

Dossier 5/23: Simplement inclure

Petit préambule: en matière d'inclusion, l'attitude joue un rôle déterminant. Imaginer des solutions plutôt que des problèmes permet de faire la course en tête. Les enseignants et les moniteurs ouverts à l'expérimentation et disposés à laisser leurs élèves et sportifs réfléchir pour trouver des chemins innovants récolteront bien vite des succès.

Adapter les jeux et formes de mouvements pour les personnes en situation de handicap afin qu'elles les vivent de l'intérieur: telle est l'ambition de ce dossier. Comme il serait bon, pour les sportifs et les moniteurs, de déclarer ou entendre cette phrase, le plus naturellement du monde: «Tous ceux qui le souhaitent peuvent évidemment jouer». L'objectif consiste à valoriser les atouts de chacune et chacun et d'envisager l'inclusion comme une chance pour tout le monde. Car la différence pimente le sport et son enseignement pour les rendre plus palpitants.

L'inclusion comme processus

La voie vers une société inclusive ressemble davantage à un chemin de campagne qu'à une autoroute rectiligne. On y roule plus lentement, ponctuant le trajet de petites pauses et de coups d'œil dans le rétroviseur avant de repartir avec un regard plus aiguisé. Cette métaphore invite à aborder avec courage la thématique et à glaner des expériences dans le sport et son enseignement.

Une inclusion à 100% ne représente pas le but ultime, il s'agit avant tout d'offrir le choix à toutes les personnes de pratiquer une activité sportive là où elles le souhaitent. Pour cela, le nombre de cours de sport et d'éducation physique inclusifs doit augmenter progressivement. Grâce aux discussions entre les personnes en situation de handicap et les autres membres du groupe, des solutions se dessinent sous forme d'adaptations qui n'enlèvent rien à l'esprit des jeux et des activités motrices.

Parmi nous, et c'est bien ainsi

Mais où commence le spectre des handicaps? Certains sont visibles, d'autres échappent au premier regard. Dans le chapitre «[Parmi nous, et c'est bien ainsi!](#)», les auteurs mettent en évidence les handicaps imperceptibles et donnent quelques conseils pour mieux les identifier. L'idée étant ensuite de procéder aux adaptations pertinentes pour rendre les leçons accessibles à tous. Les séquences d'apprentissage de Jeunesse+Sport «[Des activités J+S inclusives](#)» et «[Vivre la diversité](#)» permettent d'approfondir la thématique.

Ce dossier vous ouvre les portes du «sport inclusif» et enrichit la thématique du sport pour les personnes en situation de handicap. Outre les connaissances scientifiques et autres informations, vous découvrez dans le chapitre «[Conseils méthodologiques et outils pratiques](#)» des idées pour concevoir des leçons avec des groupes hétérogènes. La partie «Bonnes pratiques» (voir ci-dessous) présente un grand choix d'exercices directement applicables avec des classes et des groupes, complétés par des activités issues du sport handicap qui sensibilisent tous les participants à la thématique.

Dossier

- [Simplement inclure](#) (pdf)

Articles

- [Toujours politiquement correct?](#)
- [Parmi nous, et c'est bien ainsi!](#)
- [Conseils méthodologiques et outils pratiques](#)
- [Partenaires et projets](#)

Bonnes pratiques

- [Ensemble](#)
- [Performance](#)
- [Formes de jeux](#)
- [Disciplines sportives](#)

Source: Daniela Loosli, responsable suppléante «Inclusion», Reto Planzer, expert «Inclusion», PluSport



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Office fédéral du sport OFSPO