



LES SPORT SANS LIMITES

avec des personnes en situation de handicap grave ou de polyhandicap

Manuels spéciaux – Volume 1

Ce manuel spécial de PluSport montre la diversité des activités physiques et des sports que peuvent pratiquer les personnes en situation de handicap grave ou de polyhandicap. Il transmet les connaissances nécessaires pour accompagner ces personnes et donne des conseils sur les moyens auxiliaires spéciaux, ainsi que sur les adaptations à apporter aux disciplines sportives.



Vous trouvez tout notre assortiment dédié à l'enseignement du sport à l'école et au sein des associations dans notre shop online www.ingoldverlag.ch

Deux partenaires compétents dans le domaine du mouvement et du sport

Les éditions INGOLD sont un centre de compétence pour du matériel didactique, de la littérature spécialisée et des supports d'enseignement dans le domaine du mouvement et du sport. Avec sa série « L'éventail », elles offrent aux enseignants et moniteurs une mine d'idées pour enseigner le sport de manière intéressante, variée et efficace.

PluSport est l'organisation faîtière du sport-handicap en Suisse. Outre une large palette d'offres sportives attrayantes pour les personnes handicapées, elle propose de nombreuses possibilités de formation et de formation continue pour les moniteurs actifs dans le sport-handicap.

INGOLD Éditions

PluSport⁺



6

Activité physique et sport en salle

Stefan Häusermann

En bref

La salle de sport offre aux personnes en situation de handicap grave ou de polyhandicap un vaste éventail de possibilités pour expérimenter et participer activement à une activité physique et un sport. L'utilisation dévouée d'engins, de ballons et de matériel, ainsi que leur combinaison permettent à ces personnes de vivre de nouvelles expériences dans les domaines suivants: mouvements de base, développement des perceptions, décontraction et jeu en groupe aux multiples variantes. En procédant à diverses adaptations des fauteuils roulants électriques, du matériel sportif et des règles, ces personnes peuvent s'adonner à des jeux d'équipe, tels que le football et le football.

Mots clés

Rouler, tourner, glisser, être déplacé, se balancer, osciller verticalement, développement des perceptions, décontraction, jeu en groupe, jeu de compétition, jeux sportifs, engins spéciaux

Avec des engins

Le toboggan

Mouvements de base: glisser, être déplacé, rouler



On peut créer un grand plan incliné pour glisser, rouler et être déplacé au bout des bancs et, derrière lui, quelques petits tapis.

Il est recommandé de recouvrir de petits tapis le plan incliné.

Mouvement en inclinant

La balançoire

Mouvement de base: se balancer



2 barres de bois sont passées à travers les pieds de 2 bancs pour former un rectangle. Un anneau des anneaux balançards est enfilé au bout de chaque barre, puis fixé avec des cordes à sauter. Un gros tapis (40cm) est installé sur les 2 bancs et fixé avec des cordes à sauter. Les anneaux balançards sont montés pour permettre le balancement.

Conseils méthodologiques

- Amener le participant à être plus actif en lui faisant des passes avec un ballon de baudouche
- Accompagner le participant en se mettant aussi sur la balançoire
- À plusieurs, se balancer lentement avec une grande amplitude (effet calmant)
- Sécuriser l'espace de balancement (délimiter la zone à l'aide de piquets)

La touille

Mouvements de base: tourner, se balancer



Un petit tapis est suspendu à une paire d'anneaux avec 2 cordes ou sangles. Ces dernières sont croisées sous le tapis, passées à travers les poignées de celui-ci et fixées aux anneaux (ne pas les attacher aux poignées!).

En tournant le tapis, les cordes des anneaux se torsadent et, en le lâchant, le tapis tourne comme une touille.

Le participant se balance seul avec une grande amplitude.

Conseils méthodologiques

- Le participant déclenche le balancement / la rotation à l'aide de petits mouvements de la tête et des bras.
- Accompagner le participant en se mettant aussi sur la touille.
- Associer le balancement au mouvement de touille
- Sécuriser l'espace de balancement

Chapitres

1. Pratique d'un sport
2. Aspects médicaux
3. Aspects de la pédagogie spécialisée
4. Expérience et vécu dans l'activité physique et sportive
5. Accompagnement – Compétences motrices de l'accompagnant

Partie pratique

6. Activité physique et sport en salle
7. Activité physique et sport dans l'eau
8. Activité physique et sport en plein air
9. Le « Parcours – sport for all » – Une offre pour des manifestations ludiques et sportives

Des activités sportives vécues avec d'autres personnes donnent l'opportunité aux personnes en situation de handicap grave ou de polyhandicap d'engranger des expériences passionnantes.

Les auteurs



Stefan Häusermann

Maître d'éducation physique et de sport, formateur d'adultes et conseiller dans le domaine Sport et Inclusion, ainsi que dans la santé et le mouvement des personnes en situation de handicap. Chargé de cours dans différentes hautes écoles pédagogiques et universités, formateur dans le sport-handicap



Andreas Meyer-Heim

Professeur en médecine, pédiatre, spécialisé en réadaptation pédiatrique. Médecin-chef du Centre de rééducation d'Affoltern (RZA) de l'Hôpital universitaire pour enfants de Zurich; coprésident de l'Académie suisse du handicap de l'enfant (SACD)



Susanne Schriber

Professeure, chargée de cours et directrice du Domaine d'étude pédagogique pour personnes en situation de handicap physique et de polyhandicap (PKM) dans l'Institut pour les besoins éducatifs spéciaux (ILEB) de la Haute école intercantonale de pédagogie spécialisée de Zurich (HfH)



Erich Weidmann

Instructeur en kinesthétique et gestionnaire de bewegt.ch qui propose des cours, des ateliers et des conseils aux personnes travaillant dans le secteur des soins et de la prise en charge



Christina Riedwyl-Hurter

Mère de deux filles adultes en situation de polyhandicap grave, instructrice en kinesthétique; elle fournit des conseils aux proches et organise des cours et des ateliers dans le secteur des soins et de la prise en charge

Précédemment parus dans la série « Sport – Handicap – Inclusion » de INGOLDÉditions et PlusSport

Manuel

LE SPORT – PLUS QUE JAMAIS – Principes de base pour l'accompagnement de personnes en situation de handicap dans l'activité physique

Les éventails

JOUER AVEC LES DIFFÉRENCES; SUR NEIGE ET SUR GLACE; DANS L'EAU; JOUER AVEC HANDICAP; EN PLEIN AIR AVEC HANDICAP

Toutes ces publications sont également disponibles en allemand et en italien.



LE SPORT SANS LIMITES

Livre de 80 pages, 20,5 x 28 cm, en quadrichromie, illustré, couverture souple, 1^{re} édition 2020

Auteurs: Stefan Häusermann, Andreas Meyer-Heim, Susanne Schriber, Christina Riedwyl-Hurter, Erich Weidmann

INGOLDÉditions
ISBN 978-3-03700-432-6

N° d'art. 20.432

Prix CHF 38.50

INGOLDÉditions

Une marque de Suisselearn Media SA

PlusSport

Behindertensport Schweiz
Sport Handicap Suisse
Sport Andicap Svizzera

www.ingold-biwa.ch

INGOLDÉditions
Suisselearn Media SA
3360 Herzogenbuchsee
Tél. +41 62 956 44 44
www.ingold-biwa.ch

PlusSport
Sport Handicap Suisse
8604 Volketswil
Tél. +41 44 908 45 00
www.plusport.ch