

Faire du sport n'est pas enseigner le sport

L'importance d'une prise en charge qualifiée pour garantir le sens d'une pratique sportive régulière

Cédric BLANC*

Les possibilités d'accès à la pratique sportive pour les personnes en situation de handicap sont plus nombreuses aujourd'hui. Leur variété et leur diversité sont parfois telles qu'il devient primordial d'en évaluer la signification réelle pour la personne handicapée. Au-delà d'une simple expérience pratique individuelle, la présence d'une personne en situation de handicap au sein d'un groupe pratiquant le sport pose la question du sens et de la cohérence.

L'environnement physique, mais avant tout social, revêt une importance capitale dans la détermination des besoins de la personne et le degré de situation de handicap de celle-ci. Or, il est nécessaire aujourd'hui de voir dans la compétence de l'entraîneur, du moniteur ou de l'accompagnant sportif la clé de réussite. Par exemple, les personnes en situation de handicap mental ont des possibilités très variées de pratiquer un sport aujourd'hui et parfois même de concourir dans des épreuves internationales. La multitude de disciplines pratiquées par un seul et même sportif amène à s'interroger sur la légitimité d'une telle situation et sur le sens même donné à cette pratique pour cet individu «polysportif». Cet article propose une piste de réflexion sur la relation étroite entre la qualité de participation d'un sportif en situation de handicap mental dans sa discipline et la qualité de formation de son entraîneur ou moniteur sportif.

* Coordinateur en éducation physique et sportive (EPS) à l'Office de l'enseignement spécialisé du Canton de Vaud et formateur d'adultes en activités physiques adaptées, responsable de l'Antenne romande Plusport Sport Handicap Suisse.
Courriels: cedric.blanc@vd.ch; blanc@plusport.ch

1. Savoir observer

Le personnel encadrant a donc de réelles responsabilités dans sa capacité à accueillir une personne en situation de handicap. L'accueillir, c'est avant tout lui permettre de progresser dans des conditions environnementales répondant effectivement à ses besoins, ses capacités et ses représentations. La compétence d'observation du moniteur est déterminante dès le début de la prise en charge. Celui-ci doit évaluer les stratégies d'adaptation au milieu (parfois inexistantes) du «jeune» sportif et aménager des situations d'apprentissage porteuses de sens pour l'apprenant. C'est lui permettre de développer des *conduites motrices* (Parlebas, 1999).

Plutôt que la participation conçue comme une présence réactive, le moniteur doit s'interroger sur la participation active de «son» sportif tant sur le plan affectif qu'effectif. Il faut distinguer la *participation affective*, qui induit la notion de plaisir et les aspects socio-émotionnels dans la relation de l'apprenant avec l'enseignant, et la *participation effective*, qui sous-tend la notion d'apprentissage et, par elle, les progrès réalisés dans l'activité physique ou la discipline sportive pratiquée.

Par son observation des comportements moteurs et sociaux du sportif apprenant, l'enseignant doit capter quelles sont les représentations du sujet: savoir comment l'apprenant perçoit et analyse l'environnement, quelles associations sont réalisées entre son vécu moteur et les stimuli perçus et quelle réaction émotionnelle ces derniers engendrent, sont autant d'informations précieuses sur les représentations du sportif que l'entraîneur doit saisir.

L'apprenant démontre des conduites motrices en tant que comportement moteur organisé de manière signifiante. C'est-à-dire qu'il investit sa motricité et agit sur le milieu *intentionnellement*. Je mets dès lors en doute la cohérence de nombreuses compétitions sportives pour des personnes en situation de handicap mental. Ces personnes n'ont pas forcément besoin d'une confrontation pour se motiver. Le dépassement de soi par le progrès réalisé et la mesure de celui-ci peut constituer une source de motivation suffisante. En effet, la pratique de disciplines sportives de compétition entraînent, pour le sportif en question, la nécessité de comprendre leurs règles et les habiletés techniques à maîtriser. Or, le sens de telles pratiques n'est pas garanti pour certains compétiteurs pour lesquels seule la finalité est visée, soit le résultat symbolisé par une récompense. Mais ce résultat n'est souvent pas mis en valeur pour le progrès qu'il constitue mais pour la ré-

compense qu'il engendre. Ce modèle correspond sans doute aux critères de réussite adoptés dans notre société. N'y a-t-il pas d'autres manières d'accéder à la joie et à la satisfaction de réussir dans son activité? N'y a-t-il pas tromperie? L'aménagement de situations d'apprentissage, où le progrès est perceptible et évaluable par le sportif lui-même, permettent cette autosatisfaction sans médaille ni récompense autre que l'appréciation de son propre progrès.

Il convient sans doute de renforcer aujourd'hui la compétence des entraîneurs, enseignants et moniteurs sportifs sur cette capacité d'observation et la finesse de l'évaluation des comportements moteurs et sociaux. Dans sa prise en charge, l'enseignant se doit d'aider la personne en situation de handicap à organiser sa perception de l'environnement. Sans une observation minutieuse et un accompagnement dans la durée, le moniteur ne peut développer des compétences dans sa faculté à comprendre:

- les capacités d'exécution du mouvement de la personne en situation de handicap (habiletés générales);
- les capacités de relation avec les autres de la personne en situation de handicap (compétence sociale);
- les difficultés relatives au handicap (en terme de déficit = déficience) et les stratégies d'exécution de la personne en situation de handicap.

2. Aménager des situations adaptées

L'intention, la perception, le désir, la frustration, l'image mentale... sont autant de moteurs de l'action. La conduite motrice répond donc à la totalité de la personne agissante. Les contenus pédagogiques élaborés par le moniteur deviennent ainsi des «*activités incitatrices au mouvement délibéré*» (Parlebas, 1999) s'ils reposent sur la cohérence entre comportement moteur et signification intérieure pour le sujet apprenant. L'individu agit parce qu'une stimulation «résonne» en lui. Cette cohérence sous-tend, outre les dimensions socio-éducatives de l'activité physique et sportive, les objectifs suivants de la pratique sportive:

- la notion et la mesure de performance (l'autoévaluation);
- le sens de la victoire sur soi-même et sur autrui;
- les aspects tactiques et stratégiques dans le jeu.

Ces éléments contribuent sans doute, de manière transversale, aux apprentissages de la vie. Notre société actuelle demande le dépassement de soi, la performance, la confiance et la stratégie. Cependant, la question du sens donné à l'action révèle finalement toute l'intention de faire de la personne. La personne en situation de handicap mental peut être capable d'agir intentionnellement, de ressentir et d'exprimer ses émotions, si l'environnement dans lequel elle évolue revêt un sens pour elle.

En créant un espace structuré et structurant, en adaptant le rythme de l'activité, en rendant le geste accessible et en l'améliorant, en insistant sur le ressenti et en aidant le sportif à le verbaliser ou l'exprimer, l'enseignant permet à l'apprenant de développer des conduites motrices et d'agir intentionnellement avec cohérence et efficacité. Ainsi la définition d'objectifs à court, moyen et long terme devient plus aisée et correspondra aux motivations du sportif en situation de handicap mental. L'enseignant doit comprendre les enjeux liés à sa capacité à observer et à aménager des situations adaptées, afin d'instruire et d'accompagner son sportif en adéquation avec sa motivation à pratiquer un sport ou une activité physique régulière.

L'aménagement de situations de réussite, l'exploitation et la gestion habiles d'échecs ou de défaites contribuent ainsi à donner du sens à l'expression «je fais du sport». Il s'agit de l'élément central de l'intervention de celui ou celle qui «enseigne le sport».

Sans une formation minimale ciblée des enseignants, professeurs d'éducation physique et sportive ou entraîneurs, la pratique de l'exercice physique ou sportif perd de son attrait par le fait que le sportif n'apprend plus et n'entretient progressivement plus de relation réaliste avec l'activité qu'il pratique, le lieu où elle se déroule et les personnes qu'il y côtoie.

3. La formation actuelle des professionnels et moniteurs associatifs en Suisse romande

C'est à travers ce postulat de base que je dispense des contenus de formation en activités physiques adaptées en Suisse romande où rien n'existait en la matière il y a dix années seulement. La situation actuelle comprend une filière en activités physiques adaptées à l'Université de Lausanne et une formation non professionnelle sous l'égide de la fédération Plusport Sport Handicap Suisse. Il convient de remarquer que la filière universitaire, qui

est proposée actuellement en mobilité¹, manque de cohérence par rapport au statut actuel de l'enseignement du sport adapté en Suisse romande tant dans les écoles que dans les milieux associatifs ou thérapeutiques. La mise sur pied d'une formation non professionnelle de moniteur de sport handicap en Suisse romande remonte à 1996. A cette époque, une véritable prise de conscience des besoins est réalisée dans les milieux scolaires institutionnels et les clubs sportifs accueillant des personnes en situation de handicap. Un manque de compétence, et surtout le besoin de connaître mieux l'adaptation de la pratique du mouvement, sont constatés. On réalise notamment que la prise en charge d'une personne présentant des besoins liés à un vécu moteur et social particuliers, demande un bagage spécifique dans le domaine du sport. La création de cette unité de formation au sein de la fédération Plusport Sport Handicap Suisse engendre rapidement la sollicitation de diverses filières de formation professionnelles dans l'enseignement spécialisé, la physiothérapie ou l'ergothérapie. Aujourd'hui, ce cursus de formation permet chaque année à 30 nouveaux moniteurs d'acquérir un bagage de base afin de construire un enseignement du mouvement cohérent et sensé selon la personne. Plus de 500 personnes ont bénéficié de cette formation jusqu'à ce jour. Mes missions professionnelles, au carrefour des milieux scolaires et associatifs, m'ont permis de développer d'autres moyens. Ainsi, mes activités se sont développées autour de l'aménagement d'activités physiques et sportives adaptées dans les écoles d'enseignement spécialisé du Canton de Vaud. Ma fonction de coordinateur en éducation physique et sportive (EPS) au sein de l'Office de l'enseignement spécialisé cantonal me permet aujourd'hui d'agir également en faveur de l'intégration d'enfants en situation de handicap dans les leçons d'éducation physique et sportive des écoles régulières. Ma position est, cependant, encore isolée, car il n'existe pas de poste homologue dans les autres cantons romands ou sur le plan national. Ce rôle pionnier me donne l'occasion d'enseigner les notions de base de ce domaine dans différents milieux concernés par le handicap, par lesquels je suis très souvent sollicité. Le besoin est donc bien réel.

1 Possibilités offertes aux étudiants (généralement avancés ou post-grades) d'effectuer des séjours d'études dans d'autres universités en Suisse ou à l'étranger.

4. Garantir une pratique régulière

La compétence de celui qui enseigne ne se vérifie pas seulement dans sa capacité à accueillir et entourer affectivement le sportif en situation de handicap mental. Il s'agit de se poser les bonnes questions autour du sens de sa pratique. Les bonnes solutions trouvées par le sportif, tout au long de ses apprentissages, devront être renforcées. Cette quête du sens doit occuper une place centrale dans les objectifs de la formation des enseignants et moniteurs. Faire du sport n'est pas enseigner le sport. Ce recul nécessaire doit être enseigné par un questionnement fondamental:

- Qu'est-ce que la personne souhaite apprendre?
- Qu'est-elle capable de produire et comment réagit-elle face à l'environnement?
- Qu'est-ce que je veux lui apprendre?
- Qu'est-ce que je mets en œuvre pour y parvenir?
- A-t-elle progressé?
- A-t-elle manifesté du plaisir et de la motivation?

Les possibilités, pour le sportif en situation de handicap mental, d'obtenir une relation sensée (donc réaliste) avec son environnement et, de participer à l'activité, par sa capacité à progresser et ses démonstrations (j'y parviens, donc je suis), sont des garanties pour une pratique *régulière*. La motivation du sujet durera si elle correspond à cette cohérence et non si elle est basée sur la participation à de grands événements sportifs ponctuels et éphémères.

Sur le plan préventif, les problèmes de santé, dus notamment au manque d'exercice et d'activité physique, peuvent être évités. Les nombreuses campagnes de prévention primaire contre le surpoids ou l'apparition de maladies cardio-vasculaires, s'adressent aussi aux personnes en situation de handicap mental. Il convient de leur permettre également d'évaluer le bénéfice d'une pratique sportive régulière sur leur état de santé.

Conclusion

L'apparition du concept des activités physiques adaptées et la prise en compte des moyens existants dans chaque structure professionnelle (écoles, milieux thérapeutiques) permettra, à terme, un échange de compétences

entre ces structures et les structures non professionnelles (associations, familles). La collaboration entre ces milieux est aussi une clé de réussite pour développer efficacement des accès à la pratique sportive pour les personnes en situation de handicap mental. Il est important, aujourd'hui, de développer des prestations co-construites par ces différentes structures afin d'améliorer la qualité de participation des personnes en situation de handicap mental. J'ai récemment développé un concept pour la création d'une unité de compétence en éducation physique et sportive (EPS) au sein de l'Office de l'enseignement spécialisé du canton de Vaud (Blanc, 2006-2007). Cette unité de compétence devrait permettre de soutenir toute action ayant pour but d'intégrer un élève en situation de handicap mental dans les leçons EPS d'une classe régulière. Ce soutien à l'enfant, mais également à l'enseignant en éducation physique et sportive, sera concrétisé par l'utilisation de moyens pédagogiques et structurels déjà existants dans les établissements scolaires. Il ne devrait donc pas entraîner de nouvelles mesures importantes et coûteuses, et dont l'efficacité n'aurait pu être vérifiée.

L'organisation d'activités hors temps scolaire, ou de travail, est également primordiale. La création de camps sportifs réunissant des jeunes sportifs avec et sans handicap montrent aujourd'hui l'extraordinaire potentiel des enfants à s'associer, se reconnaître et se respecter dans le sport et par le mouvement. Ce type de prestations doivent alimenter la réflexion menée sur l'intégration et mettre en lumière le vecteur d'intégration que représente le sport.

Dans ce contexte, il me paraît également important d'échanger avec nos voisins européens et plus lointains. Les structures sont certes différentes mais les pratiques restent les mêmes. En Suisse romande, les activités physiques et sportives adaptées sont encore jeunes, mais elles apparaissent progressivement dans un contexte socioprofessionnel en changement. La malléabilité des structures et la volonté de changement permettent sans doute le développement plus rapide de nouveaux moyens et une prise de conscience effective des manques et des besoins en la matière.

Ainsi, accompagner et encadrer avec compétence ces sportifs exceptionnels, c'est aussi leur reconnaître une place et permettre à la société de devenir un peu plus humaine...

Références

- BILARD, J. *et al.* (2001). *Enseigner et animer les activités physiques adaptées*. Paris: Editions Revue EPS.
- BLANC, C. (2006-2007). *L'éducation physique et sportive: un vecteur d'intégration et d'apprentissage. Concept pour la création d'une unité de compétence en EPS au sein de l'Office de l'enseignement spécialisé du Canton de Vaud*. Mémoire en Sciences du Sport et de l'éducation physique (non publié). Lausanne: Université de Lausanne.
- BRUNET, F. et CAOUETTE, M. (1995). *Corps et psychiatrie, Psychopédagogie des activités physiques et sportives*. Rennes: Editions ENSP.
- BRUNET, F. et MANTUIT, D. (2003). *Activités physiques adaptées aux personnes déficientes intellectuelles: du programme institutionnel au projet personnalisé*. Paris: Editions Revue EPS.
- BRUNET, F. et NINOT, G. (1999). *Déficiência intellectuelle et compétitions sportives: bilan et perspectives*. France: 2SD Sport Sciences Diffusion.
- BRUNET, F. et BUI-XUAN, G. (1999). *Handicap mental, troubles psychiques et sport*. Clermont-Ferrand: Coédition FFSA AFRAPS.
- FAMOSE, J.-P. (1990). *Apprentissage moteur et difficulté de la tâche*. Paris: Editions INSEP.
- HAEUSERMANN, S. *et al.* (2002). *Mouvement, jeux et sport avec des personnes handicapées. Bases biologiques et médicales. Aspect de l'apprentissage du mouvement*. Volketswil: PLUSPORT Sport Handicap Suisse.
- JUHEL, J.-C. (1997-2000). *La déficiência intellectuelle*. Québec et Ottawa: les Presses de l'Université Laval.
- OLIVIER, I. et RIPOLL, H. (1999). *Développement psychomoteur de l'enfant*. Paris: Editions Revue EPS.
- PAOLETTI, R. (1999). *Education et motricité*. Bruxelles: Editions De Boeck Université.
- PARLEBAS, P. (1999). *Jeux, sports et sociétés. Lexique de praxéologie motrice*. Paris: INSEP Coll. Recherche.
- SARRAZIN, P. et TROUILLOUD D. (2006). «Comment motiver les élèves à apprendre. Les apports de la théorie de l'autodétermination», dans P. DESSUS et E. GENTAZ (Eds). *Apprentissages et enseignement*. Paris: Dunod, pp. 123-142.

Documents électroniques

Site officiel de la Fédération Plusport Sport Handicap Suisse. <http://www.plusport.ch>