

Université de Sherbrooke

**L'élaboration d'un atelier afin de promouvoir l'activité physique chez les jeunes ayant  
une déficience visuelle et leur famille**

Par  
Stéphanie Desjardins  
Programme de Maîtrise professionnelle en pratiques de la réadaptation

Essai présenté à la Faculté de médecine et des sciences de la santé  
en vue de l'obtention du grade de maître en pratiques de la réadaptation (M. Réad.)

Maîtrise en pratiques de la réadaptation

Longueuil, Québec, Canada  
Juin 2020

Membres du jury d'évaluation  
France Beauregard, Département d'Éducation, Université de Sherbrooke  
Chantal Sylvain, Programme de maîtrise professionnelle en pratiques de la réadaptation

© Stéphanie Desjardins, 2020

## RÉSUMÉ

**Problématique :** Les enfants ayant une déficience visuelle (DV) sont peu exposés aux activités physiques et ce, dès leur jeune âge. Ceci a comme conséquence que les jeunes ayant une DV ont des habiletés motrices inférieures et sont en moins bonne forme physique si nous les comparons à leurs pairs voyants. On retrouve différents types d'obstacles (personnel, social, environnemental, politique\programme) qui influencent la participation aux activités physiques chez ces jeunes. Au centre de réadaptation Lethbridge-Layton-Mackay (CRLLM), les interventions offertes adressent principalement les obstacles personnels et ceci semble insuffisant afin de promouvoir la pratique de l'activité physique (AP) chez cette clientèle.

**But :** L'objectif de cet essai est d'explorer la portée d'un atelier sur les perceptions des parents sur les obstacles à la participation aux AP des enfants ayant une DV. Afin d'atteindre cet objectif, trois sous objectifs ont été déterminés: identifier les obstacles et les facilitateurs à l'AP chez les enfants ayant une DV et leurs parents, développer un atelier afin de promouvoir l'AP chez cette clientèle en favorisant la participation des parents et construire des outils de collecte de données permettant d'explorer la portée de cet atelier sur les obstacles à la participation aux AP chez ces enfants.

**Méthodes :** Une méthode mixte a été utilisée pour réaliser ce projet d'innovation. Premièrement, une recension des écrits a été effectuée afin d'identifier les obstacles à la pratique d'AP. Puis, un groupe de travail du CRLLM a développé un atelier en s'inspirant d'un programme provenant des États-Unis (Columna, 2017). Finalement, trois outils de collecte de données (grille d'observation, groupe de discussion, questionnaire en ligne) ont été élaborés afin de permettre d'explorer la portée de l'atelier sur les perceptions des parents sur les obstacles à la participation aux AP chez ces enfants.

**Résultats :** L'objectif général de ce projet d'innovation a été partiellement atteint. Ce projet d'innovation a permis d'identifier les obstacles à la pratique de l'AP chez les jeunes ayant une DV et ainsi développer un atelier adressant trois des obstacles jugés prioritaires par un groupe de travail du CRLLM. Les trois outils de collecte de données seront présentés. Ceux-ci n'ont pu être testés car l'atelier n'a pas pu être animé en raison de la pandémie COVID-19. Par contre, les diverses activités éducatives élaborées ainsi que les outils de collecte de données ont été regroupées dans un cartable.

**Conclusion :** La pratique régulière d'activité physique procure plusieurs bienfaits au plan physique, cognitif et psychologique chez les enfants et les jeunes. Il semblerait donc important que ce sujet soit abordé au CRLLM. Ce projet d'innovation a permis d'élaborer un atelier adressant certains obstacles à la pratique de l'AP chez les enfants et les jeunes ayant une déficience visuelle. Espérons que cet atelier puisse être animé prochainement au CRLLM.

**Mots-clés :** Déficience visuelle, activité physique, sport, obstacles, facilitateurs, enfant