



**DFD Dyspraxie France Dys**

15 rue La Bruyère 75009 Paris

## DYSPRAXIE ET LOISIRS

Quelles sont les particularités ?

Comment favoriser l'inclusion ?

Quelles conduites à tenir ?

PLAQUETTE DESTINÉE  
AUX PROFESSIONNELS DES LOISIRS  
(DIRECTEURS - ANIMATEURS)



## QU'EST-CE QUE LA DYSPRAXIE ?

La dyspraxie est un trouble cognitif spécifique, un Trouble de l'Acquisition de la Coordination (TAC). Certaines zones du cerveau dysfonctionnent (mauvaises connexions neuronales) et provoquent des difficultés autour du GESTE.

**Malgré un apprentissage régulier, les gestes ne s'enregistrent pas correctement dans le cerveau. Ils ne sont pas automatisés. Il est alors très difficile voire impossible de faire correctement deux choses à la fois si l'une n'est pas automatisée.**

L'intelligence de la personne est préservée.

Conséquences pour la personne dyspraxique :

- Chaque geste en cours d'acquisition doit être commandé de façon consciente, il faut se concentrer sur l'intensité musculaire et la programmation du geste, ce qui complique la motricité fine (mettre un bouton, écrire, tartiner sur une biscotte).
- Impossibilité de travailler en double tâche (dribbler en se déplaçant, écouter une consigne en jouant).
- Cela provoque de la lenteur et de la fatigue.

**Dans le cas d'une dyspraxie visuospatiale, les difficultés supplémentaires seront les suivantes :**

- Les repères dans l'espace.
- La distinction droite/gauche.
- La planification et mémorisation d'une tâche.

Ces troubles sont invisibles ou peu visibles mais bien réels. La dyspraxie provoque une situation de handicap lorsqu'elle est sévère.

Il est donc nécessaire d'adapter les situations d'accueil dans les structures de loisirs et de sport, ainsi que d'encourager la pratique sans juger la performance.

## ECHANGER AVEC LES PARENTS ET LES JEUNES

- Les enfants et les parents ont besoin d'être rassurés et l'échange amènera la confiance.
- Il faut donc tenir compte des difficultés expliquées au préalable.
- Il faut aussi s'appuyer sur les points forts (s'ils ne sont pas mis en avant : demander ce qui fonctionne bien).

## SENSIBILISER L'ÉQUIPE D'ENCADREMENT DE LA STRUCTURE

- Visionner les PowerPoint « Formation dyspraxie et loisirs ([www.dyspraxies.fr](http://www.dyspraxies.fr) - rubrique Loisirs) ».
- Présenter les difficultés spécifiques du jeune, ainsi que ses points forts.

## FAIRE COMPRENDRE AUX AUTRES JEUNES

- Présenter les difficultés aux autres jeunes (si accord de l'intéressé).
- Mettre en situation la non automatisation des gestes puis la double-tâche (ex : dessiner puis écrire sous la dictée avec la main non dominante)

## CE QUE LES PROFESSIONNELS DES LOISIRS DOIVENT SAVOIR

- Il ne s'agit pas de systématiser mais de proposer des adaptations en fonction des observations et des besoins.
- La dyspraxie, handicap invisible au premier abord, demande encore plus d'attention et de bienveillance pour réussir l'inclusion.
- Les personnes dyspraxiques ont besoin de temps, de reformulations des consignes et de compréhension de leurs troubles.

## TENIR COMPTE DES DIFFICULTES LORS DES ACTIVITES MANUELLES OU ARTISTIQUES

Si la réalisation d'activités manuelles ou artistiques (dessin, peinture, fabrication d'objets, etc.) est difficile

- Réaliser l'activité en binôme : le jeune fait ce qu'il peut faire.
- Le jeune peut donner des idées pour ce qui est trop difficile manuellement.
- Le laisser essayer s'il le souhaite, sans être exigeant, ni moqueur.
- Toujours encourager les progrès.

Si jouer d'un instrument (piano, guitare, etc.) est difficile

- Favoriser les instruments rythmiques (percussions) ou l'accompagnement vocal.

## TENIR COMPTE DES DIFFICULTES LORS DES ACTIVITES SPORTIVES

Si les troubles de la coordination sont importants

- Eviter les sports de balles (football, basket, tennis, tennis de table, etc.), sauf si le jeune a envie d'essayer.
- Favoriser des sports faisant moins appel à la coordination (sarcobacane, course).
- Encourager les progrès en natation, ski... sans être trop exigeant, mais en étant davantage attentif à la sécurité.

## TENIR COMPTE DES DIFFICULTES LORS DES ACTIVITES A L'EXTERIEUR

Si les repères dans l'espace sont difficiles

- Etre attentif au risque de se perdre lors des activités de pleine nature.
- Etre attentif à la mauvaise appréhension des distances, des dénivelés, des marches.

## TENIR COMPTE DES DIFFICULTES LORS DES ACTIVITES DE LA VIE QUOTIDIENNE

(susceptible de varier fortement d'un enfant à l'autre)

Si se repérer dans un lieu méconnu est difficile

- Prendre le temps de visiter les locaux avec le jeune.
- Eventuellement, mettre en place une signalétique (couleur sur les portes des salles importantes, peinture blanche au bout des marches d'escalier).
- Mettre en place un système de tutorat pour regagner les lieux collectifs.

Si l'habillage est difficile (à la piscine, en colonie, etc.)

- Aider le jeune dans des situations où l'habillage doit être rapide : envers/endroit, gauche/droite, lacets, etc.

Si la toilette est difficile (douche, brossage des dents, etc.)

- Aider le jeune à diriger la douche (pour éviter les inondations), à faire son shampoing, à se brosser les dents, etc.

Si la prise des repas est difficile (couper la viande, éplucher un fruit, etc.)

- Aider le jeune afin de ne pas le mettre en difficultés devant les autres.

Si des troubles de l'attention sont associés

- Laisser des moments où le jeune peut se défouler (le laisser se lever et marcher si hyper activité par ex).
- Veiller à ce que l'animateur aide le jeune à se recentrer sur l'activité.

## FAVORISER LES ACTIVITES QUE LE JEUNE AFFECTIONNE ET REUSSIT

Un échange préalable avec les parents et le jeune permettra de savoir ce qui plait et ce qui fonctionne.

Quelques idées

- Activités autour du théâtre, du chant : une fois le texte appris, il est en général bien retenu et le jeune peut exceller dans ce genre d'activités. Il peut prendre beaucoup de plaisir à improviser.
- Activités autour des histoires : Les plus jeunes affectionnent particulièrement l'écoute des histoires ou des livres sachant que pour certains, la lecture est fatigante (le regard se perd dans les lignes).
- Activités avec les animaux : Equitation (aide pour installer, monter), s'occuper des animaux.

## PRÊTER UNE ATTENTION PARTICULIERE AUX ADOLESCENTS

- Certains jeunes ont beaucoup compensé à la maison et à l'école pour donner le change, puis s'écroulent.
- Il est donc primordial que le temps de loisirs ou de sport ne soit pas encore un temps où le jeune doit s'accrocher coûte que coûte.
- La notion d'estime de soi peut et doit passer par ces étapes de construction individuelle que sont les loisirs et le sport.