



Bouger avec du soutien

«Les situations d'apprentissage subsidiaires sont [...] caractérisées par l'asymétrie.»
(Wocken, 1998)



(PluSport)

De l'aide au déplacement autonome en passant par la sécurisation

Les situations d'apprentissage subsidiaires se caractérisent par un soutien ciblé qui facilite l'exécution du mouvement. Une structure d'apprentissage est proposée avec un soutien humain et matériel; cette structure est adaptée au niveau d'apprentissage individuel et permet un transfert croissant de la responsabilité et une diminution du soutien. Les aides humaines et matérielles favorisent l'autonomie et garantissent la sécurité.

Le mot-clé «relations au mouvement» met l'accent sur le soutien humain et l'assistance. Les différents aspects des aides à l'apprentissage matérielles sont présentés dans la fiche d'approfondissement «Adaptations – Matériel».

Aides d'apprentissage humaines

Selon la situation, le moniteur propose son soutien ou les participants s'entraident. On peut distinguer deux situations d'apprentissage (Weichert, 2008):

- + La personne accompagnante n'est pas en mesure de poursuivre ses propres objectifs de mouvement ou ses propres plans d'action (p. ex. aide pour la gymnastique aux agrès ou guide pour personnes avec handicap de la vue).

- + La personne accompagnante peut poursuivre ses objectifs de mouvement et ses plans d'action (p. ex. dans le cadre d'un partenariat au sein de l'équipe, récupérer de temps en temps une balle perdue ou, en cas d'attaque, jouer la balle de préférence à son partenaire).

Dans l'accompagnement des mouvements, l'aide et la surveillance se complètent. Selon le niveau d'apprentissage, la situation d'apprentissage et l'objet de l'apprentissage, l'accent est mis plutôt sur l'aide ou plutôt sur la surveillance.

L'aide

L'aide est utilisée lors de l'apprentissage d'un nouveau mouvement ou d'un mouvement complexe. Elle soutient le déroulement du mouvement pour en faciliter ou en permettre l'exécution. L'aide a pour but de permettre des expériences réussies et d'encourager la poursuite de l'exercice, d'influencer favorablement la sensation et la représentation du mouvement, de réduire ou d'éliminer complètement la peur de l'exercice et d'éviter les accidents.

Aider efficacement, c'est

- + tenir compte du déroulement du mouvement ainsi que des lois mécaniques et des réactions inattendues.
- + accompagner l'ensemble du mouvement le plus près possible du corps afin d'éviter un effort excessif et de permettre une intervention rapide.
- + identifier les phases principales du mouvement pour donner les impulsions qu'il faut.

La surveillance

La surveillance est un comportement d'attente, d'observation attentive et de concentration qui permet d'intervenir immédiatement et de manière ciblée en cas de danger. La surveillance est importante en cas d'anxiété et de manque de confiance en soi, dans le cas où un échec peut entraîner une chute et lors de l'exécution d'exercices complexes. La personne qui assure la surveillance doit anticiper pour ne pas être surprise en cas d'échec de l'exercice. Elle doit également être placée au bon endroit afin de pouvoir éviter les accidents en intervenant à temps.

Prises et formes d'aide:

En fonction de la personne à aider et de la situation, différentes prises et formes d'aide sont utilisées pour permettre la réussite de la tâche motrice. Les principales prises et formes d'aide pour les mouvements sur et avec des appareils sont présentées sur www.mobilesport.ch/gymnastiqueauxagres/gymnastique-aux-agres-definition-de-laide-et-de-la-surveillance/.

Modèle d'action «Aider et assurer» (Messmer, 2013, p. 218)

Dans les situations d'accompagnement, il est important de connaître le déroulement des mouvements et d'avoir une communication claire entre la personne aidante et le sportif afin d'éviter les incertitudes et les accidents. Le modèle d'action «Aider et assurer» aide à structurer la communication.

Intention de réaliser le mouvement: la tâche motrice doit correspondre au niveau d'apprentissage.

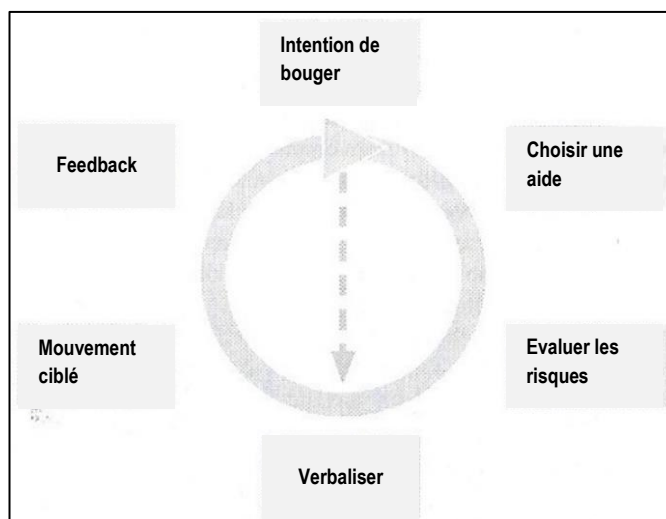
Choisir l'aide: les sportifs choisissent leur auxiliaire – confiance.

Évaluer les risques: le mouvement à réaliser doit être clair; éviter d'éventuels écarts par rapport au mouvement à réaliser grâce à des aides; aménager l'environnement de manière à garantir la sécurité (tapis) et choisir un endroit approprié pour aider.

Verbaliser: définir ensemble quand, où et comment le mouvement sera accompagné.

Mouvement à réaliser: exécuter le mouvement.

Feed-back: donner un feed-back réciproque sur l'exécution du mouvement et l'aide.



Le modèle d'action «Aider et assurer» (Messmer, 2013, p. 218)

Personnes en situation de handicap

Les personnes en situation de handicap n'ont pas plus d'accidents que les autres dans le sport, mais pas moins. Lors de l'aide et de la surveillance, il convient de tenir compte des points suivants:

- + Se concerter au préalable au sujet de l'aide ou de la surveillance
- + Éviter les appuis et contraintes défavorables (prothèses, spasticités et dystonies).
- + Tenir compte des raideurs articulaires (handicaps moteurs cérébraux) ou de l'hypermobilité (trisomie 21).
- + En cas d'hémiplégie, déterminer s'il faut soutenir la partie concernée ou non.
- + Éviter les points de pression et les éraflures (paralysie médullaire), faire attention aux vertiges (handicap de la vue / de l'ouïe, épilepsie).

Littérature utilisée et complémentaire

Office fédéral du sport OFSPO (éd.). (2014). Sport et handicap. Pistes pour une pratique sportive commune. Macolin: Office fédéral du sport. (Photo Daniel Käsermann)

Giese, M., Weigelt, L. (éd.) (2015). Inklusiver Sportunterricht – Theorie und Praxis. Aix-la-Chapelle: Meyer & Meyer Verlag.

Messmer, R. (2013). Fachdidaktik Sport. Berne: Haupt Verlag

PluSport Sport Handicap Suisse (éd.) (2018). Module d'assistant/e Dossier / Cahier de travail.

Volketswil: PluSport.

Weichert, W. (2008). Integration durch Bewegungsbeziehungen. In Fediuk, F. (éd.), Inklusion als bewegungspädagogische Aufgabe (55-95). Hohengehren, Baltmannsweiler: Schneider Verlag.

Wocken, H. (1998). Gemeinsame Lernsituationen. In Hildeschiedt, A. & Schell, I. (éd.), Integrationspädagogik (37-52). Weinheim: Juventa.

Häusermann, S., Meyer, A., Schrieber, S., Weidmann, E., Riedwyl, Ch. (2019). Le sport sans limites – avec des personnes atteintes de handicap grave ou de polyhandicap. Matériel pédagogique spécial PluSport. Herzogenbuchsee: Ingold Verlag.