

Troubles moteurs

Fauteuil :

Lancer de précision :

- Favoriser une cible verticale.
- Adapter l'éloignement et/ou la taille de la cible (diamètre d'un cerceau plus ou moins grand), et la hauteur au sol (1 m, 1,50 m, 2 m) ;

Lancer de distance :

- Favoriser un engin léger : balle plus ou moins lestée, vortex.
- Fixer par une sangle le fauteuil à un poteau pour éviter tout risque de bascule.
- Aménager/créer un point d'appui pour « tirer » avec le bras libre (ex : barre d'appui ou poteau solide).

Obésité :

- Privilégier un échauffement complet des articulations.

Troubles mentaux, cognitifs et des apprentissages

Troubles des apprentissages :

- S'assurer que l'élève identifie correctement l'aire de lancer et la zone de chute.
- Favoriser un travail en binôme (élève calme).
- Limiter les distracteurs : loin d'élèves agités, d'un vestiaire, de ballons ou autres éléments.
- Segmenter les tâches en éléments successifs.
- Donner les consignes une à une.
- Faire reformuler la consigne, voire l'écrire sur un support visuel ou par un « tutoriel vidéo ».
- Se tenir proche de l'élève pour le rassurer, le motiver, et émettre des retours d'information immédiats (« dans l'axe, à droite, 2 mètres »).
- Faire expérimenter le lancer « mauvaise main » pour mieux comprendre les principes de lancer, et rééquilibrer les sollicitations musculaires.

Hyperactivité :

- Proposer à l'élève d'interrompre son travail lorsqu'il ne se contrôle plus.
- Lui confier une tâche pour canaliser positivement son instabilité
- Favoriser les lancers en début de journée et de semaine, par temps ensoleillé, pour éviter la fatigue qui accentue les difficultés

Troubles psychiques

Phobie scolaire :

- Former des groupes stables.
- Construire des binômes stables (partenaires privilégiés).
- Créer des conditions rassurantes : gestion de temps, de l'espace, auto - vidéo sans image de soi.

Anorexie :

- Privilégier les lancers de précision plutôt que distance.
- Privilégier un échauffement complet des articulations.

Préconisations professionnelles pour favoriser l'accessibilité par des conditions de pratique sécurisantes et bienveillantes

LANCER DE VORTEX

Liste non exhaustive

Pathologies invalidantes

Problème de dos :

- Favoriser les lancers de précision
- Faire expérimenter le lancer « mauvaise main » pour mieux rééquilibrer les sollicitations musculaires.
- Favoriser des éducatifs avec isolation/réduction du travail des chaînes musculaires du dos.

Troubles sensoriels

Troubles auditifs :

- S'assurer de la compréhension des consignes en favorisant leur transmission en face à face ou par écrit.
- Utiliser une communication gestuelle.
- Privilégier la démonstration.

Troubles visuels :

Troubles visuels (Amblyope et Malvoyant) :

- Adapter la distance et/ou la taille de la cible, la nature de l'engin
- Verbaliser la totalité des consignes
- Renforcer la prise d'information auditive (bruit généré par la vitesse du vortex)
- Aider l'élève à identifier les informations kinesthésiques et proprioceptives (saisie du vortex, orientation de la paume, des doigts).
- Systématiser le travail en binôme pour augmenter la relation de confiance.
- Eviter le bruit et les perturbations sonores dans l'entourage de l'élève
- Favoriser du matériel contrasté en couleur et demander à l'élève ce qu'il voit le mieux.

Photophobie (intolérance aigüe à la lumière) :

- Exiger le port de lunettes et la casquette
- Travailler dos au soleil
- S'assurer que l'élève identifie correctement l'aire de lancer et l'aire de chute.