



Choisir de Gagner : Le défi des saines habitudes de vie pour les jeunes ayant une limitation fonctionnelle



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

UQTR



Université du Québec
à Trois-Rivières

Sommaire exécutif
Juin 2013

Une
initiative du



DÉFI SPORTIF
ALTERGO

rendue possible grâce au
soutien et à l'appui
financier de



Québec
ENFORME

Mise en contexte

Le Canada et l'ensemble de ses provinces sont touchés par des problèmes de sédentarité de ses populations et par l'affirmation accrue de modes de vie qualifiés « d'obésogènes ». L'Organisation Mondiale de la Santé n'hésite plus à identifier l'obésité comme une menace majeure pour la santé des populations et, parallèlement, comme un facteur central pouvant engendrer un fardeau financier pour les systèmes de santé des pays développés.

Portrait des jeunes canadiens

Les jeunes sont de plus en plus sédentaires.

63 % du temps hors scolaire des jeunes est consacré à des activités sédentaires

45 % des jeunes font 3 heures ou moins de jeu actif par semaine



Portrait de la situation des jeunes ayant une limitation fonctionnelle

37 000 : le nombre de jeunes âgés de moins de 14 ans à avoir des incapacités physiques ou intellectuelles (SEHQ, 2011)

Les jeunes âgés de 2 à 17 ans avec une limitation fonctionnelle ont 2 à 3 fois plus de chances de présenter des problèmes d'embonpoint ou d'obésité.

Devant cet état de fait, il importe de s'attarder à mieux comprendre la question des déterminants de la pratique d'activités physiques et sportives chez les jeunes avec une limitation fonctionnelle. Cette étude s'inscrit donc dans cette perspective. Elle a été menée par une équipe de recherche de l'Université du Québec à Trois-Rivières dans le cadre du projet « Choisir de Gagner : le défi des saines habitudes de vie chez les jeunes ayant une limitation fonctionnelle », une initiative du Défi sportif AlterGo rendue possible grâce au soutien et à l'appui financier de Québec en forme.

Objectifs de l'étude

- ❖ Identifier les facteurs déterminants pour l'adoption de saines habitudes de vie et d'un mode de vie actif chez les jeunes ayant un trouble et/ou une déficience, en termes d'obstacles et de facilitateurs.
- ❖ Ressortir les facteurs **environnementaux** et **sociaux** facilitant l'adoption de saines habitudes de vie et la pratique d'activités physiques et sportives par des jeunes avec une limitation fonctionnelle dans un cadre scolaire.

Éléments tirés de la littérature scientifique

Diverses études ont démontré le rôle et l'importance du milieu scolaire dans la promotion des saines habitudes de vie pour les jeunes avec une limitation fonctionnelle. Plusieurs autres ont mentionné des facteurs facilitant l'inclusion des personnes avec une limitation fonctionnelle à des activités physique et sportives.

Facteurs facilitant l'inclusion des personnes avec une limitation fonctionnelle à des activités physiques et sportives

- ❖ L'instauration de politiques publiques
- ❖ Des facilitateurs juridiques (lois, réglementations)
- ❖ La mise en place de programmes éducatifs, scolaires et sportifs ciblés et adaptés aux différentes déficiences et aux publics touchés (enfants, adolescents, adultes, etc.)
- ❖ Valorisation des capacités physiques et mentales
- ❖ L'autonomie et la prise de décision individuelle
- ❖ L'amusement et le plaisir éprouvé lors de ces pratiques
- ❖ Présence de personnel de réadaptation ou d'éducation
- ❖ Soutien de la famille et des amis
- ❖ Sentiment d'appartenance à un groupe

Il importe de documenter les facteurs déterminants pour l'adoption et le maintien de saines habitudes de vie chez les jeunes avec une limitation fonctionnelle. Cette connaissance est essentielle pour mieux cibler les mesures à mettre en place pour soutenir un mode de vie sain et actif chez ce groupe. Elle permettra aussi de soutenir le développement d'intervention auprès de cette clientèle.

Méthodologie

Cette étude s'est échelonnée sur une période de 8 mois (septembre 2012 à avril 2013). Les 2 principaux outils de collecte de données qui ont été utilisés sont des entrevues semi-dirigées et une phase d'observation intégrant divers relevés-terrain. Les entretiens semi-dirigés ont été menés auprès des directions d'écoles, des enseignants d'éducation physique, des professionnels de l'école, des parents et des jeunes. Les phases d'observations ont été menées par le biais de 3 grilles d'analyses, une grille d'observation répétée, une grille d'observation non-répétée et une grille de relevés-terrain. 15 écoles dans 10 régions administratives différentes au Québec ont été étudiées. 49 entretiens ont été réalisés et 47 jeunes ont été observés à travers 267 périodes d'observation.

Résultats

Grille d'observation répétée

Les périodes d'observations réalisées avec la grille répétée ont permis de relever l'encadrement offert par les enseignants, les différentes dynamiques entre le groupe et l'élève observé et la qualité de l'expérience envers l'activité physique.

Des regroupements ont été effectués après les analyses individuelles des différentes écoles. Les résultats ont été analysés globalement et selon certains regroupements : types de déficiences des jeunes, type d'école (primaires ou secondaires ainsi que régulières ou spécialisées) et selon 4 sous-groupes selon l'emplacement géographique des écoles :

- ❖ Écoles en régions éloignées avec la présence de services sportifs et de loisir importants et variés,
- ❖ Écoles en régions éloignées avec peu ou pas de services sportifs et de loisir variés,
- ❖ Écoles situées dans des territoires urbains avec des services sportifs et de loisir à proximité
- ❖ Écoles situées dans des territoires périurbains et proches de centres urbains.

Grille d'observation non-répétée et relevés-terrain

Les observations menées avec la grille d'observation non-répétée ont permis d'évaluer l'accessibilité, l'aménagement et la qualité des aires d'activité physique et des vestiaires ainsi que la mise à disposition de certains équipements adaptés. Les relevés-terrain visaient, quant à eux, à vérifier notamment si les normes établies et créées par le guide pratique de l'accessibilité universelle (axe architectural en particulier) du Québec étaient respectées et correctement mises en place dans les milieux scolaires investigués. Plusieurs de ces relevés-terrain se référaient également à la question de l'alimentation. Ces derniers permettaient notamment d'évaluer la présence ou non de machines distributrices et leur contenu, le menu de la cafétéria, la présence d'une politique alimentaire, etc.

Entretiens semi-dirigés

Les entrevues semi-dirigées avaient pour objectifs de comprendre comment les individus interviewés aménagent, utilisent, s'approprient et perçoivent les équipements sportifs intérieurs et extérieurs disponibles pour les programmes d'activité physique et de santé ainsi que les environnements de pratique. Ces entretiens ont permis par ailleurs de cerner spécifiquement les facteurs freinant l'adoption d'un mode de vie actif en milieu scolaire pour les jeunes ayant une limitation fonctionnelle.

De manière à améliorer la lisibilité de ce document, nous avons choisi de recouper l'ensemble des résultats obtenus via les différents outils de collecte de données en fonction de cinq thèmes analytiques, en l'occurrence :

- ❖ Aménagement adapté et accessibilité universelle,
- ❖ Encadrement et soutien offerts,
- ❖ Interactions sociales,
- ❖ Qualité de l'expérience
- ❖ Éléments généraux.

Les points saillants de ces résultats sont présentés dans les tableaux suivants.



Points saillants

	Grilles d'observation répétée et non-répétée	Entretiens semi dirigés
Aménagement adapté et accessibilité universelle	<p>Quel que soit le milieu scolaire régulier observé, la forme d'activité physique proposée est principalement organisée</p> <p>L'organisation des cours d'activité physique en ateliers et en binômes apparaît plus efficiente</p> <p>Il existe globalement un écart plus ou moins important entre les espaces analysés et les normes au niveau de l'accessibilité universelle</p> <p>Effectivement, pour l'accessibilité des vestiaires, 88 % des portes des vestiaires observés s'ouvrent à la main. Si ces derniers sont localisés à l'étage, 28 % sont accessibles via des ascenseurs, 20 % par des escaliers et 16 % par le biais de rampes d'accès</p> <p>Seulement 60 % des casiers disponibles sont à une hauteur adaptée pour les populations ayant une déficience physique notamment</p> <p>L'aménagement des gymnases et des cours de récréation est relativement positif</p>	<p>Plusieurs écoles spécialisées déplorent le fait de ne pas avoir d'éducateurs d'éducation physique au sein de leur équipe</p> <p>Certaines règles des programmes de subventions sont inappropriées à la réalité des régions plus éloignées</p> <p>Dans les écoles régulières, les intervenants semblent davantage adapter le matériel existant ainsi que les approches pédagogiques, plutôt que de faire appel à du matériel spécialisé</p> <p>Le manque de connaissances des intervenants dans les écoles régulières contribue aussi au fait de ne pas avoir de matériel spécialisé, faute de savoir quoi acheter</p> <p>L'accès à des infrastructures adaptées ainsi que la question du transport et des coûts qui y sont associés demeurent des éléments grandement limitant dans bien des milieux scolaires et familiaux</p> <p>Les écoles spécialisées, bien que mieux aménagées en fonction des besoins des jeunes avec une limitation fonctionnelle, identifient encore certaines lacunes vis-à-vis de leurs infrastructures</p> <p>Dans les écoles régulières, la créativité des intervenants est mise à profit pour compenser certaines lacunes</p>

Points saillants

	Grille d'observation répétée	Entretiens semi dirigés
Encadrement et soutien offerts	<p>Lors de 54,7 % des périodes d'observation, les enseignants observés aident et sont attentifs par rapport aux jeunes avec une limitation fonctionnelle</p> <p>Durant 78,1 % des périodes d'observation, l'attitude de l'enseignant est positive et encourageante envers l'élève observé</p> <p>La présence d'un moniteur/accompagnateur semble avoir un impact substantiel sur le niveau de plaisir</p> <p>Un monitorat spécifique pour les jeunes observés est offert durant 81,1 % des périodes d'observation effectuées dans les écoles en régions éloignées avec la présence de services sportifs et de loisir importants et variés, 70,4 % pour celles en milieu urbain avec des services sportifs et de loisir à proximité et 73,1 % pour les établissements situés dans des territoires périurbains et proches de centres urbains</p> <p>La forme du monitorat offert est globalement plus détachée pour les élèves ayant une déficience langagière</p>	<p>L'engagement de la famille à l'égard de l'activité physique du jeune avec une limitation fonctionnelle influence l'adoption de telles pratiques</p> <p>La situation économique des parents limite les possibilités de maintien des pratiques sportives de par les frais qui y sont associés tant en termes d'équipements que de transport</p> <p>Les professeurs d'éducation physique manifestent une bonne volonté à adapter les activités pour les jeunes avec une limitation fonctionnelle, mais ils soulignent un manque de connaissances et de ressources informatives à cet effet</p> <p>Les occasions de formation et d'échanges entre les intervenants des divers milieux scolaires sont insuffisantes aux dires de plusieurs</p> <p>Les ressources financières sont davantage une contrainte dans les écoles spécialisées que les écoles régulières.</p> <p>La collaboration avec les intervenants du réseau de la santé est très facilitante et grandement appréciée</p> <p>Les programmes existants sont peu adaptés aux besoins des jeunes avec une limitation fonctionnelle</p>



Points saillants

	Grille d'observation répétée	Entretiens semi dirigés
Interactions sociales	<p>Durant 40,8 % des périodes d'observation, la dynamique de groupe vis-à-vis de l'élève observé est distante</p> <p>Lors de 50,6 % des périodes d'observation, la dynamique du groupe dans la perspective de l'élève observé est active</p> <p>Dans le cadre de 48,1 % des périodes d'observation, la dynamique individuelle de l'élève observé est très active</p> <p>La dynamique de groupe vis-à-vis de l'élève observé est qualifiée de distante dans seulement 11,6 % des périodes d'observations effectuées dans les écoles en régions éloignées avec peu ou pas de services sportifs et de loisir variés, alors que la moyenne pour cette variable dans les 3 autres sous-groupes est de 55,8 %</p> <p>Les interactions sociales varient surtout entre les écoles primaires régulières et secondaires régulières. À ce titre, le groupe a une attitude distante par rapport au jeune observé lors de 53,1 % des périodes d'observation menées au niveau primaire, alors que ce pourcentage est de 17,6 % au niveau secondaire</p> <p>L'élève observé ayant des troubles envahissant du développement pratique de façon solitaire presque majoritairement lors d'activités de groupe</p> <p>La dynamique du groupe envers l'élève relève une attitude distante de la part des élèves sans limitation fonctionnelle principalement pour les jeunes ayant des troubles envahissant du développement et une déficience langagière</p>	<p>Les caractéristiques du jeune étant déterminantes du choix de l'école où il sera intégré, cela a aussi un impact sur d'autres aspects de sa vie. Par exemple, s'il recevra plus de services particuliers dans une école spécialisée, il sera en contrepartie alors coupé de son école de quartier, ce qui réduira les possibilités de créer des liens dans son voisinage</p> <p>Dans les écoles régulières, l'implication de jeunes sans limitation fonctionnelle contribue à l'intégration de ceux avec une limitation fonctionnelle</p> <p>Les mesures de sensibilisation et d'information auprès des autres jeunes « valides » et de leurs parents doivent être constantes en milieu scolaire pour permettre et maintenir une intégration optimale d'année en année</p> <p>Des activités permettant aux jeunes sans limitation fonctionnelle de vivre l'expérience d'avoir une limitation fonctionnelle en pratiquant une activité adaptée est une avenue en ce sens</p> <p>La communication et la création de liens entre l'école et les parents de jeunes avec une limitation fonctionnelle serait à encourager</p> <p>La communication entre les membres de l'équipe de l'école est essentielle, tant pour mieux connaître les jeunes que pour partager du savoir-faire</p> <p>Des mesures afin de faciliter le développement de liens hors de l'école dans un contexte d'activités physiques et sportives seraient utiles</p>

Points saillants

	Grille d'observation répétée	Entretiens semi dirigés
Qualité de l'expérience	<p>Durant 79,6 % des périodes d'observation, le plaisir exprimé par le jeune observé est soit intense ou modéré</p> <p>Lors de 68,1 % des périodes d'observation, l'expérience apparaît optimale pour les jeunes observés</p> <p>Lorsque la relation entre les pratiquants « valides » et le jeune avec une limitation fonctionnelle est d'égal à égal, la dynamique du groupe dans la perspective de l'élève et la dynamique individuelle de ce dernier se révèlent très actives</p> <p>Malgré les données relativement négatives obtenues pour les écoles en milieu rural ayant peu de services, les élèves observés dans ces institutions semblent néanmoins retirer un certain plaisir des pratiques d'activité physique</p> <p>Dans les milieux scolaires réguliers, la présence d'un moniteur spécifique pour les élèves observés semble avoir un impact substantiel sur l'expérience optimale ressentie par ces derniers.</p>	<p>La conception que les éducateurs physiques ont du rôle de l'activité physique conditionne leur façon d'intervenir et de voir de possibles avenues de développement pour le jeune avec une limitation fonctionnelle</p> <p>Le niveau d'inclusion du jeune et son sentiment d'appartenance au groupe conditionnent sa participation dans des activités</p> <p>La qualité de l'expérience vécue par le jeune est déterminante pour développer son intérêt envers l'activité physique</p> <p>Le plaisir vécu à travers la pratique sportive se répercute dans les autres sphères de sa vie</p> <p>Des approches inclusives permettant une pratique commune des jeunes avec et sans limitation fonctionnelle dans le plaisir partagé seraient davantage à développer</p>



Points saillants

	Grille d'observation répétée	Entretiens semi dirigés
Éléments généraux	<p>Une pratique sportive adaptée ne semble pas diminuer le niveau de plaisir exprimé par les pratiquants « valides ».</p> <p>L'organisation des cours d'activité physique en ateliers et en binômes apparaît plus efficiente.</p> <p>Un rappel de l'enseignant de l'importance d'inclure le jeune avec une limitation fonctionnelle semble permettre d'éviter que l'individu observé se retrouve dans des situations d'échec ou d'ennui.</p> <p>50 % des enseignants d'activité physique interrogés dans des écoles dites « régulières » ne semblent pas ou peu connaître les déficiences des jeunes observés</p> <p>Plusieurs enseignants interrogés mentionnent qu'ils ne sont pas intégrés dans l'élaboration des plans d'intervention</p> <p>Plusieurs enseignants et éducateurs sondés indiquent que plus l'année scolaire avance et plus les élèves avec une limitation fonctionnelle s'impliquent dans les cours d'activité physique et subissent moins d'anxiété lors de la pratique de ces activités.</p> <p>Les périodes d'observation dans les salles intérieures d'activité physique ont été qualifiées de bruyantes dans 49,4 % des cas. De plus, le bruit est souvent plus fort et intense lors des périodes d'activité physique dans les écoles secondaires régulières.</p>	<p>Aucun professeur d'éducation physique ne semble participer aux rencontres sur les plans d'intervention auprès des jeunes avec une limitation fonctionnelle, ce qui limite les possibilités d'y intégrer un objectif d'augmentation des pratiques sportives</p> <p>Le partenariat est un élément déterminant pour permettre une pratique d'activité physique à l'école et hors de l'école</p> <p>Une préoccupation pour une pérennité des activités de saines habitudes de vie dans la communauté est aussi présente dans plusieurs milieux scolaires</p> <p>La présence de mesures de saines habitudes de vie varie d'un milieu à l'autre</p> <p>Le taux de pratique d'activités physiques et sportives est fortement dépendant du niveau de limitation fonctionnelle</p> <p>Les caractéristiques du jeune influencent aussi la pratique d'activité physique. La présence de limitations moins visibles (telle un trouble envahissant du développement ou une déficience langagière) est souvent difficile à faire accepter, car moins comprise des autres jeunes valides pratiquant la même activité.</p> <p>L'alourdissement du handicap des clientèles dans les écoles spécialisées complexifie aussi la situation dans ces milieux</p> <p>Miser sur les potentiels du jeune plutôt que de voir ses incapacités est une voie privilégiée par plusieurs intervenants</p>

Que retenir de cette étude

Les résultats démontrent globalement que le milieu scolaire joue un rôle clé au niveau de l'inclusion des jeunes avec une limitation fonctionnelle. Cependant cette inclusion, surtout dans des établissements réguliers, nécessite que l'environnement de pratique et le monitorat spécifique offert (personnel spécialisé, accompagnateurs ou personnes aidantes pour les jeunes ayant une limitation fonctionnelle notamment) soient adaptés aux élèves avec une limitation fonctionnelle. En effet, notre étude démontre clairement que ces 2 éléments peuvent devenir des facilitateurs d'inclusion pour ces populations à besoins particuliers et ce, en particulier dans une optique de pratique d'activités physiques et sportives.

Aménagement adapté et accessibilité universelle : des notions connues mais pas toujours appliquées

- ❖ Globalement, la nécessité d'aménager et d'adapter les aires de pratique et le matériel utilisé est connue et considérée par l'administration et le corps professoral de ces institutions scolaires.
- ❖ Le manque de moyens, la vétusté de certains espaces et la méconnaissance des besoins spécifiques de différentes populations avec une limitation fonctionnelle peuvent expliquer notamment que des milieux scolaires enquêtés offrent des environnements de pratique plus ou moins accessibles ou mal adaptés aux jeunes avec une limitation fonctionnelle.
- ❖ La difficulté rencontrée est principalement de l'ordre de l'accès à l'information. Les entrevues semi-dirigées mettent clairement cet enjeu en lumière.
- ❖ Certains de ces aménagements inexistantes ou déficients ont la plupart du temps des impacts négatifs sur l'autonomie, la persévérance et le niveau d'inclusion des jeunes avec une limitation fonctionnelle.

Un encadrement présent, mais des formes de monitorat à ajuster

- ❖ L'attitude des professeurs/accompagnateurs observés est globalement positive et permet aux jeunes d'être plus attentifs durant le cours d'activité physique.
- ❖ Le personnel enseignant a un souci prégnant d'inclure l'élève avec une limitation fonctionnelle, en le faisant participer à des activités de groupe et en cherchant à le stimuler via divers encouragements.
- ❖ 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.
- ❖ Cependant, la majorité des professeurs observés dans les institutions scolaires régulières ne connaissent pas ou peu les déficiences des élèves auxquels ils enseignent.
- ❖ Des occasions d'échanges entre intervenants de diverses écoles et la mise en commun du savoir-faire de tous seraient à implanter d'une façon plus systématique.

Des interactions sociales existantes mais limitées pour certaines clientèles

- ❖ Les cours d'activité physique suscitent des interactions sociales entre les jeunes avec une limitation fonctionnelle et ceux dits « valides ».
- ❖ Ces interactions ne sont pas toujours continues et n'engendrent pas forcément les mêmes effets sur les jeunes avec une limitation fonctionnelle.
- ❖ Les interactions sociales sont souvent plus limitées voire distantes de la part du groupe vis-à-vis des jeunes ayant des troubles envahissant du développement et une déficience langagière.
- ❖ Si des liens se tissent à l'école, ils ne se déploient pas toujours vers la communauté, et ce d'autant plus si le jeune fréquente une école spécialisée ou régulière désignée pour la clientèle avec une limitation fonctionnelle hors de son quartier d'origine.
- ❖ L'isolement social est souvent le lot des jeunes avec une limitation fonctionnelle.
- ❖ Un travail de sensibilisation doit être effectué par le corps professoral auprès du reste du groupe pour que l'élève ayant une déficience invisible (par exemple, un trouble envahissant du développement ou une déficience langagière) ne soit pas écarté des activités pratiquées et qu'il se désintéresse rapidement voire abandonne ces cours d'activité physique.
- ❖ Le fait d'organiser une activité collective adaptée aux jeunes avec une limitation fonctionnelle (comme par exemple la pratique du soccer avec un gros ballon) ne semble pas diminuer le niveau de plaisir exprimé par le reste du groupe d'élèves sans limitation fonctionnelle.

Une expérience vécue et exprimée globalement positive

- ❖ La qualité de l'expérience exprimée par les élèves observés est globalement positive.
- ❖ L'équilibre entre le défi proposé par le professeur d'éducation physique et le potentiel du jeune avec une limitation fonctionnelle apparaît adapté dans l'ensemble et permet à ces clientèles particulières de vivre une expérience optimale.
- ❖ L'interaction suscitée par une pratique d'activité physique semble n'influencer que faiblement le niveau de plaisir exprimé par le jeune avec une limitation fonctionnelle. Toutefois, on observe un plus fort taux d'indifférence chez les jeunes avec un TED lorsque l'activité ne suscite pas d'interaction.
- ❖ Par contre, les relations d'amitié sont importantes pour la poursuite de la pratique sportive en dehors du contexte scolaire.
- ❖ Le professeur ou l'accompagnateur joue un rôle central au niveau de l'accompagnement du jeune avec une limitation fonctionnelle durant la pratique d'activité physique, surtout en début de cours.
- ❖ La communauté locale dans laquelle vit et évolue le jeune avec une limitation fonctionnelle joue aussi un rôle important.

Recommandations

Les différentes données obtenues ainsi que les diverses interprétations analytiques effectuées nous permettent d'énoncer certaines recommandations. Toutefois, ces recommandations ne sont que le reflet du diagnostic environnemental et social effectué par l'équipe de chercheurs. Elles n'ont donc pas la prétention d'être exhaustives et se doivent d'être ajustées selon les priorités d'action de chaque acteur concerné par cette recherche. Il est aussi à noter qu'aucun ordre d'importance n'a été donné aux recommandations énoncées

A) Aménagement

- 1) Adapter et aménager les aires de pratique d'activité physique et les espaces connexes en fonction des déficiences des clientèles utilisatrices ou susceptibles de les utiliser.
- 2) Prioriser l'accessibilité et la sécurité dans les logiques d'aménagement des espaces d'activité physique et des aires connexes afin de favoriser l'autonomie du jeune avec une limitation fonctionnelle et de faciliter sa pratique d'activité physique.
- 3) Prendre davantage en considération l'aménagement du mobilier (bancs, douches, fontaines à eau, etc.) des aires d'activité physique et des espaces connexes lors de la mise en place d'interventions visant à renforcer l'axe architectural de l'accessibilité universelle de ces lieux.

B) Ressources humaines du milieu scolaire

- 4) Sensibiliser de façon plus conséquente et continue la direction et le corps professoral des milieux scolaires réguliers sur les types de déficiences vécues par certains de leurs élèves et sur leurs besoins en matière d'activité physique.
- 5) Mettre en place des occasions régulières de formation et d'échanges entre intervenants de diverses écoles autour du thème de l'adaptation des activités aux besoins des jeunes avec une limitation fonctionnelle (rencontres, forums de discussion ou autres).
- 6) Impliquer les professeurs d'activité physique des milieux scolaires réguliers dans l'élaboration des plans d'intervention pour les élèves avec une limitation fonctionnelle.

C) Stratégies pédagogiques

- 7) Tenter de diminuer la taille des groupes-classes lors des cours d'activité physique, soit en réduisant le nombre de pratiquants, soit en augmentant le nombre de membres du personnel de soutien pour les élèves avec une limitation fonctionnelle ou soit en organisant la conduite des cours sous la forme d'ateliers.
- 8) Renforcer la présence d'un monitorat spécifique pour le jeune avec une limitation fonctionnelle durant les cours d'activité physique dans l'optique de lui permettre d'en retirer du plaisir, mais sans que cet encadrement ne diminue l'autonomie de l'élève.

9) Améliorer la prise en charge et l'encadrement des jeunes ayant un trouble envahissant du développement et une déficience langagière durant les cours d'activité physique.

D) Milieux scolaires en régions éloignées

10) Soutenir de façon plus conséquente en ressources financières et humaines les écoles situées en régions éloignées avec peu ou pas de services sportifs et de loisir variés offerts pour qu'elles puissent répondre adéquatement aux besoins de leurs élèves avec une limitation fonctionnelle, notamment en adaptant les règles d'utilisation des fonds à leur réalité.

E) Sensibilisation et approches inclusives

11) Faire prendre conscience de manière plus ciblée aux élèves « valides » des milieux scolaires réguliers des contraintes vécues par leurs camarades avec une limitation fonctionnelle et de leurs besoins en matière d'activité physique. Ceci peut passer par des séances d'information et de sensibilisation dispensées par les professeurs d'activité physique et/ou par la mise en place d'activités sportives adaptées à ces clientèles à besoins particuliers, mais susceptibles de motiver les autres pratiquants valides.

12) Soutenir le développement d'outils pour inciter la mise en œuvre d'approches inclusives en activités physiques et sportives, en particulier pour les écoles régulières n'ayant pas une masse critique de jeunes avec une limitation fonctionnelle et ce, dans l'optique qu'elles mettent en place des activités spécifiques à ces clientèles.



SOMMAIRE RÉDIGÉ PAR :

- ❖ HÉLÈNE CARBONNEAU, PROFESSEURE RÉGULIÈRE À L'UQTR ET CHERCHEURE PRINCIPALE
- ❖ ROMAIN ROULT, PROFESSEUR À L'UQTR ET COCHERCHEUR RESPONSABLE DE L'ÉVALUATION DE L'ENVIRONNEMENT

AVEC LA PARTICIPATION DE :

- ❖ ÉMILIE BELLEY-RANGER, ASSISTANTE DE RECHERCHE
- ❖ THOMAS CHAN, ASSISTANT DE RECHERCHE
- ❖ MARIE-MICHÈLE DUQUETTE, ASSISTANTE DE RECHERCHE
- ❖ CHLOÉ GAMBEY, ASSISTANTE DE RECHERCHE
- ❖ ÉRIC MARTINEAU, COORDONNATEUR DU PROJET

EN COLLABORATION AVEC :

- ❖ CLAUDE DUGAS, PROFESSEUR RÉGULIER À L'UQTR ET COCHERCHEUR
- ❖ CLAIRE DUMONT, PROFESSEURE RÉGULIÈRE À L'UQTR ET COCHERCHEURE
- ❖ FRANÇOIS TRUDEAU, PROFESSEUR RÉGULIER À L'UQTR ET COCHERCHEUR



Ce rapport est rédigé et mis en page selon les normes d'accessibilité universelle.