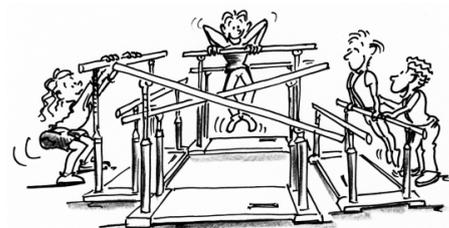


Sport et inclusion – Se mouvoir aux agrès: Jeu de barres

Dans cet exercice, les élèves démontrent qu'ils sont capables d'effectuer des mouvements aux barres parallèles.

Installer quatre paires de barres parallèles (barres hautes, basses, croisées, en escalier) de manière à former un rectangle. A l'arrêt de la musique, les élèves effectuent la tâche énoncée par l'enseignant (se suspendre, se tenir en appui, se mettre à quatre pattes, etc.).



Exemple pratique: Un élève avec déficience visuelle est accompagné par un camarade qui l'aide à s'orienter et veille à sa sécurité.

Autres adaptations

- **Troubles de la perception et du comportement/Déficience cognitive:** Interdire tout contact physique avec les autres élèves sauf entente et lors de l'assurage.
- **Difficultés motrices:** Evoluer sur les barres avec l'aide d'un partenaire. Les élèves en fauteuil roulant se déplacent autour des barres et donnent les tâches à effectuer.
- **Déficience auditive:** Faire un signe clair pour annoncer un nouvel exercice et le démontrer.

Matériel: Barres parallèles, installation de musique

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:** Eviter 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: «Gym aux agrès - L' éventail Elements». Herzogenbuchsee: Ingold Verlag. 2010 (carte 8A)



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Office fédéral du sport OFSPO