

L'entraînement d'enfants handicapés de 10 ans et moins dans un programme multisports

Janet A. Young, Loretta Konjarski et Rachael Beatson

Université de Victoria, Melbourne, Australie.

RÉSUMÉ

Cet article présente une revue d'un programme d'activité physique basé en Australie (incluant le tennis) pour les enfants handicapés âgés de 10 ans et moins. Les caractéristiques et stratégies clés de ce programme sont mises en évidence. Les implications pour les entraîneurs de mettre en œuvre des programmes inclusifs et modifiés pour les enfants âgés de 10 ans et moins sont expliquées.

Mots-clés : enfants, handicap, inclusion, adaptation .

Article reçu : 16 Octobre 2021

Article accepté : 25 Novembre 2021

Auteur correspondant : Janet A. Young. Email: janet_young7@yahoo.com.au

INTRODUCTION

Le programme

L'université Victoria de Melbourne, en Australie, gère un programme d'activité physique pour les enfants handicapés (y compris le handicap physique, intellectuel, visuel et auditif). Le programme a débuté en 2005 et, à ce jour, plus de 1500 enfants y ont participé. Actuellement, la plupart des enfants participant au programme sont âgés de 10 ans ou moins et participent à une série d'activités modifiées, notamment le tennis (introduit en 2011), le football, le volley-ball, le netball, le bowling et d'autres jeux plus petits qui mettent l'accent sur les mouvements fondamentaux et la motricité globale, comme attraper et lancer.

Le programme est organisé et géré par les trois auteurs de cet article avec l'aide précieuse, en tant que entraîneurs, d'étudiants universitaires de première année inscrits à l'unité Inclusion et diversité en éducation physique. Depuis 2018, le programme consiste en quatre blocs de sessions bimensuelles de 60 minutes qui se déroulent sur quatre terrains de basket dans une installation couverte près du campus universitaire. Lors de la première session, des groupes de 4 à 8 enfants (généralement de la même classe scolaire) sont formés avec 4 à 6 entraîneurs. Les groupes se poursuivent généralement pendant tout le bloc de sessions (mais peuvent changer en raison des absences, des besoins des groupes et des individus et des fermetures de Covid-19, par exemple). Les enfants participant au programme fréquentent des écoles spécialisées dans la banlieue ouest de Melbourne.

Sessions

Les sessions suivent les principes du "jeu compréhensif" (c'est-à-dire des jeux plutôt que des exercices) et commencent par un jeu d'échauffement de groupe (par exemple "Suivez le chef" ou "Le trésor du capitaine"), suivi d'une série de 3 à 6 activités. Ces activités sont développées, modifiées et adaptées en fonction des intérêts et des capacités des enfants. Par



exemple, les relais de sacs de fèves dans une petite raquette et faire rouler des balles de couleur avec de petites raquettes/chaussettes autour de cônes. Pour conclure la séance, un jeu collectif de retour au calme est effectué (par exemple, lancer des balles en plastique sur un grand parachute multicolore).

Objectif

L'objectif de cet article est de rendre compte de ce programme qui a été primé. En particulier, quelles sont ses principales caractéristiques et les stratégies adoptées qui facilitent un programme sûr, amusant, engageant et inclusif ?

PARTICIPANTS

Les trois auteurs de cet article, tous membres du personnel académique et entraîneurs à l'Université de Victoria, ont participé à une révision du programme. Les deux premiers auteurs cités (ci-dessus) ont développé le programme en 2005 et ont depuis géré sa mise en œuvre. Le troisième auteur cité ci-dessus a rejoint le programme en 2018.

PROCÉDURE

Avant d'examiner le programme, une autorisation a été demandée à la Commission d'éthique, ce qui n'a pas été nécessaire car aucune donnée n'a été collectée auprès de tiers.

Il a été demandé aux examinateurs/auteurs d'examiner le programme au cours des quatre dernières années, lorsqu'il a été transféré dans une installation sportive couverte voisine. Les examinateurs ont été invités à identifier les principales caractéristiques du programme et les stratégies associées, en se concentrant sur les enfants âgés de 10 ans et moins participant à des activités de tennis.

Les évaluateurs ont dressé de manière indépendante une liste des principales caractéristiques du programme et des stratégies adoptées, sur la base de leurs propres observations et des commentaires reçus des entraîneurs/étudiants universitaires de première année et des gardiens/enseignants des écoles qui ont accompagné les enfants au programme.

Les listes de caractéristiques et de stratégies des examinateurs ont ensuite été partagées et discutées. Les éléments communs ont été identifiés et les divergences entre les examinateurs ont été validées par consensus (Patton, 2002).

RÉSULTATS

Les résultats de la procédure ci-dessus sont présentés dans le tableau ci-dessous.

Tableau 1
Caractéristiques et stratégies clés.

Principales caractéristiques	Stratégies clés
Les formateurs engagés et bien préparés mettent l'accent sur la participation et l'amusement à travers une série d'activités et de jeux non compétitifs.	<ul style="list-style-type: none"> • Les entraîneurs s'attendent à ce qu'il y ait une appréhension et une nervosité initiales lorsqu'ils entraînent un nouveau groupe pour la première fois. • Les entraîneurs se consultent et obtiennent des documents pertinents (par exemple, Special Olympics for Children), pour préparer des plans de séance détaillés comprenant au moins 6 activités différentes et 2 activités de "soutien" et adopter des mesures de sécurité. • Les entraîneurs s'appuient sur les compétences et les intérêts individuels des enfants pour élaborer les plans des séances. • Les formateurs sont prêts à adapter les activités prévues ; les modifications éventuelles sont prévues à l'avance. • Les formateurs organisent des sessions de test avec d'autres formateurs et acceptent le retour d'information. • Les entraîneurs encouragent et récompensent la participation (les résultats, etc., n'ont guère de sens).
Les conditions sont sûres, accueillantes, accessibles et inclusives.	<ul style="list-style-type: none"> • Les entraîneurs procèdent à un examen approfondi de toutes les zones accessibles (y compris le jeu) avant les séances. • Les entraîneurs tiennent compte de la distance entre les individus/groupes et adoptent des équipements modifiés, légers et faciles à utiliser. • Les formateurs assument la responsabilité de veiller à ce que l'équipement soit rangé à l'endroit approprié lorsqu'il n'est pas utilisé. • Les pauses boissons et repos sont incluses • Les soignants sont consultés sur les conditions médicales qui peuvent affecter la participation de l'enfant, si nécessaire. • Les enfants sont accompagnés d'un soignant lors des visites aux toilettes.
Les sessions se concentrent à la fois sur les activités et les participants, et sont engageantes et amusantes.	<ul style="list-style-type: none"> • Les entraîneurs dirigent diverses activités (pas seulement liées au tennis) de "courte" durée et sont prêts à modifier/adapter les activités pour maintenir l'intérêt et assurer la participation. • On demande aux enfants (et/ou aux personnes qui s'en occupent) quelles sont les activités qu'ils aiment. • Les activités familières et appréciées sont répétées (avec ou sans modifications mineures). • Les formateurs utilisent des équipements nouveaux, tactiles et colorés chaque fois que cela est possible. • Des activités ludiques d'apaisement et de relaxation en groupe clôturent chaque session.
La communication est essentiellement visuelle et est claire, motivante et facile à comprendre.	<ul style="list-style-type: none"> • Les démonstrations remplacent les instructions et les formateurs peuvent utiliser des cartes flash, des aides visuelles et des images pour illustrer les activités et les comportements lorsque cela est nécessaire (par exemple, les sauts). • Les formateurs dirigent et participent activement aux activités (au lieu de n'agir qu'en tant qu'observateurs). • Beaucoup de sourires, d'encouragements, de langage corporel positif et de rires remplacent les paroles des entraîneurs.
Les différences individuelles en termes de capacités et d'intérêts sont prises en compte afin de garantir que tous les enfants puissent participer et "avoir une chance".	<ul style="list-style-type: none"> • Le temps est consacré à apprendre à connaître chaque enfant, ses intérêts et ses capacités. • Si les enfants ne participent pas ou n'apprécient pas les activités, des informations sont demandées aux personnes qui s'occupent d'eux ou aux enseignants de l'école sur les intérêts et les capacités de l'enfant. • Les activités sont adaptées aux intérêts et aux capacités des enfants avec une interaction individuelle (si le nombre d'entraîneurs disponibles est suffisant) ou les entraîneurs adoptent des "zones d'activité", regroupant les enfants ayant des capacités et des intérêts similaires pour faire la même activité.
Les entraîneurs s'attendent, et sont préparés, à adapter les activités pour maintenir l'intérêt et l'attention et veiller à ce que les activités soient adaptées au niveau de capacité de chaque enfant	<ul style="list-style-type: none"> • Les formateurs acceptent que des changements aux activités planifiées soient nécessaires pendant les sessions et se préparent en conséquence avec des moyens permettant de modifier toutes les activités ou d'en ajouter de nouvelles. • Les sessions sont suivies de séances de débriefing pour les formateurs, au cours desquelles les "success stories" et les "situations difficiles" sont échangées. • Les formateurs sont encouragés à rédiger des journaux de réflexion détaillant les connaissances acquises lors des sessions.

DISCUSSION

Cet article présente les résultats de l'examen d'un programme d'activité physique mené en Australie, dans lequel le tennis est l'une des activités, pour les enfants âgés de 10 ans et moins qui présentent un handicap particulier. Les caractéristiques et stratégies clés adoptées dans le programme, identifiées dans l'examen (tableau 1), sont liées et interdépendantes. Ensemble, ils confirment l'importance pour les entraîneurs d'être inclusifs dans l'exécution des activités et d'encourager les enfants à "essayer" et à "s'amuser".

Nous comprenons que les caractéristiques et les stratégies adoptées dans le programme ne sont pas "révolutionnaires" ou surprenantes. Elles ne sont pas non plus propres aux programmes destinés aux enfants handicapés. Ils soutiennent plutôt des principes d'enseignement bien reconnus tels que l'inclusion, la préparation, le plaisir, la sécurité et l'engagement (Martens, 2012). En outre, les facteurs et les stratégies identifiés complètent ceux cités dans la littérature existante sur l'encadrement des enfants handicapés, qui propose que chacun puisse participer au sport et à l'activité physique d'une manière accueillante et inclusive, indépendamment de ses capacités, de ses connaissances préalables et de son niveau de compétence (par exemple, SportAus, n.d.).

Le format de notre programme, qui comprend différents jeux et activités dans une gamme de sports, est également conforme aux recherches (par exemple, Cote et al., 2009 ; Sleiman, 2019) qui soutiennent la mise en œuvre d'une approche multisports et multi actifs (par opposition à une spécialisation précoce) pour le développement à long terme et d'autres avantages psychosociaux pour les enfants.

Implications pour les formateurs

Les auteurs de cet article suggèrent que les formateurs peuvent :

- Passez en revue vos propres programmes pour vous assurer qu'ils offrent des possibilités de participation aux enfants handicapés.
- Adoptez la liste des caractéristiques et stratégies clés du tableau 1 comme liste de contrôle lors de la révision de vos programmes. Nous pensons que notre liste pourrait constituer un "bon point de départ" lors de l'examen d'autres programmes destinés aux enfants âgés de 10 ans et moins et fournir des indices pour une mise en œuvre pratique et efficace.
- Revoir la composition de vos programmes pour les enfants de 10 ans et moins afin d'inclure différents jeux et activités (facilement modifiables) à travers différents sports, en plus de ceux liés au seul tennis.

CONCLUSION

Ce document met en évidence un certain nombre de considérations pratiques pour les entraîneurs lorsqu'ils travaillent avec des enfants âgés de 10 ans et moins qui présentent un handicap particulier (voir tableau 1). Il est important que les entraîneurs respectent et prennent en compte les capacités et les intérêts uniques de chaque enfant ; qu'ils soient bien préparés et prêts à adapter et à modifier les activités ; que ces activités soient "courtes et



précises" ; qu'ils tiennent compte de la sécurité ; qu'ils offrent beaucoup de sourires, d'encouragements et de commentaires ; et qu'ils donnent la priorité au plaisir, à l'amusement et à la participation. Le programme est un témoignage de ce qui peut être réalisé avec un groupe spécial d'enfants qui sont souvent négligés par les entraîneurs.

CONFLIT D'INTÉRÊTS ET FINANCEMENT

Les auteurs déclarent n'avoir aucun conflit d'intérêt et n'avoir reçu aucun financement pour la rédaction de cet article.

RÉFÉRENCES

- Cote, J., Horton, S., MacDonald, D., & Wilkes, S. (2009). The benefits of sampling sports during childhood. *Physical and Health Education Journal*, 74(4), 6-11.
- Martens, R. (2012). *Successful coaching* (4th ed.) Human Kinetics
- Patton, M. Q. (2002) *Qualitative evaluation and research methods*. Sage.
- Sleiman, M.E. (2019). Does being too specific too young produce good youth athletes but poor adult athletes? *Journal of Australian Strength & Conditioning*, 27(2), 86-90.
- Special Olympics (Aust.) Resources. <https://schools.specialolympics.com.au/resources>
- SportAus. (n.d). Inclusive sport. https://www.sportaus.gov.au/integrity_in_sport/inclusive_sport

Copyright © 2021 Janet A. Young, Loretta Konjarski et Rachael Beatson



Ce texte est protégé par une licence [Creative Commons Atribución 4.0](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/).

Vous êtes autorisé à partager, copier, distribuer et communiquer le matériel par tous moyens et sous tous formats et adapter le document, remixer, transformer et créer à partir du matériel pour toute utilisation y compris commerciale, tant qu'il remplit la condition de :

Attribution : Vous devez correctement créditer l'œuvre originale, fournir un lien vers la licence et indiquer si des modifications ont été apportées. Vous pouvez le faire de toute manière raisonnable, mais pas d'une manière qui suggère que vous avez l'approbation du concédant de licence ou que vous la recevez pour votre utilisation du travail.

[CC BY 4.0 Résumé de la licence](#). [CC BY 4.0 Texte intégral de la licence](#)

[SÉLECTION DE CONTENU DU SITE ITF ACADEMY \(CLIQUEZ\)](#)

