

Sport et handicap :

« Rien n'est impossible avec une bonne adaptation »

Université de Caen, Normandie

Le 15 mars 2023, 16 étudiants en master 1 d'activité physique adaptée et santé (APAS) ont organisé la 7e édition de la journée Handivalide. Cette initiative visait à sensibiliser les étudiants aux défis des handicaps moteurs et visuels à travers des activités sportives adaptées. En simulant des situations de handicap, les étudiants ont pris conscience des difficultés rencontrées par les personnes handicapées.

Cette année, le thème portait sur la pratique du sport dans le milieu du handicap. Le gymnase a été transformé en un espace proposant divers sports adaptés, comme le volley assis, le basket en fauteuil roulant, la boccia (pétanque adaptée), le tennis de table en fauteuil, la sarbacane, le tir à la carabine allongé, le tir à l'arc en fauteuil ou avec les yeux bandés, et le foot béquille. Le foot béquille utilise un harnais pour immobiliser une jambe et des béquilles pour avancer. Le Torball, un jeu basé sur la réception d'une balle émettant des sons, était également présent.

Le tir à l'arc en situation de cécité implique de bander les yeux et de se guider par le toucher à l'aide d'une potence avec une boule pour se positionner. Le basket en fauteuil roulant et le tir à la carabine étaient les activités vedettes. Muriel Elissalde, directrice du comité régional d'Handisport Normandie, a expliqué que le basket en fauteuil sollicite des muscles différents de ceux utilisés en position debout.

L'objectif de cette journée était double : permettre aux étudiants valides de découvrir le handisport et de comprendre les défis des personnes handicapées, tout en montrant qu'avec une bonne adaptation, rien n'est impossible. Benjamin Planquette, étudiant en master 1 APAS, a souligné l'importance de démontrer que le handicap n'empêche pas de réaliser des activités physiques.

Questions:

1. Quels étaient les objectifs principaux de la journée Handivalide?
2. Nommez au moins quatre sports adaptés présentés lors de la journée Handivalide et décrivez brièvement l'un d'eux.
3. Comment le tir à l'arc a-t-il été adapté pour les participants lors de l'événement Handivalide ?
4. Pourquoi le basket en fauteuil roulant et le tir à la carabine étaient-ils considérés comme les activités vedettes de la journée ?
5. Nommer ces handisports:

