



CREPS DE NANCY

CAEPMNS 2024



NATATION ET HANDICAP

Natation et handicap

1. Définition



2. Caractéristiques



3. Les adaptations



4. La prise en charge



5. Vos questions

Qu'est ce que le handicap ?

La loi pour l'égalité des droits et des chances, la participation et la citoyenneté des personnes handicapées du 11 février 2005 définit le handicap de la façon suivante :

« Constitue un Handicap, toute **limitation d'activité ou restriction** de participation à la vie en société subie dans son environnement par une personne en raison d'une **altération** substantielle, durable ou définitive d'une ou plusieurs **fonctions physiques, sensorielles, mentales, cognitives ou psychiques, d'un polyhandicap ou d'un trouble de santé invalidant**. »

Source - article L114 - code de l'action sociale et des familles

La définition du handicap selon l'OMS (Organisation Mondiale de la Santé)
comprend 3 dimensions :

- La déficience
- L'incapacité
- Le désavantage

Le handicap peut être causé par

- Un accident
- Un traumatisme
- Une maladie
- Être congénital

Qu'est ce que le handicap ? La déficience

- **La déficience :** " Dans le domaine de la santé, la déficience correspond à toute perte de substance ou altération d'une fonction ou d'une structure psychologique, physiologique ou anatomique. "

- **Perte ou dysfonctionnement d'une fonction du corps**
- exemple :
 - Perte de la vue
 - Amputation d'une jambe => déficience motrice
 - trouble de l'apprentissage => déficience Intellectuelle

Qu'est ce que le handicap ? L'incapacité

- **L'incapacité :** " Dans le domaine de la santé, une incapacité correspond à toute réduction (résultant d'une déficience) partielle ou totale de la capacité d'accomplir une activité d'une façon normale ou dans les limites considérées comme normales, pour un être humain. "

- **Difficulté ou impossibilité de réaliser une action normalement**
- Exemple :
 - Incapacité de voir, pour une personne déficiente visuelle
 - Incapacité de parler, pour personne déficiente intellectuelle
 - Difficulté de marcher, pour une personne amputée d'une jambe

Qu'est ce que le handicap ? Le Désavantage

- **Le désavantage :** " Dans le domaine de la santé, le désavantage social d'un individu est le préjudice qui résulte de sa déficience ou de son incapacité et qui limite ou interdit l'accomplissement d'un rôle considéré comme normal, compte tenu de l'âge, du sexe et des facteurs socioculturels"

- **C'est la difficulté à réaliser une action sociale normale**
- Exemple :
 - L'impossibilité pour une personne tétraplégique d'être Sauveteur aquatique
 - L'impossibilité pour une personne en fauteuil roulant d'entrer dans un magasin qui se trouve au premier étage sans ascenseur

Les grandes familles de handicap :

- Le handicap moteur
- Le handicap sensoriel
- Le handicap psychique
- Le handicap mental
- Handicap social
- Autisme et Troubles Envahissants du Développement
- Plurihandicap / polyhandicap
- Les maladies invalidantes
- Troubles DYS



Le handicap moteur

Le handicap moteur se manifeste par une aptitude limitée à se déplacer, à exécuter des tâches manuelles ou à mouvoir certaines parties du corps.

- **Difficulté de mouvement**
- **Paralysie**
- **Amputation**



1. Définition

Le handicap sensoriel

Le handicap sensoriel résulte de l'atteinte d'un ou plusieurs sens. Il se caractérise majoritairement par des incapacités issues d'une déficience **auditive ou visuelle**. Ce type de handicap entraîne, presque automatiquement, des difficultés de communication et d'intégration sociale de la personne.



1. Définition

Le handicap psychique

Le handicap psychique atteint d'une pathologie mentale entraînant des troubles mentaux, affectifs et émotionnels, soit une perturbation dans la personnalité, sans pour autant avoir des conséquences sur les fonctions intellectuelles.

EX : schizophrénie, trouble bipolaire, ...

=> **Dysfonctionnement de la personnalité**



Le handicap psychique

Les handicaps psychiques sont classés en plusieurs troubles tel que :

- Troubles psychologiques
- Troubles comportementaux
- Troubles de la personnalité
- ...



Le handicap psychique

Les handicaps psychiques les plus connues en natation sont :

- Troubles anxieux
 - Phobie => Aquaphobie
- Trouble stress post-traumatique (TSPT)
 - Exemple après une noyade
- Trouble obsessionnel-compulsif (TOC)
- Troubles de l'humeur
 - Dépression
 - Troubles bipolaires



1. Définition

Le handicap mental

Le handicap mental ou intellectuel : c'est une difficulté à comprendre et une limitation dans la rapidité des fonctions mentales sur le plan de la compréhension, des connaissances et de la cognition.

=> **Déficiência intellectuelle**



Autisme et Troubles Envahissants du Développement

L'autisme est un trouble envahissant du développement (TED) caractérisé par un développement anormal ou déficient

perturbation sur :

- Les interactions sociales,
- La communication,
- Les comportements au caractère restreint et répétitif.



Autisme et Troubles Envahissants du Développement

Les TSA (troubles du spectre autistique) sont classés en plusieurs catégories
exemple :

- Autisme atypique
- Autisme de haut niveau : ex : Asperger
- le trouble envahissant du développement non spécifié, lorsque tous les critères diagnostics du syndrome d'Asperger ou de l'autisme ne sont pas observés



Autisme et Troubles Envahissants du Développement :

Les origines des troubles du spectre autistique :

- Congénitale :
 - se développe pendant la grossesse
 - cause génétique
 - des facteurs environnementaux
- Les premiers signes apparaissent dans les 3 premières années de l'enfant. Il peut être diagnostiqué à partir de l'âge de 3 ans

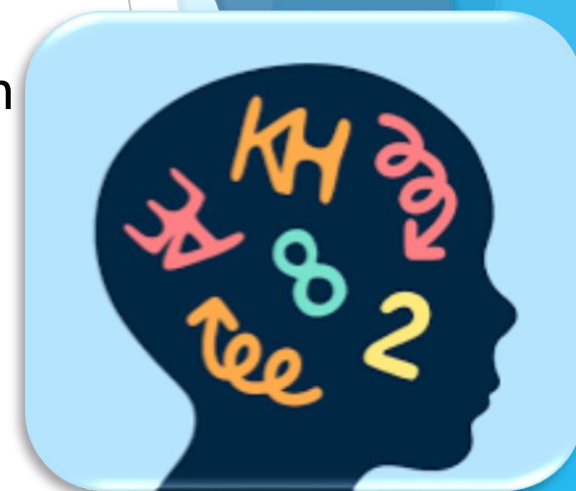


Les troubles DYS :

On regroupe sous “troubles Dys” les **troubles cognitifs** spécifiques et les **troubles des apprentissages**.

Ils sont innés et relève d’une anomalie cérébrale. On regroupe ces troubles en catégories :

- Dyslexie et dysorthographe (langage écrit)
- **Dysphasie** (langage oral)
- Dyspraxie (moteur et visuo-spatiales)
- **Troubles de l’attention avec ou sans hyperactivité (TDA et TDAH)**
- Les troubles de la mémoire
- **Dyscalculie** (calcul, activités numériques)



1. Définition

Le bon lexique à utiliser : « Les handicapés » est à bannir

Par ce que les personnes atteintes d'un handicap sont des personnes avant toutes choses. Il ne faut donc pas les réduire à leur handicap.

CE QU'IL NE FAUT PAS DIRE	CE QU'IL FAUT DIRE
Un handicapé	Une personne en situation de handicap
Un malade	Une personne atteinte de ...

Handicap moteur :

- Les caractéristiques du handicap moteur peuvent se traduire par :
 - Difficulté ou incapacité de mobiliser une ou plusieurs parties de son corps
 - Diminution de la mobilité (angle articulaire, puissance, force)
 - Paralysie plus ou moins importante (totale ou partielle)
 - Matériels d'adaptation et d'aide à la mobilité (béquilles, prothèse, fauteuil roulant)
 - Douleur permanente, ponctuelle, au contact, lors de la mobilisation
 - Instabilité de l'équilibre
 - Dérèglement de la thermorégulation (risque d'hypothermie) => ex : tétraplégie

Handicap sensoriel :

- Les caractéristiques du handicap sensoriel auditif peuvent se traduire par :
 - Perte totale ou partielle de l'audition
 - Hypersensibilité à certains sons
 - Trouble du langage (communication orale et compréhension)
 - Appareillage
- Les caractéristiques du handicap sensoriel visuel peuvent se traduire par :
 - Perte totale ou partielle de la vue
 - Hypersensibilité à la lumière
 - Difficulté à s'orienter dans l'espace
 - Difficulté à se représenter son corps dans l'espace

Handicap mental ou déficiences intellectuelles :

Voici quelques difficultés ou incapacités pour une personne déficiente intellectuelle :

- comprendre son environnement (*le contexte dans lequel elle se trouve*)
- mobiliser son énergie ; (*être explosif, rapide, fort*)
- traiter et mémoriser les consignes
- s'adapter aux changements imprévus
- s'exprimer ;
- prendre conscience des règles de la vie en société ; (*dire bonjour, merci*)
- se repérer dans l'espace et/ou dans le temps ; fixer son attention ;

Autisme et Troubles Envahissants du Développement :

Les caractéristiques des troubles du spectre autistique sont nombreux :

- hyper ou hypo-sensibilités sensorielles (sons, lumière, couleurs, toucher...),
- Trouble ou absence du langage
- Trouble de l'apprentissage
- Hyperactivité (TDAH)
- Trouble de l'attention (TDA)
- Difficulté de compréhension

Autisme et Troubles Envahissants du Développement :

Les caractéristiques des troubles du spectre autistique sont nombreux :

- Difficulté à identifier ses différentes parties du corps
- Le regard fuyant, ne regarde pas dans les yeux
- Difficulté à coordonner ses mouvements ou sa respiration
- **Exprime sa frustration par des troubles ou de la violence ou de l'auto mutilation,**
- Peut avoir des mouvements parasites : FLAPPING (ponctuel ou permanent)
- Peut avoir de l'écholalie
- Temps de latence
- Difficulté à généraliser. Le « tout le monde » n'est pas compris. Il faut s'adresse personnellement à la personne

3. Les adaptations

De manière générale, une personne atteinte d'un handicap, a besoin de différentes adaptations afin de pouvoir apprendre :

- Les adaptations humaines
- Les adaptations matériels
- Les adaptations pédagogiques
- Les adaptations réglementaires (pour les sports et les compétitions)

3. Les adaptations

Les adaptations humaines :

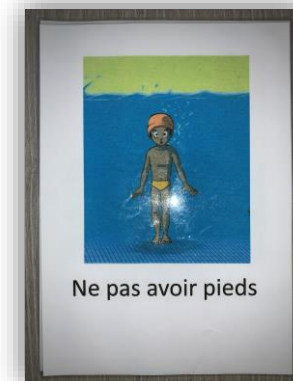
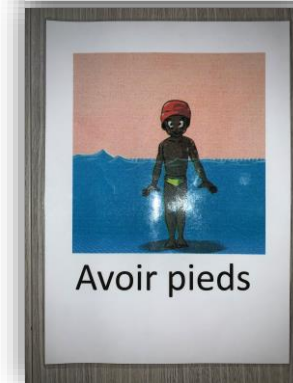
- Les adaptations humaines sont toutes les adaptations concernant l'encadrement :
 - Le taux d'encadrement. Exemple : 1 éducateur pour 1 élève. Ou 2 éducateurs pour 5 élèves
 - La formation des éducateurs. Exemple : l'éducateur doit avoir une formation professionnelle supplémentaire pour connaître la langue des signes afin de pouvoir encadrer des personnes malentendantes.



3. Les adaptations

Les adaptations matériels :

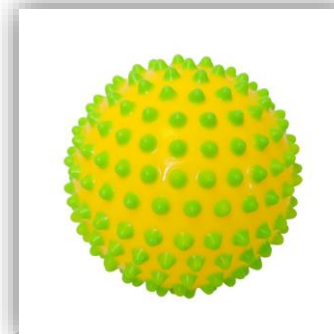
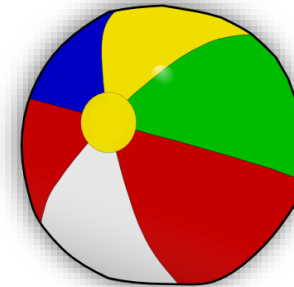
- Les adaptations matériels sont toutes les adaptations concernant le matériel que vous allez utiliser et mettre en place pour l'apprentissage spécifique :
 - Le timer pour visualiser le temps
 - Les pictogrammes pour visualiser l'action ou mettre en place une communication non verbale.
 - Le planning de séance écrit ou avec des pictogrammes



3. Les adaptations

Les adaptations matériels :

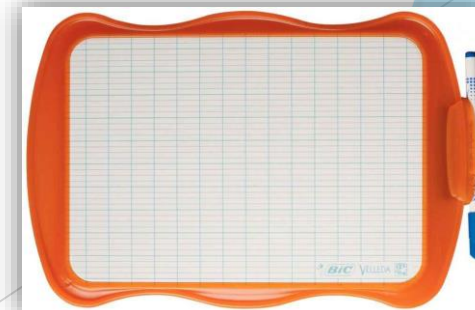
- Le matériel de flottaison classique mais utilisé différemment : frite, ceinture, brassard, planche, ...
 - Ex : brassards au niveau des poignets
- Le matériel utilisé normalement pour de l'animation
 - Ex: une grosse bouée, un gros tapis, un ballon, ...
- Matériel qui normalement n'est pas destiné à la natation ou au milieu aquatique :
 - Exemple : une balle de ping-pong, une paille, un jouet,



3. Les adaptations

Les adaptations matériels :

- Des lunettes de piscine teintées pour l'hypersensibilité lumineuse. Ou des lunettes avec correction de vue
- Des bouchons d'oreilles pour l'hypersensibilité auditive
- Une ardoise Velléda pour écrire ou dessiner, afin de visualiser l'exercice



3. Les adaptations

Les adaptations matériels :

- Des outils pour le travail de dissymétrie (Crawl, dos crawlé)
 - Bracelets de couleur pour différencier la droite et la gauche (latéralisation)



Les adaptations matériels :

- Des outils pour visualiser le temps de travail.
 - Système ABA : une action correcte = 1 jeton, 10 jetons = 1 récompense, appelée renforçateur (direct ou différé)



Les adaptations pédagogiques :

- Les adaptations pédagogiques correspondent à tous les techniques pédagogiques que vous allez créer ou modifier pour apprendre une action motrice à votre élève atteint de handicap :
 - La méthode pour donner les consignes
 - Verbale, non verbale, avec des mots clés, avec des images, l'apprentissage miroir,...
 - La ritualisation de la séance
 - Les séances sont toujours faites pareil, le même échauffement, ...
 - La construction de votre séance
 - Le nombre d'exercice
 - La difficulté des exercices
 - Le nombre de répétitions

Les adaptations pédagogiques (suite) :

- Les techniques utilisés
 - La manipulation
 - La guidance tactile
 - La guidance visuelle
 - La guidance verbale
 - Le système ABA : les jetons de récompense
- Inclure des objectifs secondaires propres au handicap
 - La communication
 - Le vocabulaire
 - L'autonomie
 - La coordination
 - La compréhension et l'application d'une consigne
 - Les règles en groupe

- Ce qu'il faut retenir sur les adaptations :
 - Elle sont évolutives
 - Elles ne sont pas toujours transposables d'un élève à l'autre
 - Elles ne fonctionnent pas à chaque fois
- Utiliser la technique de l'essai – erreur - réussite

4. La prise en charge

Pour la prise en charge d'une personne en situation de handicap, dans un premier temps il faut considérer l'élève comme « normal » et supprimer tous les aprioris.

- Éviter les aprioris
- Ne pas limiter l'apprentissage
- Rester réaliste

4. La prise en charge

Dans tous les cas il faut utiliser les premières séances comme diagnostic. Durant ces séances vous allez :

- Évaluer les capacités
- Identifier les difficultés et les troubles
- Mettre en place vos différentes adaptations
- **Créer une relation de confiance**
- Conditionner l'élève à travailler

Vous pouvez aussi prendre des informations auprès des parents, instituteurs, éducateurs,...

Dans tous les cas il faut beaucoup de patience

4. La prise en charge

La prise en charge d'une personne en situation de handicap (général)

- Prendre en compte les restrictions médicales
- Il faut parfois aider (ou faire aider) la personne avant l'accès au bassin (vestiaire, douche, descente dans l'eau)
- Il faut solliciter le maximum de partie du corps (même les parties atteintes)
- Trouver les adaptations nécessaires qui vont évoluer dans le temps (manipulation dans l'eau, frite, ceinture sur les jambes, ...)
- Trouver la technique de nage la plus adaptée à la personne (pas forcément des codifiées => ex : dos à 2 bras)
- En fonction des personnes et de la faisabilité, gardez l'objectif de nager sans matériel une ou plusieurs nages codifiées

4. La prise en charge

La prise en charge d'une personne en situation de handicap sensoriel

Déficience visuelle :

- Être vigilant aux objets qui encombrant le passage (risque de choc et de chute)
- Utiliser les lignes d'eau pour s'orienter
- Être vigilant aux échelles et au mur (risque de choc)
- Favoriser la manipulation et la consigne verbale

Déficience auditive :

- Utiliser un tableau blanc pour les consignes et démonstration
- Utiliser l'apprentissage miroir
- Utiliser la communication gestuelle
- Utiliser la manipulation

4. La prise en charge

La prise en charge pour le handicap mental et autisme

- Ces personnes ont un besoin d'être félicitées, encouragées
- Ces personnes ne comprennent pas toujours la négation
 - il faut donc formuler nos phrases avec des affirmations
 - ex : on remplace :
 - « Ne poses pas les pieds au fond » par « décolles les pieds »
 - « Ne cours pas » par « marches »

4. La prise en charge

La prise en charge pour le handicap mental et autisme

- Alternier les phases de travail et les phases de jeux
- Le nombre de phase de jeux est à déterminer en fonction des capacités de concentration de l'élève
- En fonction du handicap, il faut parfois faire toutes vos situations de manière ludique.
 - Tout doit être un jeu.
 - Ex : pour travailler l'immersion faire ça sous forme de chasse au trésor

4. La prise en charge

La prise en charge collective

- Intégrer l'élève dans le groupe
- Construire les adaptations autour du groupe (dans le cas d'une inclusion. Ex : un enfant en situation de handicap (ESH) dans une classe scolaire ordinaire)
- Trouver le juste milieu entre la gestion du groupe et les adaptations pour la PESH
- Vous pouvez prendre l'élève ESH comme exemple pour montrer au groupe, afin de canaliser son attention et prendre le temps de lui expliquer.
- Intégrer les consignes de vie en groupe :
 - J'attends mon tour
 - Je n'embête pas les autres
- Lors des consignes collectives :
 - Si besoin, il faut répéter la consigne spécifiquement à la PESH en indiquant son prénom pour capter son attention
 - Et répéter la consigne juste avant son passage

4. La prise en charge

La prise en charge collective

- En fonction du niveau d'attention et de concentration de l'élève :
 - Il faut laisser du temps libre entre les exercices
 - Si l'élève commence à être agité, Il faut lui laisser du temps libre dans un coin 2-3 minutes puis le réintégrer dans le groupe

4. La prise en charge

La prise en charge individuelle ou en petit groupe de 2 ou 3 élèves PESH

Il faut mettre en place les adaptations nécessaires et adaptées à chaque nageur :

- Adapter les consignes : verbale, non verbale, verbe d'action, pictogrammes,...
- Adapter le matériel
- Adapter la pédagogie
- Adapter la technique
- Adapter l'environnement
- Prendre en compte le temps de latence

Prendre le temps d'adapter au maximum votre encadrement à chaque élève

4. La prise en charge

Pour résumer :

- vous devez avoir beaucoup de patience.
- Parfois pour travailler juste un détail cela peut vous prendre des semaines voir des mois
- Il n'y a pas de petite victoire....
- **Personne en situation de handicap n'est pas forcément un synonyme d'adaptation. vous pouvez faire une intervention classique pour certaines personnes.**

4. La prise en charge

Les informations importantes :

- Se renseigner sur l'élève
- Adapter votre séance si nécessaires
- Décomposer les mouvements et les apprentissages (1 action à la fois)
- Consignes simples, claires et précises
- Beaucoup de répétition
- Adapter le temps de travail en fonction du temps de concentration
- Féliciter l'élève tout au long des exercices
- Visualiser et planifier le temps de travail

AVEZ-VOUS DES QUESTIONS ?



Quelles sont les obligations des collectivités pour les personnes en situation de handicap ?

- la loi du 11 février 2005 :
- pour l'égalité des droits et des chances, la participation et la citoyenneté des personnes handicapées, les établissements recevant du public (ERP) doivent être accessibles à tous les types de handicap. Ils doivent permettre à tout le monde, sans distinction, de pouvoir y accéder, y circuler et recevoir les informations diffusées.

Quelles sont les formations dans le handicap et le sport adapté ?

- **Les sensibilisations.** Elles sont proposées par des organismes experts sur la question ou bien des structures institutionnelles. (1 à 6 journées)
 - Ex : autisme avec VAAMM ou journées de sensibilisations organisées par la DRAJES
- **Les formations/qualifications fédérales.** Ce sont les fédérations handisport et du sport adapté qui les organisent. Elles délivrent des certificats qui attestent le suivi de la formation. (durée variable)
 - Certificat de Qualification Handisport : CQH (physique et sensoriel)
 - Attestation de Qualification en Sport adapté : AQSA (« mental »)
- **Les formations d'État diplômantes.** Ils sont délivrés par l'État et sont des diplômes professionnels. (1 à 2 ans)
 - Ex : Certificat de Spécialisation « Accompagnement et Intégration des Personnes Handicapées » : CS AIPSH (Complément d'un BPJEP)

Quelles sont les formations dans le handicap et le sport adapté ?

- DESJEPS Sport adapté
 - Niveau Bac + 3
 - Devenir entraîneur en sport adapté
- DEJEPS APSA (mental et psychique) ou Handisport (physique et sensoriel)
 - Niveau BAC + 2
 - Éducateur sportif spécialisé en activités physiques et sportives adaptées pour PESH
- CQP Moniteur en sport adapté
 - Permet d'animer une pratique fédérale FFSA pour PESH mental ou psychique
- Licence et Master STAPS APAS
 - Niveau bac+3 ou bac + 5
 - Enseignant en activités physiques adaptées

Quelles sont les formations dans le handicap et le sport adapté ?

- Les formations du CNFPT :
 - L'adaptation d'activités physiques et sportives aux enfants porteurs de handicap (3,5 jours)
 - L'adaptation d'activités physiques et sportives aux publics en situation de handicap (3,5 jours)
 - Animation des activités sport/santé (3,5 jours)