

Troubles moteurs

(fauteuil ; hémiplégie, paraplégie, tétraplégie, surcharge pondérale)

Surcharge pondérale :

- Protéger les articulations : limiter les chocs, déplacements latéraux et les sauts.
- Etre vigilant sur l'intensité de l'effort : augmenter les temps de récupération et/ou limiter le temps d'action.
- Modérer l'intensité de l'opposition.
- Etre vigilant sur la qualité des chaussures : amorti, stabilité et maintien.
- Autoriser un aménagement du règlement (taille du terrain, passeur-bloqueur, multitouches).

Fauteuil :

- Condition sécuritaire : vérifier l'existence du système anti-bascule et des sangles (vigilance par rapport à la fragilité de l'épiderme).
- Mener un travail préparant à la mobilité spécifique du fauteuil au volley-ball.
- Réduire la dimension du terrain et du filet, possibilité de jouer avec des ballons « soft » si nécessaire.
- Privilégier le tutorat et le partenariat.
- Favoriser le partenaire d'entraînement expert (stabilité du renvoi).

Troubles psychiques

(anorexie, dépression, névrose, psychose, phobie scolaire)

Phobie scolaire :

- Limiter l'effectif du groupe.
- Créer des conditions rassurantes : gestion du temps, de l'espace, de l'affectif (partenaires choisis ou négociés).
- Instaurer un climat scolaire favorable.
- Mettre en place d'un cahier de suivi pour favoriser la prise de conscience des potentielles évolutions.
- Laisser le temps à la verbalisation au sein de son collectif et/ou avec son enseignant en fin de leçon.

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

VOLLEY-BALL

Liste non exhaustive

Troubles mentaux, cognitifs et des apprentissages

(Trisomie 21 : déficience intellectuelle, DYS, QI léger/modéré/important, Troubles du Spectre Autistique)

Troubles des apprentissages :

- Faire verbaliser les consignes par l'élève.
- Matérialiser la cible et le terrain (réduction, couleurs, mires,...).
- Privilégier le tutorat.
- Donner du temps ou réduire le nombre de répétitions.
- Utiliser les outils numériques quand cela est possible.

Pathologies invalidantes

(osgood schlatter, problème de dos, syndrome rotulien, troubles respiratoires « asthme, mucoviscidose »)

Osgood-Schlatter / Syndrome rotulien

- Protéger les articulations : Eviter les chocs, les déplacements latéraux et changements de direction.
- Eviter les mouvements avec hyperextension du genou, flexion supérieure à 30° ainsi que les sauts.
- Modérer l'intensité de l'opposition et des exercices : réguler la durée, les répétitions et la récupération ...
- Être vigilant sur la qualité des chaussures : amorti, stabilité et maintien.
- Proposer des étirements spécifiques.

Problèmes de dos :

- Insister sur l'échauffement de la ceinture scapulaire et du tronc.
- Etre attentif au placement vertébral et au gainage dans toutes les situations.
- Modérer l'intensité de l'opposition et des exercices : réguler la durée des exercices, le nombre de répétition et le temps de récupération
- Etre vigilant sur la qualité des chaussures : amorti, stabilité et maintien.
- Envisager un jeu pied au sol en diminuant la taille du filet.
- Mettre en place une routine d'étirements spécifiques.
- Aménager le service si besoin.

Troubles respiratoires (Asthme) :

- En fonction de la préconisation médicale, s'assurer que l'élève ait sur lui son bronchodilatateur.
- Mettre en place un échauffement doux et progressif.
- Rallonger la durée de la récupération par des phases actives.
- Être plus vigilant sur les activités intenses et brèves.

Troubles sensoriels

(visuels, auditifs)

Troubles visuels :

- Réduire le terrain de jeu et/ ou le nombre de partenaires-adversaires.
- Augmenter la visibilité/contraste (ballon, lignes de terrain, filet et mires de couleur avec des repères fluo/lumineux). Jouer également sur le revêtement du ballon.
- Autoriser un aménagement du règlement (passeur-bloqueur, multitouches...).

Troubles auditifs :

- S'assurer de la compréhension des consignes en favorisant leur transmission en face à face ou par écrit.
- Mettre en place un code commun à tous les participants pour débiter l'échange (signaux, gestuelles).
- Possibilité d'utiliser également des outils numériques.