

Partage

Rencontre

Solidarité

« **Sport' diffs** »,  
jouons ensemble !



On peut s'étonner que les faibles et les exclus  
puissent être des maîtres en humanité, mais c'est  
la vérité que je découvre en vivant avec eux.

Jean Vanier

## Rencontre et handicaps

Prendre conscience des différences et endosser les difficultés d'enfants porteurs de handicaps, c'est une 1<sup>ère</sup> étape pour mieux comprendre l'autre dans sa réalité. Mais osons aller plus loin dans notre démarche d'inclusion !

Au-delà de rencontrer son handicap, il s'agit de rencontrer sa personne et de partager ensemble des activités sportives éducatives durant une manifestation. Adaptons l'environnement pour effacer les situations de handicap et permettre à chacun d'exprimer ses qualités et ses talents.

Cette seconde plaquette souhaite provoquer la mise en œuvre de rencontres territoriales pour vivre pleinement la magie du sport, comme aux jeux paralympiques à Londres et gommer ainsi les différences.

Alors soyons « **Sport'diffs** » et jouons ensemble !

**Philippe Brault**

Responsable national 1<sup>er</sup> degré

## Tous semblables, tous différents !

La démarche de l'école inclusive est en marche ; elle réveille en nous notre projet fondateur, celui de l'accueil de tous quel que soit son profil, quels que soient ses talents.

La prise en compte des besoins éducatifs de chaque élève est un défi que nous relevons collectivement. Même si nous progressons tous les ans de manière significative, il ne faut pas relâcher nos efforts. Continuons à adapter et repenser toutes les situations éducatives et pédagogiques afin que l'accessibilité de l'école soit réelle.

A travers les pratiques sportives, la dimension des besoins éducatifs particuliers se teinte davantage de fraternité et nous invite encore plus à nous dépasser... dépasser les épreuves, les obstacles mais surtout les préjugés.

Que les rencontres "**Sport'diffs**" puissent témoigner de cette école inclusive que nous construisons ensemble !

**Françoise Maine**

Mission Besoins Éducatifs Particuliers  
Secrétariat général de l'Enseignement catholique

## Définition des handicaps

### Handicap moteur

Un handicap moteur (ou déficience motrice) est un trouble handicapant de la motricité par lequel une personne perd tout ou partie de la capacité de mouvement.

### Handicap visuel

Un déficient visuel est une personne dont l'acuité visuelle est faible (malvoyante) voire inférieure à 1/20 pour le meilleur œil après correction (aveugle).

### Handicap auditif

Le terme « surdité » est utilisé pour toute baisse d'audition. Cependant, le handicap est très différent s'il s'agit d'une surdité légère d'une seule oreille ou d'une surdité profonde touchant les deux oreilles.

### Handicap cognitif

Désavantage physique résultant de la déficience de fonctions cérébrales telles que la mémoire, le langage ou le raisonnement.

Ce document s'inscrit dans la continuité des deux documents édités par l'UGSEL : « Réussir la fête » et « Une différence, un handicap, vivons-les ensemble ».


Consultez le site [www.ugsel.org](http://www.ugsel.org) : « Une différence, un handicap » (cf. ateliers, pp. 4 et 5).


## Pour un temps de sensibilisation et un débat en classe


Le but est de favoriser l'évocation de représentations des élèves... de lancer des débats... d'identifier les déficiences et les contraintes qu'elles induisent.

 À quoi me servent mes bras et mes jambes ?

Quels seraient les problèmes rencontrés s'il me manquait un membre ?

 À quoi me servent mes yeux ? Qu'est-ce que je ne pourrais plus faire si je ne voyais plus ? Qu'est-ce qui pourrait m'aider ?

 À quoi me servent mes oreilles ? Quels problèmes pourrais-je rencontrer si je n'entendais plus ? Quelles solutions trouver ?

 Quelle partie de mon corps ne fonctionne pas bien ? Quels problèmes pourrais-je rencontrer si j'avais ce type de handicap ?

# Déroulement de la journée

## Accueil

Temps d'accueil 20 minutes

- ☛ Accueillir les groupes en offrant une petite collation (dans un sac) et les guider vers le lieu de rassemblement, distribution de tee-shirts, casquettes...
- ☛ En parallèle accueil adulte (émargement, conseils de sécurité, rappel du programme général de la journée).

## Lancement de la journée

- ☛ Par une entrée pastorale ou un chant fédérateur (« **Nos mains** » J.-J. Goldmann à chanter, à écouter, à mimer, « **Des hommes pareils** » F. Cabrel...).
- ☛ Simultanément faire une fresque, une mosaïque, découvrir une image en enlevant des post-it noirs qui cachent l'image forte, créer un poster avec les différents logos des handicaps.

### Idée de fil rouge !

Reconstituer en puzzle les différents logos symbolisant les 4 types de handicaps. Les logos seront découpés en autant de morceaux que de groupes présents. À l'issue de chaque atelier réalisé, chaque groupe recevra un morceau correspondant au handicap vécu. Ces morceaux seront à déposer au point central sur le modèle présenté avant de passer à l'atelier suivant.

**10 h 15 - 10 h 30** Déplacement vers les ateliers.

**10 h 30 - 12 h** Ateliers découvertes des différents handicaps, par exemple :

- ☛ Atelier 1 : moteur
- ☛ Atelier 2 : visuel
- ☛ Atelier 3 : auditif
- ☛ Atelier 4 : cognitif

Apprendre le refrain de la chanson en langage des signes afin de pouvoir chanter ensemble en fin de journée.

### En info !

Les jeunes circulent sur les différents ateliers mis en place, ils doivent pouvoir découvrir les 4 groupes de handicaps. Les ateliers sont donc gérés par un adulte qui guide les jeunes. Si un ou plusieurs jeunes en situation de handicap sont présents, il serait intéressant de s'appuyer sur leur vécu en leur permettant d'être tuteur de leurs camarades pour vivre l'atelier. Constitution de groupes de 8 à 10 personnes.

**12 h - 13 h 30** Pause repas.

**13 h 30 - 15 h** Reprise des ateliers.

- 15 h** « Tous ensemble » pour rappeler l'unité de la journée, tous les participants se rassemblent pour vivre un temps fort :
- ☛ À partir du dernier atelier, au signal de l'animateur, chaque groupe rejoint le lieu de rassemblement sous forme de chaîne humaine pour se placer sur un endroit matérialisé afin de reconstituer par exemple un arc-en-ciel de couleurs.
  - ☛ Temps de partage sur le vécu de la journée.

## Échange et partage

- ☛ Reprise du chant fédérateur « **Nos mains** ».
- ☛ Pendant le chant, les 4 puzzles sont présentés à l'assemblée et disposés entre les participants.

Commentaire : donner du sens à l'action réalisée en posant les mots sur les valeurs partagées pendant cette journée et accentuer sur l'idée de l'unité.

- ☛ Lecture : 1 Co 9, 24-26 « **Vous savez bien que, dans les courses du stade, tous les coureurs prennent le départ, mais un seul gagne le prix. Alors, vous, courez de manière à l'emporter. Tous les athlètes à l'entraînement s'imposent une discipline sévère ; ils le font pour gagner une couronne de laurier qui va se faner, et nous, pour une couronne qui ne se fane pas.** »

- Co 3, 8 « **Entre celui qui plante et celui qui arrose, il n'y a pas de différence, mais chacun recevra son salaire suivant la peine qu'il se sera donnée.** »

**15 h 30** Envoi échelonné sur la version instrumentale du chant de J.-J. Goldmann.

## Suggestions

- ☛ Réalise un reportage photos ou vidéo qui servira de support pour le bilan en classe.
- ☛ Proposition : les enfants de chaque établissement portent un tee-shirt de la même couleur.

## Réinvestissement de la journée

Faire un clip pour illustrer la journée : photos des différents sites en France où la rencontre a été réalisée, puis monter un diaporama illustrant la chanson choisie.





# Handicap moteur

## Situation 1 : Se déplacer avec repérage visuel en situation de handicap moteur : pas d'usage des bras



**But d'action** Parcourir un trajet avec des difficultés d'équilibre (bras attachés dans le dos) et obstacles.

**Organisation matérielle** Une poutre basse, des tables, des bancs de différentes hauteurs, des tapis...

**Mise en œuvre** En binôme, un élève en situation de handicap, bras attachés dans le dos, et un guide « pareur ». L'élève handicapé effectue un déplacement en marchant sur des repérages au sol, passe sous la table, marche sur des bancs de différentes hauteurs disposés sur le parcours, puis le termine par une roulade longitudinale.

**J'ai réussi si j'effectue le parcours avec un minimum de sollicitation de mon guide, qui me suit tout au long du parcours.**

### Variantes possibles

- Le déplacement : avant, arrière, latéral, en tournant sur soi-même.
- Marcher sur une poutre basse...

## Situation 2 : Lancer assis



**But d'action** Lancer le ballon dans la cible.

**Organisation matérielle** Chaises, ballons divers, cibles (cartons, paniers de basket, poubelles, etc...).

**Mise en œuvre** En binôme. Un élève n'ayant pas l'usage de ses jambes est assis sur une chaise avec un ballon qu'il doit lancer dans la cible. Son binôme est là pour récupérer les ballons et les lui rapporter. Puis inversion des rôles.

**J'ai réussi si mon ballon atteint la cible.**

### Variantes possibles

- Augmenter ou diminuer la distance.
- Lancer de différentes manières : de face, de profil, de dos...
- Lancer dans un panier de basket-ball placé à différentes hauteurs.

## Situation 3 : Déplacement en fauteuil



**But d'action** Réaliser le parcours de l'entrée de l'établissement à la salle de classe.

**Organisation matérielle** Solliciter des fauteuils spécifiques auprès des antennes locales des fédérations Sport adapté ou Handisport.

**Mise en œuvre** Elève dans un fauteuil et son guide. Franchir les obstacles du quotidien (trottoirs, seuils de portes...).

**J'ai réussi si j'arrive à me déplacer tout seul dans mon fauteuil.**

### Variantes

- Parcours diversifiés en associant déplacement en fauteuil et lancer de ballons dans des cibles.

## Situation 4 : Sports de raquettes

**But d'action** Essayer de faire un maximum d'échanges en coopération avec mon partenaire.

**Organisation matérielle** chaises, raquettes, balles, volants.

**Mise en œuvre** Un élève assis sur une chaise joue avec son partenaire qui est debout.

**J'ai réussi si j'arrive à faire 2 échanges.**

### Variantes possibles

- Faire 5 échanges, puis 10...
- Placer les deux élèves en position assise.





# Handicap visuel

## Situation 1 : Se déplacer avec repérage plantaire

**But d'action** Effectuer un déplacement en marchant d'un tapis à l'autre sur des coussins (carrés de moquette).

**Organisation matérielle** 2 tapis, des coussins ou carrés de moquette, repères au sol, coupelles...

**Mise en œuvre** Plusieurs chemins de tapis sont mis en place. Les élèves sont en cécité complète, pieds-nus ou en chaussettes. Le guide aide le non-voyant oralement à se déplacer. Les élèves en cécité complète avancent en posant les pieds sur les coussins. Le parcours est matérialisé au départ et à l'arrivée par un grand tapis de gymnastique.

**J'ai réussi si j'effectue un aller-retour avec un minimum de touches en dehors des coussins.**

### Variantes possibles

- Les coussins : nombre, disposition, espacement, forme...
- Le déplacement : avant, arrière, latéral, en tournant sur soi-même.
- La complexité : avec un objet tenu en équilibre dans la main.
- Interaction : avec partenaire, en coopération, en se tenant la main.

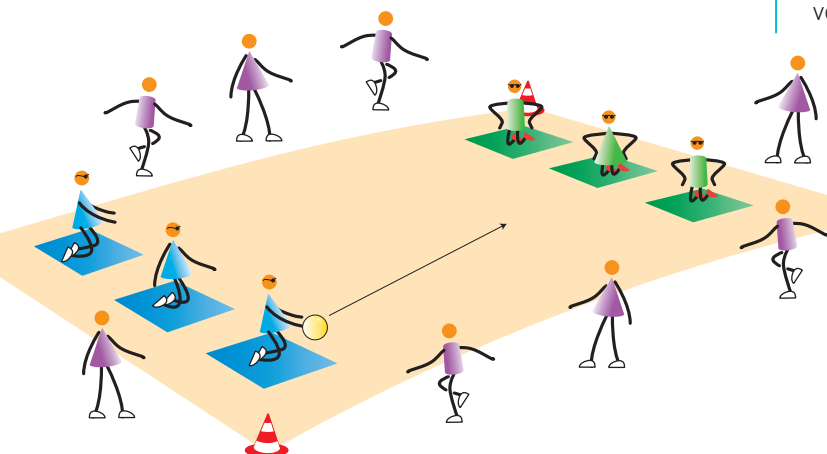
## Situation 2 : Le Torball (jeu collectif)

**But d'action** Faire rouler le ballon à travers le terrain et lui faire franchir la ligne de but adverse.

**Organisation matérielle** 6 à 10 tapis de 2 m sur 1 ; 6 à 10 bandeaux ; 1 ballon contenant des grelots (prendre un vieux ballon de foot ; découdre un panneau et glisser des grelots à l'intérieur, scotcher l'ouverture). Plots pour délimiter les buts.

**Mise en œuvre** Équipes de 3 à 5 joueurs ; chaque joueur est sur un tapis et ne doit pas en sortir ; les élèves en cécité complète, les yeux bandés, effectuent des tirs uniquement à la main en faisant obligatoirement rouler le ballon sur le sol dans les limites du terrain pour marquer un but.

**J'ai réussi si le ballon reste dans les limites du terrain et franchit la ligne de but adverse.**



## Situation 3 : Atteindre une cible avec repérage sonore

**But d'action** Réaliser 2 séries de lancers vers le panier de basket-ball ou poubelle. La première série sans indication et la seconde série avec signal sonore.

**Organisation matérielle** Paniers de basket ou poubelles ou cerceaux/cibles, balles ou ballons en mousse.

**Mise en œuvre** Élève en cécité complète avec un ballon et son guide, avec un grelot, tambourin ou autre objet sonore dans les mains. Comprendre l'importance d'une perception auditive pour palier au manque visuel. Le guide doit se situer derrière la cible pour orienter le lancer.

**J'ai réussi si les lancers sont plus efficaces en 2<sup>ème</sup> série.**

### Variantes possibles

- Varier la distance de la cible.
- En déplacement : marcher, courir, dribbler au pied...

## Situation 4 : Enchaîner un parcours d'obstacles



**But d'action** Passer par-dessus, dessous et contourner les obstacles (bancs, chaises, tables...) en étant guidé par la voix de son partenaire.

**Organisation matérielle** Bancs, tables, chaises, poutres...

**Mise en œuvre** Mettre en place un parcours varié avec différents obstacles; le guide accompagne son binôme à la voix en se plaçant à côté de lui en lui indiquant les obstacles et les actions à accomplir.

**J'ai réussi si j'effectue le parcours en touchant un minimum d'obstacles.**

### Variantes possibles

- Augmenter le nombre d'obstacles.
- Ajouter les actions de lancer, viser...
- Faire le parcours à l'aide d'une canne d'aveugle, de hockey ou bâton.





# Handicap auditif

## Situation 1 : Course de vitesse en silence



**But d'action** Réagir le plus vite possible au signal pour partir le premier.

**Organisation matérielle** Deux couloirs de course banalisés sur une distance de 5 m avec ligne de départ et ligne d'arrivée.

**Mise en œuvre** Un coureur par couloir, plus un signaleur de départ. Le top départ est donné par l'élève qui se trouve derrière les coureurs en leur tapant sur l'épaule. On inverse les rôles.

**J'ai réussi si je réagis plus vite que mon adversaire au signal de départ et si je franchis la ligne d'arrivée en premier.**

**Variante** Changer le signal tactile par un signal visuel (drapeau ou mouvement des bras).

## Situation 2 : Le foulard muet (variante du jeu du béré)



**But d'action** Réagir à la vue de son numéro pour récupérer le foulard le plus rapidement possible.

**Organisation matérielle** Des numéros matérialisés sur des panneaux et un foulard déposé au milieu du terrain: autant de numéros que d'élèves dans chaque équipe.

**Mise en œuvre** Deux équipes sont alignées, face à face et distantes d'une vingtaine de mètres.

L'arbitre (enseignant ou élève) attribue un numéro aux joueurs de chaque équipe. Lorsqu'il lève un panneau, les deux joueurs concernés par le numéro affiché essaient de récupérer le foulard au centre du terrain. Celui qui prendra le foulard en premier, court vers son camp sans se faire toucher par son adversaire et marque un point. Le foulard est remis en jeu.

**J'ai réussi si j'ai ramené le foulard dans mon camp sans me faire toucher par mon adversaire.**

### Variantes

- Signaux manuels avec code (exemple le poing = 10).
- Les numéros peuvent être changés par des images d'objets, animaux, etc.
- Remplacer le foulard par d'autres objets : balle, anneau, ballon...

## Situation 3 : STEP

**But d'action** Ressentir et intégrer le tempo musical pour réaliser une chorégraphie STEP à plusieurs, en utilisant des pas de base.

**Organisation matérielle** Des steps, un lecteur CD et des CD de musiques variées avec BPM adaptés. (125 et 130 BPM - Battements par minute), casques audio, ou casques de chantier ou oreillettes pour réduire la faculté auditive.

**Mise en œuvre** Chaque binôme travaille sur 2 steps face à face (un pour le guide, un pour le déficient). Le travail se fait en miroir. Le guide apprend une petite chorégraphie à son partenaire (4 pas de base Step).

Après l'apprentissage, reprise de la chorégraphie sur une musique rythmée. Le guide, face à son partenaire muni d'un casque, marque le tempo en frappant des mains.

On reprend la chorégraphie en musique, à deux : d'abord face à face, puis côte à côte et enfin en groupe.

**J'ai réussi si je m'approprie le tempo pour suivre la chorégraphie de mon groupe.**

## Situation 4 : Le monde du silence

**But d'action** Identifier et mémoriser un parcours afin de le réaliser seul.

**Organisation matérielle** Bancs, cerceaux, cônes cordes, poutres ... tout matériel disponible pour la mise en place d'un parcours de motricité générale

**Mise en œuvre** Les enfants guides et l'enseignant imaginent un parcours avec les différents objets mis à leur disposition. Répartition par binôme : guide / déficient auditif. Le guide explique gestuellement à son partenaire, les actions à réaliser sur le parcours en le parcourant avec lui. L'enfant déficient expérimente le parcours seul en se souvenant des consignes. Le binôme réalise le parcours ensemble. L'enfant déficient refait le parcours tout seul sur un temps chronométré.

**J'ai réussi si je réalise le parcours le plus rapidement possible sans me tromper.**

**Variante** Complexifier le parcours en rajoutant des obstacles.



# Handicap cognitif

## Situation 1 : La chasse aux trésors

**But d'action** Courir le plus vite possible dans une course de relais pour récupérer le trésor et mémoriser la consigne concernant l'objet.

**Organisation matérielle** Matériel EPS : 5 cerceaux, 5 ballons, 5 cordes, 5 briques, 5 sacs à grains, 5 foulards... Un carton qui servirait de coffre à trésors pour chaque équipe. Quatre équipes : Rouge / Jaune / Vert / Bleu.

**Mise en œuvre** Les 4 équipes sont en place aux 4 coins de l'aire d'évolution. Tout le matériel est disposé au centre. Au signal de l'enseignant, le premier de chaque équipe va chercher un objet de la couleur attribuée et le ramène dans son coffre à trésors de son équipe, puis passe le relais au suivant. Et ainsi de suite...

La première équipe ayant réuni tout son trésor a gagné.

**J'ai réussi si j'ai rapporté l'objet de la bonne couleur.**

### Variantes

- ☛ L'équipe rapporte tous les cerceaux ou foulards...
- ☛ L'équipe rapporte un objet différent de la même couleur (1 cerceau bleu, un foulard bleu, une corde bleue...).

## Situation 2 : Les duos jongleurs

**But d'action** Coordonner un enchaînement simple en manipulant une balle d'une main afin de développer la motricité fine et la latéralisation.

**Organisation matérielle** Des balles de jonglerie. Le groupe divisé en binômes. La balle suit une trajectoire haute et parabolique

**Mise en œuvre** Les binômes sont face à face, chacun avec une balle. Coordonner au mieux l'enchaînement :

- ☛ Lancer main droite / rattraper main droite (4 x de suite)
- ☛ Passer la balle dans la main gauche derrière le dos
- ☛ Lancer main gauche / rattraper main gauche (4 x de suite)
- ☛ Lancer main gauche / rattraper main droite et inversement (4 fois de suite)

**J'ai réussi si j'effectue en même temps que mon partenaire, la totalité de l'enchaînement sans que la balle ne tombe au sol et sans temps d'arrêt.**

### Variantes

- ☛ Réaliser le même enchaînement en binômes placés côte à côte.
- ☛ Inventer d'autres enchaînements.
- ☛ En binôme face à face une balle pour deux, ou une balle chacun avec échanges.
- ☛ Changer d'engins (anneau, massue, foulard...).
- ☛ Lancer la balle au sol.

## Situation 3 : Le parcours du saltimbanque

**But d'action** Conserver son équilibre sur des supports variés pour arriver à enchaîner plusieurs actions motrices.

**Organisation matérielle** Une poutre basse. Un trampoline. Une ligne droite tracée au sol avec des objets posés dessus (briques, blocs de mousse, bancs, cerceaux, tunnel, lattes, plan incliné...).

**Mise en œuvre** En binôme, l'un guide et l'autre voltigeur. Trois ateliers sont proposés :

- Marcher sur la poutre en lançant et rattrapant une balle.
- Effectuer 5 sauts équilibrés sur le trampoline.
- Marcher sur la ligne en franchissant des obstacles de différentes façons : marcher, ramper, sauter, rouler...

**J'ai réussi si je réalise tout le parcours en gardant l'équilibre, sans tomber.**

**Variantes** Faire évoluer le parcours en augmentant la difficulté :

- ☛ sur la poutre, échange de balle avec le garant tout en marchant,
- ☛ sur le trampoline rebonds avec saut groupé,
- ☛ transformer la ligne droite en ligne courbe,
- ☛ bander les yeux sur une partie du parcours...

## Situation 4 : La danse des mots

**But d'action** Mettre une comptine ou une courte poésie en mouvement pour favoriser la mémorisation et donner du sens aux mots.

### Préparation

- ☛ Phase de mémorisation collective en classe.
- ☛ Le groupe passe en salle EPS pour s'approprier et intégrer le texte par le corps. Le texte est écrit en grand et affiché dans la salle afin de pouvoir s'y référer.
- ☛ Mettre du petit matériel GR à disposition (gymnastique rythmique).

**Mise en œuvre** Avec l'aide de l'enseignante, les enfants proposent différentes façons de mimer les personnages, les sentiments et les verbes d'action du texte (avec ou sans matériel).

Par binôme, ils piochent dans les propositions et les personnalisent pour exprimer le texte corporellement :

- Soit l'un dit le texte et l'autre exprime corporellement
- Soit ils miment ensemble en coordonnant phrases parlées / mouvements

**J'ai réussi si je coordonne les mots aux mouvements et si je dis les phrases ou les vers de manière audible, avec l'intonation, la prononciation et la diction associées à la gestuelle corporelle choisie.**



## Des pistes pluridisciplinaires pour sensibiliser et expliquer le handicap aux enfants

### Références de films

- « Intouchables » d'Eric Toledano et Olivier Nakache (2011)
- « Sur le chemin de l'école » film en hommage au courage des enfants
- « La ligne droite » de Régis Wargnier (2011)

### Un album incontournable

- « Le vilain petit canard » conte d'Andersen

### Références de sites

- Ouvrages pour expliquer le handicap : [www.les.vies.denses.81over- blog.com](http://www.les.vies.denses.81over-blog.com)
- Dessins animés : [www.vinzelou.net](http://www.vinzelou.net)
- Livres et bandes dessinées : [www.doudouworld.com](http://www.doudouworld.com)
- Albums et livres : [www.informations.handicap.fr](http://www.informations.handicap.fr)

### Références de chants

- « Nos mains » de J.-J. Goldman
- « Des hommes pareils » de F. Cabrel  
[www.parolesmania.com](http://www.parolesmania.com)

### Des rencontres pour témoigner

- Des associations de soutien : l'Arche, les Aveugles de France....
- Des partenariats avec les IME, IMPRO, SESSAD...

### Communiquer autrement

- Apprenti Braille, un logiciel pour apprendre sur le site [www.mta.alainlapierre.com/co/braille.html](http://www.mta.alainlapierre.com/co/braille.html)
- Le langage des signes : « Langue des signes française », dictionnaire visuel bilingue. Editions Monica Companys – Illustrations Domas.