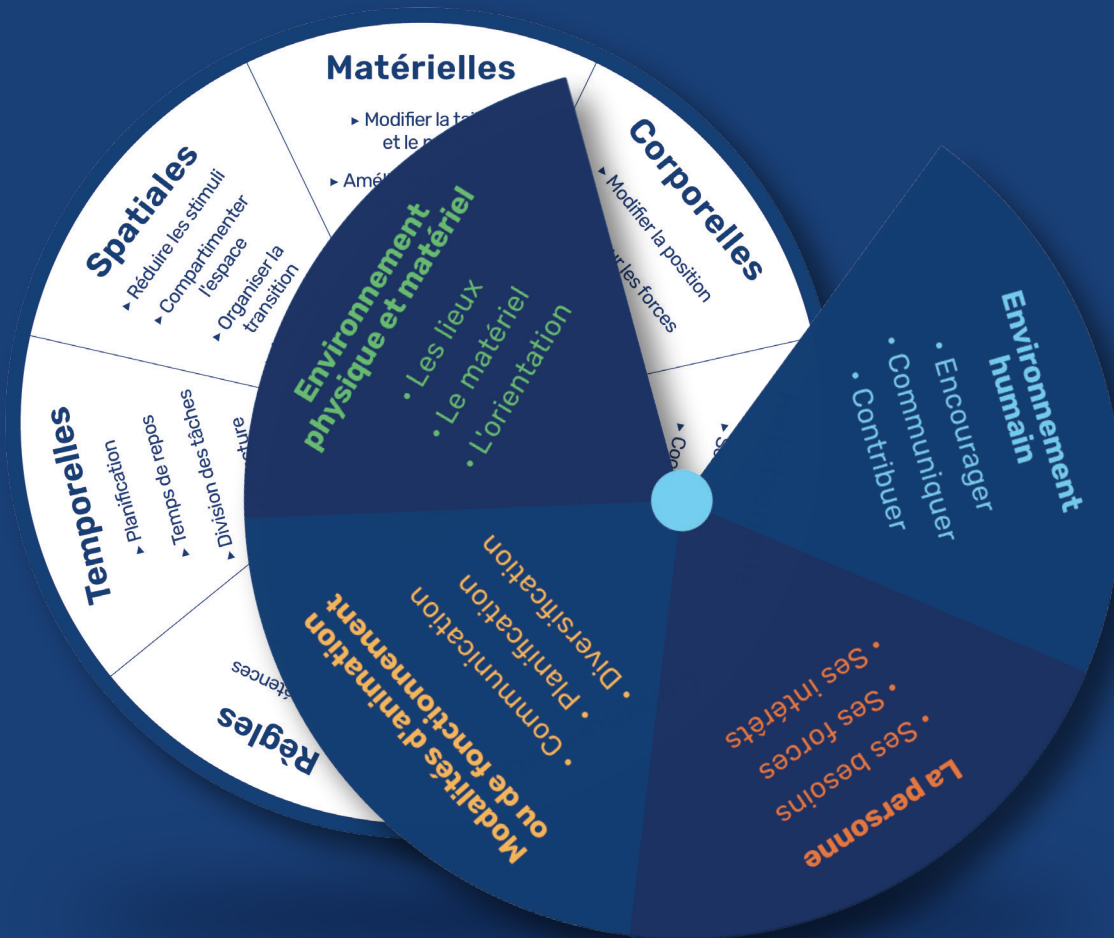


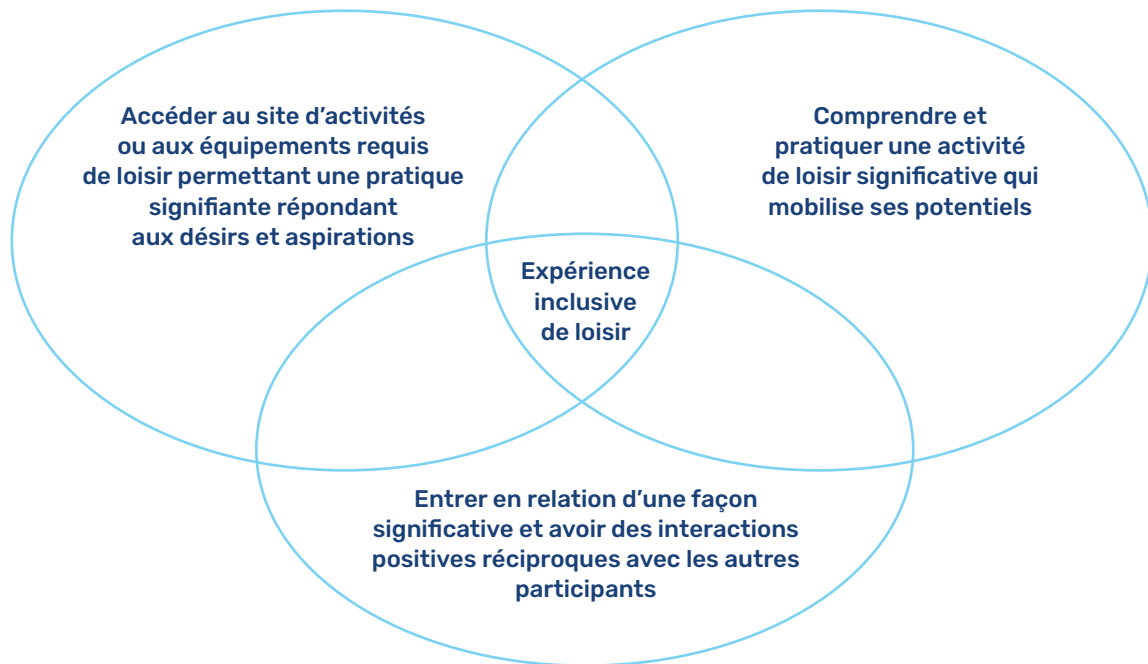
Roue des variables inclusives



La **Roue des variables inclusives** est un outil visant l'adaptation des activités et la création d'une programmation inclusive.

Approche

L'adaptation des activités et la programmation inclusive s'inspirent du cadre conceptuel de l'expérience inclusive de loisir.



Cadre conceptuel de l'expérience inclusive de loisir
(Carboneau, Cantin et St-Onge, 2015)

L'expérience inclusive de loisir résulte de l'interaction entre trois conditions essentielles :

1. Accéder à des espaces et à des équipements appropriés pour permettre une pratique de loisir significative répondant à ses désirs et aspirations.

Cela implique que la personne puisse se rendre où elle le désire, en plus d'utiliser l'équipement nécessaire pour permettre une pratique intéressante. Si ce n'était pas le cas, quelles sont les stratégies à mettre en place pour favoriser cette condition ?

2. S'engager dans une activité significative, adaptée à ses capacités, permettant d'utiliser son plein potentiel.

Il s'agit ici d'identifier et d'optimiser une diversité de besoins, de conditions et de potentiels afin que le participant s'engage dans l'activité.

3. Être en relation significative et avoir des interactions positives réciproques avec les autres participants.

L'idée derrière cette dernière modalité est de mettre en place les conditions favorisant la mixité entre les participants qui ont des handicaps et ceux qui n'en ont pas. L'objectif est de stimuler la sensibilité de tous les participants au cours de l'activité afin que des relations positives puissent s'établir.

Comment utiliser la roue ?

Dessus

Pour assurer une expérience inclusive à tous les participants de vos activités, la planification est la clé du succès.

Au moment où vous organisez une activité ou développez votre programmation, assurez-vous de la décortiquer selon les éléments représentés sur la roue du dessus.

Environnement physique et matériel

Concerne le choix du site où se réalise l'activité, les adaptations envisageables dans l'environnement ou au moyen de matériel spécialisé, ainsi que l'accessibilité sur le site et entre les sites d'activités (orientation, signalisation, etc.).

- ▶ Choisir un parc avec des composantes inclusives (chemins accessibles, mobiliers accessibles, etc.);
- ▶ Utiliser une carte et de la signalisation pour faciliter l'orientation des participants;
- ▶ Planifier des composantes inclusives amovibles : rampes d'accès, salles d'hygiène;
- ▶ Avoir de l'équipement adapté : vélo, outils facilitateurs, etc.;
- ▶ Signalisation visuelle des obstacles ou des dangers;
- ▶ Etc.

Environnement humain

Visant à sensibiliser les participants sur les différentes capacités, ce troisième élément accorde une attention particulière à la programmation d'activités ou aux activités afin qu'elles favorisent non seulement des relations positives, mais également des modalités de pratiques encourageant la diversité.

- ▶ Former le personnel (bénévoles, animateurs, accueil, etc.) à bien accueillir et soutenir la participation de tous;
- ▶ Utiliser un vocabulaire positif et inclusif;
- ▶ Organiser des activités de jumelage / collaboration / mentorat;
- ▶ Avoir un kiosque de sensibilisation;
- ▶ Organiser une activité de sensibilisation;
- ▶ Etc.

Modalités d'animation ou de fonctionnement

Porte sur l'inclusion dans les différents moyens de communication utilisés ainsi que dans la diversification des activités offertes. Il tient également compte de la planification des déplacements et des transitions entre les activités.

- ▶ Effectuer la démonstration des équipements;
- ▶ Expliquer à haute voix et mimer les mouvements à faire;
- ▶ Présenter des schémas;
- ▶ Écrire et imager les consignes;
- ▶ Avoir des soutiens tactiles;
- ▶ Utiliser des repères visuels (cônes, rubans adhésifs colorés et contrastants, etc.);
- ▶ Valider la compréhension;
- ▶ Etc.

La personne

S'assurer qu'une considération de la personne handicapée est faite selon ses besoins, ses forces et ses intérêts.

- ▶ Informer les participants des composantes inclusives à leur disposition;
- ▶ Offrir aux participants la possibilité de communiquer leurs besoins (formulaire, interprète, chaise, etc.);
- ▶ Offrir une diversité d'activités qui correspond aux habiletés et aspirations des personnes (sentiers de niveau de difficulté varié, etc.);
- ▶ Etc.

Comment utiliser la roue ?

Dessous

Plusieurs variables sur lesquelles il convient d'agir entrent en ligne de compte au moment d'adapter une activité. Dans un objectif de programmation inclusive, les adaptations doivent être effectuées en amont et demandent une planification.

Cependant, la réalité terrain exige souvent qu'une activité nécessite sur le moment l'ajustement de certaines variables. La roue du dessous rappelle donc les variables sur lesquelles nous devons intervenir.

Matérielles

L'adaptation matérielle s'applique principalement à **l'environnement physique et matériel** et comprend notamment les modifications d'équipements et les solutions alternatives pour permettre leur utilisation. Cette adaptation facilite l'utilisation de l'équipement afin que tous les participants s'engagent dans l'activité.

► **Taille : diminuer ou augmenter**

- Utiliser un plus gros crayon
- Diminuer la taille d'un ballon
- Utiliser un gros dé
- Etc.

► **Poids : diminuer**

- Changer de matériel (ex: bois pour plastique)

► **Stabilité : améliorer**

- Coller le pot de peinture sur la table

► **Solidité : renforcer des objets/pièces**

- Velcro et ruban adhésif

► **Sécurité : assurer la sécurité dans l'ensemble des adaptations**

Corporelles

L'adaptation corporelle concerne le positionnement du corps et les mouvements. Ces stratégies sont liées directement à **la personne** puisqu'il importe de mobiliser ses potentiels.

► **Modifier la position**

- Être assis plutôt que debout

► **Miser sur les potentialités du corps : maximiser les forces**

- Favoriser les réussites

► **Réduire l'utilisation de plusieurs compétences en même temps**

Relationnelles

Les variables relationnelles se rapportent principalement aux **modalités d'animation et de fonctionnement**, à **l'environnement humain** et à **la personne**. Elles misent sur la valorisation et la sensibilisation de tous les participants dans le but de leur offrir un climat d'inclusion sain et positif.

- ▶ **Sensibiliser aux situations de handicap**
 - Activité de simulation
- ▶ **Favoriser la mixité**
 - Zones mixtes accessibles
- ▶ **Favoriser les activités coopératives**
 - Tout le groupe contre l'équipe d'animation
 - Courses d'équipe
- ▶ **Répartir les tâches : en fonction des compétences**
 - Différents rôles pour tous les participants
- ▶ **Donner du sens : favoriser la décision commune**
 - Le groupe décide d'une journée d'activité qui prend en considération les besoins et intérêts de tous
 - Mettre en place un comité de citoyens

Communications

L'adaptation des variables relatives à la communication relève des **modalités d'animation et de fonctionnement**, mais aussi de **l'environnement humain** et de **la personne**. Il importe de rejoindre tous les participants en fonction de leurs capacités de communication.

- ▶ **Varié les méthodes de communication**
 - Expliquer verbalement les consignes
 - Écrire les consignes
 - Schématiser ou imaginer les consignes
 - Effectuer une démonstration
- ▶ **Décomposer les informations : étape par étape**
 - Valider la compréhension des informations
 - Poser des questions aux participants
- ▶ **Effectuer des rappels**
 - Informations verbales, écrites, du temps restant, etc.
 - Consignes de sécurité

Règles

L'adaptation des règles relève principalement des **modalités d'animation ou de fonctionnement**, mais s'applique également à **l'environnement humain**. Il s'agit de modifier la façon de faire une activité sans la dénaturer, afin que tous puissent en profiter.

- ▶ **Favoriser la réussite**
 - Des règles qui respectent les capacités de tous
- ▶ **Coconstruire de nouvelles règles**
 - Le groupe décide d'une règle d'un jeu à ajouter
Ex. on doit lancer le ballon à 3 personnes différentes
- ▶ **Maximiser les opportunités visant un équilibre entre défi et potentiel**
 - L'activité n'est pas nécessairement facile
 - Incertitude du résultat

Temporelles

L'adaptation des variables temporelles s'applique à tout ce qui est relatif au temps. Les stratégies liées à cette variable sont surtout de l'ordre de la planification et de l'organisation et sont principalement associées aux **modalités d'animation ou de fonctionnement**.

- ▶ **Prévoir un temps de repos (si nécessaire)**
 - Jouer 10 minutes, relaxer 5 minutes
 - Prévoir du temps entre les animations
- ▶ **Prévoir la transition**
 - Temps de déplacement qui respecte le rythme
- ▶ **Ajuster la quantité de sollicitation (énergétique, cognitive, émotionnelle)**
 - Fractionner la tâche
 - Diviser en équipes
- ▶ **Inscrire les apprentissages dans le temps**
 - Apprendre un nouveau jeu sur plusieurs jours
 - Apprendre étape par étape
- ▶ **Moduler l'intensité**
 - Donner un temps raisonnable
 - Ajouter un délai entre deux actions comme attraper et lancer

Spatiales

L'adaptation des variables spatiales concerne notamment **l'environnement physique et matériel**. Cela comprend le lieu, l'aire ou la pièce, ainsi que tout ce qui compose l'espace et son aménagement. Les stratégies en lien avec les variables spatiales sont aussi associées en partie aux **modalités d'animation ou de fonctionnement**.

- ▶ **Sensoriel : diminuer les stimuli**
 - Dos à la fenêtre
 - Réduction de la lumière, du bruit
- ▶ **Espace : trouver un environnement optimal**
 - Surface ou revêtement de sol accessible
 - Distance à parcourir
- ▶ **Lieu de repos : prévoir l'aménagement**
 - Cerceau ou corde
 - Salle de repos
- ▶ **Division de l'espace : délimiter avec des repères visuels**
 - Aire de jeu
 - De bricolage
- ▶ **Repères tactiles : varier les sources d'information**
 - Corde sous du ruban adhésif
 - Fil d'Ariane
 - Ligne de vie
- ▶ **Aménagement de la transition : marquer la fin**
 - Rangement du matériel
 - Lumière ou bruit léger
- ▶ **Position : Favoriser la compréhension**
 - Demi-cercle ou ligne
 - Chaise à l'avant
- ▶ **Sécurité : assurer la sécurité dans l'ensemble des adaptations**

Pour plus d'informations :

Contactez votre instance régionale pour le loisir des personnes handicapées.
<https://www.aqlph.qc.ca/aqlph/notre-reseau/instances-regionales/>

D'autres outils sont disponibles sur : www.aqlph.qc.ca

Références

Bernad, É., Chigot, X. Jeux et sports collectifs – 500 adaptations pour une intégration réussie, Ep & S, 2015
Carbonneau, H., St-Onge, M., Duquette, M-M., Gilbert, A. (2020). Principes de mise en place d'une programmation inclusive.
Dattilo, J. (2017). Inclusive leisure services (4th ed.). Sagamore-Venture.