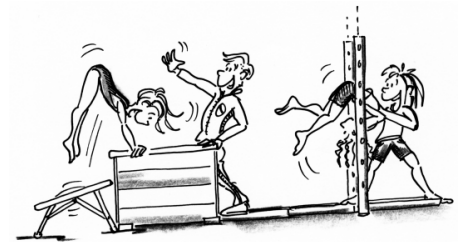


# Sport et inclusion – Se mouvoir aux agrès: Piste d'agrès

Dans cet exercice, les élèves démontrent qu'ils sont capables de créer une suite de mouvements en groupe.

Former des groupes de trois à quatre élèves. Chaque groupe construit sa piste d'agrès (barre fixe, caissons, barres parallèles, mini-trampoline, etc.) et prépare une suite de mouvements, avec ou sans musique, en tenant compte des capacités des camarades. La consigne: tout le monde doit effectuer deux exercices à chaque agrès et aider à deux reprises au moins un camarade. La présentation dure au plus trois minutes.



**Exemple pratique:** Dans un groupe se trouve un enfant avec le trouble du spectre de l'autisme. Il aide seulement là où aucun contact corporel n'est requis et effectue des exercices qui ne nécessitent pas de soutien.

## Autres adaptations

- **Troubles de la perception et du comportement/Déficience cognitive:** Aider activement avec accompagnement.

**Matériel:** Divers agrès (barre fixe, caissons, barres parallèles, mini-trampoline, etc.)

## A prendre en considération

- **Troubles de la perception et du comportement:** Aider de manière claire et univoque en expliquant bien où et comment le contact physique se déroule. Les enfants et les adolescents avec des troubles du spectre de l'autisme peuvent difficilement «lire» les autres personnes. Aider activement seulement sous surveillance.
- **Déficience cognitive:** Prendre garde à l'hyperlaxité en cas de trisomie 21 en raison d'un tissu conjonctif affaibli et d'un tonus musculaire réduit (hypotonie).
- **Difficultés motrices:** Éviter les leviers défavorables et les surcharges. Prudence en cas de prothèse, de spasticité, de raideurs articulaires. En cas d'hémiplégie, s'accorder pour savoir s'il faut soutenir la partie déficiente ou la partie fonctionnelle. Rembourrer les agrès, éviter les zones de pression.

---

Source: «Geräteturnen - Geräteturnfächer Specials». Herzogenbuchsee: Ingold Verlag. 2010  
(carte 34B)



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

**Office fédéral du sport OFSPO**