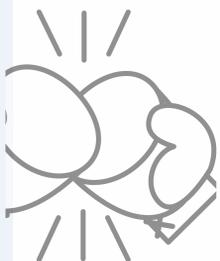
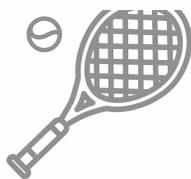




# DU HANDICAP AU HANDISPORT

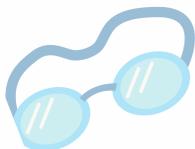


**« LA MANIÈRE DONT UNE SOCIÉTÉ CONSIDÈRE LE  
HANDICAP EST UN CHOIX DE CIVILISATION »**

Cette citation de Ryadh Sallem, triple champion européen de basket fauteuil, indique qu'au-delà du problème individuel de l'individu diminué et dépendant, le handicap questionne le regard et la prise en charge collective de la différence et de la vulnérabilité.

**Peut-on faire du sport avec un handicap ?**

Après avoir défini le handicap et présenté les handicaps, cette exposition se focalisera sur le monde varié et complexe du sport en situation de handicap.



# COMPRENDRE LE HANDICAP

« Chaque enfant est différent des autres enfants, mais certains ont une différence qui fait d'eux des enfants particuliers, On dit qu'ils ont un handicap. »

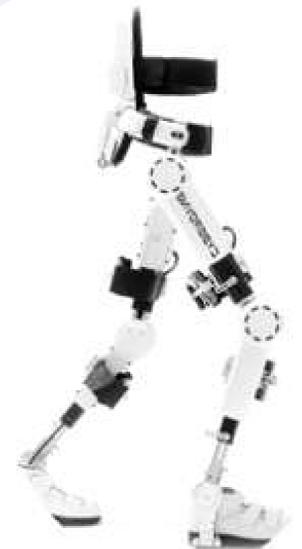
*Catherine Dolto-Tolitch & Colline Faure-Poirée*



Être en situation de handicap, c'est avoir quelque chose qui empêche de vivre aussi facilement que les autres. Une personne handicapée est une personne dont le corps ne fonctionne pas bien, depuis la naissance ou après un accident.

Au cours des dernières années, de nouvelles innovations ont été effectuées afin d'améliorer la vie quotidienne des personnes handicapées.

En effet, prothèses, fauteuils roulant, exosquelettes ou encore bras bioniques sont autant de mécanismes sur lesquels travaillent de nombreux chercheurs, ingénieurs et autres.



Aujourd'hui, il existe de nombreux établissements spécialisés. Cependant les personnes handicapées peuvent mener une vie "normale" depuis leur domicile grâce aux objets modernes et aux avancées technologiques adaptés pour leur quotidien.

## LE SAVAIS-TU ?

Le handicap n'a pas toujours été reconnu et accepté, il faudra attendre **1975** pour qu'une loi soit votée afin de donner des droits aux personnes handicapées.

Depuis **2005**, on n'utilise plus le terme "handicapé" pour définir une personne, on dit que celle-ci est en "situation de handicap"

# DIFFÉRENTS HANDICAPS

## TROIS GRANDS GROUPES



### LE HANDICAP MOTEUR

C'est un trouble, par exemple un choc, qui peut entraîner une atteinte incomplète ou totale du mouvement, donc des membres supérieurs (par exemple le bras) et/ou des membres inférieurs (par exemple la jambe): difficultés pour se déplacer, conserver ou changer une position, prendre et manipuler, effectuer certains gestes...

### LE HANDICAP SENSORIEL

Ce sont les difficultés liées à tes sens. Les parties du corps touchées sont par exemple les yeux, les oreilles... Il peut surtout avoir deux formes :

- Déficience visuelle : une personne qui ne voit pas (aveugle) ou très mal (mal voyante)
- Déficience auditive : quelqu'un qui n'entend pas (sourd) ou très mal (mal entendant)



### HANDICAP MENTAL OU INTELLECTUEL

Il est lié au cerveau. Il n'a pas pu se développer correctement ou a été agressé au cours de son développement. Il est donc difficile d'apprendre à marcher, à parler, à lire et à écrire; certaines personnes atteintes n'y arriveront jamais.



# FAIRE DU SPORT AVEC UN HANDICAP

Certains sports ont été adaptés aux personnes en situation de handicap : les règles sont aménagées pour qu'ils puissent être pratiqués par des personnes ayant un handicap.

On retrouve deux grands groupes de sports en fonction du type de handicap :

## 1/ LES HANDISPORTS

### Des sports pour les personnes avec un handicap moteur et/ou sensoriel

#### Un peu d'histoire...

Juste après la Seconde Guerre Mondiale (1939 -1945), le docteur Ludwig Guttman a développé ce concept de "handisport".

M. Guttman, qui travaillait auprès des soldats britanniques blessés durant cette guerre, a rapidement vu le sport comme un moyen d'aider les blessés à retrouver, non seulement de l'autonomie, mais aussi à se réinsérer dans la société.



En 1948, il va même organiser la première compétition sportive en fauteuil roulant: les "*World Wheelchair and Amputee Games*" auquel vont participer 16 mutilés de guerre anglo-saxons.

## 2/ LES SPORTS ADAPTÉS

### Des sports pour les personnes avec un handicap mental / intellectuel

#### Un peu d'histoire...

L'appellation "sports adaptés" apparaît en France en 1969 grâce au travail de Eunice Kennedy Shriver.

Par la suite, les personnes avec un handicap mental rejoignent les Jeux Paralympiques en 1970 et une fédération, dont le rôle principal est de les représenter, est créée en 1971.



# EXEMPLES DE PRATIQUES

DES SPORTS POUR VALIDES, C'EST-À-DIRE DES PERSONNES SANS HANDICAP, ADAPTÉS POUR LES PERSONNES EN SITUATION DE HANDICAP

## LA NATATION

On retrouve les mêmes nages que pour la natation pour personnes valides mais les nageurs ont des aménagements pour les aider dans leur pratique.

En voici quelques exemples :

- Les nageurs malvoyants sont avertis par un assistant lorsqu'ils s'approchent du bord en les touchant avec une bouée.
- Certains sportifs avec un ou plusieurs membres manquants ont des prothèses mais la plupart du temps ils l'enlèvent au moment de nager



*Théo Curin, 20 ans, est un nageur handisport, médaillé d'argent du 200 mètres nage libre. Il est originaire de la Région Grand Est.*

## LE CECIFOOT

Les sportifs aveugles qui pratiquent le football doivent utiliser leurs oreilles et donc leur ouïe pour entendre le ballon. Il est donc important que la pratique se fasse dans un endroit silencieux.

En effet, la différence principale est que le ballon contient des clochettes pour que les footballeurs arrivent à l'entendre et à le localiser. Des coachs guident également les joueurs avec leurs voix

Par contre, le gardien est lui voyant et n'a pas de bandeau



*Equipe de France de Cécifoot lors d'une séance d'entraînement*

## LE BASKET FAUTEUIL

Les règles principales sont les mêmes qu'au basketball : 2 équipes de 5 joueurs s'affrontent et doivent marquer le plus de points possible en mettant le ballon dans le panier (même panier et terrain qu'au basket)

La différence se trouve dans le déplacement des joueurs. Au handibasket, les sportifs peuvent arrêter de faire rebondir le ballon ("dribler") pour faire avancer leurs fauteuils mais uniquement deux poussées à la suite.



*Equipe de France de féminine de Basket Fauteuil*

## D'APRÈS TOI...

**Pourquoi en cécifoot les joueurs portent-ils des bandeaux ?**

Cela permet à tous les joueurs d'être égaux dans le cas où certains ont une vision plus réduite que d'autres.

Mais le bandeau sert aussi de protection pour les yeux.

**Pourquoi les roues des fauteuils sont-elles tordues pour le basket ?**

L'angle des roues permet aux joueurs de tourner plus rapidement.

D'ailleurs, comme dans la pratique du basketball, on appelle "pivot" le fait de tourner sur soi.

# LES REPRESENTANTS

*Le sport en situation de handicap, ce n'est pas uniquement de la compétition, c'est aussi et surtout des associations et des clubs qui travaillent pour représenter les pratiques sur le territoire.*

En France, comme pour les autres sports, il y a deux fédérations qui "dirigent" la pratique des personnes en situation de handicap on les appelle :

## FÉDÉRATION FRANÇAISE HANDISPORT.



## FÉDÉRATION FRANÇAISE DU SPORT ADAPTÉ.



Elles ont de nombreuses missions et notamment celle de permettre au plus grand nombre de personnes en situation de handicap d'accéder au sport.

Pour les aider, elles vont avoir des représentants dans chaque région qui vont s'assurer que cette mission est mise en place dans leur zone. Dans la région Grand Est, ce sont :

## COMITÉ RÉGIONAL HANDISPORT DU GRAND EST.



## LIGUE DU SPORT ADAPTÉ GRAND EST.



Puis, ils seront eux aussi épaulés par d'autres représentants présents dans chacun des départements qui eux aussi veilleront à bien mettre en place les différentes missions.

Dans notre département, on retrouve :

## LE COMITÉ DÉPARTEMENTAL HANDISPORT DE LA MARNE.



## LIGUE CHAMPAGNE ARDENNE SPORT ADAPTÉ

Pour finir, des organisations mettent en place des actions pour rendre accessible le sport au plus grand nombre. Ce sont les :

## CLUBS, ASSOCIATIONS & SECTIONS

# EXEMPLE DE HANDISPORT PRÈS DE CHEZ VOUS

## L'ASSOCIATION REIMS HANDISPORT



Reims handisport est une association créée en 1982 qui est affiliée à la Fédération Française de Handisport. Être affiliée signifie qu'elle agit dans le cadre de cette fédération, elle adhère à ses projets et aide à représenter le handisport sur le territoire

Entourées par l'équipe éducative et des bénévoles, les personnes en situation de handicap peuvent pratiquer différentes activités handisport:

*Un pannel d'activités*



*Des sportifs*



Simon

9e Classe 2 au championnat de France de Tennis de Table à Nimes



Serge, Manu, Cyril & Jessica

Participants aux Championnats de France de Boccia.

Jessica Vice Championne de France en NE2, en 2019 à Orléans



Tournois amical de Foot Fauteuil face à l'équipe des Jaguars de Vandœuvre

# LES JEUX PARALYMPIQUES

## C'EST QUOI ?

C'est une compétition internationale où les athlètes qui s'affrontent ont tous un handicap.

Ils ont été créés en 1960 et ont lieu directement à la suite des Jeux Olympiques.

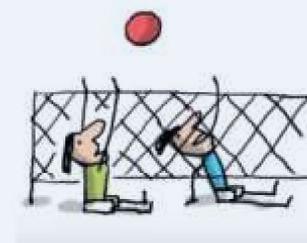
Ils sont présents tous les 2 ans, en alternant été puis hiver.



## COMMENT ÇA FONCTIONNE ?

On retrouve les mêmes règles que pour les JO sauf que les athlètes doivent affronter des adversaires avec le même handicap.

Par exemple, un athlète en fauteuil n'affrontera pas un autre athlète aveugle en athlétisme, ils seront dans deux épreuves différentes.



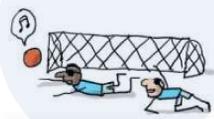
## QUELS SPORTS SONT PRATIQUÉS ?

Les « parasports » ne sont pas les mêmes que ceux présents aux Jeux Olympiques !

Certains sports historiques des Jeux Paralympiques n'existent pas dans le monde olympique : la Boccia, le Goalball et le Rugby Fauteuil. Tous les autres sont des sports déjà présents aux Jeux Olympiques, ils ont juste un règlement aménagé pour les personnes en situation de handicap.

Par contre certains sports des JO ne sont pas adaptés aux athlètes handisports comme le Golf, la Gymnastique, le Hand-ball, le Karaté, le Pentathlon, la Voile, le Skate-board, l'Escalade, le Surf, la Lutte... en tout cas, pour le moment !

GOALBALL



BASKET



SKI



## QUIZ : A TOI DE JOUER !

★ A quelle fréquence ont lieu les Jeux Paralympiques ?

- Tous les 2 ans
- Tous les 4 ans
- Tous les 6 ans

Réponse : 2 (recherche dans le texte)

★ Comment s'appellent les sports présents aux Jeux Paralympiques ?

- Les handisports
- Les parasports
- Les sports adaptés
- Les sports handicapés

Réponse : On les appelle les parasports

★ Combien de roues un fauteuil roulant a-t-il pour l'épreuve de basketball ?

- ★ 4
- 5
- 6

Réponse : 5 ou 6 : il y a une ou deux roues à l'arrière en plus d'un fauteuil classique pour éviter que l'athlète bascule vers l'arrière

# EXEMPLES DE SPORTIFS

## Timothée ADOLPHE

*Handisport*



**Athlète paralympique français**

**Épreuves :** sprint et athlétisme

**Titres :**

- Champion du monde de 400 mètres
- Vice Champion du monde de 100 mètres
- Record du monde de 60 mètres
- Records d'Europe du 100 mètres

*Handisport*

**Athlète handisport française**

**Epreuves :** course et saut en longueur

**Titres :**

- 12 médailles mondiales
- 8 médailles aux Jeux Paralympiques (Pékin, Londres, Rio)

## Marie Amélie LE FUR



## Lucas CREANGE

*Sport adapté*



**Athlète paralympique français (Rémois)**

**Handicap psychique et mental**

**Epreuves :** tennis de table

**Titres :**

- Plusieurs médailles aux jeux mondiaux Global Games
- Participation aux Jeux Paralympiques d'Été en 2016
- Sélectionné pour Paris 2024

# LA MOTIVATION CONDUIT À L'EXPLOIT



Guy Amalfinato- Amputé d'une jambe, il a parcouru 4000 km pour récolter des fonds pour la lutte contre le cancer

Il ne suffit pas d'être un sportif professionnel pour accomplir un exploit et être un "champion".

En effet, nous pouvons trouver sur internet de nombreux récits de personnes ayant accomplies des "exploits sportifs", des défis incroyables dans lesquels ils se sont lancés afin de prouver au monde et à eux-mêmes qu'ils ne sont pas limités par leur handicap.

Une bonne dose de motivation, des entraînements intensifs et une volonté de fer, telle est la recette qui a conduits ces personnes sur le chemin du succès.

Ces personnes ont su s'adapter et faire de leur handicap un atout vers la réussite. Qu'il soit visible ou invisible, de naissance ou suite à un accident, leur handicap ne les ont pas empêché de réaliser leurs objectifs.



Erik Weihenmayer, aveugle, il a fait l'ascension des sept sommets mondiaux ainsi que l'Everest

**« JE ME SUIS DIT : IL TE RESTE TA TÊTE ET TES BRAS. AVANCE AVEC ÇA. »**

Le parcours de Antoine AOUN : Ancien militaire devenu paraplégique suite à une blessure de guerre pendant une mission...

On pourrait s'arrêter là dans sa description, mais Antoine a décidé qu'il voulait qu'on parle de lui en tant que Champion.

Antoine Aoun c'est donc un homme qui s'est pris de passion pour le HandBike (vélo couché). Sur son vélo, il a réalisé :



Antoine Aoun

- Le tour de France
- La traversée des États-Unis de New York à Los Angeles
- Rallier Paris-Beyrouth,
- Fais le tour d'Europe et le tour de l'Australie.
- Traverser la Méditerranée en pirogue.
- Son dernier défi ? Un périple en vélo couché entre Pékin-Caen, soit 12 000 km à la force des bras.

Que ce soit sur les océans, sur les routes ou en haut des plus hauts sommets, les exploits sportifs des personnes en situation d'handicap sont plus fous les uns que les autres.

Ces personnes sont la preuve que rien ne peut nous arrêter, que l'on peut toujours surmonter les obstacles et que la différence que constitue le handicap n'est pas une fatalité empêchant de vivre. Certes, cela demande de l'adaptation, que les personnes les entourant soient compréhensives et tolérantes mais cela n'est pas un frein à la pratique du sport ou à la vie.

# À TOI DE JOUER !

*Un mot, un dessin, une phrase...ce que t'évoque le mot «handisport»*

