

2. Gagner en autonomie

La diversité est la norme

L'apport de l'EPS réside dans des savoirs moteurs, accompagnés de savoirs méthodologiques et sociaux. Elle est aussi source d'émotions, de (re)connaissance de soi et de lien social. Tout cela est à partager entre tous les élèves, moyennant si besoin des aménagements parfois originaux pour ceux qui sont en situation de handicap.

Jean-Pierre Garel, chercheur associé au laboratoire Cultures-Education-Sociétés, université de Bordeaux

« **C**e qui vaut la peine d'être enseigné est ce qui unit et ce qui libère », dit

le philosophe Olivier Reboul. Cela s'applique à l'éducation physique et sportive, notamment quand elle s'adresse à des élèves en situation de handicap. En effet, leur pouvoir d'agir, facteur de liberté, est entravé par leurs incapacités et les limites auxquelles les assignent trop souvent les représentations péjoratives de leurs potentialités. Et leur accès aux différents domaines de la vie sociale, dont les loisirs et la pratique sportive, est trop souvent réduit.

En EPS, un traitement différencié des élèves en situation de handicap est-il pertinent ? Certains peuvent participer à la même activité que leurs camarades valides et avec eux, moyennant si besoin des ajustements. Lorsque l'incapacité est trop lourde, une activité spécifique est envisagée, autant que possible inspirée de l'APSA (activité physique, sportive et artistique) pratiquée par les autres élèves de la classe. Les procédures de l'élève pour agir effi-

cacement sont parfois à adapter, voire à inventer, en fonction de ses ressources et des obstacles qu'il ou elle rencontre.

Le « saut » en longueur en fauteuil roulant est un exemple d'activité dérivée d'une activité sportive

Ces apprentissages accroissent la maîtrise des déplacements et ouvrent sur un environnement physique et humain élargi.

connue. Ce n'est pas vraiment un saut, mais il donne lieu, comme le saut en longueur, à l'apprentissage de la liaison d'une course d'élan étalonnée, progressivement accélérée, avec une impulsion dans une zone d'appel pour se propulser le plus loin possible. En revanche, réussir le saut convoque des techniques particulières concernant la poussée des mains sur les mains courantes du fauteuil.

Lorsqu'un élève n'est pas capable de pratiquer une activité proche d'une activité classique, on recherche une alternative sur la base

d'autres points communs. C'est ainsi que des professeurs d'EPS du lycée de Vaucresson (Hauts-de-Seine) ont imaginé pour des élèves en fauteuil roulant une activité pensée comme la plus équivalente possible au saut en hauteur : le *hill-climbing* (ou montée impossible), transposée de la course motocycliste individuelle du même nom, qui consiste à monter une côte au pourcentage élevé. À partir d'une installation matérielle composée de plans inclinés posés sur un ou plusieurs bancs superposés et disposés en travers, l'élève doit gravir avec son fauteuil une pente au pourcentage le plus élevé possible et toucher un plot situé au sommet de la pente. Il s'agit de réaliser la meilleure performance possible en disposant de trois essais à chaque pourcentage de pente. Au-delà de la technique de poussée des mains sur les mains courantes du fauteuil pour se propulser vers le haut, l'élève apprend à répartir le poids du corps en fonction de la pente et des sensations perçues : en plaçant le buste en arrière, il pèse davantage sur les roues arrière, motrices, ce qui lui permet d'avoir une meilleure adhérence, mais s'il est trop sur l'arrière, il risque de faire basculer le fauteuil.

Ces apprentissages sont utiles pour des activités sportives de loisir, notamment de pleine nature, et dans la vie courante, car ils accroissent la maîtrise des déplacements et ouvrent sur un environnement physique et humain élargi. Même utilité pour l'apprentissage de l'équilibre ■■■



2. Gagner en autonomie

■■■ sur les deux roues arrière, travaillé en gymnastique. Il sert, par exemple, à franchir un trottoir ou à en descendre.

Aux savoirs moteurs s'ajoutent des savoirs méthodologiques et des savoirs sociaux, qui concourent à l'autonomisation et à l'inclusion. Les premiers permettent à l'élève de réfléchir, seul ou avec d'autres, à l'activité entreprise afin d'identifier les modalités d'action les plus pertinentes. Ces savoirs de méthode sont sollicités dans l'élaboration et la conduite d'un projet d'apprentissage, d'entraînement ou de réalisation collective. Quant aux savoirs sociaux, ils sont en jeu dans les rôles qu'appelle l'EPS (juge, arbitre, pareur, etc.), dans les relations interindividuelles, dans les échanges liés à un projet collectif, et plus généralement dans les situations impliquant une coopération, dont le tuteur entre pairs, mobilisé dans les situations d'inclusion scolaire.

RÉGULER LES ÉMOTIONS

La pratique d'une APSA est parcourue par des affects. Ainsi, l'élève engagé dans une forte pente lors de la montée impossible, ou essayant de tenir en équilibre sur deux roues, risque de basculer vers l'arrière et d'éprouver de la peur. Il doit donc réguler cette émotion pour maîtriser sa prise de risque. Si des émotions telles la peur phy-

sique ou la crainte du regard extérieur peuvent inhiber l'action, d'autres s'avèrent bénéfiques.

Les émotions sont un ressort de la pratique sportive. Le philosophe Bernard Jeu classe les sports en trois catégories, chacune suscitant un type d'émotions particulières : l'épreuve, la performance et la compétition. La montée impossible relève à la fois de

Aux savoirs moteurs s'ajoutent des savoirs méthodologiques et des savoirs sociaux, qui concourent à l'autonomisation et à l'inclusion.

l'épreuve (elle confronte l'élève à un espace vécu comme plus ou moins dangereux, impliquant de se dépasser pour en surmonter les pièges) et de la performance (l'élève s'attache à être le meilleur possible en reculant les limites de l'espace et du temps). En permettant aux élèves de partager des émotions universelles, cette activité atypique constitue un objet culturel digne d'intérêt, d'autant plus que son actuel caractère marginal ne dit rien de ses possibilités d'extension et de transmission. Des activités sportives qui sont aujourd'hui des références culturelles reconnues dans le champ du handicap résultent d'inventions locales. À côté des activités sportives, d'autres activités suscitent

des émotions enrichissantes, en particulier les jeux du patrimoine ludique enfantin et les activités physiques artistiques

À la crainte de s'exposer au regard des autres, de dévoiler ses altérations corporelles et ses insuffisances, peut succéder un travail sur soi pour surmonter ses inhibitions, jusqu'à oser et se révéler : « *Je n'arrivais pas à croire que j'étais capable de faire tant de choses avec mon corps*¹ », confie une élève ayant une déficience motrice après sa participation au festival Danse au cœur.

Les émotions sont diverses, chacun et chacune apprend à les connaître, les contrôler si besoin, et les savourer, au point de chercher à renouveler le plaisir ressenti, carburant de la performance, facteur d'une motivation d'accomplissement personnel et d'une motivation d'affiliation. Des élèves de collège témoignent de plaisirs éprouvés : plaisir des « *sensations* » pour A, en escalade, que sa déficience rendait à priori peu accessible, plaisir de la réussite exprimé par K. à propos de ses progrès, plaisir d'agir ensemble manifesté par des élèves ayant des incapacités motrices, engagés avec leurs camarades valides dans un projet chorégraphique et par A., porteur d'une myopathie, qui explique que ce qui l'a conduit à suivre les cours d'EPS après en avoir été toujours dispensé est d'« *être avec les copains* ». Autant de plaisirs pouvant nourrir un désir d'action et de renouveau, mobiliser pour construire des attitudes et des compétences participant à déjouer les déterminismes et tisser des liens sociaux.

JE SUIS AUSSI UN AUTRE

« *Je suis un handicapé.* » Cette réponse d'enfant à la question « *peux-tu me dire qui tu es ?* » signe le sentiment de sa propre altérité, d'un manque qui dessine une frontière entre soi et les autres. Ouvrir cette frontière suppose de se reconnaître, et d'être reconnu, pourvu de caractéristiques semblables et de capacités d'agir. De ce point de vue, la pratique des APSA est en mesure de donner corps à une reconnaissance de soi comme sujet capable d'entreprendre et de réussir. Des

¹ Jean-Pierre Garel, « Expressions corporelles à l'épreuve d'altérations du corps et des sens », *La nouvelle revue de l'AIAS, Adaptation et intégration scolaires* n° 18, Cnefei, 2002, p. 97-106.

élèves avec une déficience motrice en attestent après leur participation au festival Danse au cœur : « *J'aime bien danser pour prouver que nous sommes capables de faire des choses comme les personnes qui ne sont pas handicapées* », « *maintenant, quand je danse, je suis quelqu'un d'autre.* » La reconnaissance par les pairs et les enseignants mène à rompre avec des représentations péjoratives et clivantes. Un professeur, à propos d'un élève sans bras : « *Il était un exemple qui tirait les autres élèves parce qu'ils étaient admiratifs de ce qu'il faisait.* » Une autre, évoquant ses élèves avec une déficience motrice : « *Ils peuvent être des modèles, déjà par leur persévérance et leur motivation*^[2]. »

2 Voir la vidéo : <https://tinyurl.com/4emydy5j>.

L'EPS est animée conjointement par l'intention de réunir autour d'un objet culturel, d'objectifs et de savoirs, et par la considération des singularités, car tous les élèves ne disposent pas de ressources iden-

Il n'y a pas d'un côté les élèves typiques et de l'autre les atypiques.

tiques et ne rencontrent pas les mêmes obstacles. De même, on ne voit pas de raison pour que l'attention aux émotions soit l'apanage de quelques-uns. Quant au rapport à l'altérité, il concerne aussi tout le monde. Il n'y a pas d'un côté les élèves typiques et de l'autre les atypiques. Certains, sans être déclarés « handicapés », sont en difficulté en

EPS, voire subissent des discriminations en raison de leur maladresse, de leur obésité ou de leur genre. La diversité est la norme.

L'attention aux singularités est importante, mais en se gardant de verser dans une individualisation de l'enseignement qui en rabatte sur ses exigences et néglige le lien social. En accédant aux APSA, les élèves ont l'occasion de partager des valeurs incarnées, notamment de solidarité et de fraternité, des expériences et des émotions dont la sédimentation dans le temps alimente le terreau d'un monde commun, pour peu qu'on rende possibles ces bénéfices attendus. ■