



Intégration d'un Enfant Infirme Moteur Cérébral dans un cours de Karaté

I) INTRODUCTION

Cette aventure a débuté un jour par un coup de téléphone :

« Bonjour Monsieur, je suis la grand-mère d'un petit garçon de 10 ans qui rêve de faire du karaté. Son problème est qu'il est infirme moteur cérébral et se déplace en fauteuil... »

Embarrassé par cette demande à laquelle je ne sais répondre techniquement, je demande à cette grand-mère, hors du commun, de me contacter quelques mois plus tard. J'engage alors un travail avec Fatah Sebbak, Karatéka en fauteuil roulant. Cela me permet de découvrir « les clés » de l'adaptation de la pratique martiale.

En septembre 2004, l'enfant ayant renouvelé sa requête, je rencontre les parents. Devant leurs hésitations, et pour les rassurer, je leur fais état de mon activité professionnelle de Psychomotricien – Instructeur de locomotion auprès de personnes aveugles. Après un rapprochement avec l'équipe médicale qui prenait en charge l'enfant, celui-ci suivit avec succès plusieurs cours d'essai et intégra le club début novembre 2004. Il avait 10 ans et 4 mois.

Il était en effet important de proposer une approche à minima structurée pour inscrire Pierre dans un cours d'apprentissage de Karaté et non dans une sorte « d'occupation ludique ».

II) L'EVALUATION

La 1^{ère} étape de cette démarche a été d'évaluer le potentiel de Pierre.

L'infirmité motrice cérébrale touche les fonctions neuro motrices. Elle entraîne des difficultés de coordination, de dissociation motrice mais aussi de diffusion tonique. Les mouvements manquent de précision, de vitesse et de contrôle au niveau de la puissance.

Pierre est arrivé pour son premier cours, en individuel, avec un certificat médical de pratique de Karaté, hors compétition. Un médecin avait donc osé.

Je lui ai proposé des situations basiques de Karaté pour évaluer ses fonctions motrices, son attitude psychologique face à la nouveauté et ses capacités d'adaptation. Ayant pris contact avec sa kinésithérapeute, la décision est prise d'engager la démarche d'intégration dans le club.



III) PREPARATION DE L'INTEGRATION DANS LE CLUB

Avant d'intégrer Pierre dans le club, décision est prise d'informer les élèves et leurs parents de la démarche.

J'ai présenté le projet en rassurant les élèves. Un bon nombre connaissait Pierre et se réjouissait, tout en étant étonné, voire sceptique, au niveau technique, « comment allons-nous faire ? ».

Les notions de recherche, d'échange et de partage ont été expliquées.

En ce qui concerne les parents d'élèves, ils adhéraient au projet qui les rassurait sur la capacité du club à répondre aux spécificités des pratiquants.

Les conditions étaient donc des plus favorables pour intégrer Pierre.

IV) L'INTEGRATION DE PIERRE

Les points forts ont été :

- Recherche avec Pierre, et les autres élèves, des adaptations à mettre en place.
- Explications à l'ensemble des élèves des adaptations définies.
- Démonstrations devant l'ensemble des élèves.
- Mise en place de passages de grade kyu spécifiques en conservant le même nombre d'unités de valeur que pour les autres élèves car le grade ne doit pas être « bradé ». Un passage de ceinture a même été refusé pour manque de concentration.
- L'idée de base est de chercher ensemble les adaptations, étant entendu que l'on peut faire « fausse route » et être amené à « changer de direction ».

A) LES ASPECTS ET PRINCIPES TECHNIQUES

- Respect de l'idée, du concept du mouvement ou du Kata.
Exemple = le mae geri est remplacé par ago tsuki.
Exemple = pour les adaptations des katas, le bunkai reste le point central autour duquel on adapte celui-ci.
- Respect du concept de l'efficacité :
Le potentiel de Pierre est différent à droite et à gauche. Bunkai de kata, kumité peuvent être différents à droite et à gauche. Les choix techniques sont établis en fonction de l'efficacité.
- Respect de l'intégrité physique et psychologique de Pierre :
Préserver sa santé et son équilibre psychologique reste un des principes fondamentaux

Il est très important d'éviter l'échec ; il est nécessaire d'adapter en permanence le niveau d'exigence en fonction des potentiels existants ou à développer.

Nous avons d'ailleurs établi une « règle » :

À partir de l'instant où Pierre a réalisé une technique avec une bonne précision et puissance, celle-ci lui sera demandée avec les mêmes critères.

Cette règle acceptée doit bien évidemment tenir compte de l'état physique et psychologique du moment.

Le programme technique tourne autour de 3 axes,

- Karaté do = technique de base
- Karaté jitsu = self défense à partir de saisie ; le fauteuil peut d'ailleurs être utilisé comme arme.
- Kobu jitsu = avec arme courte comme le tambo (bâton court). L'arme permet ici de découpler efficacité et de gagner en distance.

B) PARTAGE TECHNIQUE AVEC LES AUTRES ELEVES

Les échanges avec les autres élèves sont d'une grande richesse. Certains d'ailleurs n'hésitent pas à se mettre en fauteuil roulant pour découvrir de nouvelles sensations leur permettant de mieux comprendre ce que vit Pierre. Aucun élève n'est « forcé » : Il faut respecter le choix des élèves.

Le « gain » pour les autres pratiquants se situe à la fois au niveau humain mais aussi au niveau technique.

Gain humain :

La découverte qu'une personne handicapée est avant tout une personne qui ne se réduit pas à son handicap. Le handicap fait peur aussi, nous devons respecter les « défenses » de chacun ; des enfants comme des adultes.

Les échanges font tomber bien souvent cette peur permettant ainsi la découverte de l'autre, dans sa différence.

Cela permet au pratiquant d'engager une réflexion sur l'adaptation de sa pratique avec le respect des fondamentaux des Arts Martiaux.

Gain Technique :

Adapter sans dénaturer, c'est le challenge qui motive non seulement les professeurs et leurs assistants mais aussi les élèves. Recherche, adaptation, respect des principes de base et de la personne sont des facteurs qui intéressent certains pratiquants qui peuvent aller jusqu'à rivaliser entre eux pour travailler avec Pierre.

C) L'ASPECT MATERIEL

1/ Le fauteuil roulant :

Pendant 2 ans ½, Pierre a suivi les cours avec son fauteuil roulant de ville. Celui-ci, trop lourd, n'était pas adapté à la pratique du Karaté.

Après de nombreuses recherches et prises de conseils auprès de spécialistes et personnes handicapées, nous avons pu essayer des fauteuils « en condition réelle » sur le tapis.

Nous tenons à remercier une nouvelle fois le Pool Fauteuils de la Fondation Garches pour sa collaboration active. Notre choix s'est finalement porté sur un fauteuil Kuschall K4, fauteuil roulant manuel multisport.

Ce fauteuil a un système de réglage de l'assise indépendant de celui des roues et nous lui avons ajouté un vario-axe permettant d'adapter le carrossage des roues arrière sans outil. Il est donc possible d'adapter au mieux la position de l'utilisateur en fonction de sa corpulence.

Un montage financier avec de multiples partenaires (l'association Handibubo, le Club de Jouy en Josas, la ligue de Karaté des Yvelines 78, la DDJS 78, le comité Handisport 78, le Lyon's Club) nous a permis de récolter la somme nécessaire à l'achat de ce matériel qui nous donne satisfaction.

Cette démarche a nécessité plus de temps pour définir le modèle de fauteuil que pour trouver le financement. Le fauteuil appartient au Club et n'est pas lié spécifiquement à une personne.

2/ Le dojo (type de sol)

Les cours se déroulent quotidiennement sur un sol constitué de tapis de judo. Malgré le changement de fauteuil, le sol du dojo ne permet pas un déplacement rapide aussi bien en ligne droite qu'en rotation. L'entraînement y est possible mais malheureusement limité dans l'approche de certaines situations (combat, self défense par exemple).

C'est pourquoi, lors de la mise en place du cours spécifique pour les personnes en fauteuil roulant, nous avons demandé l'autorisation d'utiliser une salle de danse ayant un parquet au sol.

Ainsi, l'entraînement de Pierre est différent techniquement lors du cours valide (« surface « molle ») et pendant le cours spécifique (« sol dur »). Ainsi, nous abordons les randoris, uniquement sur surface dure.



V) EVALUATION DES QUATRES ANNEES DE PRATIQUE

Pierre a bien évolué sur 4 ans. Des vidéos ont été réalisées permettant d'évaluer l'évolution de sa pratique.

A) SUR LE PLAN TECHNIQUE

- L'apprentissage des katas et de leur bunkai a été mis en place.
- Les techniques de base se sont précisées.
- Les kumités à main nue ont été de plus en plus efficaces et précis.
- Les difficultés de motricité fine et la différence de préemption entre les deux mains limitent l'utilisation plus approfondie du tambo. Nous allons faire des essais avec les tonfas pour évaluer l'apport de ce type d'arme. Il nous paraît en effet intéressant de mettre en place l'emploi d'armes traditionnelles japonaises pour améliorer l'efficacité des techniques de self-défense proposées à Pierre.
- Nous allons aborder le kumité « libre » avec des gants de boxe pour protéger les doigts de Pierre, car il ne peut toujours pas tous les plier de façon constante.
- Pierre a réussi sa ceinture orange verte et poursuit sa progression avec un programme qui suit son évolution, tout en conservant la rigueur de la pratique martiale.

B) SUR LE PLAN PSYCHOLOGIQUE

Pierre a gagné en assurance et se valorise en participant comme ses collègues du même âge au cours adultes « classique ».

Une section spécifique pour les Personnes Handicapées Motrices ayant été créée, Pierre s'y entraîne en ayant un rôle d'assistant. Lors de la mise en place de ce cours Pierre était d'ailleurs inquiet, craignant qu'on lui retire l'accès au cours classique, ce que nous n'avons jamais envisagé de faire.

Pierre participe aux deux types de cours avec un rôle et une pratique différente. Dans la section Handi Karaté, il travaille avec un autre pratiquant, lui aussi en fauteuil roulant.

Ces deux types de cours présentent des mises en situations différentes qui se complètent et répondent aux besoins de Pierre.



VI) CONCLUSION

Pour le club, l'intégration de Pierre est une démarche extrêmement positive.

Pour Pierre, mais aussi pour les assistants, élèves, et enseignant, cette voie est riche d'enseignements et de recherches.

Chaque Personne Handicapée étant unique, les adaptations restent en partie individuelles, il faut donc rester prudent sur une modélisation d'adaptation trop fermée. Ce qui est adapté pour un Karatéka handicapé ne l'est pas forcément pour un autre. Malgré tout, on peut définir des principes d'adaptations techniques par catégorie de handicap.

Grâce à l'intégration de Pierre, les professeurs comme les élèves ont pu apprendre à mettre en place une démarche qui respecte à la fois la Personne Handicapée et la pratique Martiale. Nous sommes au début de l'intégration des personnes handicapées dans les clubs de Karaté. Des échanges d'expériences devront nous permettre d'améliorer notre compétence dans cette voie.



Philippe AYMOND

psychomotricien enseignant karaté

en collaboration avec

Marie-Pierre LAMARRE

Mère de Pierre

Présidente du club de Jouy-en-Josas