française de Parachutisme	1	1	2	1	4	1	5	1	1	3	4	2	3	5	1	0
Pétanque	Pétanque	Fédération Française de Pétanque et Jeu Provençal	1	1	2	0	5	1	5	1	0	5	4	1	1	1	1	3
	Pétanque	Fédération Française de Sport Adapté	1	1	2	0	5	1	5	1	0	5	4	1	1	1	1	3
	Pétanque	Fédération Française Handisport	1	1	2	0	5	1	5	1	0	5	4	1	1	1	1	3
Plongée subaquatique	Plongée subaquatique	Fédération Française Handisport	1	1	2	1	1	1	5	1	0	3	4	5	4	4	1	0
Randonnée	Randonnée	Fédération Française Handisport	2	0	3	1	1	3	5	1	2	3	5	3	5	1	0	0
Rugby	Rugby	Fédération Française de Sport Adapté	4	3	3	1	3	4	2	0	0	5	2	4	0	4	4	4
	Rugby fauteuil	Fédération Française Handisport	3	4	3	2	3	4	4	5	2	5	4	4	0	3	3	4
Rugby à XIII	Para Rugby à XIII	Fédération Française de Rugby à XIII	3	4	3	2	3	4	4	5	2	5	4	4	0	3	3	4
Sarbacane	Sarbacane	Fédération Française Handisport	0	0	0	0	5	0	4	1	0	0	4	2	0	2	2	2
Ski alpin	Ski Alpin	Fédération Française Handisport	4	3	4	2	1	1	4	3	0	2	4	4	5	4	3	2
	Ski Alpin	Fédération Française de Sport Adapté	4	3	4	2	1	1	4	3	0	2	4	4	5	4	3	2
Ski nordique	Ski nordique	Fédération Française Handisport	4	3	4	2	3	5	4	4	4	1	4	4	5	5	3	2
	Ski Nordique	Fédération Française de Sport Adapté	4	3	4	2	3	5	4	4	4	1	4	4	5	5	3	2
Snowboard	Snowboard	Fédération Française Handisport	4	3	4	2	1	1	4	3	0	2	4	4	5	4	3	2
Sport Boules	Sport Boules	Fédération Française de Sport Adapté	1	1	2	0	5	1	5	1	0	5	4	1	1	1	1	3
Squash	Squash	Fédération Française de Squash	2	4	3	2	5	1	4	5	0	4	4	4	0	2	1	3
Surf	Para Surf	Fédération Française de Surf	3	2	5	2	2	2	4	1	0	3	4	4	5	3	2	1
	Surf adapté	Fédération Française de Surf	3	2	5	2	2	2	4	1	0	3	4	4	5	3	2	1
Taekwondo	Para taekwondo	Fédération Française de Taekwondo	4	4	4	2	2	3	3	4	2	4	4	4	0	4	3	4
Tennis	Tennis	Fédération Française de Sport Adapté	3	4	3	2	5	3	4	5	0	4	4	4	0	3	4	4
	Tennis sourds	Fédération Française de Tennis	3	4	3	2	5	3	4	5	0	4	4	4	0	3	4	4
	Tennis fauteuil	Fédération Française de Tennis	3	4	3	2	5	3	4	5	0	4	4	4	0	3	4	4
Tennis de table	Tennis de table	Fédération Française Handisport	2	5	3	2	5	3	4	4	0	4	4	3	0	2	3	4
	Tennis de Table	Fédération Française de Sport Adapté	2	5	3	2	5	3	4	4	0	4	4	3	0	2	3	4
Tir	Para tir sportif	Fédération Française de Tir	0	0	3	0	5	2	4	4	0	4	4	3	0	2	4	2
	Carabine (tir sportif)	Fédération française de tir	0	0	3	0	5	2	4	4	0	4	4	3	0	2	4	2
	Pistolet	Fédération française de tir	0	0	3	0	5	2	4	4	0	4	4	3	0	2	4	2
	Plateau	Fédération française de tir	0	0	3	0	5	2	4	4	0	4	4	3	0	2	4	2
Tir à l'arc	Tir à l'arc	Fédération Française Handisport	2	0	3	0	5	2	4	4	0	4	4	3	0	2	4	2
	Tir à l'arc	Fédération Française de Sport Adapté	2	0	3	0	5	2	4	4	0	4	4	3	0	2	4	2
Torball	Torball	Fédération Française Handisport	2	4	4	3	4	1	2	3	1	5	2	4	0	3	2	2
Triathlon	Para triathlon	Fédération Française de Triathlon	3	1	3	4	2	5	5	5	4	3	5	5	3	5	4	3
Voile	Para Voile	Fédération Française de Voile	2	2	4	2	4	2	5	4	0	3	5	5	5	4	3	1
Volley-ball	Volley assis	Fédération Française de Volley	3	5	4	3	4	1	4	3	0	5	4	3	0	3	1	3