



Pistes d'organisation d'une Rencontre Sportive Associative Olympique à la découverte du Handisport





Semaine Olympique et Paralympique Édition 2023



Dates : du lundi 3 avril au vendredi 7 avril 2023

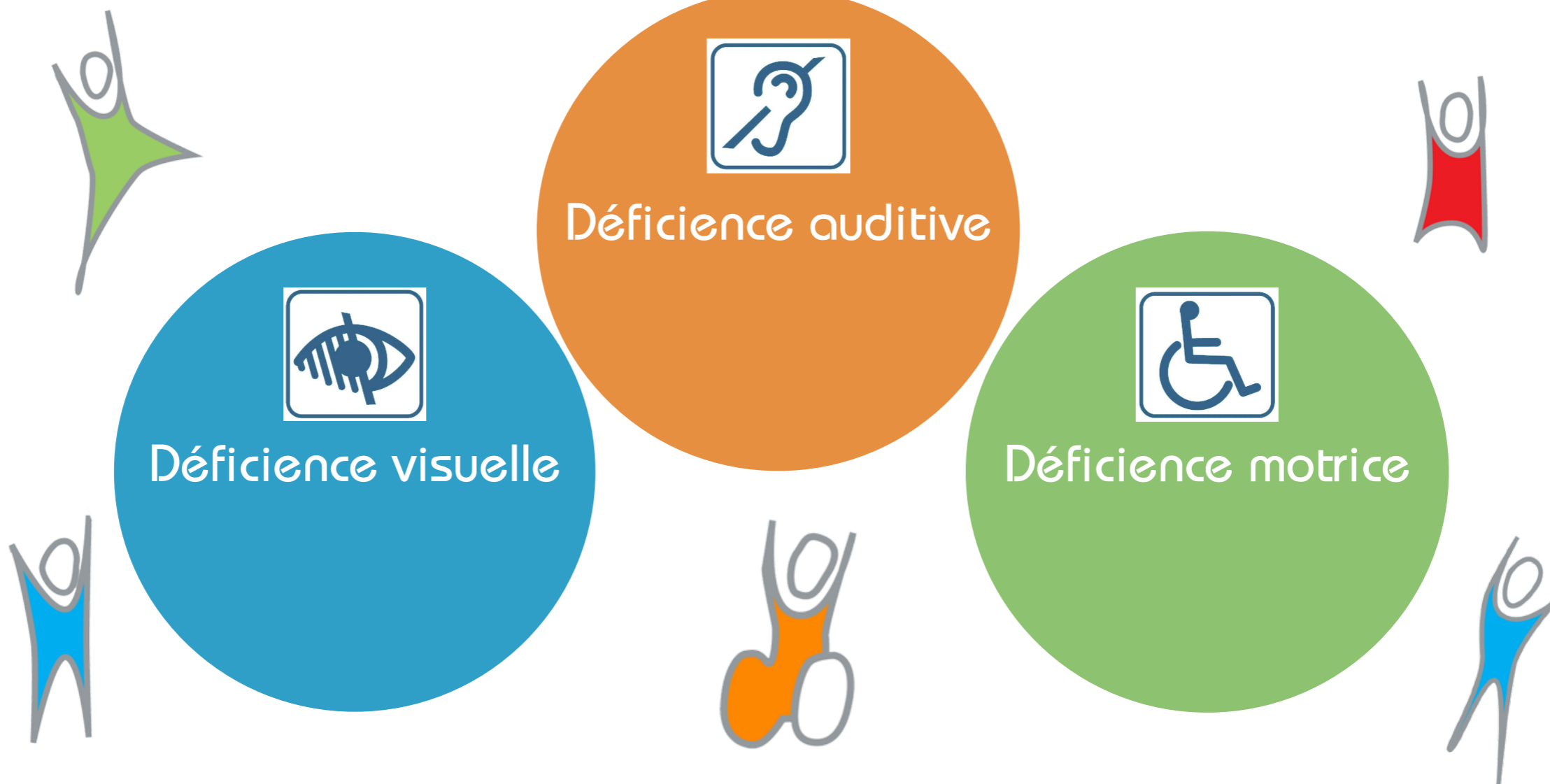
Thématique : L'INCLUSION

Elle a pour objectifs :

- De sensibiliser aux valeurs olympiques et paralympiques en mobilisant des outils éducatifs et ludiques mis à disposition.
- D'utiliser le sport comme outil pédagogique dans les enseignements.
- De découvrir des disciplines olympiques et paralympiques en collaboration avec le mouvement sportif, en organisant des ateliers de pratique sportive.
- De changer le regard sur le handicap en s'appuyant sur la découverte des parasports et en intégrant des rencontres de parasports ou sports partagés.
- D'éveiller les jeunes à l'engagement bénévole et citoyen.



Afin d'être au plus près de la thématique de l'inclusion, nous vous proposons quelques situations autour de 3 grands types de handicap :





Déficiences auditives



Semaine Olympique et Paralympique INCLUSION



Situation 1 : La course en silence

Un coureur par couloir, plus un signaleur de départ placé derrière le coureur. Le signaleur donne le signal de départ au coureur en posant sa main sur le dos de ce dernier.

On inverse les rôles. J'ai réussi si je réagis plus vite que mon adversaire au signal de départ et si je franchis la ligne d'arrivée en premier.

Variante : proposer un signal visuel (drapeau ou mouvement des bras), à la place du signal tactile.

Situation 2 : Le béret

2 équipes face à face. Chaque joueur de chacune des équipes est nommé par un numéro.

Les joueurs devant récupérer un objet placé au centre du terrain sont annoncés par un signal visuel (carton avec numéro).

Défi (à travailler en amont, en classe) : S'exprimer en langue des signes : « bonjour », « merci », « au revoir » applaudir. Pour cela vous pouvez vous appuyer sur ces deux supports vidéo :

[Langue des signes : mots du quotidien](#)

[Mon premier cours de langue des signes](#)



Semaine Olympique et Paralympique INCLUSION



Situation 1 : La course en aveugle

Bandeaux ou lunettes de piscine dépolies, coupelles, mini-haies, lien pour que coureur et guide soient en relation, chronomètre.

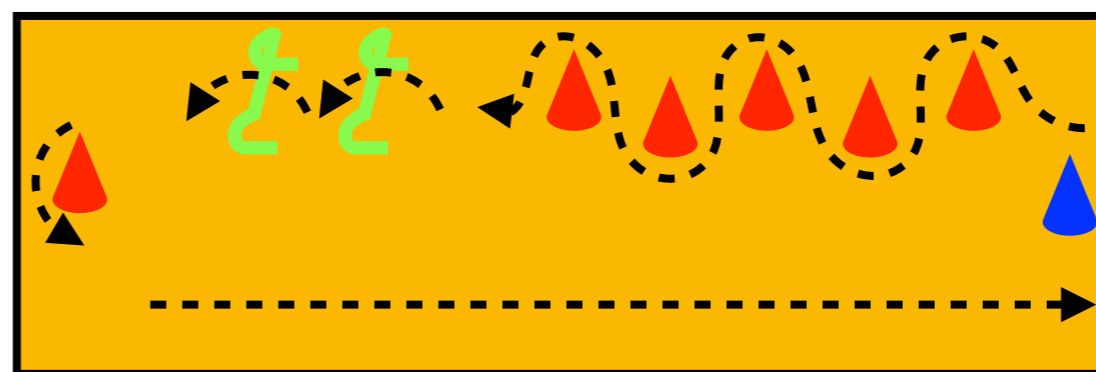
Le coureur dépourvu de sa capacité visuelle et son guide* découvrent le parcours à obstacles (1 ou 2 passages) puis doivent le réaliser le plus rapidement possible. On inverse les rôles.

J'ai réussi si mon guide et moi arrivons à réaliser le parcours sans faire tomber d'objet dans le temps le plus court.

Variante : réaliser un parcours en aveugle en écoutant les consignes orales données par son guide, sans être en contact avec le coureur.



Le silence est indispensable pour faciliter l'écoute



Exemple d'installation : distance entre plot de départ et plot de demi-tour env. 20 m.



* Le guide est en contact avec son coureur grâce au lien qui les unit. Il l'accompagne en lui donnant des informations verbales, « droite », « gauche », « enjambe »,



Semaine Olympique et Paralympique INCLUSION



Situation 2 : Découverte du Torball

2 équipes de 3 (à 5) joueurs privés de la vision (bandeaux ou lunettes de piscine dépolies). Terrain de 18 m x 8 m (si 5 joueurs élargir le terrain à 12 m), 6 à 10 tapis de 2m x 1m (repère pour chaque joueur), 1 ballon à grelots. 1 arbitre et 2 juges de ligne.

Chaque équipe doit faire rouler le ballon et lui faire franchir la ligne de but adverse opposée tandis que l'autre équipe essaie de l'en empêcher.

DEFENSE : Les joueurs sont à genoux. Ils plongent sur un côté pour empêcher le ballon de passer la ligne de but.

Le joueur qui récupère le ballon peut attaquer à son tour.

ATTAQUE : Le joueur se met debout pour envoyer le ballon comme au bowling sans le faire rebondir. Il peut se déplacer à proximité de son tapis mais doit être en mesure de le retrouver...



Le silence est indispensable pour faciliter l'écoute





Déficience motrice

Semaine Olympique et Paralympique INCLUSION

Situation 1 : Lancer loin assis

Chaises avec repose pieds (chambre à air ou élastique tendu entre les pieds de chaise), balles lestées ou vortex, coupelles pour matérialiser les distances.

Par 2, un joueur assis pieds sur le repose-pieds, un partenaire qui maintient la chaise. Lancer l'objet le plus loin possible. Quand tous les objets (4 ou 5) ont été lancés, le partenaire va chercher les objets et on inverse les rôles.

J'ai réussi si je suis parvenu à lancer les objets dans la zone la plus éloignée possible.

Variante : proposer un lancer de précision sur cible verticale en hauteur, mettre en place le jeu des balles brûlantes (les joueurs valides rapportent les balles aux lanceurs qui sont sur leur chaise).



Déficience motrice

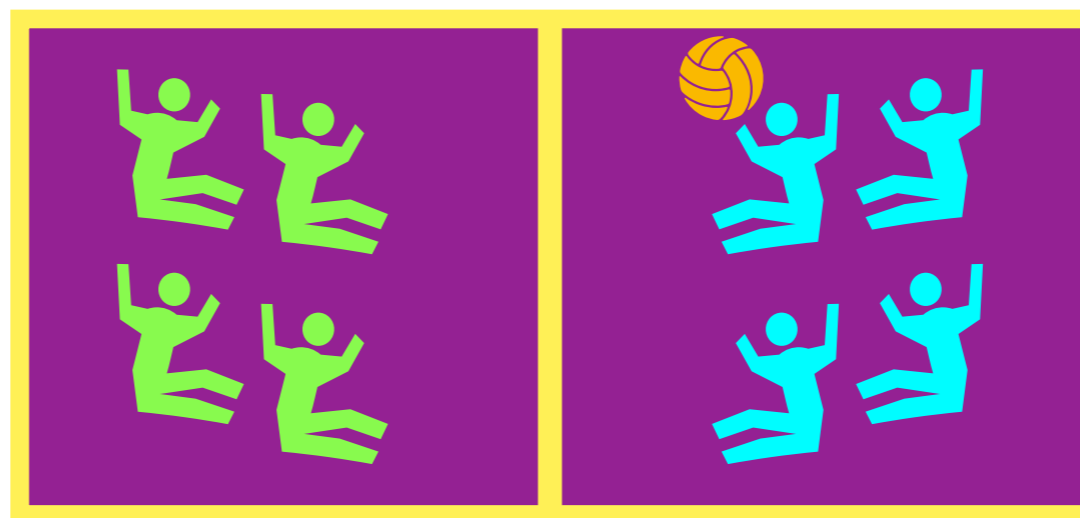
Semaine Olympique et Paralympique INCLUSION



Situation 2 : Découverte du volley-ball assis (règles aménagées)

2 équipes de 4 joueurs. Terrain réduit 7m x 4 m avec un filet (sangle) tendu à 1m de haut au milieu du terrain. 1 ballon de volley, 1 arbitre qui attribue les points et indique qui sert, 2 juges de ligne, 2 juges qui contrôlent que les joueurs ont les fesses en contact avec le sol.

Les joueurs se déplacent et jouent en ayant toujours les fesses en contact avec le sol. Le ballon peut être frappé avec n'importe quelle partie du corps.





Semaine Olympique et Paralympique INCLUSION



Déficiência motrice

Situation 2 : Découverte du volley-ball assis (SUITE)

La première équipe qui marque 25 points a gagné.

1 point est marqué quand :

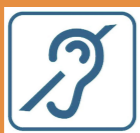
- une équipe arrive à faire tomber le ballon dans le camp adverse ;
- l'équipe adverse ne parvient pas à renvoyer le ballon dans le camps d'en face après un maximum de 3 passes.

L'équipe qui gagne le point gagne le service.

Le serveur se place à l'arrière du terrain pour envoyer le ballon dans le camp adverse.

Variante : si les enfants ne parviennent à faire des passes comme au volley, autoriser qu'ils bloquent la balle à deux mains pour se faire des passes ou réceptionner les services.





Déficiences auditives



Déficiences visuelles



Déficiences motrices

Semaine Olympique et Paralympique INCLUSION

Mener un Remue-méninges pour

- susciter un questionnement
- pour favoriser une ouverture culturelle et une meilleure compréhension du monde

Quelques inducteurs autour de l'inclusion

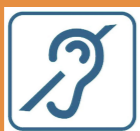
- « Tout le monde peut faire du sport »
- « Comment faire pour que tout le monde puisse faire du sport ? »
- « Être solidaire, que cela veut-il dire ? »
- « Pourquoi les athlètes sourds ou mal-entendants ne participent pas aux Jeux Paralympiques ? »

Quelques inducteurs autour des valeurs du paralympisme

Les 4 valeurs du mouvement paralympiques sont : **détermination, égalité, inspiration et courage.**

- « Pour vous que signifie la détermination pour un athlète paralympique ? »
- « Pour vous que signifie l'égalité dans le mouvement paralympique ? »
- « Pour vous que signifie l'inspiration pour un athlète paralympique ? »
- « Pour vous que signifie le courage pour un athlète paralympique ? »





Déficiences auditives



Déficiences visuelles



Déficiences motrices



Semaine Olympique et Paralympique INCLUSION



RESSOURCES

[Découvrir les athlètes paralympiens français](#)

[Découvrir les sports paralympiques](#)

[Découvrir la Fédération Française du Sport Adapté \(handicap mental ou psychique\)](#)

[Découvrir la Fédération Française Handisport \(handicap sensoriel ou moteur\)](#)

[Site du Comité Départemental Handisport 94](#)

[Rechercher un ambassadeur Handisport \(demande en ligne\)](#)