

# LE RECHERCHÉ

Le bulletin d'information de l'Institut universitaire en DI et en TED

Numéro 80 // 27 mars 2014



**OFFRE DE  
FORMATION**

CRDITED MCQ - INSTITUT UNIVERSITAIRE

**RÉSULTATS  
DE RECHERCHE**

**QUALITÉ ET  
PERFORMANCE**



**STAGES ET  
RECRUTEMENT**

**FLASH INFO**

**L'OBSERVATOIRE  
DU CNRS**

**RNE TED  
RÉSEAU NATIONAL D'EXPERTISE  
EN TROUBLES ENVAHISSANTS  
DU DÉVELOPPEMENT**

**VIGIE TECHNOCLINIQUE**



## SECOND ARTICLE D'UNE SÉRIE DE DEUX PRÉSENTATION ET SUIVI DE LA RECHERCHE LIÉE AU PROJET "CHOISIR DE GAGNER" : LE DÉFI DES SAINES HABITUDES DE VIE POUR LES JEUNES AYANT UNE LIMITATION FONCTIONNELLE

Par **Cathy Bourgeois**, APPR au CRDITED MCQ - IU, en collaboration avec Claude Dugas, professeur au Département d'ergothérapie de l'UQTR et chercheur membre régulier du CRDITED MCQ - Institut universitaire

### Chercheuse principale

- Hélène Carbonneau, Ph. D., professeure au Département d'études en loisir, culture et tourisme de l'UQTR

### Co-chercheurs :

- Claude Dugas, Ph. D., professeur au Département d'ergothérapie de l'UQTR et chercheur membre de l'équipe régulière du CRDITED MCQ - IU;
- Claire Dumont, Ph. D., professeure au Département d'ergothérapie de l'UQTR et chercheuse membre de l'équipe régulière du CRDITED MCQ - IU;
- Romain Roult, Ph. D., professeur au Département d'études en loisir, culture et tourisme de l'UQTR;
- François Trudeau, Ph. D., professeur et directeur du Département des sciences de l'activité physique de l'UQTR.

L'article de la semaine dernière présentait :

- Le projet *Choisir de Gagner*
- L'apport de la recherche dans ce projet
- Le premier volet de la recherche :
  - Présentation et méthode du rapport sur l'étude des facteurs facilitant l'adoption de saines habitudes de vie et la pratique des activités physiques et sportives par les jeunes ayant une limitation fonctionnelle

L'article qui suit vous présentera les résultats du rapport de même que les outils développés par l'équipe de recherche.

## **PREMIER VOLET DE LA RECHERCHE**

### **Soutien au développement du projet Choisir de Gagner**

#### **Rapport sur l'étude des facteurs facilitant l'adoption de saines habitudes de vie et la pratique d'activités physiques et sportives par les jeunes ayant une limitation fonctionnelle : Résultats**

*Rapport rédigé par Hélène Carbonneau et Romain Roul, en collaboration avec Claude Dugas, Claire Dumont et François Trudeau.*

Les résultats de la recherche révèlent l'importance du milieu scolaire dans l'inclusion des jeunes avec une limitation fonctionnelle. Cette inclusion est favorisée par deux éléments facilitateurs :

1. Un aménagement adapté et une accessibilité universelle;
2. Un encadrement présent.

Il est, en effet, essentiel d'adapter le matériel et l'environnement de pratique aux besoins de la clientèle. Le fait que ces aménagements soient insuffisants dans un milieu scolaire gêne de façon considérable l'autonomie et l'inclusion de ces jeunes. Les facteurs évoqués par les milieux scolaires qui n'offrent pas de milieux adaptés aux jeunes sont le manque de moyens, le mauvais état de certains espaces et le manque de connaissances du personnel enseignant sur les besoins de cette clientèle. L'incompréhension du personnel est par ailleurs souvent liée au manque d'accès à l'information.

Bien que la majorité des enseignants ait une connaissance limitée des déficiences de leurs élèves, leur attitude demeure globalement positive : « Lors de 54,7 % des périodes d'observation, les enseignants observés aident et sont attentifs par rapport aux jeunes avec une limitation fonctionnelle. Durant 78,1 % des périodes d'observation, l'attitude de l'enseignant est positive et encourageante envers l'élève » (Carbonneau & Roul, 2013). La présence d'un moniteur ou accompagnateur spécifique à l'enfant ayant des limitations semble également influencer sur la participation du jeune. Toutefois, pour influencer de façon positive, l'équipe de recherche souligne : « Il est essentiel que le monitorat offert soit invitant et stimulant pour l'élève, mais, en même temps, qu'il lui laisse une certaine autonomie de pratique et de décision » (Carbonneau & Roul, 2013).

L'équipe de recherche a donc atteint ses objectifs :

1. Identifier les facteurs déterminants pour l'adoption de saines habitudes de vie chez les jeunes ayant une limitation fonctionnelle,
2. Dévoiler les facteurs environnementaux et sociaux qui favorisent l'atteinte de ces objectifs en milieu scolaire.

Ces résultats permettent à l'équipe d'émettre des recommandations afin de favoriser l'inclusion et l'autonomie des jeunes ayant des limitations fonctionnelles dans la pratique d'activités physiques et sportives. Parmi celles-ci, on retrouve un aménagement des aires de pratique adapté aux limitations des clientèles. L'aménagement du mobilier (bancs, douches, fontaines à eau, etc.) et des espaces connexes doit également être pris en considération. Ces aménagements doivent être pensés dans la perspective d'accessibilité universelle des lieux. L'équipe de recherche souligne également l'importance de sensibiliser davantage les enseignants aux déficiences de certains élèves, notamment en favorisant les possibilités d'échanges, que ce soit à l'aide de rencontres, de formations ou de forums de discussion avec les intervenants. En outre, la sensibilisation doit se faire auprès des élèves n'ayant pas de limitations afin de comprendre les contraintes et les réalités vécues par les personnes avec des limitations. L'équipe recommande aussi d'augmenter le soutien et l'encadrement à cette clientèle, notamment en diminuant la taille des groupes d'activité physique ou en augmentant la présence de membres du personnel de soutien (monitorat). Il semble en effet essentiel d'améliorer l'encadrement des jeunes durant la pratique d'activité physique, particulièrement pour ceux présentant un trouble envahissant du développement ou une déficience langagière.

## Guide facilitant les interventions lors de la pratique d'activités physiques et sportives chez les jeunes ayant une déficience intellectuelle

Guide rédigé par Andréanne Bédard, assistante de recherche à l'UQTR, et Marie-Josée Drolet, professeure à l'UQTR et chercheure associée au projet Choisir de Gagner. En collaboration avec Hélène Carbonneau et l'ensemble de l'équipe de recherche du projet Choisir de Gagner.

Ce guide est accessible au lien suivant : <http://bel.uqtr.ca/1910/>

Comme en fait état le rapport sur l'étude des facteurs facilitant l'adoption de saines habitudes de vie par les jeunes ayant une limitation fonctionnelle, les jeunes ayant une déficience intellectuelle (DI) sont restreints dans la pratique d'activités physiques et sportives. La création du *Guide facilitant les interventions lors de la pratique d'activités physiques chez les jeunes ayant une déficience intellectuelle* vise à : soutenir les parents de jeunes présentant une DI ainsi que les éducateurs physiques et les entraîneurs qui travaillent auprès de ces jeunes (Bédard & Drolet, 2013). Il comporte six sections divisées comme suit :

1. Portrait des caractéristiques des jeunes présentant une DI;
2. Bénéfices de la pratique d'activités physiques et sportives, selon le point de vue des jeunes et de leurs parents;
3. Bienfaits de la pratique d'activités physiques et sportives pour les jeunes présentant une DI, selon les écrits;
4. Contraintes vécues par la clientèle DI lors de ces activités;
5. Programmes et outils mis en place afin de soutenir les saines habitudes de vie chez cette clientèle;
6. Points saillants à retenir pour favoriser la pratique d'activités sportives et physiques chez les jeunes présentant une DI.



Source : Photo Steve Franco

Le guide est réalisé par le biais d'une recension d'écrits et de 16 entretiens effectués auprès de jeunes présentant une déficience intellectuelle, de parents et d'intervenants. Les entretiens ont permis de constater que les activités physiques amènent des bénéfices physiques, psychologiques et sociaux chez cette clientèle. Par exemple, une mère témoigne des bienfaits psychologiques et sociaux de l'activité physique chez son fils : « Il est moins agressif, il est plus de bonne humeur, il parle avec plein de monde [et] il veut s'impliquer dans plein de choses, comme là il va faire le Mont Gosford » (Bédard & Drolet, 2013). Les jeunes présentant une DI rencontrent toutefois diverses contraintes lors des activités physiques et spor-

tives, qu'ils s'agissent de difficultés liées à la DI, à l'activité physique ou encore à l'environnement familial, social ou politique des jeunes. L'équipe de recherche fournit plusieurs recommandations pour réduire les contraintes en question. Nous n'en citerons ici que quelques-unes : tenir compte des capacités et des conditions de santé du jeune, stimuler la participation du jeune en adoptant une attitude ludique, des stratégies de communication et des stratégies pédagogiques efficaces, diviser les activités en étapes et énoncer des règles de jeu simples, consulter des professionnels compétents au besoin.

## Guide facilitant les interventions lors de la pratique d'activités physiques et sportives chez les jeunes avec une déficience motrice

Guide rédigé par Claude Dugas et Caroline Streff, assistante de recherche à l'UQTR. En collaboration avec Hélène Carbonneau et l'équipe de recherche du projet Choisir de Gagner.

Ce guide est accessible au lien suivant : <http://bel.uqtr.ca/1912/>

Ce guide, également créé à partir des écrits scientifiques et d'entrevues (7) menés avec les jeunes, les parents et les intervenants, concerne spécifiquement la clientèle ayant une déficience motrice. Dans la même optique que le guide pour les jeunes ayant une DI, il dresse un portrait de cette clientèle, dévoile les bénéfices et les contraintes liées à la pratique d'activités physiques et sportives, énumère les programmes et outils en lien avec les saines habitudes de vie chez les personnes ayant une déficience motrice et, enfin, présente les points saillants pour soutenir la pratique des activités physiques et sportives chez ces jeunes. Dans la section « programme et outils », l'équipe nous présente également un exemple de jeu adapté aux jeunes ayant une déficience motrice : le *Boccia*. Les règles du jeu ressemblent à la pétanque, mais le jeune peut lancer ses boules avec la main, le pied ou à l'aide d'un appareil.

Parmi les points saillants pour soutenir la pratique d'activités physiques et sportives chez les jeunes ayant une déficience motrice, il est question de favoriser l'accessibilité aux lieux de pratique. L'équipe de recherche parle dans ce cas d'accessibilité physique, c'est-à-dire l'accès aux bâtiments, aux espaces publics, aux pistes cyclables, aux espaces verts ainsi que la mise en place de mesures dans les politiques et projets publics répondant aux besoins de cette clientèle. Il est également recommandé d'adapter les activités en tenant compte des moyens disponibles et en faisant preuve de créativité. Par exemple, il peut suffire pour adapter une activité de modifier la distance entre une cible et un joueur ou encore la hauteur de la cible. L'équipe de recherche souligne aussi l'importance d'être attentif au jeune avant d'adapter une activité afin qu'elle réponde à ses besoins et ses envies. Enfin, il est essentiel de sensibiliser le personnel à la réalité des jeunes ayant une déficience motrice.



Deux autres guides ont été réalisés dans le cadre de cette recherche. Ces guides, tout comme ceux mentionnés précédemment, ont pour objectif de présenter les bienfaits et les contraintes de l'activité physique chez la clientèle ciblée, puis d'outiller les intervenants dans le déploiement d'activités physiques et sportives. L'un des guides concerne les jeunes avec une déficience langagière (Marie-Michèle Duquette & Jessica Lesage) et l'autre, les jeunes avec une déficience visuelle (Mathilde Moro & Claude Dugas). Une liste des différentes ressources par région a également été réalisée par Andréanne Bédard et Marie-Josée Drolet. Enfin, un guide pour les jeunes ayant un trouble du spectre de l'autisme est en cours de rédaction et sera disponible dès septembre 2014 sur la bibliothèque électronique en loisir (<http://bel.uqtr.ca/>).

Les guides et la liste des ressources sont disponibles aux liens suivants :

- *Guide facilitant les interventions lors de la pratique d'activités physiques et sportives chez les jeunes ayant une déficience langagière* : <http://bel.uqtr.ca/1911/>
- *Guide facilitant les interventions lors de la pratique d'activités physiques et sportives chez les jeunes avec une déficience visuelle* : <http://bel.uqtr.ca/1913/>
- *Guide des différentes ressources par région* : <http://bel.uqtr.ca/1914/>

## DEUXIÈME VOLET DE LA RECHERCHE

### Évaluation du programme Choisir de Gagner

Tel que mentionné dans le précédent article, le deuxième volet de ce projet permettra d'évaluer l'implantation du projet *Choisir de Gagner* et de mesurer ses effets. Cette démarche est en cours et devrait se terminer à la fin de l'année 2015.

Les résultats du deuxième volet de la recherche seront présentés dans *Le Recherché*.

## HANDIPLANET #70



Fort d'une rencontre réalisée lors du congrès de l'AIRHM 2012, une collaboration entre Le Recherché et Handiplanet sont visibles et lisibles au sein des infolettres respectives.

Handiplanet est un réseau international de partage d'expériences sur le handicap mental et psychique. Son but est d'offrir un cadre d'échanges réciproques entre associations du monde entier prenant en charge des enfants et adultes handicapés mentaux ou psychiques.

Pour consulter la dernière infolettre d'Handiplanet, cliquez [ici](#).



Miser  
des  
**forces...**  
savoir  
réinventer

En tout temps, pour consulter l'ensemble des numéros de l'infolettre Le Recherché, accéder à des résultats de recherche ou aux projets de recherche en cours et réalisés, consultez le site Internet de l'établissement au [www.crditedmcq.qc.ca](http://www.crditedmcq.qc.ca)

Vous pouvez également suivre les actualités du CRDITED MCQ - IU sur :

