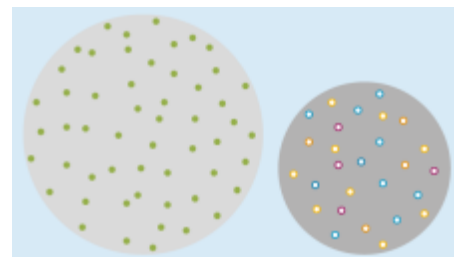


Sport et handicap: Prendre part à l'activité physique et au sport

Le sentiment d'appartenir à une même communauté naît des activités physiques pratiquées ensemble sur un même thème ou avec le même objectif d'apprentissage, que l'on soit handicapé ou non. Ces activités sportives communes peuvent prendre trois formes, différentes et complémentaires.

Séparation

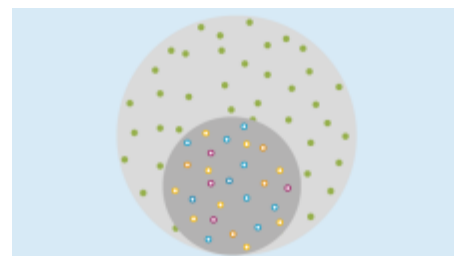
Cette pratique consiste à proposer des activités spécialisées aux personnes en situation de handicap pour leur permettre de développer leurs aptitudes dans divers sports. Les participants acquièrent ainsi des qualités et des habiletés propres au sport concerné, vivent le sport entre personnes ayant les mêmes difficultés, et peuvent se mesurer et se comparer entre eux.



Les règles du sport pratiqué sont appliquées normalement ou adaptées – comme dans le basketball en fauteuil roulant, par exemple. Les habiletés acquises facilitent la participation au sport tout en permettant aux intéressés d'être mieux acceptés socialement.

Intégration

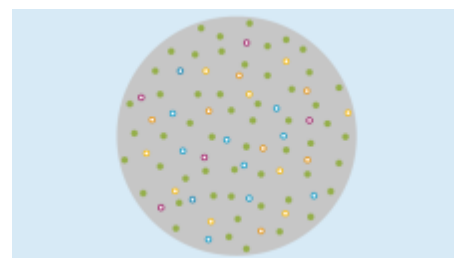
Elle consiste à permettre à des personnes en situation de handicap de participer, en groupe ou individuellement, à des entraînements et à des manifestations sportives ordinaires, régies par les règles et les normes ordinaires.



Pour permettre cette participation, on adapte individuellement les règles et les engins de sport, et on propose une aide individuelle. Dans ces activités, les entraînements sont communs et le sport a lieu au même endroit pour tout le monde, avec les mêmes objectifs.

Inclusion

Dans l'inclusion, les sportifs avec handicap et sans handicap font du sport ensemble. Ce faisant, ils mettent au point de nouvelles règles et font de nouvelles expériences motrices.



L'objectif d'apprentissage et le thème sont identiques pour tous. Partant des points forts des uns et des autres, on joue sur les différences pour inventer de nouvelles manières de faire du sport. Les activités proposées sont propices à une grande diversité et permettent la participation de personnes en situations très diverses.

Les entraînements qui réunissent des enfants et des jeunes avec et sans handicap peuvent inclure successivement les trois pratiques, dans des séquences différentes. Les participants ont fortement besoin de se sentir autonomes, compétents et socialement intégrés, et il est essentiel de veiller à ces aspects (voir [Sport et handicap: Aspects méthodologiques](#)).

Source: Stefan Häusermann



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Office fédéral du sport OFSPO