



Adapter l'enseignement à un élève déficient visuel

SOMMAIRE

1. L'enfant déficient visuel en EPS « l'Amblyope »
2. Adaptations possibles des APSA pour l'élève déficient visuel
3. Exemples de situations adaptées dans certaines activités
 - a. Adapter la pratique de la course de vitesse à un élève déficient visuel
 - b. Adapter la pratique de la course de demi fond à un élève déficient visuel
 - c. Adapter la pratique des lancers à un élève déficient visuel
 - d. Adapter la pratique des sauts à un élève déficient visuel
 - e. Adapter la pratique du basket à un élève déficient visuel
 - f. Adapter la pratique du tennis de table à un élève déficient visuel

L'ENFANT DEFICIENT VISUEL EN EPS « L'AMBLYOPE »

La surprotection des enfants en situation de handicap ne les aide pas. Leur apprendre à être autonome favorise leur intégration dans la société.

Pour l'élève déficient visuel, l'EPS n'est pas un luxe mais une nécessité.

La vue a toujours étonné l'homme « ce sens le plus subtil, le plus universel, le plus noble » selon Descartes, mais aussi l'idée de sa perte l'angoisse.

Adapter l'activité à l'élève, suppose un minimum de compréhension des difficultés du jeune.

C'est pourquoi, il est indispensable qu'une information minimale soit fournie à l'enseignant, non pour le plaisir de savoir mais plus simplement pour proposer des situations motrices pertinentes tout en assurant la sécurité de l'élève.

❖ DEFINITIONS

La déficience visuelle est définie réglementairement par :

- L'état du champ visuel (étendue de l'espace qu'un œil immobile peut embrasser).
- La mesure de l'acuité visuelle (aptitude de l'œil à apprécier les détails).

Le test est réalisé dans le cabinet médical, en position statique (assis sur un tabouret) avec une certaine luminosité, *ce qui est totalement différent du jeune en cours d'EPS.*

- *Être amblyope* (avoir une faible vue) ou *malvoyant*, c'est avoir une acuité visuelle centrale de loin comprise entre $1/20^\circ$ et $3/10^\circ$ (inférieure à) du meilleur œil après correction ou un champ visuel réduit à 20° .

Attention, amblyope et mal voyant ne sont pas synonymes. Un amblyope est un mal voyant sans lésion anatomique, un mal voyant n'est pas nécessairement un amblyope.

- Toute personne dont la vision est inférieure ou égale à $1/20^\circ$ au meilleur œil après correction ou un champ visuel réduit à 10° est considérée comme *aveugle*.

Cependant, il est important de noter que la déficience visuelle aura un retentissement différent selon qu'elle est congénitale ou acquise, *précoce* ou tardive, isolée ou associée à une autre pathologie, ou à des troubles réactionnels.

❖ CARACTERISTIQUES DE LA DEFICIENCE VISUELLE

Il y a différentes façons de mal voir :

• perception totale mais floue

- Les contrastes sont peu perceptibles.
- Les distances mal appréciées.
- Il n'y a pas de perception du relief.
- Les couleurs sont atténuées.

➔ conséquences :

- ◆ Il suit mal une activité qui se passe loin de lui et rencontre des difficultés en sports collectifs et activités avec balles ou ballons.

- **vision périphérique**

La vision est latérale et globale, plutôt de loin :

- Seule la rétine périphérique fonctionne mais cette partie ne discerne pas les détails.
- Il n'existe donc qu'une connaissance de l'espace et une sensibilité au mouvement.
- L'acuité visuelle est très faible.

→ **conséquences** :

- ◆ L'élève est très à l'aise dans ses déplacements et sa connaissance de l'espace intermédiaire et lointain mais n'a pas une vision détaillée.

- **vision périphérique avec scotome**

Le scotome est une perte ou une altération de la vision dans une zone limitée du champ visuel (comme des tâches noires sur une image) :

- Seule la rétine périphérique fonctionne mais cette partie ne discerne pas les détails.
- Il n'existe donc qu'une connaissance de l'espace et une sensibilité au mouvement.
- L'acuité visuelle est très faible.

→ **conséquences** :

- ◆ L'élève est très à l'aise dans ses déplacements et sa connaissance de l'espace intermédiaire et lointain mais il ne peut pas percevoir les détails.
- ◆ Certaines informations visuelles, surtout en sports-collectifs, ne seront pas perçues si elles prennent leur source dans la zone "aveugle".

- **vision tubulaire**

Comme à travers un tube :

- Le champ de la vision est plus ou moins étendu, plus ou moins de qualité.
- La rétine centrale étant un analyseur d'images, l'acuité visuelle de près peut être normale.
- La vision nocturne ou par temps couvert est réduite.

→ **conséquences** :

- ◆ Le champ visuel étant réduit, la difficulté se situe dans la prise de repères et dans la localisation dans l'espace.

❖ PHENOMENES POUVANT ACCOMPAGNER LA DEFICIENCE VISUELLE

- **Photophobie**

Il s'agit d'une gêne produite par la lumière :

- Difficulté à percevoir dans une salle trop éclairée ou dehors par temps ensoleillé.
- Doit porter des lunettes teintées et ou une casquette à visière.

→ **conséquences** :

- ◆ Impossibilité à percevoir des repères colorés.
- ◆ Peut se trouver quelques fois dans un gris absolu.
- ◆ Peut se trouver dans une situation d'éblouissement, pouvant le conduire à une incapacité de pratique alors qu'il était performant dans des conditions d'éclairage favorables.

- **Anomalies de la vision des couleurs**

Elles peuvent être :

- Partielles : l'enfant ne voit pas une couleur ou en distingue mal les nuances.
- Totales : l'enfant ne perçoit aucune couleur, seulement les différences d'intensité.

→ **conséquences** :

- ◆ Difficulté, voire impossibilité, à percevoir les repères colorés.
- ◆ Peut se trouver quelques fois dans un gris absolu.

- **Nystagmus**

C'est un trouble de fixation, caractérisé par des mouvements oculaires linéaires ou rotatoires.

Il est souvent associé à d'autres pathologies et est augmenté par l'émotion.

- Difficulté à fixer un détail trop longtemps.
- Perception de son environnement par balayage.
- ➔ **conséquences :**
 - ◆ Difficulté dans les exercices de précision.
 - ◆ Difficulté d'équilibre, surtout sur une poutre.

❖ PERTURBATIONS LIEES A LA VISION

Des difficultés peuvent être rencontrées au niveau de la vision :

- De près / de loin.
- Des contrastes.
- Des couleurs (certaines ou toutes).
- Parcelleuse (par morceaux).
- Déformée.
- Dédoublée ou décalée.
- Monoculaire (pas de vision des reliefs).
- Non stabilisée (mouvements oculaires).

Sachant qu'il existe souvent des anomalies associées et que la pathologie peut être évolutive.

❖ L'ÉLÈVE DÉFICIENT VISUEL EN EPS

Pour les enseignants d'EPS, l'élève amblyope ne se réduit pas à son déficit. C'est un adolescent, une personne qui voit mal. Cette mauvaise vue affecte aussi sa vie affective et émotionnelle, l'image qu'il a de lui-même ainsi que son développement cognitif et moteur.

Le voyant et le non voyant n'utilisent pas les mêmes processus.

L'amblyope ou « malvoyant », lui, n'est ni voyant ni aveugle mais longtemps il a été éduqué comme un aveugle. Aujourd'hui, la nécessité de travailler son reliquat n'est plus à prouver.

Ainsi, si des élèves ont une vue plus ou moins altérée, **tous ont un reliquat visuel qu'il faut exploiter**. Si l'étiologie du déficit (myopie forte, hypermétropie, astigmatisme, cataracte, nystagmus, albinisme, photophobie...) détermine les possibilités visuelles restantes, celles-ci sont aussi dépendantes de **l'histoire individuelle**, comme de **l'environnement socioculturel** dans lequel évolue le jeune.

Le degré d'acuité visuelle ne rend compte ni de l'atteinte sensorielle ni des possibilités adaptatives de l'élève. En effet, selon l'étiologie du déficit, l'incapacité est variable.

Totale ou partielle, elle peut affecter tout aussi bien la perception des formes, des couleurs, des mouvements que l'adaptation à la lumière. Dans certains cas, outre les difficultés qu'elle occasionne une vision fonctionnelle réduite, la fragilité oculaire, liée à certaines causes (glaucome, myopie forte, décollement de rétine...) implique une prise en charge individualisée et adaptée aux risques potentiels.

Parmi les options théoriques qui donnent du sens à l'action pédagogique, il faut choisir :

- Le parti pris de toujours considérer l'unité indissociable individu - environnement physique et social et non le sujet isolé.
- Le parti pris de ne pas dissocier la composante sensorielle et la composante motrice pour rendre compte du **dialogue visuo-moteur** que le sujet doit entretenir avec son environnement pour s'y adapter. C'est la motricité active qui lui permettra d'organiser ses informations sensorielles et de développer ses capacités perceptives. Les compétences nouvelles acquises en EPS sont réinvestissables dans la vie de tous les jours et dans d'autres disciplines.

❖ ACCUEILLIR UN ELEVE AMBLYOPE

Cette démarche est largement conditionnée par les traits particuliers de l'élève pris en charge (déficit visuel, fragilité oculaire, et autres troubles).

• Fragilité oculaire

- **Conséquences** : Il s'agit d'un *risque de décollement de rétine* qui peut être définitif et conduire à la cécité.
- **Qui ?** : Les élèves présentant une fragilité oculaire sont ceux ayant, entre autres : un glaucome, une myopie forte +++.
- **Quels signes ?** : L'apparition brutale de filaments, de mouches volantes, d'une « pluie de suie » et surtout d'éclairs lumineux, puis d'une tâche plus ou moins opaque dans le champ visuel.
- **Que faire ?** : Agir rapidement : les urgences.



CONTRES INDICATIONS : toute activité pouvant provoquer un choc, une onde de choc : *apnée, gros efforts, lourde charge, sauts, sports de contact, sports collectifs...*

Rappelons que l'élève amblyope est tributaire de son environnement :

- Conditions de luminosité, zones d'éblouissement, contrastes lumineux.
 - Contrastes colorés.
 - Volumes, formes.
 - Consistance des objets proposés (balles en mousse, balles plus grosses...).
 - Matérialisation de l'espace d'action, des dispositifs de repérage (limites, réduction de l'espace de jeu, zone d'impulsion, d'élan...).
 - Informations données par l'objet utilisé, (balle sonore...).
 - Verbalisations d'accompagnement (consignes, parler pour orienter les déplacements - en course, pour retrouver son ballon -, pour localiser la planche...).
 - Différenciation des acteurs (maillots, effectifs réduits...).
- **L'environnement conditionne les possibilités d'action et la réussite des élèves**

En effet, si des potentialités existent, elles ne peuvent se révéler que dans ce contexte aménagé qui varie *selon les potentialités*.

Par exemple :

- Deux élèves amblyopes dont l'acuité visuelle est identique peuvent être très inégalement gênés selon la situation proposée : l'élève amblyope dont la vision périphérique (indispensable pour la détection des mouvements et l'appréciation globale de l'espace environnant) est altérée sera très gêné dans les jeux de balle, contrairement à celui dont c'est la vision centrale qui est défaillante.
- L'élève photophobe est en situation d'échec dans un contexte adapté à l'élève héméralope et inversement.
- Aussi, un même élève ne se trouve pas dans les mêmes conditions le lundi ou le vendredi en début ou en fin de journée (la fatigue accentue les problèmes) et par temps ensoleillé ou couvert.

- **L'accueil d'un élève déficient visuel en 3 étapes**

Première étape :

Accueillir cet élève, *c'est d'abord mieux connaître :*

- Ses possibilités visuelles (acuité de près et de loin, champ visuel, vision des couleurs etc.).
- Ses conditions optimales visuelles (éclairage, contrastes etc.).
- L'existence ou non de fragilité oculaire, afin de déterminer les conditions de pratique en toute sécurité.

Deuxième étape :

Accueillir cet élève, *c'est aussi inscrire son projet individuel dans le projet de la classe :*

- Si cela est possible, avec le souci de développer au maximum ses restes visuels ou ses sens compensatoires.

Troisième étape :

Accueillir cet élève, *c'est enfin lui offrir la possibilité de pratiquer un grand nombre d'APSA.* Des solutions enrichissantes sont possibles :

- **Adapter** les activités au regard des capacités de l'élève en jouant sur les caractéristiques visuelles et sonores du milieu, de l'aménagement du milieu, de l'ajustement des règles.
- **Intégrer** l'élève à un groupe classe pratiquant une activité abordable.
- **Mettre en place** une programmation flexible, en fonction des activités praticables par l'élève.
- **Evaluer** en tenant compte de la singularité de l'élève, notamment dans le cadre légal déterminant les modalités de passage aux examens (circulaire n° 94 137 du 30 mars 1994).

ADAPTATIONS POSSIBLES DES APSA POUR L'ÉLÈVE DÉFICIENT VISUEL

Adapter c'est :

- *Passer d'une centration sur l'activité à une centration plus approfondie sur l'élève.*
- *Jouer sur les repères visuels, auditifs et kinesthésiques en fonction de l'élève selon son déficit et ses capacités.*
dans tous les cas, c'est lui qui nous « guide » ; « je vois » ; « je ne vois pas » ; « c'est mieux » ; « non, ça ne change rien » ; « c'est moins bien » , « je ne vois pas cette couleur »... etc.

- **L'aménagement du milieu physique :**
Objets, plots, formes, volumes, couleurs...
- **L'information visuelle :**
Avec un individu : - Courir à côté.
- Courir devant.
- Se placer au niveau de la zone d'impulsion etc...
- **L'information kinesthésique :**
Courir en se tenant avec une corde au poignet.
- **L'information auditive :**
Voix, taper dans les mains, sifflet, grelots ...

ACTIVITES ATHLETIQUES



ATTENTION : RECOMMANDATIONS pour certains cas particuliers:

- ◆ **Photophobie : éviter de pratiquer face au soleil.**
- ◆ **Pour les élèves présentant une fragilité oculaire : pas de sauts, ni réceptions brutales.**

❖ COURSES

- **Course de vitesse**
 - Couloirs bien marqués (plots, fanions colorés tout au long du parcours...).
 - Courir sur la ligne.
 - Courir à côté d'un élève légèrement devant.
 - Courir dos au soleil si l'élève est gêné par la lumière (les photophobies).
 - Matérialiser la ligne d'arrivée par des objets ou des personnes.
 - Jouer sur les couleurs contrastées en s'adaptant à chacun (chasubles, vêtements colorés).
 - Parler durant toute la course et guider l'élève avec la voix.
 - **Course de haies**



ATTENTION : INTERDICTION de la course de haies aux élèves présentant une fragilité oculaire.

Cette activité est proposée avec *des adaptations, s'il n'y a pas de contre indications.*

- Diminuer la hauteur des haies : plots avec lattes.
- Obstacles en mousse ou rivières.
- Matérialiser la zone de pré appel par un marquage au sol avec des bandes en PVC placées en V :
 - Il permet une approche avec perspective.
 - La matière permet une pose du pied dessus plus sécurisante et plus rassurante.
 - Il guide la pose du pied dans l'axe.

- **Course de demi fond et fond**

- Courir derrière un élève portant une chasuble colorée.
- Eviter les terrains accidentés et la forêt (racines, branches...), privilégier la piste.

❖ LANCERS

Il est essentiel de faire un retour d'information, immédiat, sur la chute de l'engin (12m, 14m , dans l'axe, trop à droite etc.) qui n'est plus vu par l'élève, leur donnant ainsi la possibilité de corriger leurs erreurs par la suite.

- Donner la direction du lancer à la voix si nécessaire.
 - **Javelot** : - Pose moins de problème de sécurité que le lancer de disque ou la rotation peut poser des problèmes notamment d'équilibre pour les élèves présentant un nystagmus.
 - Lancer sans élan et avec élan réduit.
 - **Poids** : - Pas de problème particulier pour le lancer du poids.

❖ SAUTS



ATTENTION : INTERDICTION des sauts pour les élèves présentant une fragilité oculaire.

- **Saut en longueur, multibonds...**

Donner des repères visuels (plots, individu,...) ou sonores (taper dans les mains, la voix) pour :

- Matérialiser la zone d'élan.
- Matérialiser la zone d'impulsion :
 - Zone d'impulsion plus grande ou sentir la planche selon vision et niveau de l'élève.
 - Faire une zone de pré appel par signal sonore.
- Matérialiser la zone de réception.

- **Saut en hauteur**

- Privilégier le saut en ciseau car techniquement moins difficile que le saut en Fosbury.
- Matérialiser le fil : il existe des « barres de hauteur » en sorte de mousse blanche et noire, ou avec du ruban, des chasubles etc.

ACTIVITES AQUATIQUES

ATTENTION : Pas d'apnée, pas de plongeurs, pas de travail en profondeur pour les élèves présentant une fragilité oculaire.

- La natation est une activité physique à privilégier car elle développe les sensations kinesthésiques et tactiles.
- **Le travail avec port de lunettes est recommandé.**
- Les sauts dans l'eau peuvent être autorisés dans certains cas.
- Afin de prévenir les collisions, il faut éviter le travail en aller-retour.
- Les lignes d'eau peuvent présenter un danger dans certains cas.

ACTIVITES GYMNIQUES

Il est important pour certains élèves de s'approprier, en début de cours, l'espace de la salle avec la disposition de tous les ateliers, de prévoir des protections, éventuellement une assistance pour les déplacements et des repères visuels pour permettre à l'élève de se repérer dans la salle.



ATTENTION : Pour les élèves présentant une fragilité oculaire :

- ◆ Pas de saut.
- ◆ Pas de réceptions en contre bas ou contre haut.
- ◆ Pas d'entrée avec impulsion.
- ◆ Prudence avec les rotations en fonction des avis médicaux.

❖ GYMNASTIQUE SPORTIVE

La gymnastique au sol et aux agrès est une APSA à privilégier pour les élèves présentant une déficience visuelle car elle fait travailler :

- Le repérage dans l'espace.
- L'équilibre (qui est souvent un problème chez les amblyopes et surtout les visions monoculaires pour qui il n'y a pas de perspective, les nystagmus dont le phénomène s'accroît avec le stress, les cataractes).
- La proprioceptivité.
 - **Poutre**
- Jouer sur la hauteur de la poutre (poutre basse ou hauteur normale avec des tapis à la même hauteur).
- Evoluer sur des bancs suédois (plus larges).
- Matérialiser les deux bouts de la poutre à 50 cm par du ruban adhésif : pour repères visuels et/ou tactiles (qu'ils sentiront au niveau des pieds).
- Travailler les déplacements (en avant, en arrière et latéraux).
- Travailler les équilibres, les sauts et les tours.
- Personnaliser des éducatifs pour les sorties en bout de poutre.

- **Sol et barres**

Pas de contre indications particulières, si ce n'est adapter l'enseignement en fonction de l'élève.

- **Saut de cheval et trampoline**



ATTENTION : INTERDITS aux élèves présentant une fragilité oculaire.

- Utiliser un cheval en mousse.
- Matérialiser la course d'élan par une zone en tapis.
- Matérialiser la zone d'impulsion (le départ pourra se faire sur le trampoline si l'élève ne voit pas assez pour enchaîner course-impulsion ou sur un plinthe en contre haut avant le trampoline).
- Réduire les courses d'élan dans certains cas jusqu'à 3 pas d'élan quand l'acuité est très faible.

ACTIVITES PHYSIQUES ARTISTIQUES

Pas d'adaptation particulière si ce n'est **d'interdire** les sauts violents pour les fragilités oculaires et certaines rotations pour les élève dont la pathologie entraîne des troubles de l'équilibre (nystagmus).

ACTIVITES D'AFFRONTEMENT ET D'OPPOSITION INDIVIDUELLE



ATTENTION : INTERDITES aux élèves présentant une fragilité oculaire.

Pour ceux qui n'ont pas de contre indications médicales, il convient d'adapter l'enseignement aux possibilités de l'élève.

L'Aïkido est un support favorable aux élèves déficients visuels.

ACTIVITES D'OPPOSITION DUELLE

❖ **TENNIS DE TABLE**

Selon les pathologies, des élèves éprouveront une certaine aisance (vision périphérique), d'autres seront en grande difficulté (vision tubulaire) ou dans l'impossibilité de pratiquer (vision < à 1/10^e).

- Diminuer la rapidité de la balle en :
 - Augmentant sa taille
 - En peignant la balle qui, plus lourde, sera moins rapide
 - Utiliser des balles en mousse
- Créer des repères visuels :
 - La couleur du sol, des murs et du maillot de l'adversaire est importante. Il faut qu'il y ait contraste / à la table et /aux balles.
 - Prendre des tables de tennis de table avec des plateaux de différentes couleurs.
 - Proposer des balles de couleurs différentes ou multicolores.

- Fournir une grande quantité de balles car il est difficile pour l'élève de récupérer, retrouver sa balle dans la salle.
- Matérialiser la surface de jeu :
 - En diminuant la surface de jeu.
 - En augmentant la surface de jeu : en jouant sur 2 tables.
- Placer l'élève par rapport à l'éclairage :
 - Ne pas placer l'élève face au contre jour.
 - Ne pas placer l'élève face à la lumière ou au soleil.
 - Faire varier l'éclairage quand c'est possible.
- Aménager le règlement en fonction du niveau de l'élève :
 - Accepter 2 rebonds.
 - Balle tenue au service, etc.
- Adapter le matériel:
 - Prendre une raquette plus grande.
 - Faire jouer avec la main.

❖ BADMINTON

Activité physique qui pose souvent plus de problèmes car le volant est en l'air : plus de difficultés pour le voir :

- Tout ce qui vient de la hauteur pose problème à cause de la lumière.
- Vision plus éloignée.
- On peut accrocher sur les bords du volant des fines bandelettes de papier cadeau brillant et rigide.
- On remplace le volant par un ballon de baudruche (possibilité de le lester avec du fil d'étain).

ACTIVITES D'OPPOSITION COLLECTIVE

Vérifier qu'il n'y a pas de contre-indication médicale à l'opposition.

Problème : Les balles en l'air posent souvent de grosses difficultés visuelles aux élèves amblyopes, ne la voyant pas arriver ils ne peuvent l'attraper ou la reçoivent dans la figure.

- Adapter le matériel :
 - Balle en mousse.
 - Ballon bi ou multicolore.
 - Ballon sonore.
 - Dégonfler les ballons pour les rendre moins rapides au rebond et moins durs.
- Matérialiser le terrain :
 - 4 coins, milieu (par des lignes fluo, plots ou fanions, visibles par les élèves).
- Limiter les contacts:
 - Jeu à effectif réduit, arbitrage strict.

❖ BASKET BALL

Sport collectif à privilégier car :

- La balle est plus grosse.
- L'adaptation du règlement est possible : marquage de points différencié et valorisation du tir de l'élève déficient visuel (quand l'arceau et le panneau sont touchés...).
- Les passes tendues ou en rebonds permettent une réception plus facile pour certains.

❖ **HAND BALL**

A déconseiller car :

- La balle est plus petite : risque de lésions oculaires.
- Le jeu est trop rapide : surtout pour le gardien.

Ou à envisager avec des ballons en mousse.

❖ **RUGBY**

A déconseiller:

- A cause des chutes et des contacts violents.

❖ **FOOT BALL**

- A éviter en grand terrain : on augmente les difficultés visuelles.
- Jouer sur terrain de handball à effectif réduit (6x6 par exemple ou 3x3, 4x4 sur demi terrain de handball).
- Utiliser un ballon en mousse.
- Interdire les balles levées; les tirs forts, les coups-francs directs, les tirs très lointains.
- Privilégier les jeux balle au sol.

❖ **BASE BALL**

- Jouer avec des balles en mousse mises dans une chaussette de couleur adaptée pour avoir la forme d'une comète permettant ainsi une meilleure vision de celle-ci.
- Mettre la balle sur un tee ball pour faciliter la frappe.

❖ **HOCKEY**

Cette activité est plus facile en salle.

- Utiliser une balle de couleur et plus grosse : privilégier le palet, voire l'entourer de ruban adhésif pour le rendre plus sonore.
- Attention aux coups de crosse : **être exigeant** sur le respect du règlement.
- Pour ceux qui ont de grosses difficultés visuelles : on peut proposer une caisse en bois en guise de but, il s'agira alors de toucher la caisse qui peut être placée au centre du terrain, sans gardien de but.

EXEMPLES DE SITUATIONS ADAPTEES DANS CERTAINES ACTIVITEES

ADAPTATER LA PRATIQUE DE LA COURSE DE VITESSE A UN ELEVE DEFICIENT VISUEL

❖ L'ACTIVITE PRATIQUEE

• Définition

Il s'agit de créer de la vitesse, l'optimiser et la conserver sur une distance donnée pendant une durée courte (7 à 15 secondes).

La pratique offre à l'enseignant des supports diversifiés pour traduire l'appropriation de certains fondamentaux de la motricité athlétique :

- Le sprint court sur 50-60m permet aux élèves de mesurer leurs progrès en réduisant le temps mis pour parcourir la distance.
- La course de relais pour atteindre collectivement le même objectif et où la motricité des partenaires intervient sur sa propre motricité.
- La course de haies, exigeante sur le plan de la coordination motrice.

Dans toutes les formes de support, les distances courues devront favoriser un effort anaérobie alactique (pas de distance supérieure à 80m en collège).

• Ressources sollicitées

- Ressources liées à la *prise d'informations* : de plus en plus précises sur soi et le milieu environnant.
- Ressources liées à la *dépense énergétique* : Intensité maximum, vitesse, accélération.
- Ressources *mécaniques* : Continuité et rythme des actions, relâchement, adresse.
- Ressources *cognitives* : Compréhension et mise en œuvre des principes intervenant dans l'efficacité et l'optimisation de la performance.
- Ressources *affectives* : Adaptation aux exigences réglementaires. Coopérer, communiquer, relations inter individuelles.

❖ CARACTERISTIQUES DE L'INAPTITUDE ET EXIGENCES DE L'ACTIVITE

Chaque élève déficient visuel est particulier et unique. Il n'est pas possible de traiter tous les cas possibles. Il appartient à l'enseignant de *s'adapter aux spécificités de chaque personne* en différenciant le traitement de l'activité et son approche pédagogique par l'élève.

• Conditions défavorables à la pratique de l'élève déficient visuel

- Le manque d'information visuelle ou sa mauvaise qualité nuit à la structuration de l'espace de cet élève. Sans repère, il est difficile pour celui-ci de construire le moindre déplacement dans l'espace sans se perdre et il est encore plus difficile de le rendre de plus en plus rapide et complexe, dans des situations de plus en plus réglementées avec ou sans partenaires.
- *La course en virage* est plus difficilement accessible que la course en ligne droite pour certains élèves car elle occasionne des changements de direction qui désorientent l'élève DV et risquent de l'égarer sur la piste.
- Les courses avec des sens de circulation opposés comme par exemple le relais en épingles présente des risques de collision pour l'élève DV.

- La course de haies n'est pas recommandée si la prise d'information visuelle est insuffisante. Le risque de chute et de blessures est trop important. Dans certains cas (si l'acuité résiduelle est suffisante) on peut adapter les obstacles (de type rivières ou des lattes posées sur des plots) en les colorant pour les rendre visibles.

- **Conditions favorables à la pratique de l'élève déficient visuel**

- L'élève DV dispose de ressources nécessaires à la mise en œuvre de la motricité du coureur.
- Il n'a pas de problème sur le plan énergétique pour être explosif, ni de problèmes mécaniques pour courir en fréquence ou en amplitude.
- Il possède l'intégralité des sensations d'origine interne (kinesthésiques), il peut tirer profit des informations sonores et tactiles pour compenser le déficit d'informations visuelles.
- Le dialogue entre l'enseignant et l'élève est fondamental pour déterminer les meilleures conditions de pratique. Dans cette perspective, le couple élève-professeur utilise toutes les ressources de prise d'informations exploitables et privilégie en fonction des caractéristiques de la déficience celles qui conviennent le mieux (repères visuels suffisamment volumineux, contrastés et colorés pour matérialiser l'environnement, sonores pour s'orienter, tactiles auprès d'un guide pour se rassurer).
- Dans tous les cas c'est l'élève qui guide les propositions d'aménagement, par exemple dans le choix de repères visuels l'élève indique : « je vois », « je ne vois pas cette couleur », « c'est mieux », « non ça ne change rien », « c'est moins bien »...
- Cette régulation empirique permet de mettre en place les meilleures conditions du moment (par exemple : en fonction des conditions de luminosité et d'évolution de celle-ci).
- Les photophobes peuvent, courir dos au soleil, porter une casquette à visière et des lunettes protectrices.

❖ ADAPTATION DE L'ENSEIGNEMENT

- **Projet de transformation de la classe**

- *Acquisitions attendues*

- Adopter une position permettant une mise en action rapide en réaction à un signal.
- Contrôler et adapter le rapport amplitude – fréquence des foulées en fonction des différentes courses et leurs phases.
- Savoir relayer sans perte de temps dans une zone imposée.

- *Projet individuel pour l'élève déficient visuel*

L'élève DV doit arriver à optimiser sa vitesse sur une distance aménagée (2 couloirs en ligne si l'élève doit être guidé par cordelette) de distance égale à celle de ses camarades. On peut aménager la distance en la réduisant quand il y a un handicap physique associé (par exemple : 30m au lieu de 40m).

Le cycle combine la course de vitesse individuelle et la course de relais, plus motivante dans la durée car pratiquée en équipe et valorisant la coordination collective du groupe pour optimiser la réalisation.

- Organisation de l'enseignement

La classe de 24 élèves est organisée en séries de 3 à 4 coureurs de niveaux homogènes dans 6 à 8 vagues se succédant. L'attente entre chaque série correspond à de la récupération.

Les connaissances et savoirs-faire acquis dans cette période du cycle sont exploités et développés dans la pratique de la course de relais.

- **Exemples de situations d'apprentissage**

On traitera une compétence réalisée individuellement (départ de vitesse) et une compétence réalisée collectivement (relais).

- *Compétence*

Effectuer un départ permettant d'atteindre rapidement sa vitesse maximum sans redressement précoce.

- Comportement initial observé

Les élèves se redressent immédiatement, les appuis sont rapidement uniformes.

- Critères de réalisation

Les élèves passent progressivement du départ debout vers le départ en starting-block. Pour réussir, les élèves apprennent à placer les appuis en position de poussée, les chaînes musculaires en tension, le corps placé en équilibre, en vigilance maximum pour réagir au signal du départ par un déclenchement explosif des actions propulsives. La pose des appuis au sol passe de la fréquence à l'amplitude.

Les séries de départ s'effectuent sur une distance de 20m à 30m. Les élèves comptent le nombre des appuis sur la première moitié de la course et sur la seconde. La différence met en évidence le passage de la fréquence à l'amplitude.

- Critères de réussite

- Bon placement des appuis, corps placé pour transmettre l'énergie propulsive.
- Déclenchement explosif des actions propulsives au signal de départ
- Respect des contraintes réglementaires du départ de course de vitesse.
- Les appuis s'allongent, le nombre d'appui dans la première moitié de course est supérieur au nombre d'appuis de la seconde moitié.
- Lors du départ en starting-block, le corps se redresse progressivement sur plusieurs mètres.

- Adaptations pour l'élève déficient visuel

- L'enseignant utilise des consignes verbales pour expliquer ce qu'il faut faire.
- Il fait porter l'attention de l'élève sur les informations proprioceptives ressenties en les reliant avec ce qui est efficace et ce qui ne l'est pas. Ainsi l'élève mémorise ces sensations qui l'aideront à retrouver le bon placement, le geste efficace. D'une sensation ressentie et interprétée, le coureur peut en déduire la qualité de sa réalisation. Il n'y aura pas d'autre aménagement pour l'élève DV qu'un déplacement dans 2 couloirs en ligne droite s'il court avec un guide.
- La course dans un couloir (ou deux couloirs en demandant de courir sur la ligne) est importante pour que l'élève apprenne à se déplacer en ligne droite. Le couloir doit être bien matérialisé (plots, fanions colorés tout au long du parcours). Un repère sonore émettant depuis l'arrivée de la course par un camarade ou le professeur peut aider l'élève si le reliquat visuel est insuffisant. Au départ, l'élève intègre bien la direction de ce signal sonore. L'enseignant renseigne et rassure l'élève DV en permanence et le replace dans l'axe du déplacement en cas de dérive de la course « c'est bien t'es placé », « replace toi un peu à gauche », « encore 10m, accélère », « ligne franchie, ralentit ».
- L'arrivée doit être dégagée pour éviter les collisions et lui permettre d'arrêter son effort. Durant toute la course, la voix du guide doit être audible.
- L'observation visuelle n'étant pas possible pour cet élève on fera appel, pour apprécier le passage de la fréquence à l'amplitude à l'analyse du rythme sonore de la pose des appuis au sol (par exemple : référence à des onomatopées types).

- Compétence

Transmettre le témoin en continuité en conservant une vitesse optimale sans nuire à la trajectoire du déplacement et à son équilibre.

- Comportement initial observé

Le relayeur attend à l'arrêt, se retourne, court le bras tendu, part trop tard ou trop tôt. Le donneur rattrape et dépasse le receveur, ou ne le rattrape pas. La transmission s'effectue hors zone réglementaire.

- Critères de réalisation

Les élèves passent de déplacements réalisés à vitesse lente vers des déplacements de plus en plus rapides. Les zones de transmission se raccourcissent. La course s'effectue d'abord en ligne droite puis en virage. Les coureurs varient les positions (n°1, n°2, n°3, n°4).

Les élèves sont regroupés dans 4 équipes de 6 (4 coureurs, 2 observateurs). L'observation constitue par la même occasion un temps de récupération partagé à tour de rôle. Les équipes sont hétérogènes dans leur composition mais homogènes entre elles.

- **Situation 1** : Les élèves sont placés en file indienne. Le relayeur (devant) tend le bras vers l'arrière au signal sonore du relayé, la paume ouverte vers le bas, la main est écartée du corps et ne bouge pas. La colonne progresse en marchant puis en trotinant. Le témoin part du dernier élève vers la tête de la colonne en continuité, le relayé (derrière) place le témoin dans la main du receveur en accompagnant son geste par un signal sonore. Au contact du témoin le receveur saisit le témoin et le passe au coureur devant lui.

Le témoin doit faire le trajet au centre du couloir le coureur n°1 tient le témoin main droite, le n°2 main gauche, le n°3 main droite et le n°4 main gauche.

Lorsque l'on augmente la vitesse du déplacement, les vitesses de chaque coureur doivent être ajustées.

- **Situation 2** : Transmission en course du témoin.

4 parcours de 60m sont proposés avec des zones d'élan et de transmission dont on réduit progressivement la longueur. L'ajustement des vitesses permet la pose de marque. Le donneur passe sur la marque et donne le signal de départ du receveur par un appel sonore. Ce dernier part sans se retourner. Il tend le bras vers l'arrière, la paume ouverte (main droite pour le relayeur n°3 et main gauche pour les relayeur n°2 et n°4) lorsque le donneur le rattrape pour placer le témoin dans sa main. Le relayeur referme sa main sur le témoin pour le saisir fermement.

La transmission doit se faire sans ralentissement, à pleine vitesse à l'intérieur de la zone réglementaire.

- **Critères de réussite**

- L'élève receveur s'élanche à vitesse maximale et conserve cette vitesse dans le rôle de donneur.
- Le receveur est orienté ainsi que son regard dans l'axe de la course. Il ne se retourne pas (sauf si l'élève DV lui transmet le témoin et si c'est indispensable pour réussir la transmission).
- Le témoin est toujours porté par le partenaire animé de la plus grande vitesse de déplacement.
- La transmission s'effectue sur un nombre réduit de foulée.
- Le relayeur place son bras au signal du donneur.

- **Adaptations pour l'élève déficient visuel**

- Si la vision est suffisante, l'élève DV peut jouer tous les rôles.
- Il faut rendre les repères organisant le déclenchement des actions de départ plus visibles et adaptés au niveau d'acuité de cet élève (plots de couleur, fanions flottants pour délimiter les zones de départ et d'échange).
- chasubles de couleur pour le receveur pour être mieux perçu, pièce de tissu colorée pour mieux distinguer le bras du receveur, témoin coloré).
- Pour faciliter la transmission du témoin par l'élève DV et lorsque sa vision ne permet pas de faire autrement, on autorise le receveur à se retourner et bouger sa main pour prendre le témoin au donneur (on sacrifie un peu le principe d'efficacité au profit du principe d'accessibilité de tous à cette tâche).
- Chaque équipe est équipée de chasubles de couleurs différentes.
- Il n'y a pas de problème si l'élève DV (même avec une vision très altérée) est receveur en fin de chaîne (en ligne droite dans 2 couloirs si nécessaire guidé par un signal sonore venant de l'arrivée de la course).
- L'arrivée doit être dégagée, l'élève DV doit être prévenu que la course est terminée s'il ne le perçoit pas.
- Il semble être difficile à cet élève d'être observateur car les actions sont très rapides et brèves. Pendant cette période il récupère, ses camarades ou le professeur lui commente le déroulement de la course, les causes de réussite ou d'échec.

ADAPTER LA PRATIQUE DE LA COURSE DE DEMI FOND A UN ELEVE DEFICIENT VISUEL

❖ L'ACTIVITE PRATIQUEE

• Définition

La course de demi fond en aérobic est privilégiée en collège.

Il s'agit de courir pendant une durée donnée à une vitesse correspondant à ses capacités aérobic proche du maximum. Cette activité doit amener l'élève à déterminer la vitesse de déplacement correspondant à ses possibilités pendant une durée d'effort imposée.

• Ressources sollicitées

- Ressources liées à la *prise d'informations* : Sur soi et le milieu environnant devenant de plus en plus précises et fines.
- Ressources liées à la *dépense énergétique* : Endurance, dosage et régularité de l'intensité de l'effort dans la durée, VMA.
- Ressources *mécaniques* : Souplesse, relâchement, continuité et rythme des actions.
- Ressources *cognitives* : Compréhension et mise en œuvre des principes intervenant dans l'efficacité et l'optimisation de la performance. Détermination, mémorisation et utilisation de données chiffrées personnalisées dans le cadre d'un projet individuel.
- Ressources *affectives* : Autonomie, respect du projet individuel.

❖ CARACTERISTIQUES DE L'INAPTITUDE ET EXIGENCES DE L'APS

Chaque élève déficient visuel est particulier et unique. Il n'est pas possible de traiter tous les cas possibles. Il appartient à l'enseignant de *s'adapter aux spécificités de chaque personne* en différenciant le traitement de l'activité et son approche pédagogique par l'élève.

• Conditions défavorables à la pratique de l'élève déficient visuel

Eviter la pratique ailleurs que sur une piste si les choc sont déconseillés et si sa vision est insuffisante (course en terrain accidenté).

Le rôle d'observateur pour cet élève est difficile si son reliquat visuel est insuffisant.

• Conditions favorables à la pratique de l'élève déficient visuel

Il n'y a pas de problèmes énergétiques, mécaniques à la pratique de cet élève.

Il faut l'aider à compenser le déficit de prise d'information visuelle pour se situer en déplacement sur la piste avec d'autres pratiquants.

Il est donc nécessaire d'aménager l'espace pour que l'élève puisse s'y repérer.

La piste devra être balisée pour que sa course ne soit pas perturbée.

La course avec les autres dans le même sens de déplacement est possible si l'élève a suffisamment d'acuité pour distinguer le volume de ses camarades, une couleur particulière (par exemple : la chasuble colorée qui les équipe).

Comme pour la course de vitesse c'est l'élève qui guide l'enseignant dans le choix des dispositifs d'accessibilité.

Les modalités de réalisation seront adaptées si la prise d'information visuelle est trop insuffisante et amène l'élève à se perdre sur la piste (course en couple, l'un à coté de l'autre ou l'un devant ou derrière l'autre, ou encore, si nécessaire, en utilisant une cordelette reliant le poignet de l'élève déficient visuel à un camarade voyant).

S'il peut lire un chronomètre (vision tubulaire) on peut lui confier le rôle d'informateur du temps qui s'écoule ou lui faire compter le nombre de passage d'un coureur. Ce dernier lui transmet un signal sonore lors de son passage devant lui.

L'élève photophobe peut s'équiper d'une casquette à visière et de lunettes pour se protéger des excès et variations de luminosité.

❖ ADAPTATION DE L'ENSEIGNEMENT

• **Projet de transformation de la classe**

- *Acquisitions attendues*

- Adopter l'allure de course correspondant à sa VMA.
- Respecter un tableau de marche par une course régulière et sur une distance adaptée à ses ressources ou à un nombre de plots franchis.
- Estimer et expérimenter la VMA à partir de test de terrain.
- Maîtriser sa respiration.

- *Projet individuel pour l'élève déficient visuel*

Les élèves doivent parvenir à construire une course régulière pendant 18 minutes à une VMA correspondant à leur possibilité aérobie proche du maximum.

Il n'y a aucune contre indication médicale pour l'élève DV en terme d'intensité de l'effort s'il n'a pas d'autre pathologie associée.

Il est toutefois nécessaire d'aménager l'espace et les modalités de la situation de référence pour la rendre accessible à cet élève dans les conditions de réalisation de la classe.

- *Organisation de l'enseignement*

Classe de 24 élèves organisée en 2 groupes alternant deux tâches: celle de coureur et celle d'observateur. Au préalable on mesure la VMA de chaque élève (vitesse à laquelle la consommation maximum d'oxygène est atteinte). C'est plus intéressant pour l'enseignant et l'élève car elle est directement mesurable sur le terrain et permet de déterminer les intensités de travail et gérer les allures de course des élèves. L'enseignant propose un test de 5 minutes sur piste. Il consiste à parcourir la plus grande distance possible à une allure déterminée par l'élève. Auparavant un footing d'échauffement aura permis à l'élève d'envisager l'allure qui lui convient le mieux pour ce test. La distance parcourue ou le nombre de plots franchis détermine la VMA. Il s'agit de placer les élèves dans une logique de progrès individualisés. Ils doivent concilier leur vitesse avec la durée de la course et leurs possibilités pour demeurer en dessous du seuil d'essoufflement.

Chacun est autonome pour la prise du pouls avant et après l'effort.

• **Exemples de situations d'apprentissage**

(références des situations au dossier EPS n°56, « la course de durée au collège et au lycée ») P 17, 18 Niveau 2...

- *Compétence*

Courir en enchaînant un nombre donné de séquence (6 séquences) de 3 minutes sans marcher ni s'arrêter pour marquer le plus grand nombre de points durée et de points vitesse.

- *Comportement initial observé*

Il n'y a pas d'allure régulière. L'élève part trop vite et ne finit pas les séquences, il marche. Il doit courir plus régulièrement pour augmenter la durée de course.

Dès qu'il est capable d'enchaîner 18 minutes de course il essaie de courir plus vite pour augmenter la distance ou le nombre de points vitesse.

- *Critères de réalisation*

La piste est balisée par des plots tous les 25m. Le coureur et les plots sont visibles à tous les endroits du parcours. Les élèves sont organisés en binôme. L'élève observateur compte le nombre de plots franchis par tranche de

3 minutes de course et éventuellement les arrêts ou passage à la marche de l'élève coureur. Le nombre de plots franchis divisé par 2 donne la vitesse en km/h (20 plots = 10km/h).

- Le nombre de séquences entièrement courues donne des points durée.

L'enseignant déclenche un signal toutes les 3 minutes qui annonce la fin de chaque séquence. La première séquence de 3 minutes courue ne donne pas de points durée. La seconde donne 2pts, la troisième 3pts etc....enfin la sixième donne 6pts. Si un coureur s'arrête pendant une séquence, il rejoint le plot suivant et attend la fin des 3 minutes pour repartir. La première séquence après un arrêt = 2pts, la deuxième = 3pts etc...Les résultats sont notés sur une fiche par l'observateur.

- Pour permettre aux élèves d'optimiser leur VMA on utilise le même principe.

Le nombre de plots franchis par séquence de 3 minutes rapporté à la VMA exprimée en km/h du coureur donne le pourcentage de sa VMA. Un tableau récapitulatif met en relation les pourcentages de VMA en fonction des VMA en km/h. Il indique pour chaque valeur en pourcentage le nombre de plots correspondant. Ex : pour une VMA de 10km/h, 14 plots = 70% de cette VMA, 16 plots = 80%, 18 plots = 90%.

L'importance du pourcentage de VMA utilisé pour courir donne des points vitesse.

Selon le même principe que les points durée, la première séquence ne donne aucun point vitesse.

L'élève gagne 4pts pour toute séquence courue à 90% de VMA.

L'élève gagne 3pts pour toute séquence courue à 90% à 85% de VMA.

L'élève gagne 2pts pour toute séquence courue à 85% à 80% de VMA.

L'élève gagne 1pt pour toute séquence courue à 80% à 75% de VMA.

Pas de points s'il est inférieur à 75% de sa VMA.

- Critères de réussite

- L'élève est capable de déterminer sa VMA (après un échauffement de 5 minutes)
- L'élève augmente le nombre de points durée. Il enchaîne 18mn de course à une vitesse moyenne régulière.
- L'élève augmente le nombre de points vitesse. Il augmente ainsi progressivement son pourcentage de VMA tout en maintenant sa régularité.
- Il rythme sa respiration à la cadence de sa course
- Il alterne les rôles de coureur et d'observateur.

- Adaptations pour l'élève déficient visuel

- La piste est balisée par des plots dont la couleur et le volume augmentent la visibilité du parcours.
- Des chasubles de couleur repérables par l'élève DV sont portées par les autres coureurs et l'aide à rester placé sur la piste.
- Si cet aménagement ne permet pas à cet élève de se repérer et s'il s'écarte trop souvent de la piste, on peut le faire courir en ligne droite (piste de 100m également balisée tous les 25m) autour de 2 plots aux extrémités desquels, si nécessaire, deux camarades l'aident à changer de direction et le guident à tour de rôle en frappant dans les mains ou en l'appelant et le guidant.
- On peut aussi mettre l'élève DV en couple avec l'élève qui possède la VMA la plus proche de la sienne. Soit celui-ci porte un maillot de couleur qui le différencie des autres ou des grelots attachés aux chevilles et court devant ou à côté, soit ils sont reliés par une cordelette, celui-ci le guide et le maintien placé sur la piste en évitant qu'il s'égaré.

ADAPTATER LA PRATIQUE DES LANCERS A UN ELEVE DEFICIENT VISUEL

❖ L'ACTIVITE PRATIQUEE

• Définition

Il s'agit de créer et maintenir une vitesse dans le but de lancer un engin le plus loin possible dans une zone délimitée.

Différents types de lancers sont utilisables par l'enseignant. Selon le niveau de pratique des élèves, il sera proposé des types de lancers :

- Avec une prise de vitesse vers l'avant, donnant une vitesse horizontale.
- Une prise de vitesse circulaire, donnant une vitesse en rotation.
- Une prise de vitesse de bas en haut, donnant une vitesse verticale.

• Ressources sollicitées

- Ressources liées à la *prise d'informations* : de plus en plus précises sur soi, l'engin à lancer et le milieu environnant.
- Ressources liées à la *dépense énergétique* : Vitesse, accélération.
- Ressources *mécaniques* : Coordination, adresse, amplitude gestuelle, continuité des actions.
- Ressources *cognitives* : Compréhension et mise en œuvre des principes intervenant dans l'efficacité et l'optimisation de la performance.
- Ressources *affectives* : Respect du règlement et des règles de sécurité.

❖ CARACTERISTIQUES DE L'INAPTITUDE ET EXIGENCES DE L'APS

Chaque élève déficient visuel est particulier et unique. Il n'est pas possible de traiter tous les cas possibles. Il appartient à l'enseignant de *s'adapter aux spécificités de chaque personne* en différenciant le traitement de l'activité et son approche pédagogique par l'élève.

• Conditions défavorables à la pratique de l'élève déficient visuel

Dans un souci de sécurité on évitera de pratiquer les lancers avec rotation avec les élèves Dv.

L'élève DV ne peut pas se contenter de la seule démonstration comme explication de la consigne.

Il ne perçoit pas la trajectoire de son engin, ni le point de chute. le retour d'informations de l'enseignant est indispensable.

• Conditions favorables à la pratique de l'élève déficient visuel

L'élève DV peut solliciter ses appuis pédestres, son tronc et ses bras pour mettre en œuvre les mouvements nécessaires à la création et à l'orientation de l'énergie propulsive.

Il n'a pas de problème énergétique ni mécanique pour se translater ou pivoter sur ses appuis pédestres.

Il dispose des possibilités de prise d'informations internes (kinesthésiques) qui lui permettent de sentir à l'arrêt et en mouvement le positionnement de chaque partie du corps.

L'utilisation de l'information verbale, tactile faisant référence au senti proprioceptif doivent compenser le manque de références visuelles.

L'enseignant doit personnaliser les consignes pour cet élève. Il aura besoin de plus de répétition pour intégrer la gestuelle du lancer.

Selon les caractéristiques de la déficience et de ses effets sur la pratique, on veillera à l'organisation de l'environnement (face ou dos à la source lumineuse, présence de repères visibles ou sonores) pour que l'élève puisse lâcher l'engin dans la direction souhaitée sans danger pour ses camarades.

Les lancers légers en translation et à bras cassé nous paraissent mieux adaptés. La diversité des supports, balles de tennis, balles lestées, vortex (engin profilé, léger et court en matière caoutchoutée, émettant un sifflement lorsqu'il vole) et javelot scolaire, réduit les problèmes de sécurité dans un groupe classe.

L'activité est réalisable sur des plateaux d'évolution ou en gymnase et offre donc plus de choix pour obtenir de bonnes conditions de luminosité.

❖ ADAPTATION DE L'ENSEIGNEMENT

• **Projet de transformation de la classe**

- Acquisitions attendues

- Assurer la tenue et le contrôle de l'engin (balle, vortex ; javelot)
- Créer les forces nécessaires à une accélération continue et au placement de l'engin lancé sur une trajectoire favorable.
- Construire le chemin de lancement le plus long possible.
- Ordonner les actions de lancer à partir des appuis au sol

- *Projet individuel pour l'élève déficient visuel*

L'élève doit parvenir comme les autres à une forme de lancer réglementaire dans lequel l'engin est tenu, orienté et tiré dans l'axe du déplacement avec un chemin d'application des forces le plus long possible et la production d'une trajectoire parabolique correspondant à une portée importante de l'engin lancé et un piqué au sol réglementaire (javelot).

- *Organisation de l'enseignement*

Classe de 24 élèves organisée en 2 vagues de 12. Lancer à bras cassé de la balle lestée puis du javelot de 400g pour les filles et 600g pour les garçons. Il s'agit d'abord de lancer sans élan puis avec élan réduit, réglementairement le plus loin possible vers un secteur balisé.

• **Exemples de situations d'apprentissage**

- *Compétences*

Maîtriser la tenue de l'engin et appliquer les forces propulsives dans une direction donnée et selon une trajectoire souhaitée.

- *Comportement initial observé*

Au début le javelot ne plane pas et ne pique pas au sol. Il est désaxé et touche le sol par la queue. Le lâcher n'est pas contrôlé.

L'élève se casse au niveau du buste, reculant les fesses au moment du lancer.

L'élève lance de face, le bras lanceur n'est pas tendu (réduction du chemin de lancement)

- *Critères de réalisation*

Les élèves réalisent un lancer de face dans une zone délimitée d'abord sans élan puis avec un élan réduit (5appuis), marché puis couru. Ils organisent le placement du javelot sur une trajectoire qui leur permet de le piquer au sol par la pointe. Au préalable les doigts doivent être correctement placés sur le cordage de l'engin afin de transmettre les forces propulsives avec le maximum d'efficacité.

- *Critères de réussite*

- L'engin reste placé durant la phase d'élan.
- Il est lâché dans l'axe général du lancer.
- Il arrive au sol par la pointe.
- La distance franchie avec élan réduit est supérieure à celle réalisée sans élan.

- *Adaptations pour l'élève apte partiellement*

Il faut pallier le manque d'information visuelle par des informations verbales et tactiles. Pour la tenue de l'engin, il faut faire sentir tactilement la position des doigts sur le cordage de la poignée (majeur et pouce placés derrière la poignée, l'index allongé).

L'élève DV doit explorer et structurer l'espace de lancer (zone d'élan, de lâcher, de réception). En fonction des possibilités visuelles de près, de loin, de l'élève, le professeur exploitera des repères colorés et volumineux visibles (surface différenciées, arbres) ou en placera (balises, plots, fanions).

Si aucun repère visible n'est exploitable, l'élève est placé à un nombre donné d'appui.

On le fait pointer avec le bras, la direction vers laquelle il doit lâcher l'engin.

Il place celui-ci dans cette direction. L'enseignant lui indique si cette direction est bonne.

Il se déplace vers la zone du lâcher, d'abord en marchant puis s'il réussit, il exécute la tâche plus rapidement en comptant ses appuis et il lance.

L'enseignant accompagne son action par des commentaires qui l'informe sur le bon déroulement de son lancer.

Il peut ainsi mettre ces précieuses informations en adéquation avec ses propres informations internes (kinesthésiques) et discerner en les mémorisant les sensations qui correspondent à des actions efficaces et celles qui ne le sont pas.

- Compétence

Augmenter le chemin d'application des forces pour obtenir un allongement de la distance.

- Comportement initial observé

Les actions propulsives sont déclenchées du haut du corps et pas à partir des appuis au sol.

- Critères de réalisation

Les élèves lancent avec un élan réduit (5 appuis) en trotinant puis en augmentant la vitesse de l'élan. Ils utilisent la vitesse acquise pour obtenir une prise d'avance des appuis lors des deux derniers appuis pédestres. Afin d'obtenir l'éloignement le plus grand possible entre le bras lanceur et la jambe opposée, les deux derniers appuis pédestres doivent franchir des lattes posées au sol.

- Critères de réussite

- L'élève débute le lancer par l'action des membres inférieurs.
- Il recule l'engin en reculant le bras lanceur dans l'axe général du lancer.
- Les appuis restent au sol pendant la transmission des forces propulsives.
- L'élève obtient un gain de distance.
- Le javelot ou le vortex pique au sol en conservant l'alignement à l'axe général du lancer.

- Adaptations pour l'élève déficient visuel

Le problème est de faire comprendre à l'élève DV la nécessité d'augmenter le chemin de lancement s'il n'y a pas de recours possible à la démonstration. Cela peut se faire par le positionnement du corps par le professeur donc par le « ressenti ».

Si on ne peut pas utiliser l'aménagement avec les lattes posées au sol, on procède en guidant l'élève, en l'informant sur la position générale de son corps pendant la prise d'élan. L'enseignant l'informe oralement de la qualité de sa production. L'élève intègre et mémorise les sensations internes correspondant à un bon ou un mauvais placement. La construction peut être plus longue que pour les autres (plus grand nombre de répétitions). Le choix d'un engin comme le vortex peut être intéressant pour cet élève car il est plus facile à maîtriser. Le sifflement de cet engin lorsqu'il est lancé, informe l'élève sur la direction du jet et la performance réalisée (durée du sifflement). En outre en cas de lancer désaxé, le vortex ne présente pas de danger pour les autres comme le javelot.

ADAPTER LA PRATIQUE DES SAUTS A UN ELEVE DEFICIENT VISUEL

❖ L'ACTIVITE PRATIQUEE

• Définition

Il s'agit, à la suite d'un élan, de se propulser le plus loin ou le plus haut possible dans l'espace selon une trajectoire efficace dans une zone précise et réglementée.

Tous les sauts sont précédés d'une course d'élan destinée à donner de la vitesse. Cette course d'élan doit être étalonnée pour permettre une prise de vitesse maximale.

L'impulsion par un pied, obligatoire en athlétisme, exige, pour optimiser la performance, l'utilisation coordonnée des membres inférieurs et supérieurs

• Ressources sollicitées

- Ressources liées à la *prise d'informations* : De plus en plus précises sur soi et le milieu environnant.
- Ressources liées à la *dépense énergétique* : Rythme, accélération, détente.
- Ressources *mécaniques* : Coordination, amplitude gestuelle, relâchement, souplesse, continuité des actions, précision.
- Ressources *cognitives* : Compréhension et mise en œuvre des principes qui permettent d'optimiser l'efficacité et la précision des actions motrices.
- Ressources *affectives* : S'adapter aux exigences réglementaires et aux consignes de sécurité.

❖ CARACTERISTIQUES DE L'INAPTITUDE ET EXIGENCES DE L'APS

Chaque élève déficient visuel est particulier et unique. Il n'est pas possible de traiter tous les cas possibles. Il appartient à l'enseignant de *s'adapter aux spécificités de chaque personne* en différenciant le traitement de l'activité et son approche pédagogique par l'élève.

• Conditions défavorables à la pratique de l'élève déficient visuel

Tous les supports ne conviennent pas à cet élève en particulier ceux qui exigent un contrôle visuel permanent, le traitement complexe immédiat de ces informations pour avoir une compréhension et une maîtrise de l'environnement ainsi que la capacité à anticiper les actions motrices. Par exemple, *le saut à la perche* rend difficile les *opérations de piqué, de franchissement, de contrôle du corps dans l'espace* pour réussir une réception sans danger.

Le saut en hauteur présente des difficultés comparables si la technique de franchissement modifie la position du corps dans l'espace, si la barre ou l'élastique ne sont pas clairement perçus ainsi que les poteaux et les protections assurant une bonne réception. Il ne faut pas proposer la pratique des sauts à l'élève, si les chocs sont contre indiqués médicalement (par exemple, les pathologies rétinienne).

• Conditions favorables à la pratique de l'élève déficient visuel

La pratique des sauts n'est pas contre indiquée pour tous dès que le reliquat visuel s'avère suffisant et que l'aménagement de la situation permet une pratique en toute sécurité.

La pratique du saut en longueur et des multibonds paraît plus accessible (la position du corps est peu modifiée). Si la prise d'information visuelle est insuffisante, elle peut être complétée par l'utilisation de signaux sonores et des prises d'informations d'origines internes (mémorisation et intériorisation du nombre de foulées et du rythme de la course d'élan). Un repérage préalable du site peut rendre la pratique plus aisée.

Dans le cas où le saut en hauteur est rendu possible (sautoir sécurisé), il est recommandé de faire pratiquer le saut en ciseau. Ce type de saut est simple à maîtriser, il permet au sauteur de conserver un repère visuel ou sonore constant dans la course et l'impulsion (qui demeurent alignées), il modifie peu la position du corps pendant le saut. Le sauteur peut se réceptionner sur ses jambes sans danger.

Il faut penser à faire travailler les DV en tenant compte des conditions de luminosité, autoriser le port de casquette à visière et de lunettes de soleil. Par exemple, l'élève photophobe doit sauter dos à la lumière, porter une casquette à visière et des lunettes protectrices.

❖ ADAPTATION DE L'ENSEIGNEMENT

• **Projet de transformation de la classe**

- Acquisitions attendues

En collège les élèves doivent pouvoir :

- Organiser leur course d'élan par rapport à une zone d'impulsion en étalonnant celle-ci.
- Lier efficacement élan et impulsion en liaison avec une réception n'amputant pas la distance franchie.

- Projet individuel pour l'élève déficient visuel

Comme les autres, l'élève DV doit parvenir à la réalisation de sauts réglementaires dans lesquels il se propulse à partir d'une zone d'impulsion. Il cherche, à conserver le corps aligné et équilibré dans l'axe général du déplacement, à créer l'amplitude d'envol maximum vers le haut et l'avant par une poussée efficace de la jambe d'appel, en utilisant avantagusement la vitesse horizontale acquise pendant l'élan.

- Organisation de l'enseignement

On privilégie le saut en longueur au niveau 1. Les multibonds sont abordés au niveau 2.

Afin de proposer une pratique en toute sécurité et favoriser l'acquisition d'une bonne maîtrise d'exécution, des éléments de progressivité sont mis en place.

- On privilégie la pratique avec un élan réduit que l'on allonge progressivement en fonction des progrès réalisés dans la maîtrise et la coordination des actions motrices.
- La vitesse d'exécution augmente.
- La zone d'impulsion préalablement élargie se réduit au fur et à mesure que la course d'élan s'étalonne.

• **Exemples de situations d'apprentissage**

- Compétence

Construire un élan étalonné uniformément accéléré.

- Comportement initial observé

- Les élèves ont une course irrégulière ou trop rapide.
- Ils ralentissent et piétinent avant la zone d'impulsion.
- Le pied d'appel n'est pas toujours le pied placé dans la zone d'appel.

- Critères de réalisation

- Les élèves déterminent leur pied d'appel.
- Les élèves déterminent le nombre de foulée de leur élan (d'abord 8, évoluant progressivement vers 10).
- Les élèves déterminent le point de départ de la course, matérialisé par une marque (pied d'appel sur la marque).
- Ils construisent une course progressivement accélérée pour atteindre une vitesse efficace sur la zone d'impulsion (50cm) de large. La fréquence des appuis au sol augmente à l'approche de la zone d'appel.

- Critères de réussite

La course d'élan est rythmée et accélérée.

La fréquence des appuis s'accélère à l'approche de la zone d'impulsion.

Le pied d'appel est à chaque fois placé dans la zone d'appel.

- Adaptations pour l'élève déficient visuel

Il faut pallier le manque d'information visuelle par des aménagements et d'autres repères.

- La surface d'appel est blanchie à la chaux (si le sol est foncé) et aménagée par des plots, des fanions ou matérialisée par des personnes pour la rendre plus visible.
- Afin de permettre à l'élève de réaliser une course dans l'axe, l'enseignant le place sur la piste et l'oriente vers la zone d'appel en lui faisant pointer des deux bras tendus la direction générale du déplacement (si le reliquat visuel est insuffisant).
- Un ou deux camarades se placent au niveau de la planche et émettent un signal sonore pour le guider (en l'appelant ou en tapant dans les mains).
- L'enseignant s'assure que la circulation des autres élèves ne risque pas de gêner la prestation de l'élève DV et exige un moment de silence.
- L'enseignant renseigne l'élève sur les caractéristiques de sa course (alignement, placement sur la piste) afin de lui permettre de la réguler.
- Le rythme de la course de l'élève DV est intégré et mémorisé comme un rythme musical.
- Il est progressivement accéléré en particulier dans les 5 dernières foulées (utilisation d'onomatopées pour reproduire le bon rythme de la pose des appuis).

L'élève DV peut avoir un rôle « d'observateur-auditeur » pour apprécier l'uniformité de l'accélération de la course d'élan des autres élèves (structure rythmique de la pose des appuis).

- Compétence

Donner de l'amplitude au saut en orientant la poussée de la jambe d'appel vers le haut et l'avant.

- Comportement initial observé

Les sauts sont rasants, la jambe libre ne tire pas le bassin vers le haut et l'avant.

- Critères de réalisation

Les élèves réalisent des sauts avec une course d'élan étalonnée et accélérée sur 8 à 10 foulées. Pour orienter le saut vers le haut et l'avant, un élastique est tendu 1m après la zone d'appel à 50-60cm de haut (variable selon les capacités explosives des élèves). L'enseignant adapte à chacun la hauteur et la distance qui conviennent. Les élèves doivent, à l'impulsion, demeurer équilibrés, se grandir en poussant complètement sur la jambe d'appel en projetant la jambe libre fléchie vers le haut et l'avant en relâchant le haut du tronc.

Pour augmenter la qualité de la poussée de la jambe d'appel, on peut demander à l'élève de conserver la jambe d'appel tendue (indicateur d'une poussée complète) et de se réceptionner en continuant à courir pour sortir du sautoir (l'élastique est supprimé dans cet exercice).

- Critères de réussite

- l'appel est explosif et enchaîné à la course d'élan.
- La poussée de la jambe d'appel est complète et alignée dans l'axe général du déplacement.
- Le saut est dirigé vers le haut et l'avant.
- La jambe libre et le haut du tronc ont un rôle actif dans l'orientation de la trajectoire du saut.
- Le saut est ample et dure longtemps.

- Adaptations pour l'élève déficient visuel

- Rendre perceptible la zone d'impulsion par :
 - Des cônes de couleur.
 - Des lattes de marquage en « PVC » souple.
 - Des élèves ou autre.
 - Une zone d'appel contrastant avec l'environnement.
- Pour augmenter l'élévation du saut :
 - L'utilisation de l'élastique ne présente aucun danger s'il est tenu à peine tendu entre 2 doigts par 2 élèves de chaque côté du sautoir et qui le lâche en cas d'accrochage .
 - le fil peut être équipé de fanions flottants colorés.
- L'enseignant guide de la voix l'élève déficient visuel s'il en a besoin.
- Il indique si cela est nécessaire à l'élève s'il est bien placé et lui annonce ce qu'il faut faire, s'il doit se replacer plus en ligne pendant la course d'élan.

Si l'élève DV ne peut distinguer la zone d'impulsion et le fil à franchir malgré les repères de couleur, il est plus rassurant pour lui de réaliser le saut sans obstacle.

L'enseignant commente le placement de l'élève à l'impulsion afin qu'il distingue les sensations liées à une bonne impulsion et celles liées à une mauvaise : « pousse sur ta jambe d'appel vers le haut et l'avant », « grandit toi », « garde ta jambe d'appel tendue derrière toi pour pousser plus longtemps ».

Les aménagements, adaptés aux possibilités de l'élève DV, lui offrent ainsi la possibilité de progresser, comme les autres, dans l'activité pratiquée par la classe.

ADAPTER LA PRATIQUE DU BASKET-BALL A UN ELEVE DEFICIENT VISUEL

❖ L'ACTIVITE PRATIQUEE

• Définition

Actions motrices organisant, dans une situation codifiée et dans un contexte de *coopération*, un *affrontement* inter collectif, faisant intervenir des capacités d'*anticipation* individuelles et collectives, ainsi que la volonté de gagner.

Il s'agit pour l'élève et son équipe de faire basculer le rapport de force en sa faveur en s'appropriant la maîtrise de la balle pour la faire progresser, sans la perdre, jusqu'à une zone favorable de tir pour marquer.

• Objectifs éducatifs

Dans ce contexte, chaque joueur doit adapter ses conduites motrices pour permettre à son équipe de gagner. Outre l'appropriation des habiletés motrices spécifiques au jeu (maîtrise du ballon, des appuis, des déplacements, de la réception et de la transmission de la balle), chaque joueur apprend à intégrer les interactions indispensables pour mener à bien un projet de conquête du rapport de force (capacité de lecture et de compréhension du jeu, discerner jouer avec et jouer contre, capacité à agir ou réagir sur le jeu). L'élève apprend donc à adapter en permanence sa conduite en fonction des événements perçus. Sa conduite se met au service du collectif (jouer avec), contre le projet d'un autre collectif (jouer contre).

• Ressources sollicitées

- Ressources liées à la *prise d'informations* : suivre le ballon, percevoir le sens du jeu et son évolution...
- Ressources liées à la *prise de décision* : pertinence des actions, agir au bon moment, anticiper...
- Ressources liées à la *dépense énergétique* : rythme, accélération, efforts fractionnés, dosage de l'intensité et de la durée des phases de jeu afin d'optimiser la performance...
- Ressources *mécaniques* : (adresse, précision, amplitude gestuelle, coordination et enchaînement de plusieurs actions...
- Ressources *cognitives* : relations *inter-individuelles*, coopération dans le cadre d'actions offensives et défensives, communication, application d'un projet tactique, compréhension du jeu et de son évolution...
- Ressources *affectives* : respecter l'adversaire, l'arbitre, le règlement...

❖ CARACTERISTIQUES DE L'INAPTITUDE AU REGARD DES EXIGENCES LIEES A LA PRATIQUE DU BASKET-BALL

Il n'y a pas de restrictions quant à la pratique de l'activité, si ce n'est les contacts à éviter (cf. adaptations motrices et réglementaires décrites ci-dessous) et l'espace à aménager pour *percevoir de manière discriminante les informations essentielles* liées au déroulement du jeu (repérer les limites du terrain, la position des joueurs, du ballon, de la cible).

• Conditions défavorables à la pratique de l'élève déficient visuel

Le manque d'information visuelle *nuit à l'organisation de l'espace de jeu et à sa compréhension*. Sans repère visuel, il lui est difficile de se déplacer, de progresser sans risque parmi les autres joueurs, d'identifier ses partenaires, ses adversaires et de suivre la progression du ballon. La mise en mouvement de tous ces éléments est une source de confusion si le joueur DV ne dispose d'aucun moyen de *les repérer en leur donnant du sens*. La complexité de ces mouvements d'ensemble (déplacement à vitesses différentes, avec changements de direction, de

sens...) ajoutent une source de danger pour l'élève DV (risque de collision) et donc de blocage (peur de se faire mal ou de faire mal).

Si les chocs et contacts sont contre-indiqués (pathologie rétinienne, myopie forte, etc...), cette activité ne convient pas. Dans certains cas, il ne lui est pas possible d'endosser le rôle d'arbitre (ou alors en doublette).

Mais dans certains cas, comme la non possibilité de jouer en opposition (contre-indication ou vision insuffisante), il est intéressant de proposer des éducatifs, des parcours d'habileté techniques car c'est aussi une forme d'intégration.

- **Conditions favorables à la pratique de l'élève déficient visuel**

- Terrain réduit (demi gymnase), cible plus basse.
- Limite de jeu avec balisage coloré repérable
- Jeu en effectif réduit (pas au delà du 3x3)
- Cibles repérables (visuellement ou sonorisées)
- Partenaires repérables et identifiables (verbalisation, détermination de signaux sonores et de communication concertés)
- Ballon repérable à tout moment par son rebond au sol (adaptation du jeu imposant le déplacement de tous les joueurs en dribble) ou identifiable par sa coloration (si vision résiduelle).
- Adversaires repérables grâce aux informations fournies par les équipiers (verbalisation constante des équipiers pour guider et conseiller le joueur DV).
- Le basket-ball, par les dimensions du ballon utilisé, rend le contrôle plus aisé. Ce dernier sera facilité par le bruit du rebond et les informations kinesthésiques provenant de la surface de contact relativement large.

- ❖ **ADAPTATION DE L'ENSEIGNEMENT**

- **Projet de transformation de la classe**

- *Acquisitions attendues*

- Différencier jouer avec et jouer contre, se reconnaître attaquant et défenseur, adapter son comportement à la spécificité de la cible, passer d'un jeu groupé à un jeu orienté vers le panier
- Respecter les règles essentielles sur lesquelles repose le jeu
- Maîtriser certains gestes techniques inhérents aux exigences liées à la pratique du basket-ball
- Faire à tout moment un choix adapté à l'évolution du jeu

- *Projet individuel pour l'élève déficient visuel*

L'élève DV peut-être intégré à un groupe d'élèves valides en respectant certaines contraintes liées à l'opposition des joueurs dans un espace inter pénétré. Il peut s'approprier les mêmes compétences et les mêmes savoirs que ses camarades valides, si le milieu est adapté à ses possibilités. L'espace de jeu et le nombre de joueurs et le ballon doivent être aménagés pour faciliter la perception des informations, afin de les exploiter rapidement de manière adaptée. Ses possibilités d'adaptations doivent être valorisées au sein de l'équipe pour mieux la servir.

- *Organisation de l'enseignement au sein de la classe*

Classe organisée par exemple en 6 équipes homogènes de 4 élèves. Chaque équipe est hétérogène dans sa composition. Elles sont réparties sur 3 demi terrains (moitié de gymnase), panneau réglable en hauteur (collège).

Les équipes sont opposées entre elles dans le cadre de situations d'apprentissage à thème. Les résultats des confrontations sont relevés sur une fiche de séance. Pour motiver les élèves, une sorte de championnat classe les équipes en fonction de leurs résultats. Selon les situations, les équipes peuvent fonctionner en différentes formations (1x1, 2x1, 2x2, 3x2, 3x3). Chaque joueur est amené à jouer différents rôles et tâches (joueur attaquant ou défenseur, arbitre, observateur).

Le règlement prend en compte la règle du marcher, reprise de dribble, 5 secondes balle en main, règle du non contact et les adaptations particulières du règlement lorsque l'élève DV joue. Si nécessaire, chaque faute de contact est sanctionnée par un lancer franc à valeur de 2pts. Les autres fautes donnent lieu à une remise en jeu de la touche. La marque des points est adaptée (panier réussi = 3pts, 5pts pour DV selon le handicap; la balle touche le cercle par dessus = 1pt, 3pts pour DV ; la balle touche le panneau = 1pt pour DV).

- **Exemples de situations d'apprentissage**

Thème n° 1 : Adaptation de son déplacement en attaque pour se mettre en position favorable de relais, puis de tir, pour marquer, dans un rapport d'opposition à 2 contre 1 (2 attaquants dont un passeur et 1 défenseur). En défense, rompre toute possibilité de passe ou de tir dans une zone potentiellement dangereuse.

- Compétences

En attaque : **se repérer** à tout moment par rapport au passeur, au défenseur et au panier pour jouer le passe et va et tirer dans de bonnes conditions.

En défense : s'opposer à la progression du porteur de balle en se dirigeant vers lui pour s'opposer au relais ou au tir.

- Critères de réalisation

Les équipes passent par vagues de 2 joueurs en attaque. Après avoir attaqués, les joueurs de la vague de 2 passent en alternance en défense et à l'arbitrage. La vague qui vient d'attaquer assure à son tour le rôle du défenseur et d'arbitre.

La paire d'attaquant progresse avec la balle en relais. Le porteur de balle fixe le défenseur puis passe le ballon au joueur attaquant non porteur de balle et ainsi de suite, jusqu'à obtenir la situation favorable de tir, d'un des 2 joueurs placés près du panier (si tir réussi = 3pts, si cercle touché dans la descente de balle = 1pt pour l'attaque ; si balle interceptée par défenseur = 3pts, si tir gêné par le défenseur = 1pt pour la défense). Chaque équipe se voit comptabiliser ses points marqués ou concédés pour le championnat.

- Critères de réussite

En attaque :

- Le porteur de balle contrôle la progression du ballon en s'informant sur la position du défenseur et de son partenaire.
- Le non porteur de balle se démarque en appelant la balle.
- Le porteur de balle réalise une passe précise.
- Le relais (passe/réception) se réalise en mouvement.
- Le tir au panier se réalise dans des conditions favorables.
- Le tir apporte des points à l'équipe.

En défense :

- Le défenseur ralentit ou neutralise le porteur de balle.
- Il fait perdre le ballon à l'attaque (interception, balle perdue ou faute).
- Il empêche le tir.
- Il apporte des points à l'équipe.

- Adaptations pour l'élève déficient visuel

- Une attention particulière sera portée au **respect des règles**, notamment sur les **contacts** entre les joueurs. L'élève DV fera l'objet d'un **marquage adapté** (au delà d'un rayon d'un mètre autour du joueur) avec l'utilisation ou non des bras pour défendre, si nécessaire.
- **Le ballon** : proposer différentes couleurs ou multicolore, l'élève choisit celui qui lui convient, il peut être en matière souple (ballon d'initiation, voire en peau d'éléphant) le rendant plus lent, ne pas trop gonfler les ballons (ils feront moins mal car moins durs et seront moins rapides), utiliser des ballons sonores...
- **le terrain** : le matérialiser quand nécessaire car les lignes ne sont pas toujours perçues.
- L'équipe adverse (comme ses partenaires) portera des chasubles de **couleur adaptée et nettement discriminante** pour le joueur DV.
- Les situations de jeu à **effectif réduit** seront privilégiées pour limiter le nombre d'éléments à analyser.

- Les **reprises de dribbles** pourront être tolérées (avec ou sans limites successives), afin de permettre au joueur DV de **conserver plus facilement la balle** en attaque, tout comme le dribble à deux mains pourra être accepté, selon les besoins de l'élève.
- Un **repère sonore** (bruit d'une baguette frappant le montant du panier) **ou visuel** (source lumineuse intense sur la cible) sera utilisé pour que le panier soit localisé par le joueur, à condition que le joueur ne soit pas ébloui.

Ces adaptations ont pour objet de *faciliter la discrimination des informations issues du terrain* (placement des joueurs, repérage de la cible, ...), afin de *répondre de manière adaptée*. Elles doivent permettre au joueur DV de s'intégrer dans différents projets offensifs et défensifs en collaboration avec ses partenaires.

Selon l'importance du handicap les adaptations donneront la possibilité au joueur DV de dribbler à deux mains (par exemple pour mieux repérer où sont les autres joueurs), de faire une ou plusieurs reprises de dribble à une main (si le joueur est plus expérimenté sur le plan moteur ou moins gêné par sa déficience). Le défenseur se placera à l'extérieur d'un rayon de **1 mètre** autour du porteur de balle et pourra s'interposer en utilisant ses deux bras, un seul ou aucun, afin de s'adapter aux possibilités du joueur DV.

Thème n°2 : Jeu en progression indirecte pour se placer en position favorable afin de : tirer et marquer en attaque, récupérer la balle en défense

- Compétences

En attaque :

- Occuper la largeur du terrain pour se donner de l'espace et en créer pour les autres.
- Encadrer le porteur de balle pour lui offrir plusieurs solutions (relais ou tir).
- Construire une position de tir favorable (démarquage, écran).
- Enchaîner la progression des joueurs et du ballon (jeu en mouvement).

En défense :

- Ralentir la progression du porteur de balle.
- Couper les lignes de passes pour intercepter le ballon.

- Comportement observé

Les élèves passent :

En attaque :

- *D'un jeu avec peu d'espace vers un jeu occupant tout le terrain.*
- D'un jeu avec des transmissions de balle arrêtées en appui, vers un jeu en mouvement.
- D'un jeu avec des pertes de balles vers un jeu plus organisé, débouchant sur une position de tir favorable.
- D'un jeu avec peu de points vers un jeu déployant de nombreux tirs réussis.

En défense :

- D'une défense non organisée vers une répartition des rôles et des tâches.
- D'une défense en retard vers une défense qui anticipe.
- D'une défense qui ne gagne pas de ballon vers une défense orientée sur la récupération.

- Critères de réalisation

Les joueurs sont organisés en vagues de 3. Le joueur laissé libre (équipe de 4) arbitre ou comptabilise le résultat de chaque phase de jeu ; c'est aussi une phase de récupération pour ce joueur et elle se fait à tour de rôle pour chacun. La vague qui vient d'attaquer devient la vague qui défend. Le jeu se déroule sur un demi terrain, d'un panier à l'autre (hauteur adaptée aux élèves). Le trio attaquant doit progresser avec le ballon près de la cible adverse et tirer pour marquer dans les conditions réglementaires.

Si tir réussi = 3pts, si cercle touché dans la descente de balle = 1pt.

Le trio défenseur doit gêner l'attaque en essayant d'intercepter la balle afin d'empêcher le tir.

Balle interceptée par défenseur = 3pts, si tir gêné par le défenseur = 1pt.

- Critères de réussite

En attaque :

- L'équipe progresse collectivement sans perdre la balle.
- L'équipe place un joueur en situation favorable de tir.
- L'équipe marque des points.
- Le joueur DV a un rôle actif dans l'attaque.

En défense :

- L'équipe défend de manière organisée (rôles et tâches déterminés).
- L'équipe stoppe la progression de l'attaque (perte de balle, faute, tir gêné).
- L'équipe intercepte la balle.
- Le joueur DV a un rôle actif dans la défense.

- Adaptations pour l'élève déficient visuel

En attaque :

Le joueur DV est ajouté dans un trio en surnombre (le quatrième joueur de l'autre équipe assure l'arbitrage de la phase de jeu). Il est porteur de balle au signal du départ de la vague d'attaque. La balle doit lui parvenir au moins 2 fois avant le tir final pour que l'attaque soit validée. Le marquage sur le joueur DV se fait à au moins 1m de distance. La passe vers lui peut se faire à rebond s'il voit un peu, ou réduire la distance entre les partenaires ou ses partenaires viennent la lui déposer dans les mains. Ses partenaires le renseignent constamment sur sa position par rapport à eux et aux adversaires. La cible est sonorisée par le professeur qui frappe le cercle avec une tige.

S'il marque = 5pts, s'il touche le cercle par dessus = 3pts, s'il touche le panneau = 1pt.

En défense :

Le joueur DV est ajouté en surnombre. Le joueur DV intercepte le ballon = 5pts, il gêne le tireur en se plaçant en alignement avec la cible = 3pts, il est placé à au moins 1m du tireur = 1pt.

ADAPTER LA PRATIQUE DU TENNIS DE TABLE A UN ELEVE DEFICIENT VISUEL

L'ACTIVITE PRATIQUEE

- **Objectifs éducatifs**

Le joueur doit apprendre à s'organiser pour mettre son adversaire en difficulté et prendre l'avantage de la confrontation. Pour cela, il cherchera à créer des incertitudes dans son jeu (spatiales, temporelles et événementielles : rotations).

Il devra, en même temps, prendre et traiter les informations sur la nature de la balle qui lui parvient.

- **Ressources sollicitées**

- Ressources liées à **la prise d'informations** : sur soi et l'adversaire, détecter les indices pertinents...
- Ressources liées à **la prise de décision** : anticiper, agir efficacement...
- Ressources **mécaniques** : adresse, vitesse, coordination...
- Ressources **cognitives** : créer et mettre en œuvre un projet stratégique (planification des actions)...
- Ressources **affectives** : le déséquilibre entre la dépense énergétique et la dépense liée à la concentration engendre des troubles du comportement. Respect des consignes de jeu...

CARACTERISTIQUES DE L' INAPTITUDE ET EXIGENCES DE L'ACTIVITE

Dans le cas de vision tubulaire, l'élève rencontrera de grandes difficultés : problème pour apprécier les placements et déplacements de son adversaire, les gestes qu'il utilise, la trajectoire de la balle.

Dans le cas de vision périphérique, l'élève ne devrait pas être trop en difficulté.

- **Conditions favorables et défavorables à la pratique de l'élève déficient visuel**

Dans tous les cas, il faudra veiller à la qualité de l'éclairage, à adapter le matériel, le règlement, les objectifs et situations pédagogiques proposés.

- **Placement de l'élève par rapport à l'éclairage**

- Ne pas placer l'élève face au contre jour.
- Ne pas placer l'élève face à la lumière ou au soleil.
- Faire varier l'éclairage quand c'est possible.

- **Repères visuels**

- La couleur du sol, des murs, du maillot de l'adversaire est importante : il faut qu'il y ait contraste entre ces couleurs, celle de la table et celle de la balle.
- Utiliser des tables avec des plateaux de couleurs différentes.
- Proposer des balles de couleurs différentes ou multicolores.
- Fournir une grande quantité de balles car il est difficile pour l'élève de repérer et récupérer sa balle.

- **Repères auditifs**

Donner la possibilité de diminuer les informations à traiter en donnant des informations orales : droite, gauche, court, long, vite, lent...

Balle sonorisée (balle finement percée puis rebouchée à l'intérieur de laquelle on introduit quelques grains de sable ou plomb de pêche).

- Matérialiser la surface de jeu

- En diminuant la surface : mettre des bandes de feuille blanche ou de couleur pour délimiter la surface de jeu (jeu en zone centrale par exemple), ou utiliser des tapis de danse (la balle ne rebondira pas).
- En augmentant la surface : jouer sur 2 tables.

- Adapter le matériel

- Utiliser des balles plus grosses (diam : 55) car elles sont plus visibles et vont moins vite.
- Utiliser des balles en mousse plus ou moins grosses car elles vont moins vite.
- En peignant les balles de couleur vive ; la balle plus lourde sera moins rapide.
- Utiliser des raquettes plus fines car la balle ira moins vite, des raquettes plus grandes, des raquettes recouvertes de moquette car celle-ci absorbe la vitesse.

- Adapter le règlement, les critères de réussite

- Accepter 2 rebonds.
- Balle tenue au service ; taper du pied avant de servir, ou annoncer oralement que l'on va servir.
- Donner des critères de réussite qui prennent bien en compte la déficience de l'élève (voir plus loin : « adapter l'enseignement »).

ADAPTATION DE L' ENSEIGNEMENT**• Projet de transformation****- Acquisitions attendues (exemples : programme 4^{ème} et seconde)**

Classe de 4^{ème} : compétences spécifiques

- Viser toute la table adverse latéralement et en profondeur.
- Reconnaître les actions adverses et produire des trajectoires variées en fonction du rapport de dominance.
- Traiter rapidement les informations pour varier les moments d'interception de trajectoire.

Classe de Seconde :

- Se préparer et rechercher le contrôle du placement de ses balles tout en utilisant des actions de frappe pour gagner ses matchs.

Dans une opposition à son niveau ou lorsqu'il n'est pas en difficulté dans l'échange, l'élève a intégré une mise à distance et un contrôle suffisant pour intervenir sur le rapport de force par des placements de balle variés et des accélérations sur des balles favorables.

- Projet individuel pour un élève déficient visuel

*L'élève déficient visuel doit pouvoir s'approprier les mêmes compétences et les mêmes savoirs que ses camarades valides si les situations pédagogiques et le matériel sont aménagés. Toutefois, les déficiences étant de nature et d'intensité différentes, l'enseignant devra veiller à **adapter son enseignement** pour chacune d'elles.*

- Organisation de l'enseignement

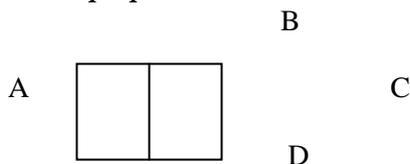
Elle prend en compte tous les aspects de l'aménagement évoqués précédemment. L'élève est mis en situation favorable pour lui ; l'élève qui lui est opposé s'applique, avec plus d'attention que pour ses autres camarades, à respecter les thèmes de travail, qu'il soit en situation de partenariat ou en situation d'opposition.

• Exemples de situations d'apprentissage

Thème 1 : S'échauffer.

- Compétences

Se mettre en mouvement et être attentif.

- Situation proposée

Le joueur A joue n'importe où sur la table et annonce de plus en plus tard qui doit jouer la balle.

- Critères de réalisation

Joueur B : être attentif pour se déplacer tôt, jouer la balle en phase descendante et envoyer une balle lente pour donner du temps aux joueurs C et D.

Joueur A : s'adapter au niveau de B,C,D.

- Critères de réussite

Pour le joueur A : rupture de l'échange par point gagnant : 2 points. Quand A obtient 5 points, changement de rôle.

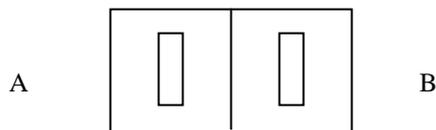
- Adaptations pour l'élève déficient visuel

- Annoncer plus tôt que pour les autres joueurs.
- Annoncer où il va mettre la balle.
- Prendre 1seau de balles de grosseur différente et sans interrompre l'échange, changer de balle pour l'élève DV.
- Jouer moins vite.

Thème 2 : Placer sa balle pour mettre en difficulté son adversaire.

- Compétences

Placer la balle dans la zone arrière de la table pour empêcher l'adversaire d'attaquer.

- Situation proposée

Les joueurs A et B peuvent attaquer seulement quand la balle est dans leur zone avant.

- Critères de réalisation

« Pousser » la balle (en gardant le contact balle/raquette le plus longtemps possible) vers le fond de la table adverse pour empêcher son adversaire d'attaquer.

- Critère de réussite

Attaque réussie depuis ma zone avant : = 2 points.

- Adaptations pour l'élève déficient visuel

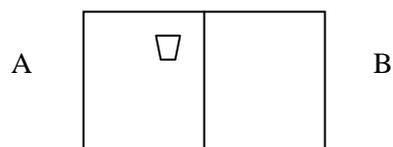
- Mettre une bandelette de papier de couleur (choisie par lui) plus grande...
- Déterminer des zones de taille différente pour lui afin de le mettre dans une situation plus facile.
- Donner une raquette plus fine ou avec de la moquette à son adversaire pour que la balle aille moins vite, lui donner une raquette plus grande...

Thème 3 : Accélérer la balle pour prendre de vitesse son adversaire.

- Compétences :

Savoir apprécier la vitesse de la balle pour décider d'accélérer la balle et mettre à distance son adversaire.

- Situation proposée



Les joueurs A et B jouent à un rythme lent en coup droit. A place une balle cassée sur son côté gauche, dans la zone avant. Quand A peut attraper la balle cassée, il peut attaquer.

- Critères de réalisation

Joueur B : Pousser la balle en coup droit en excentrant le plus possible l'adversaire pour l'empêcher d'attraper la balle.

Joueur A : Envoyer une balle lente et profonde en coup droit pour se donner le temps d'attraper la balle. Attaquer en accélérant au moment de l'impact.

- Critères de réussite

Quand le joueur A a réussi 3 attaques, A et B changent de rôle. Si A attaque alors qu'il n'avait pas attrapé la balle, il perd une attaque.

- Adaptations pour l'élève déficient visuel

- Mettre un grand gobelet de couleur à la place de la balle cassée.
- Mettre le gobelet dans un axe différent, notamment si la déficience est périphérique.
- Obliger le joueur B à envoyer des balles lentes et hautes ou changer les raquettes pour que la balle aille moins vite.