Projet de la Course pour tous, ou course à handicap.

Constat initial:

- 1- Certains élèves de l'établissement, en situation de handicap, seront dans l'impossibilité de courir ou marcher la distance de 2km du plus petit parcours proposé aux élèves lors du Parcours de l'Avenir 2017.
- 2- Ces élèves des classes ULIS sont peu nombreux et pas assez reconnus par leurs pairs, les autres élèves du collège, parce qu'ils ne partagent pas suffisamment d'activités ou de temps communs.
- 3- Nous pouvons faire des efforts pour que toute la communauté de l'établissement, élèves, professeurs, adultes, parents, créent davantage de liens avec ces élèves handicapés, afin qu'ils soient véritablement inclus.

Le principe de la course pour TOUS :

Les élèves en situation de handicap participent à une véritable course avec d'autres élèves valides qui ont été sensibilisés aux problématiques du handicap, et qui sont volontaires et sélectionnés pour courir une plus petite distance en binôme avec 1 non voyant/ 1 guide.

Le départ de cette course se fait en même temps et au même endroit que les Cm2 6e, sur la ligne loisir. Arrivé au rond point, la course classique part à gauche pour les 2 km, alors qu'eux entament les tours de rond point par la droite pendant 8 à 10 minutes, le temps que les premiers coureurs de la course classique reviennent. Ils franchissent donc la ligne d'arrivée quasiment en même temps que les gagnants de la course classique. On comptabilise le nombre de tours réalisés par binôme et aussi pour chaque élève d'ULIS.

L'ensemble des personnes disponibles au moment de cette course se rassemble au rond point pour encourager les participants.

Le travail en amont en EPS :

Un travail est fait en EPS pour développer les capacités des élèves à courir en binôme avec un élève ayant les yeux masqués.

Pour cela, nous proposons à nos élèves de réaliser des expériences sensorielles en s'exerçant les yeux fermés sur des situations habituelles (travail des déplacements en échauffement par exemple)

Nous cherchons à développer les repères internes et externes, l'utilisation d'autres sens qui deviennent prioritaires lorsque nous sommes privés de la vue.

Nous amenons aussi les élèves à travailler en binôme avec la sécurité de l'autre en responsabilité...

Ils doivent être à l'écoute mutuellement, « connectés » de différentes façons sans se voir (contact et mouvement des mains qui se touchent, écoute du rythme, message verbal court et clair, repères et mémorisation de ce qui fonctionne, image de la connexion « bluetooth » entre les 2...)

Ils doivent être capable de marcher, puis de courir, de faire des virages, de s'arrêter et repartir en binôme en courant de manière synchronisée, équilibrée, avec facilité.

Les 2 élèves se tiennent par la main, idéalement ils posent les pieds extérieurs puis intérieurs en même temps.

L'attitude de course est prioritaire sur la vitesse pour déterminer si l'élève est sélectionné pour réaliser la course avec ce handicap.

Les élèves doivent comprendre que ce n'est pas facile de courir avec un handicap.

Pour participer à La Course pour Tous il faut donc que les binômes soient sélectionnés, mais également qu'ils soient volontaires et renoncent à participer à la course classique s'ils sont en 6e.