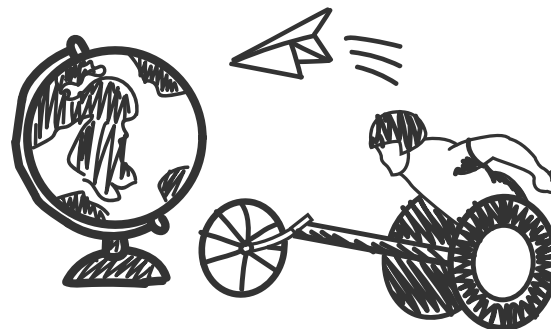




I'mPOSSIBLE

Engaging young people with the Paralympic Movement

Manuel de l'enseignant



Soutiens

Avec le soutien de la Fondation Agitos et le financement du Nippon Foundation Paralympic Support Center et de la Global Sports Development Foundation, et en étroite collaboration avec le Comité Paralympique Japonais.



Developing Sport,
Changing Lives



The Foundation for
**Global
Sports
Development**



* Thème 2, Module 8 – Ottobock détient les droits de propriété intellectuelle de ce module.



Présentation de "I'mPossible"

Faire découvrir aux jeunes le Mouvement Paralympique

"I'mPOSSIBLE" est un programme pédagogique élaboré par le Comité Paralympique International (IPC) pour diffuser les valeurs et la vision du Mouvement Paralympique aux jeunes du monde entier. Le nom du programme traduit le fait qu'avec courage et détermination, les Paralympiens repoussent sans cesse les limites du possible, et réalisent souvent l'inattendu. À travers les histoires inspirantes de Para athlètes, "I'mPOSSIBLE" vise à :

- Inspirer et enthousiasmer les jeunes, et leur montrer qu'avec détermination, courage et inspiration ils peuvent, comme les Para athlètes, réussir l'impensable dans leur vie
- Bousculer les perceptions et les comportements des élèves envers les personnes avec un handicap, et ainsi favoriser l'inclusion par l'intermédiaire du Para sport

Le programme est conçu pour les élèves de 6 à 12 ans. Il propose plusieurs idées de leçon d'emploi aisé présentant aux élèves les valeurs Paralympiques, les Para sports et les exploits inspirants des Para athlètes du monde entier. Partout où cela

est possible, des activités différenciées sont fournies pour les élèves plus jeunes âgés de 6 à 8 ans.

Ce manuel présente et explique le contenu de "I'mPOSSIBLE" et vous offre des informations et des explications sur le Mouvement Paralympique, les valeurs Paralympiques et les Para sports.





Le Mouvement Paralympique

Sir Ludwig Guttmann, médecin allemand à l'hôpital britannique de Stoke Mandeville peu après la Seconde Guerre mondiale, est unanimement reconnu comme le père fondateur du Mouvement Paralympique.

Il était persuadé que le sport avait le pouvoir de transformer la vie et de renforcer la condition physique, l'estime de soi et la confiance des blessés de guerre. Il organisa en 1948 les premiers Jeux pour les athlètes atteints à la moelle épinière. En fauteuil roulant, les athlètes s'affrontèrent au tir à l'arc. Les Jeux de Stoke Mandeville devinrent une compétition annuelle. En 1960 eurent lieu les premiers Jeux Paralympiques, à Rome, en Italie. Ils attirèrent 400 athlètes de 23 pays. Le Mouvement Paralympique s'est depuis étendu au monde entier. De plus en plus d'athlètes, aux handicaps divers, concourent aux compétitions locales, régionales, nationales et internationales, et étonnent et inspirent un large public à travers le monde. Aujourd'hui, l'instance dirigeante mondiale du Mouvement Paralympique est le Comité International Paralympique (IPC, International Paralympic Committee).

Pour une brève présentation, consultez le film
"Présentation du Mouvement Paralympique" à l'adresse :
<https://youtu.be/6gJvRuBYO-M>



Sir Ludwig Guttmann



Spectateurs aux Jeux de
Stoke Mandeville



Le Comité International Paralympique (IPC)

Fondé en 1989 et basé à Bonn, en Allemagne, le Comité Paralympique International, l'IPC, est l'instance dirigeante du Mouvement Paralympique et l'organisateur des Jeux Paralympiques d'été et d'hiver. L'IPC vise en outre à donner aux personnes avec un handicap la possibilité de se livrer à des Para sports, du niveau débutant au sport de haut niveau. Ce faisant, il aspire à créer une société plus inclusive pour les personnes ayant un handicap, par l'intermédiaire du Para Sport. Pour plus d'informations sur le Comité Paralympique International, consultez le site Web :

<https://www.paralympic.org/>

La vision de l'IPC est de **"permettre aux Para athlètes d'atteindre l'excellence sportive et d'être une source d'inspiration et d'enthousiasme pour le monde"**.

Chaque mot de la vision participe à définir clairement l'objectif ultime de l'IPC :

- **Permettre** : créer les conditions de l'émancipation des athlètes
- **Para athlètes** : la cible première, de l'initiation au haut niveau
- **Exceller** : l'excellence sportive est l'objectif d'une organisation consacrée au sport
- **Inspirer et enthousiasmer** : toucher le cœur de chacun pour une société plus équitable



La Fondation Agitos

Instrument de développement de l'IPC, la Fondation Agitos entend utiliser le Para sport pour transformer la vie des gens et concrétiser la vision de l'IPC d'une société plus équitable et inclusive pour tous. Son nom est tiré du symbole Paralympique, les Agitos, qui provient du mot latin "agito", signifiant "je bouge". La Fondation mobilise les financements et fournit des programmes pour développer les activités Para sportives à travers le monde. Pour plus d'informations sur la Fondation Agitos, consultez le site Web suivant : www.agitosfoundation.org





Comités Nationaux Paralympiques

Les Comités Nationaux Paralympiques (CNP) sont des organisations nationales reconnues par l'IPC comme seuls représentants des athlètes avec un handicap de leurs pays respectifs. L'IPC compte actuellement plus de 170 CNP, qui sont responsables de l'admission, de l'encadrement et de la préparation de l'équipe aux Jeux Paralympiques et autres compétitions approuvées par l'IPC.





Le Para sport en quelques mots

- **Para sport**

Le terme Para sport désigne tous les sports pour athlètes avec handicap admissible, qu'ils figurent ou non au programme Paralympique. La Fédération Internationale doit être reconnue par l'IPC et est donc assujettie au Code de classification des athlètes IPC.

- **Sport Paralympique**

Tout Para sport du Programme Paralympique est désigné par le terme Sport Paralympique. Ce terme n'est employé que pour faire référence à la présence du sport aux Jeux Paralympiques.

- **Para athlète**

Un Para athlète est une personne avec un handicap admissible pratiquant un Para sport. Plus précisément, on emploie ce terme pour les athlètes qui n'ont pas encore participé aux Jeux Paralympiques, ou les athlètes amateurs. La Fédération Internationale de leur sport doit être reconnue par l'IPC.

- **Paralympien**

Un Paralympien est un athlète qui a participé aux Jeux Paralympiques.

- **Classification**

La classification des athlètes dans le Mouvement Paralympique est une caractéristique essentielle du Para sport. On peut la définir comme le regroupement des athlètes admissibles dans des classes sportives selon le degré d'influence de leur handicap sur les activités fondamentales du sport ou de la discipline.

D'autres informations sont à votre disposition sur le site Web de l'IPC : www.paralympic.org



Le Para sport en bref

- **Les Jeux Paralympiques**

Les Jeux Paralympiques sont un événement multisports international dans lequel les Para athlètes de haut niveau du monde entier concourent à différents sports Paralympiques. Ils y montrent au monde leur extraordinaires détermination et courage, et réalisent des exploits qui sont une véritable source d'inspiration. Ils ont lieu tous les deux ans, alternant entre les Jeux Paralympiques d'été et Jeux Paralympiques d'hiver. Le mot "Paralympique" vient du grec "para" (à côté de ou le long de) et du mot "olympique". Il signifie que les Jeux Paralympiques sont parallèles aux Jeux Olympiques, et utilisent à la fois les mêmes villes et les mêmes installations.





Bref historique et chronologie des Jeux Paralympiques



1944

Ouverture à Stoke Mandeville du service de traumatologie médullaire



1948

Naissance des Jeux de Stoke Mandeville



1949

De la rééducation au sport



1952

Organisation des Jeux de Stoke Mandeville



1988

Le Mouvement Paralympique a son symbole



1976

Premiers Jeux Paralympiques d'hiver



1964-
1972

Chemins divergents



1960

Rome accueille les premiers Jeux Paralympiques officiels

Suite page 11



Bref historique et chronologie des Jeux Paralympiques



1989

Création du Comité
Paralympique
International



1994

L'esprit, le corps, l'âme



2000

Les Jeux
Paralympiques passent
à l'antenne



2004

Les Jeux
Paralympiques vont
en Grèce



2016

Jeux Paralympiques de
Rio 2016



2014

Le Comité
Paralympique
International a 25 ans



2014

Reaching the Impossible
(réaliser l'impossible) –
Jeux Paralympiques de
Sotchi 2014



2012

Truly changing perceptions
(perceptions en pleine
mutation)
Jeux Paralympiques de
Londres 2012



2018

Jeux Paralympiques
d'hiver de PyeongChang
2018



2020

Jeux Paralympiques
de Tokyo 2020

.....



Le symbole Paralympique

Les trois Agitos, qui signifient "Je bouge", sont le symbole fort et bien connu des Jeux Paralympiques. Ce symbole Paralympique figure sur le drapeau Paralympique qui est hissé lors la cérémonie d'ouverture de chaque édition des Jeux et abaissé à la cérémonie de clôture. De couleur rouge, bleue et verte, les trois Agitos encerclent un point central, symbolisant le mouvement. Avec sa forme circulaire, le symbole met l'accent sur le rôle du Mouvement Paralympique dans le rassemblement des Para athlètes du monde entier.





La devise Paralympique

Le symbole Paralympique reflète également la Devise Paralympique, "**L'esprit en mouvement**", indiquant que les Para athlètes sont, de par leurs performances et leur volonté de toujours avancer sans jamais abandonner, une source continue d'inspiration et d'enthousiasme pour le monde.



Les mascottes Paralympiques

Les Jeux Paralympiques ont chacun leur mascotte. Ce sont en général des personnages fictifs créés pour plaire aux jeunes enfants et les inciter à participer aux Jeux. Ils font souvent référence à un élément de la culture ou du patrimoine de la ville ou du pays où se déroulent les Jeux.



Issus de la culture et du folklore coréens, les ours noirs asiatiques sont, comme les athlètes Paralympiques, forts, courageux et déterminés.

Bandabi, la mascotte des Jeux Paralympiques d'hiver de PyeongChang 2018.



Le relais de la Torche Paralympique

Le relais de la Torche Paralympique est destiné à exalter l'inspiration et l'enthousiasme et à sensibiliser le public aux prochains Jeux Paralympiques. Il vise aussi à inciter chacun à soutenir les Paralympiens en compétition. Il fait appel à des relayeurs, composés de citoyens et d'athlètes, qui portent chacun la torche sur de courtes distances. On utilise parfois différents moyens de transport, comme le bateau, le vélo ou l'hélicoptère.

Le relais de la Torche Paralympique est beaucoup plus court que le relais de la Torche olympique. La Torche olympique est allumée plusieurs mois avant la cérémonie d'ouverture des Jeux olympiques. Par contre, le relais de la Torche Paralympique commence après la clôture du village olympique et au moins six jours avant la date de la cérémonie d'ouverture des Jeux Paralympiques.

Comme berceau historique du Mouvement Paralympique, la ville britannique de Stoke Mandeville est une ville étape permanente du relais de la Torche Paralympique, et le lieu où une torche, la "torche du patrimoine", est allumée.

De par son importance dans le Mouvement Paralympique, tous les relais de la Torche Paralympique passent par Stoke Mandeville.





Quelques faits sur les Jeux Paralympiques

Le saviez-vous ?

- Le mot "Paralympique" vient du grec "para" qui signifie à côté de ou le long de. Il désigne une compétition organisée en parallèle avec les Jeux Olympiques.
- Les Jeux Paralympiques sont issus des travaux précurseurs du médecin allemand Sir Ludwig Guttmann.
- En 1948, Sir Ludwig Guttmann organisa une compétition de tir à l'arc en fauteuil roulant pour les personnes blessées à la moelle épinière.
- La compétition eut lieu à l'hôpital de Stoke Mandeville, en Grande-Bretagne.



Les Jeux Paralympiques d'été

- Les premiers Jeux Paralympiques d'été se déroulèrent à Rome, en Italie, en 1960. Y prirent part des athlètes blessés à la moelle épinière. Ils utilisèrent des fauteuils roulants.
- Son Altesse Impériale le Prince Akihito et la Princesse Michiko assistèrent à la cérémonie d'ouverture des Jeux Paralympiques à Tokyo en 1964.
- C'est en tirant une flèche en feu que le Para archer Antonio Rebello alluma le chaudron des Jeux de Barcelone 1992.
- La nageuse américaine Jessica Long avait 12 ans lorsqu'elle remporta l'or au 100 m et 400 m nage libre S8 à Athènes en 2004, faisant d'elle la plus jeune médaillée d'or des Jeux Paralympiques de tous les temps.



Quelques faits sur les Jeux Paralympiques

Les Jeux Paralympiques d'hiver

- Les premiers Jeux Paralympiques d'hiver ont eu lieu en 1976 à Örnköldsvik, en Suède. Des athlètes blessés à la moelle épinière s'affrontèrent au ski alpin et au ski de fond.
- Les Jeux Paralympiques d'hiver se tiennent tous les quatre ans depuis 1976.
- Le Para hockey sur glace, un jeu rapide et physique joué sur la glace, a été disputé pour la première fois à Lillehammer, en Norvège, en 1994.
- Parabbit, un lapin blanc avec une oreille rouge et une verte fut la mascotte des Jeux Paralympiques d'hiver de Nagano 1998.
- Le Para snowboard, un sport individuel, a été introduit à Sotchi, en Russie en 2014.





Les valeurs Paralympiques

Les valeurs Paralympiques sont au cœur même du Mouvement Paralympique. Les Para athlètes portent haut ces valeurs grâce à leurs efforts et leurs exploits remarquables. L'assimilation et l'engagement des jeunes envers les valeurs Paralympiques sont essentielles pour "I'mPOSSIBLE", afin qu'ils montrent ces valeurs dans leur vie quotidienne, à l'école, à la maison et dans la collectivité.

Pour une brève présentation, consultez le film "Les valeurs Paralympiques" à l'adresse : <https://youtu.be/7ck9EOL7378>



Les Para athlètes montrent	Comment cette valeur Paralympique est portée par les Para athlètes	Les Para athlètes démontrent	Comment cette valeur Paralympique peut être montrée par les jeunes élèves
Courage	À travers leurs performances, les Para athlètes montrent au monde ce que l'on peut accomplir lorsque l'on pousse son corps jusqu'à ses limites absolues.	Courage	Tenter quelque chose que les autres ne sont sans doute pas prêts à tenter ou pensent que c'est impossible à réaliser.
Détermination	Les Para athlètes ont une force de caractère unique mêlant force mentale, capacité physique et agilité exceptionnelle, pour réussir des performances sportives qui redéfinissent sans cesse les limites du possible.	Détermination	Persister dans une action et ne pas abandonner, même lorsque c'est difficile.
Inspiration	Véritables modèles, les Para athlètes utilisent au maximum leurs capacités et encouragent et motivent les autres à pratiquer un sport.	Inspiration	Être encouragé par les exploits et les actions d'autrui.
Équité	À travers le sport, les Para athlètes bousculent les stéréotypes et transforment les mentalités ; ils contribuent à favoriser l'intégration en brisant les barrières sociales et la discrimination envers les personnes ayant un handicap.	Équité	Faire participer tout le monde, notamment les personnes avec un handicap, et donner à tous la même occasion d'exploiter toutes leurs capacités et réaliser leur potentiel.



Présentation de l'inclusion

Qu'est-ce que l'inclusion ?

Tout le monde a le droit de pratiquer un sport. Y compris les personnes avec un handicap. Le développement des Para sports permet à de plus en plus de personnes avec un handicap de participer à des compétitions, des sports et des activités modifiés ou non, significatifs. La Para natation inclut par exemple des événements identiques ou très similaires au sport Olympique de la natation. D'autres activités sont adaptées pour que les Para athlètes puissent y participer. Le volley-ball assis est par exemple une adaptation du sport Olympique du volley-ball, qui permet aux personnes avec un handicap physique de participer pleinement en étant assis sur le sol. Il existe également toute une série de Para sports spécialement conçus pour, et joués par, des athlètes avec un handicap. Parmi eux, on peut citer les Para sports de la boccia et du goalball.

Inclure tous les élèves dans "I'mPOSSIBLE"

Dans le cadre de "I'mPOSSIBLE", l'inclusion représente la façon dont des élèves de tous niveaux, cultures et milieux ont la possibilité de prendre part à des sports, des jeux et des activités avec un certain succès. Comment inclure tout le monde :

- Mettre l'accent sur les capacités, pas les inaptitudes
- Éliminer les obstacles physiques et sociaux à la participation
- Créer un cadre accessible à tous
- Modifier ou adapter la façon dont les activités sont présentées et réalisées

Le spectre d'inclusion

Le spectre d'inclusion présente une série d'options destinées à garantir la participation de tous les élèves, y compris ceux avec un handicap, à des sports, des jeux et des activités difficiles, utiles et valorisants. Dans la version présentée ici figurent trois options. L'enseignant utilise l'option qui permet à tous les élèves d'atteindre un certain niveau de succès. Les options suivent :

- Tout le monde peut jouer
- Modifications afin d'inclure tout le monde
- Para sport

Tout le monde peut jouer

Toutes les personnes du groupe peuvent jouer au sport, au jeu ou à l'activité avec peu ou pas de modifications.



Présentation de l'inclusion

Modifications afin d'inclure tout le monde

Afin de garantir la participation totale et significative des élèves avec un handicap, il peut être nécessaire de modifier le cadre et/ou d'apporter des modifications à la façon dont l'activité est organisée. Pour rendre le sport, le jeu ou l'activité plus inclusif, il est possible de modifier ou d'adapter quatre éléments :

- **Style pédagogique**
- **Règlement**
- **Cadre de jeu**
- **Équipement**



Ce cadre, nommé en anglais *TREE*, a été mis au point par la Disability Sport Unit de l'Australian Sports Commission.

Reproduit avec autorisation.



Style pédagogique

Fait référence à la façon dont une activité est communiquée aux participants. En combinant certaines des stratégies suivantes, vous pourrez communiquer de façon efficace et appropriée.

- Soyez conscient de tous les besoins des participants de votre groupe.
- Vérifiez le bon positionnement des participants afin d'exploiter au mieux les instructions et les démonstrations.
- Utilisez un langage approprié pour vous adresser au groupe.
- Utilisez des aides visuelles et des démonstrations.
- Utilisez un système de jumelage.
- Utilisez une aide physique (guidez les membres du corps pour effectuer un mouvement, par ex.) le cas échéant.
- Donnez des instructions brèves et directes.
- Assurez-vous de la bonne compréhension de tous.



Présentation de l'inclusion



Règlement

Le règlement peut être simplifié ou modifié, puis réinstauré lorsque que le niveau progresse. Les stratégies peuvent comprendre :

- Autoriser plus d'un rebond à un jeu comme le tennis.
- Autoriser plusieurs frappes ou rebonds dans un sport comme le volley-ball.
- Augmenter le nombre de joueurs par équipe pour modérer l'activité de chaque joueur.
- Réduire le nombre de joueurs pour permettre une plus grande liberté de mouvement.
- Moduler les limites de temps.
- Réduire les éléments compétitifs.



Cadre de jeu

Le cadre de jeu comprend la longueur, la hauteur, la distance parcourue, les zones, les configurations intérieur/extérieur, assis/debout. Stratégies pouvant être mises en œuvre :

- Réduire la taille du terrain ou de la surface de jeu.
- Utiliser une surface souple ou d'intérieur plutôt que de l'herbe.
- Abaisser la hauteur du filet dans un sport comme le volley-ball ou le tennis.
- Mettre en place des zones dans la surface de jeu.
- Limiter au maximum les distractions environnantes.



Présentation de l'inclusion



Équipement

L'équipement fait référence à la taille, la forme, la couleur, la texture ou le poids. Stratégies pouvant être mises en œuvre :

- Avoir recours à des battes ou des raquettes plus légères et un équipement avec des poignées plus courtes.
- Utiliser des ballons plus légers, plus gros ou plus lents, ou des ballons avec des grelots à l'intérieur.
- Utiliser un équipement qui contraste avec la surface de jeu.
- N'hésitez pas à confectionner votre propre équipement s'il n'est pas disponible.

Le Para sport

Certains élèves avec un handicap peuvent profiter de la pratique d'un Para sport aux côtés ou séparément de leurs camarades. Il peut par exemple être préférable de faire jouer les élèves handicapés moteur à la boccia s'il est impossible de les inclure pleinement et avec succès dans la classe.

Des conseils d'inclusion des élèves avec un handicap aux séances pratiques de "I'mPOSSIBLE" figurent dans les plans de cours correspondants.





"I'mPOSSIBLE"

"I'mPOSSIBLE" comprend 15 plans de cours (modules), contenant toutes les ressources élève et enseignant nécessaires à chaque séance. Ce sont des modules autonomes qui peuvent être enseignés comme et quand vous le souhaitez. Les modules sont disposés en deux thèmes : les valeurs Paralympiques et le Para sport. Chaque module comprend les éléments suivants :

- a. **Un plan de cours enseignant** : contient deux activités donnant des idées et des tâches pour une séance de cours de 45 minutes. Vous pouvez choisir de ne réaliser qu'une seule des deux activités sur les valeurs Paralympiques au cours d'une séance. Vous pouvez également programmer un cours plus long ou combiner deux modules ou plus. Les plans de cours portant le symbole  proposent des idées d'activités spécialement destinées aux élèves plus jeunes (6–8 ans), même s'il est possible de les utiliser avec des élèves plus âgés. Chaque module comprend une activité dans laquelle les élèves jouent à un Para sport. Les plans du cours Le Para sport contiennent des activités d'initiation et des idées de jeux simples pour les enfants plus jeunes, des jeux pour les enfants plus âgés et des conseils et des stratégies pour inclure tous les élèves, notamment ceux avec un handicap, dans les activités pratiques. Les activités pour les enfants plus jeunes sont identifiées par ce symbole :  Ces activités seront également utiles en tant que pratique ou d'activité d'échauffement pour les élèves plus âgés.

- b. **Des ressources destinées à l'élève** : au format présentation PowerPoint, feuille d'information ou feuille de travail. Elles contiennent des éléments tels qu'exercices, jeux questionnaires, défis et informations complémentaires pour enrichir les connaissances et aider les élèves à réaliser le travail. Les ressources destinées aux enfants plus jeunes sont identifiées par ce symbole : 
- c. **Un exercice d'évaluation** : ces activités vous permettent de d'apprécier le niveau de compréhension du module. Lorsque cela est possible, l'activité d'évaluation est intégrée à l'activité principale du cours. L'évaluation peut se présenter sous diverses formes, feuille de travail, discussion de groupe/ classe, ou réalisation concrète (image, objet, présentation, etc.).
- d. **Questions de discussion** : chaque module se conclut par des questions de discussion ciblées. Elles vous permettront d'identifier toute évolution de perception, d'opinion et de comportement des élèves vis-à-vis des Para athlètes et des personnes avec un handicap.
- e. **Activités complémentaires** : proposent le cas échéant des informations sur d'autres ressources pertinentes, notamment des liens Internet vers des ressources IPC existantes. Ces ressources ne sont pas nécessaires pour effectuer le module.
- f. **Exercices à domicile** : proposent le cas échéant des idées d'exercice que pourraient effectuer les élèves à la maison en famille, ou avec leurs amis. Ces activités ne sont pas obligatoires.



Les modules

Thème 1 : Les valeurs Paralympiques

Module	Titre	Objectif pédagogique
1	Les Jeux Paralympiques. Qu'est-ce que c'est ?	Comprendre le pourquoi et le comment de l'évolution du Mouvement Paralympique.
2	Les valeurs Paralympiques.	Connaissance des valeurs, du symbole, du projet, de la vision et de l'aspiration du Paralympisme.
3	Les valeurs dans notre école.	Connaissance des valeurs, du symbole, du projet, de la vision et de l'aspiration du Paralympisme.
4	Fier d'être qui je suis.	Prendre conscience des différences de chacun.
5	Un Para athlète arrive en ville.	Élargir ses connaissances sur l'accessibilité.

Thème 2 : Le Para sport

Module	Titre	Objectif pédagogique
1	Les Para sports. Quels sont-ils et comment les pratique-t-on ?	Découverte des différents Para sports et de leurs adaptations.
2	Jouons au Para sport du volley-ball assis.	Pratique d'un Para sport.
3	Jouons au Para sport du goalball.	Pratique d'un Para sport.
4	Jouons au Para sport de la boccia.	Pratique d'un Para sport.
5	Pratiquons le Para athlétisme.	Pratique d'un Para sport.
6	Les coureurs sur lames	Découverte des expériences d'un Para athlète.
7	Créons un nouveau Para sport.	Élargir ses connaissances sur l'accessibilité.
8	C'est une question d'aptitude. Pleins feux sur les athlètes avec un handicap.	Découverte des expériences d'un Para athlète.
9/10	Les comités d'organisation locaux et les comités nationaux Paralympiques sont invités à composer deux modules supplémentaires mettant en valeur les athlètes Paralympiques locaux, le patrimoine culturel et/ou les caractéristiques spécifiques d'un événement à venir (mascotte, torche, logo, installations, par ex.).	



Les Para sports

Cette partie propose une rapide présentation des Para sports présentés dans les modules précités.

La liste complète des Para sports et des informations complémentaires sont disponibles à l'adresse :

<https://www.paralympic.org/sports>





Volley-ball assis

Le volley-ball assis, qu'est-ce que c'est ?

Le volley-ball assis est un jeu d'envergure mondiale joué par des athlètes avec un handicap physique. Son règlement est très similaire à celui du volley-ball.

On le joue sur un terrain plus réduit (10 x 6 m) avec un filet plus bas. Le jeu est ainsi plus rapide que le volley-ball debout.

Pour une brève présentation, visionnez le film "Volley-ball assis" à l'adresse : https://youtu.be/l_a88RTq9QM

- Le jeu se joue par équipes de 6.
- Tous les joueurs doivent être assis et le rester en tout temps. Le bassin doit rester constamment en contact avec le sol.
- Les équipes s'envoient le ballon par-dessus le filet, le but étant de faire le ballon toucher le camp de l'adversaire.
- Les joueurs de la même équipe peuvent se passer le ballon trois fois avant de le renvoyer de l'autre côté du filet.
- La première équipe qui marque 25 points remporte le set, à condition d'avoir deux points d'écart.
- La première équipe à remporter trois sets gagne le match.
- Des informations complémentaires sont disponibles à l'adresse : <https://www.paralympic.org/sitting-volleyball>





Goalball

Le goalball, qu'est-ce que c'est ?

Le goalball est un jeu pour athlètes malvoyants. Pour une compétition juste et équitable, tous les joueurs portent des bandeaux. On utilise un ballon contenant des grelots afin que les participants entendent et suivent le mouvement du ballon sur le terrain. Des marques tactiles aident les joueurs à s'orienter.

Le goalball se joue sur un terrain de 18 x 9 m. Le silence absolu est exigé pendant le jeu afin que les joueurs puissent entendre la direction du ballon. Le jeu se joue par équipes de 3.

Pour une rapide présentation, consultez le film "Goalball" à : <https://youtu.be/bSvmIB6PeL8>

- Le but du jeu est de marquer des buts en trompant l'adversaire et en envoyant le ballon dans le but adverse par un mouvement de roulage.
- L'équipe adverse tente de bloquer le ballon avec le corps.
- Un joueur n'est pas autorisé à effectuer deux lancers consécutifs.
- Si le ballon franchit la ligne de touche, l'équipe adverse prend possession du ballon.

- Les équipes ont 10 secondes à partir du premier contact défensif pour faire le ballon franchir la ligne centrale.
- Un match se compose de 2 périodes de 12 minutes entrecoupées d'une pause de trois minutes.
- L'équipe gagnante est celle qui marque le plus de points dans le temps imparti.
- Des informations complémentaires sont disponibles à l'adresse : <https://www.paralympic.org/goalball>





La Boccia

La boccia, qu'est-ce que c'est ?

La boccia est jouée par des athlètes avec un handicap moteur. Elle est similaire aux boules ou à la pétanque. Le jeu exige stratégie et grande précision. Il se joue sur un terrain plat et lisse de 12,5 x 6 m. Faites de cuir, les balles sont légèrement plus grosses et plus lourdes qu'une balle de tennis.

Pour une rapide présentation, consultez le film "Boccia" à l'adresse : <https://youtu.be/ZnrC4GDJ4Sw>

- Le jeu se joue en simple, double ou par équipe. Hommes et femmes jouent ensemble et s'affrontent les uns contre les autres.
- Les balles colorées sont lancées, roulées, frappées ou relâchées afin de s'approcher au plus près d'une balle cible blanche, le cochonnet. Les joueurs peuvent faire appel à un dispositif d'aide tel qu'une rampe ou une glissière pour envoyer la balle.
- Le but est de marquer le plus de points possibles en lançant le plus de balles au plus près du cochonnet de plus que l'adversaire.
- Le joueur, le double ou l'équipe ayant le plus de balles au plus près du cochonnet remporte la partie. Il marque un point et un point supplémentaire pour chaque balle plus près du cochonnet que toute balle adverse.

- Une partie se compose de plusieurs manches. Chaque joueur, double ou équipe "lance" six balles par manche.
- Au bout des six manches (quatre en individuel et en double), les points marqués à chaque manche sont additionnés. L'équipe avec le plus haut pointage gagne.
- Des informations complémentaires sont disponibles à l'adresse : <https://www.paralympic.org/boccia>





Le Para athlétisme

Le Para athlétisme, qu'est-ce que c'est ?

C'est par la course en fauteuil roulant que fut représenté le Para athlétisme aux premiers Jeux Paralympiques de 1960 pour les athlètes paraplégiques. Le sport inclut à présent un large éventail d'épreuves pour athlètes hommes et femmes aux handicaps variés. Certains athlètes concourent en fauteuil roulant ou avec des prothèses. Dans les épreuves d'athlétisme, les personnes malvoyantes peuvent être assistées par des guides voyants.

Les disciplines du Para athlétisme sont :

- Piste et route : sprint, courses de sprint, demi-fond, fond, marathon et relais
- Sauts : saut en hauteur, saut en longueur, triple saut
- Lancers : lancer du disque, du poids, du javelot, de la quille – une épreuve exclusive au Para athlétisme.

La technologie progresse à un rythme effréné, et permet à un nombre toujours plus élevé d'athlètes d'utiliser des dispositifs d'aide pour concourir à encore plus d'épreuves sportives.

Les fauteuils roulants sont utilisés par les athlètes avec une déficience des membres inférieurs. Les dispositifs prothétiques sont utilisés par les athlètes amputés pour les épreuves sur route et sur piste et peuvent être utilisés pour les épreuves sur gazon.

Les athlètes déficients visuels en compétition dans les épreuves sur piste et sur route peuvent utiliser une corde pour se faire guider par un guide voyant. Des appareils acoustiques (ou un crieur voyant) peuvent être employés pour indiquer des éléments tels que la position du pied d'appel dans les épreuves de saut et de lancer.

Des informations complémentaires sont disponibles à l'adresse : <https://www.paralympic.org/athletics>





Questionnaire d'évaluation enseignant "I'mPOSSIBLE"

Merci de compléter cette évaluation après avoir dispensé un ou plusieurs modules "I'mPOSSIBLE" à vos élèves. Renvoyez par courrier électronique les formulaires complétés à : i-am-possible@agitosfoundation.org en indiquant "Questionnaire d'évaluation I'mPOSSIBLE" dans le champ du sujet. Veuillez noter que les commentaires des enseignants et des élèves pourront être utilisés de façon anonyme pour le matériel publicitaire.

Nom de l'établissement scolaire :

Pays : Code administratif/postal :

1. Vous êtes...

- ☐ Une femme ☐ Un homme
☐ Autre ☐ Je ne veux pas répondre

2. Avec environ combien de garçons et de filles avez-vous utilisé le ou les modules "I'mPOSSIBLE" ? (écrivez le nombre)

	Filles	Garçons
Avec handicap		
Sans handicap		
TOTAL		

3. Quel était l'âge, ou les âges, des élèves avec qui vous avez utilisé le ou les modules "I'mPOSSIBLE" ? (sélectionnez tous les âges applicables)

- ☐ Moins de 6 ans ☐ 6 ans ☐ 7 ans ☐ 8 ans ☐ 9 ans
☐ 10 ans ☐ 11 ans ☐ 12 ans ☐ Plus de 12 ans

4. Quel(s) module(s) "I'mPOSSIBLE" avez-vous utilisé dans votre classe ? (sélectionnez tous les âges applicables)

Thème 1 : Les valeurs Paralympiques
☐ Les Jeux Paralympiques. Qu'est-ce que c'est ? ☐ Les valeurs Paralympiques ☐ Les valeurs dans notre école ☐ Fier de qui je suis ☐ Un Para athlète arrive en ville
Thème 2 : Les Para sports
☐ Les Para sports. Quels sont-ils et comment les pratique-t-on ? ☐ Jouons au Para sport du volley-ball assis. ☐ Jouons au Para sport du goalball. ☐ Jouons au Para sport de la boccia. ☐ Découvrons le Para athlétisme ☐ Les coureurs sur lames ☐ Créons un nouveau Para sport. ☐ C'est une question d'aptitude. Pleins feux sur les athlètes avec un handicap.

	Une fois	Plusieurs fois
Pendant un cours		
À une réunion de classe		
Durant une activité scolaire (une journée sportive, par ex.)		
Dans un cadre hors scolaire (veuillez préciser)		

6. Les ressources suivantes vous ont-elles été utiles pendant les modules "I'mPOSSIBLE" ? (sélectionnez une réponse par ligne)

	Pas du tout utiles	Peu utiles	Assez utiles	Très utiles	Je ne m'en suis pas servi
a) Le manuel de l'enseignant					
b) Les plans de cours enseignant et les idées d'activité					
c) Les feuilles de travail/feuilles d'information élève					
d) Les films courts					
e) Le kit "I'mPOSSIBLE" complet					

7. Suite à votre utilisation d'un ou de plusieurs modules "I'mPOSSIBLE", êtes-vous d'accord avec les affirmations suivantes :
(sélectionnez une réponse par ligne)

	Pas du tout d'accord	Pas d'accord	Ni d'accord ni en désaccord	D'accord	Tout à fait d'accord	Je ne sais pas
a) Il est important d'enseigner aux jeunes les thèmes "I'mPOSSIBLE" (les valeurs Paralympiques et le Para sport)						
b) J'ai une meilleure compréhension du Mouvement Paralympique depuis l'utilisation de "I'mPOSSIBLE"						
b) J'ai une meilleure compréhension de l'inclusion depuis l'utilisation de "I'mPOSSIBLE"						

8. Maintenant, en pensant à vos élèves et suite à votre utilisation du ou des modules "I'mPOSSIBLE", êtes-vous d'accord avec les affirmations suivantes : (sélectionnez une réponse par ligne)

	Pas du tout d'accord	Pas d'accord	Ni d'accord ni en désaccord	D'accord	Tout à fait d'accord	Je ne sais pas
a) Mes élèves savent quelles sont les quatre valeurs Paralympiques (courage, détermination, inspiration et équité)						
b) Mes élèves ont été inspirés par des Para athlètes						
c) Mes élèves savent comment ils peuvent montrer les valeurs Paralympiques dans leur vie personnelle						
d) Mes élèves ont conscience de l'existence des Para sports (goalball, par ex.)						
e) Mes élèves ont fait des efforts pour adapter les Para sports et permettre à leurs camarades aux handicaps différents de participer						
f) Mes élèves ont une meilleure compréhension du handicap et de l'importance de l'inclusion						
g) Mes élèves ont pris plaisir à participer à "I'mPOSSIBLE"						

9. Quelles est la probabilité que vous effectuiez ce qui suit ? (sélectionnez une réponse par ligne)

	Très improbable	Plutôt improbable	Assez probable	Très probable	Je ne sais pas
a) Utiliser à nouveau avec ma classe les ressources "I'mPOSSIBLE"					
b) Recommander les ressources "I'mPOSSIBLE" à d'autres enseignants					
c) Jouer à nouveau à un Para sport (goalball, par ex.) avec ma classe					
d) Parler des valeurs Paralympiques avec mes amis et/ou ma famille					
e) Modifier l'aménagement de ma classe pour le rendre plus inclusif					

10. Pour finir, avez-vous des commentaires à faire sur le programme ou des y a-t-il des améliorations que vous aimeriez voir apportées à "I'mPOSSIBLE" ?
(Saisissez vos commentaires dans le cadre ci-dessous. Tout commentaire déposé est susceptible d'être utilisé pour le matériel publicitaire, mais votre nom ne sera en aucun cas associé.)



Questionnaire d'évaluation élève "I'mPOSSIBLE"

Ce questionnaire porte sur les activités Paralympiques "I'mPOSSIBLE" que tu as récemment suivies avec ta classe. Réponds aux questions ci-dessous et rends le questionnaire à ton professeur quand tu as terminé. Si tu n'es pas sûr de la réponse à donner à une question, demande à ton professeur. Si tu as 10 ans ou moins, réponds seulement aux questions sur la première page. Si tu as 11 ans ou plus, réponds aux questions des deux pages.

1. Quel est le nom de ton établissement scolaire ? (écris le nom) 2. Quel âge as-tu ? (écris l'âge en chiffres)

3. Tu es...

☐ Un garçon

☐ Une fille

☐ Autre

☐ Je ne veux pas répondre

4. Quelles activités as-tu récemment effectuées ? Voici les activités "I'mPOSSIBLE" (sélectionne celles qui s'appliquent)

☐ Une leçon ou une activité sur les valeurs Paralympiques et l'origine des Jeux Paralympiques

☐ Une leçon ou une activité sur le Para sport, avec peut-être l'essai d'un Para sport

5. As-tu aimé participer aux activités "I'mPOSSIBLE" avec ta classe ? (sélectionne une réponse)



☐ Oui



☐ Non



☐ Je ne sais pas

6. As-tu appris des choses sur les Jeux Paralympiques, les valeurs Paralympiques ou les Para sports pendant ta leçon ou ton activité "I'mPOSSIBLE" ? (encercle une réponse)



☐ J'ai appris des choses



☐ Je n'ai rien appris



☐ Je ne sais pas

7. Depuis que tu as participé à "I'mPOSSIBLE", as-tu parlé des Jeux Paralympiques, des valeurs Paralympiques ou des Para sports avec tes amis ou ta famille ? (sélectionne toutes les réponses applicables)

☐ Oui, avec mes amis et/ou ma famille

☐ Non, je n'en ai pas parlé

8. Penses-tu que tout le monde, y compris les personnes avec un handicap, peut pratiquer un sport ? (sélectionne une réponse)

☐ Oui

☐ Non

☐ Je ne sais pas

9. Qu'as-tu le plus aimé dans les activités "I'mPOSSIBLE" ? (réponds ci-dessous)

10. Quelles sont les quatre valeurs Paralympiques ? (réponds ci-dessous)

11. Que sais-tu sur ce qui suit depuis que tu as participé aux activités "l'mPOSSIBLE" ? (sélectionne une réponse par ligne)

	J'ai des connaissances  Je n'ai aucune connaissance à ce sujet 					Je ne sais pas
	1	2	3	4	5	
a) Les histoires et les exploits des athlètes Paralympiques						
b) Comment pratiquer les Para sports						
c) Les valeurs Paralympiques						

12. Es-tu d'accord ou pas d'accord avec les affirmations suivantes ? (sélectionne une réponse par ligne)

	D'accord	Pas d'accord	Je ne sais pas
a) Je peux montrer les valeurs Paralympiques à travers mes propres actions dans ma vie de tous les jours.			
b) J'en sais davantage sur la façon de modifier les sports ou les jeux afin que tout le monde, y compris ceux avec un handicap, puissent participer.			
c) J'ai une attitude plus positive envers les personnes avec un handicap et m'intéresse davantage à ce qu'ils peuvent faire, et non à ce qu'ils ne peuvent pas faire.			
d) Je veux faire en sorte que tout le monde puisse pratiquer un sport et participer à des jeux et d'autres activités.			
e) Cela m'inspire de savoir que je peux, tout comme les Para athlètes, réussir des exploits qui semblent impossibles.			
f) J'ai maintenant plus d'assurance à tenter des choses que mes amis pensent difficile à réaliser.			
g) Il est important de persister dans ses actions et ne pas abandonner, même lorsque c'est difficile.			

13. Pour finir, as-tu des commentaires à ajouter sur ta participation à "l'mPOSSIBLE" ?

(Ecris tes commentaires dans le cadre ci-dessous. Tout commentaire déposé est susceptible d'être utilisé pour le matériel publicitaire, mais ton nom ne sera en aucun cas associé.)



Crédits photos

Manuel de l'enseignant

- Page 4 – Sir Ludwig Guttmann – IWAS, Stoke Mandeville – Christopher Payne
- Page 6 – NPC Colombia
- Page 9 – Getty Images
- Page 10 – 1940 Stoke Mandeville – Christopher Payne, 1944 Stoke Mandeville – Christopher Payne, 1949 Stoke Mandeville – Christopher Payne, 1952 Stoke Mandeville – Christopher Payne, 1960 Rome – INAIL
- Page 11 – Les Jeux Paralympiques 2000 à l'antenne – Getty Images, Les mascottes de Rio – Alex Ferro
- Page 15 – Christopher Payne
- Page 17 – Getty Images
- Page 21 – Getty Images
- Page 25 – Getty Images
- Page 26 – Getty Images
- Page 28 – Getty Images

Thème 1 Unité 1 : les Jeux Paralympiques. Qu'est-ce que c'est ? – plan de cours enseignant

- Toutes les images – Getty Images

Thème 1, Module 1 : Les Jeux Paralympiques passé et présent - présentation

- Diapositives 2, 3, 4, 5, 8, 14 – Christopher Payne
- Diapositives 6, 13 – Getty Images
- Diapositives 17, 18 – Marcus Hartmann
- Diapositives 7, 20 – PyeongChang 2018
- Diapositive 12 – Israel Press and Photo Agency
- Diapositive 14 – INAIL

Thème 1, Module 2 : Les valeurs Paralympiques – plan de cours enseignant

- Toutes les images – Getty Images

Thème 1, Module 2 : Les valeurs Paralympiques – feuille de travail élève

- Courage – Richard Kalocsai
- Détermination – Getty Images
- Inspiration – Getty Images
- Équité – Getty Images

Thème 2, Module 1 : Les Para sports : quels sont-ils et comment les pratique-t-on ? – plan de cours enseignant

- Inspiration – Getty Images

Thème 2, Module 1 : Les Para sports : quels sont-ils et comment les pratique-t-on ? – feuille d'information élève

- Équipe de rugby du Canada, championne du monde 2010 de rugby en fauteuil roulant – Kevin Bogetti-Smith
- Para hockey sur glace – Bill Wippert
- Para ski de fond – James Netz
- Para snowboard – Oriol Molas
- Toutes les autres images – Getty Images

Thème 2, Module 1 : Devinez le Para sport - présentation

- Toutes les images – Getty Images

Thème 2, Module 1 : Para sports – Cartes Associe le Para sport (activité complémentaire)

- Sir Ludwig Guttmann – IWAS
- Rio Mascot – Alex Ferro

- Para hockey sur glace (Rico Roman), Tennis de table (Yang Ge, Chine), Curling en fauteuil roulant, Curling en fauteuil roulant (Rune Lorentsen, Norvège), Tir à l'arc, Para ski alpin (Hiaku Misawa, Japon), Paraski alpin, Boccia (Maciel Sousa Santos, Brésil), Boccia, Volley-ball assis (Japon contre Pays-Bas), Volley-ball assis, Goalball (Canada contre Chine), Goalball, Basketball en fauteuil roulant (USA contre Royaume-Uni), Basketball en fauteuil roulant – Getty images

- Para hockey sur glace (Buffalo) – Bill Wippert

Thème 2, Module 2 : Jouons au Para sport du volley-ball assis - plan de cours enseignant

- Volley-ball assis – Getty Images

Thème 2, Module 2 : Jouons au Para sport du volley-ball assis - feuille d'information élève

- Toutes les images de volley-ball assis – Getty Images
- Wellington Platini Silva – NPC Brazil

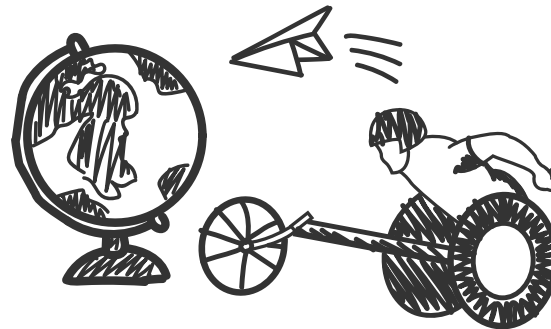
Thème 2, Module 3 : Jouons au Para sport du goalball – plan de cours enseignant

- Goalball – Getty Images

Thème 2, Module 3 : Jouons au Para sport du goalball – feuille d'information élève

- Toutes les images – Getty Images

Toutes les autres images sont la propriété de l'IPC.



I'mPOSSIBLE

Engaging young people with the Paralympic Movement