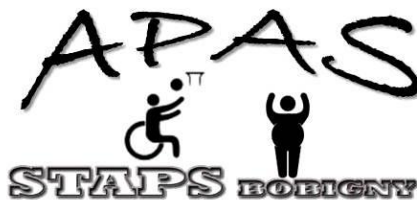


APA et AVC de l'enfant

STAPS de Bobigny, filière APA-S
UFR SMBH – Université Paris 13 – Sorbonne Paris Cité
Laboratoire Motricité Interaction Performance (EA 4334)



Alexandra Landry Lemaire, PhD, PRAG

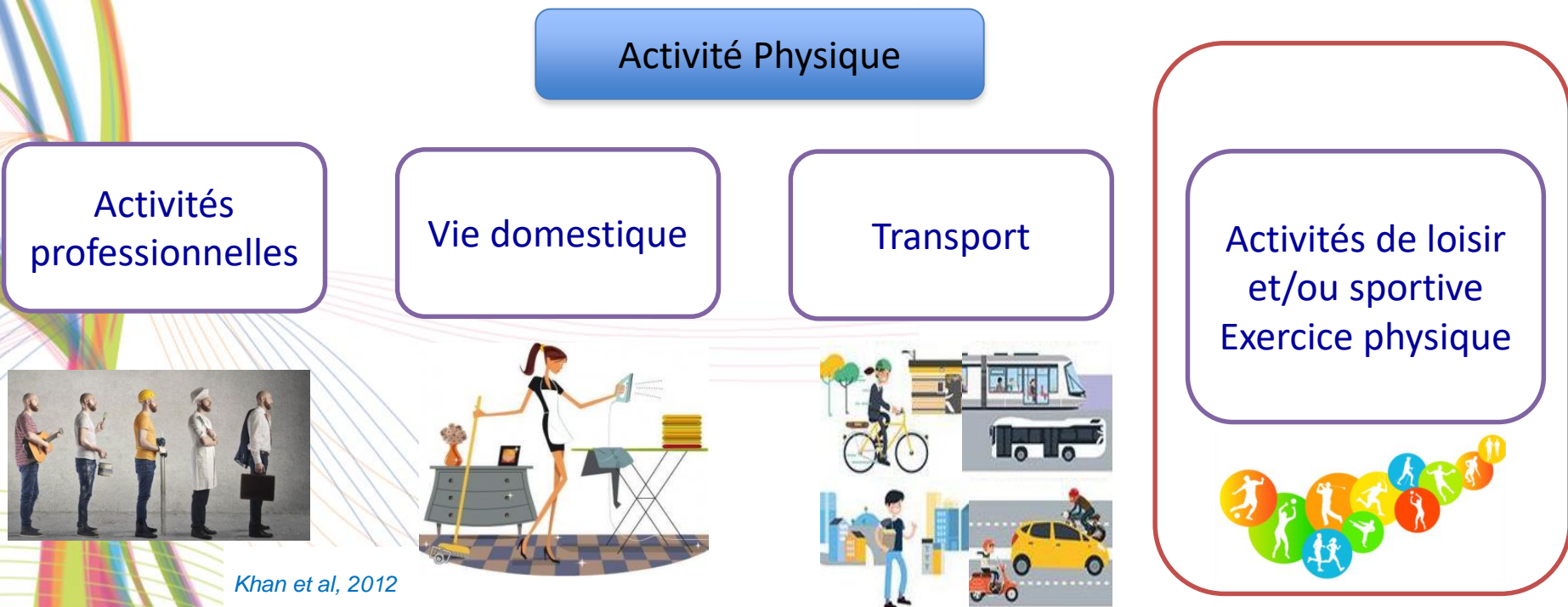
www.mip.univ-nantes.fr



Qu'est ce que l'activité physique?

« Tout mouvement corporel, produit par la contraction des muscles squelettiques entraînant une augmentation de la **dépense énergétique** »

Caspersen et al, 1985



Qu'est ce que l'activité physique?

Activité Physique

Tout mouvement musculo-squelettique ayant pour conséquence une dépense d'énergie

Sport

Activités compétitives règlementairement structurées

Activité physique adaptée

Ensemble des APS à des fins de prévention IIR IIIr, de réhabilitation, rééducation, éducation, insertions sociale



Activités Physiques Adaptées

(Powell et Christenson, 1985)
(Ninot et Partyka, 2007)
Activité physique : effets et contexte sur la santé, INSERM, 2008

Qu'est ce que l'activité physique ?

**Inactivité
physique**

Manque d'AP au
moins modérée



Deux facteurs de risque
liés à la santé mais
indépendants

**Comportement
sédentaire**

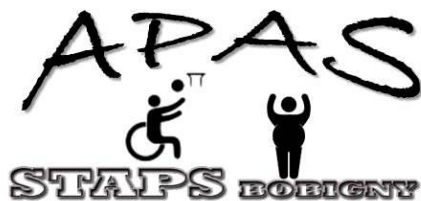
Situation d'éveil
proche de la dépense
énergétique de repos



Chevance, Foucaut, Bernard, 2016

APA et AVC de l'enfant

Intérêt en phase aigüe



PÔLE DE RECHERCHE ET D'ENSEIGNEMENT SUPÉRIEUR

Alexandra Lemaire, PhD, PRAG

www.mip.univ-nantes.fr



Intérêt de l'activité physique

En phase aigüe

Intérêt de l'APA chez les enfants

Constitution d'un programme moteur de base
Acquisition d'un bagage d'habiletés motrices

Développement de la coordination motrice
Dépense énergétique importante

- Importance de la quantité et de la qualité des sollicitations neuromotrices
- Nécessité d'avoir une variété d'apprentissages moteurs
- Pratique de nombreuses AP pour un développement harmonieux



McArdle W.D., Katch F.,
Katch V. : Physiologie de
l'activité physique :
énergie, nutrition et
performance, Éditions
Vigot (3e éd.), Paris,
1987 ; 510 -14

Intérêt de l'activité physique

En phase aigüe

Intérêt de l'AP chez les enfants

Difficultés de mobilisation d'un membre (supérieur et/ou inférieur)



Utilisation excessive du membre non parétique



-Renforcement du caractère pathologie du mouvement
- Possible non inclusion du membre parétique dans le schéma moteur de l'enfant

Charles J, Gordon AM. Development of hand-arm bimanual intensive training (HABIT) for improving bimanual coordination in children with hemiplegic cerebral palsy. Dev Med Child Neurol 2006;48:931-6.

APA

Tâches utilisant les deux mains

Jeux et AP



Intérêt de l'activité physique

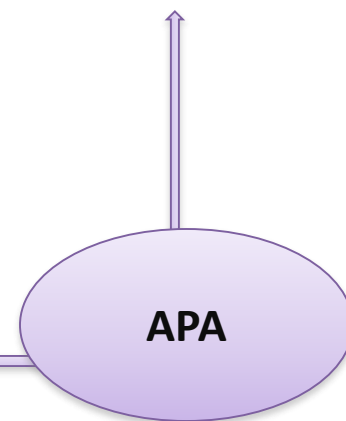
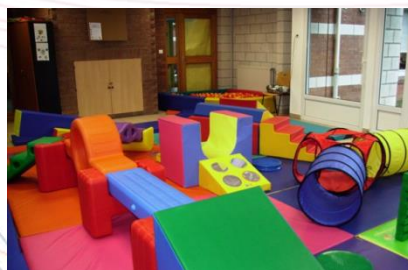
En phase aigüe

Favoriser la réalisation de mouvements fonctionnels et la motricité spontanée de l'enfant

Travail général de posture : maintenir une posture pour pratiquer une AP



Développement de la motricité



Milieu stimulant

Intérêt de l'activité physique

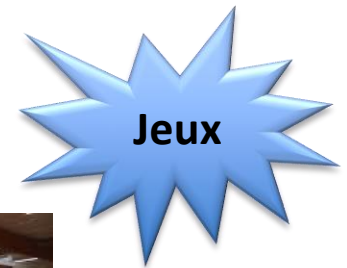
En phase aigüe

Favoriser la réalisation de mouvements fonctionnels et la motricité spontanée de l'enfant

Faiblesse de la fonction motrice



**Coordination
Tâche Anticipation coïncidence
Schéma corporel**



Intérêt de l'activité physique

En phase aigüe

Favoriser la réalisation de mouvements fonctionnels et la motricité spontanée de l'enfant

Proposer des situations sensorielles variées
Stimulation sensitive précoce



Intérêt de l'activité physique

En phase aigüe

Intérêt dans la plasticité cérébrale



Activité physique

Protection contre les lésions
cérébrales

Favorise la récupération des
performances comportementales
et/ou motrices

AP augmente la production de
BDNF : amplification du potentiel
d'innervation des motoneurones
et rôle dans la plasticité de la
synapse neuromusculaire

INSERM Dossier de presse Paris, le 1er avril 2008

Intérêt de l'activité physique**En phase aigüe****Intérêt dans la cognition spatiale**

Lien fort entre les processus attentionnels spécifiques et l'AP

**Activité physique**

Amélioration des processus attentionnels

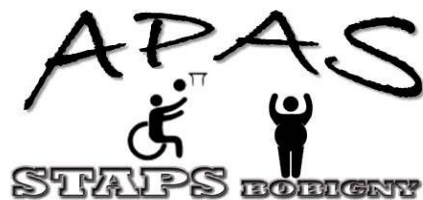
**Intérêt dans la mentalisation de tâche motrice**

Mentalisation de la séquence motrice et observer quelqu'un réaliser la tâche : impact + dans l'activation des zones cérébrales

**Tâches de groupe**

APA et AVC de l'enfant

Intérêt en phase chronique



PÔLE DE RECHERCHE ET D'ENSEIGNEMENT SUPÉRIEUR

Alexandra Lemaire, PhD, PRAG

www.mip.univ-nantes.fr



Intérêt de l'activité physique

En phase chronique

Intérêt de l'activité physique?

Exercice physique

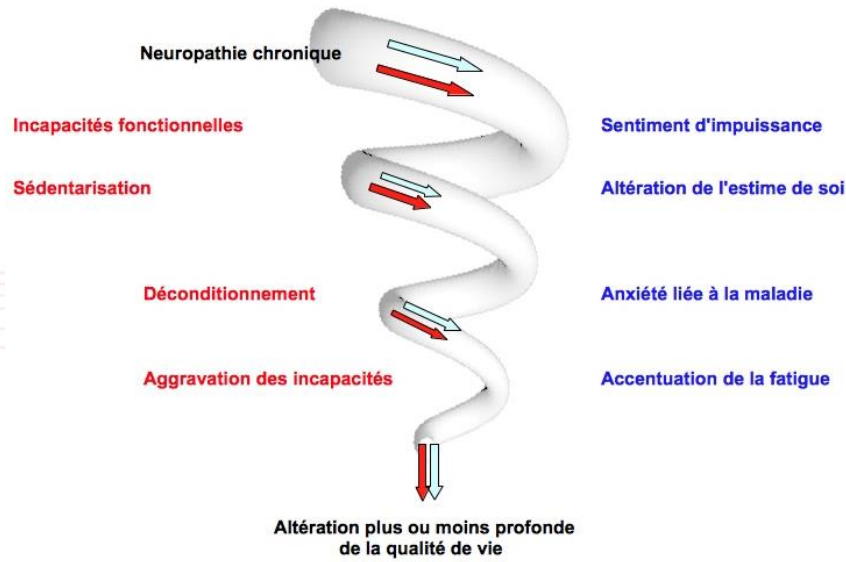
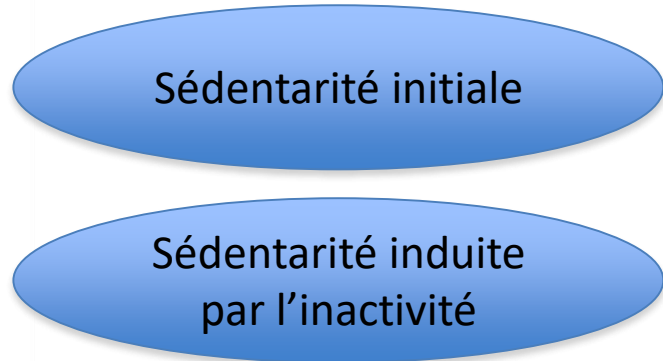


Crainte du fait de sa nocivité supposée



Réduction ou arrêt de l'AP

Intérêt de l'APA pour lutter contre la fatigue



Actualités en
Médecine Physique
et de Réadaptation
- 01 - Janvier -
février - mars 2015

Intérêt de l'activité physique**En phase chronique**

Bénéfices sur l'appareil musculo-squelettique



Croissance : rôle important de l'AP dans l'acquisition du capital osseux

- Plus la pratique est précoce, plus l'influence sur le capital osseux est importante
- Plus les contraintes mécaniques varient et s'éloignent des contraintes habituelles de la marche ou de la course, plus la formation de l'os est amplifiée
- Intérêt d'une pratique sportive adaptée multi-activités



INSERM Dossier de presse Paris, le 1er avril 2008

Intérêt de l'activité physique**En phase chronique****Intérêt pour le système cardiovasculaire****Activité physique**

Amélioration du profil lipidique

Diminution de la pression artérielle

Action sur la coagulation

Action sur la physiologie de la paroi
des vaisseauxRéduction de la
morbidité et de la
mortalité cardiaque

INSERM Dossier de presse Paris, le 1er avril 2008

Intérêt de l'activité physique**En phase chronique****Intérêt pour le système cardiovasculaire****Activité physique**Prévention des maladies
cardiovasculaires

Limitation des conséquences

- Coronopathie
- Insuffisance cardiaque chronique
- Artériopathie des membres inférieurs

INSERM Dossier de presse Paris, le 1er avril 2008

Intérêt de l'activité physique

En phase chronique

Intérêt dans le cadre de la prévention de l'obésité et du diabète de type 2



Activité physique

Amélioration des comorbidités de l'obésité

Objectif prioritaire dans la lutte contre le diabète de type 2

Contrôle de la surcharge pondérale

Augmentation de la masse maigre
Diminution de la masse grasse

Réduction de l'adiposité abdominale

Diminution du risque de diabète de type 2

INSERM Dossier de presse Paris, le 1er avril 2008

APA et AVC de l'enfant

Spécificités de l'APA sur le Concept de Santé



PÔLE DE RECHERCHE ET D'ENSEIGNEMENT SUPÉRIEUR

Alexandra Lemaire, PhD, PRAG

www.mip.univ-nantes.fr



Intérêt de l'AP

Qualité de vie

Santé : « pleine jouissance du bien-être social, mental et physique » (OMS)



Bien être

État psychologique en constante évolution et en construction tout au long de la vie

Bien être émotionnel

- Trait/Etat d'anxiété
- Stress
- Tension
- Trait/Etat dépression
- Angoisse
- Confusion
- Energie

Perceptions de soi

- Compétences
- Estime globale de soi
- Image du corps
- Perception de sa compétence physique
- Perception et maîtrise de soi
- Attribution causale des succès/échecs

Bien être physique

- Douleur
- Perception des troubles somatiques
- Etat de santé

Bien être perçu

- Qualité de vie
- Bien être subjectif
- Sens à sa vie

La pratique régulière d'activités physiques d'intensité modérée contribue au bien-être et à la qualité de vie

Intérêt de l'AP

Qualité de vie

« Perception qu'un individu a de sa place dans la vie, dans le contexte de la culture, et du système de valeurs dans lequel il vit, en relation avec ses objectifs, ses attentes, ses normes et ses inquiétudes »

- Amélioration de la qualité de vie en pratiquant de l'exercice physique en phase de rééducation et de réadaptation
- Expériences affectives positives par l'intégration au groupe ou regard positif de l'autre
- Baisse du niveau de stress
- Satisfaction par rapport au corps
- Satisfaction par la participation active à la vie sociale

Intérêt de l'activité physique

Intégration sociale

APSA collectives favorisent les processus de socialisation

- Intériorisation des normes et des valeurs de sa société et de son milieu
- Acquérir, expérimenter et mettre en œuvre différentes compétences et intelligences sociales
- Former un acteur social relativement autonome

➤ **Barrières en classe et dans le club**
Réalisation d'« exploits sportifs »

Utilisation d'APSA collectives :
sports co, acrosport, cirque...

Multiplication des rôles

Respect de chacun

Valorisation des compétences
et échanges de compétences

Relais école : APA-EPS
Relations avec associations

Intérêt de l'AP

Le plaisir

Des expériences agréables au cours de l'AP peuvent avoir un double effet positif

- Le plaisir stimule une participation continue
- Le plaisir comme un résultat psychologique positif



Le plaisir serait plus intense lorsque les capacités personnelles sont mises à l'épreuve de façon optimale, ceci en relation étroite avec la motivation intrinsèque et le contrôle personnel

Plaisir lié à :

- La santé, la forme physique
- Le changement par rapport au travail scolaire normal / la rééducation



Intérêt de l'AP**Le plaisir****Le plaisir lors de la pratique dépend de plusieurs facteurs**

- But d'accomplissement visant à l'amélioration personnelle et contrôle de la tâche
- Tâche liée à l'effort et à la coopération
- Climat de maîtrise plutôt que de compétition

Pas de plaisir lié au succès en terme de démonstration de supériorité sur autrui ou de victoire

Nécessité de ressentir du plaisir pour continuer à pratiquer dans la vie future

Activité physique

Amusement
Excitation
Développement des habiletés

Intérêt de l'AP

Estime de soi

Jugement global qu'une personne a d'elle même

- Estime de soi chez les enfants pratiquant une AP > enfants qui n'en pratiquent pas
- Tendance encore plus marquée chez les enfants en situation de handicap
- Toutes les modalités ont un effet (expression corporelle, entraînement sportif...)

Dépend de nombreux facteurs
(sociaux, familiaux, professionnels)

Estime de soi globale influencée
par le soi physique



Structure factorielle de l'estime de soi en lien avec l'AP

Compétence sportive
Condition physique
Apparence physique
Force perçue

Intérêt de l'AP

Estime de soi

Trois axes principaux pour que ça fonctionne

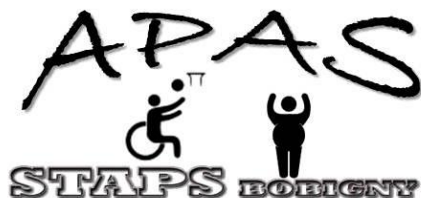
- Instaurer un climat susceptible de promouvoir un sentiment de compétence des enfants en insistant sur la participation plutôt que sur les résultats concrets dépendant de l'aptitude physique
- Informer les enfants sur l'importance de de la forme physique et de l'utilité de l'AP dans une visée de santé (ETP) plutôt que de performance
- Mesures de rattrapages puisque l'efficacité est d'autant plus grande que l'estime de soi des enfants est basse



Nécessité d'un
personnel formé : EAPA

APA et AVC de l'enfant

Education Physique et Sportive



PÔLE DE RECHERCHE ET D'ENSEIGNEMENT SUPÉRIEUR

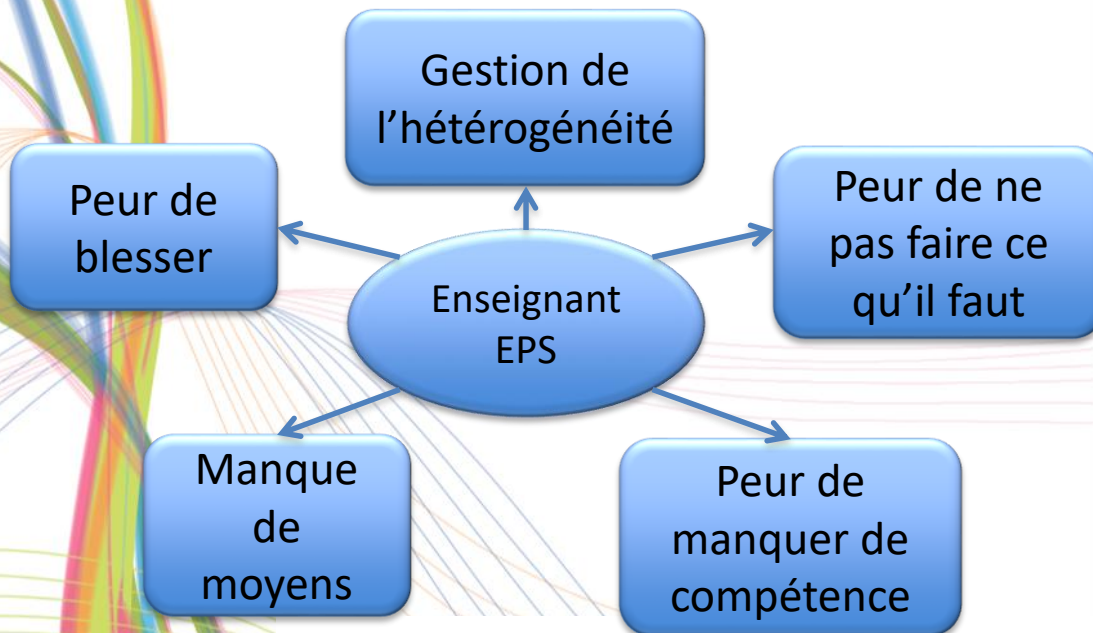
Alexandra Lemaire, PhD, PRAG

www.mip.univ-nantes.fr



Croyances encore ancrées : les enfants en situation de handicap ne devraient pas participer aux activités sportives et aux sports d'équipe

Aujourd'hui : beaucoup de dispenses d'EPS



Réticences de la part de la famille

- Pas de d'EPS de l'année
- Elève spectateur
- CMS



Pas/peu de pratique motrice

Certificat médical**Education Physique et Sportive**

CERTIFICAT MÉDICAL D'INAPTITUDE A LA PRATIQUE

DE L'ÉDUCATION PHYSIQUE ET SPORTIVE

Je soussigné, docteur en médecine :

certifie avoir, en application du décret no 88-977 du 11 octobre 1988, examiné l'élève
(nom, prénom).....né(e)
le..... et constaté, ce jour, que son état de santé entraîne :

UNE INAPTITUDE PARTIELLE duau.....

Pour permettre une adaptation de l'enseignement aux possibilités de l'élève, préciser
en termes d'incapacités fonctionnelles si l'inaptitude est liée :

A des types de mouvements (amplitude, vitesse, charge, posture...);

A des types d'effort (musculaire, cardio-vasculaire, respiratoire...);

A la capacité à l'effort (intensité, durée...);

A des situations d'exercice et d'environnement (travail en hauteur, milieu aquatique,
conditions atmosphériques...), etc.

UNE INAPTITUDE TOTALE duau.....

*Date, signature et cachet**du médecin.*

Certificat médical proposé dans l'arrêté du 13/09/89 BO no 38

**Remplacer la notion de dispense par celle
d'inaptitude totale ou partielle****Formulation des contre indications en
termes d'incapacités fonctionnelles et non
plus d'AP interdites**

- Types mouvements
- Type d'effort
- Situation d'exercice
- Situations d'environnement

**Critères permettant de déterminer le
champ d'activité possible**

- FC
- Amplitude gestuelle
- Signes à prendre en compte

Programmes 2015 du collège

Cycle 2

« Tout au long de la scolarité, l'EPS a pour finalité de former un citoyen lucide, autonome, physiquement et socialement éduqué, dans le souci du vivre ensemble. Elle amène les enfants et les adolescents à rechercher le bien-être et à se soucier de leur santé. Elle assure l'inclusion, dans la classe, des élèves à besoins éducatifs particuliers ou en situation de handicap. L'EPS initie au plaisir de la pratique sportive »

Cycle 3 et 4

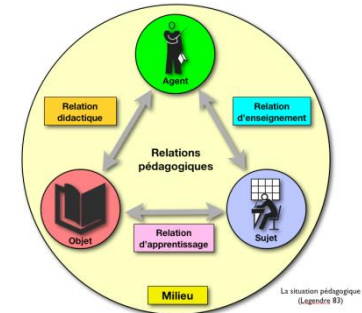
L'éducation physique et sportive occupe une place originale où le corps, la motricité, l'action et l'engagement de soi sont au cœur des apprentissages et assure une contribution essentielle à l'éducation à la santé.

Programmes 2009 des lycées professionnels

« Partager un projet qui propose des traitements didactiques adaptés à tous les élèves : aptes, inaptes partiels ou en situation de handicap »

Adaptations possibles

- Cours en commun mais situations et évaluations adaptées
- Adaptations didactiques : espace, temps, répétitions, matériel
- Une autre APSA



Professeur d'EPS ↔ **Enseignant APA**

«Le droit à l'éducation pour tous les enfants, qu'ils soient ou non en situation de handicap, est un droit fondamental. Ce droit impose au système éducatif de s'adapter aux besoins éducatifs particuliers des élèves »

«L'élève en situation de handicap est un élève comme les autres. Avec les aménagements et adaptations nécessaires, il doit avoir accès aux mêmes savoirs et être soumis aux mêmes exigences »

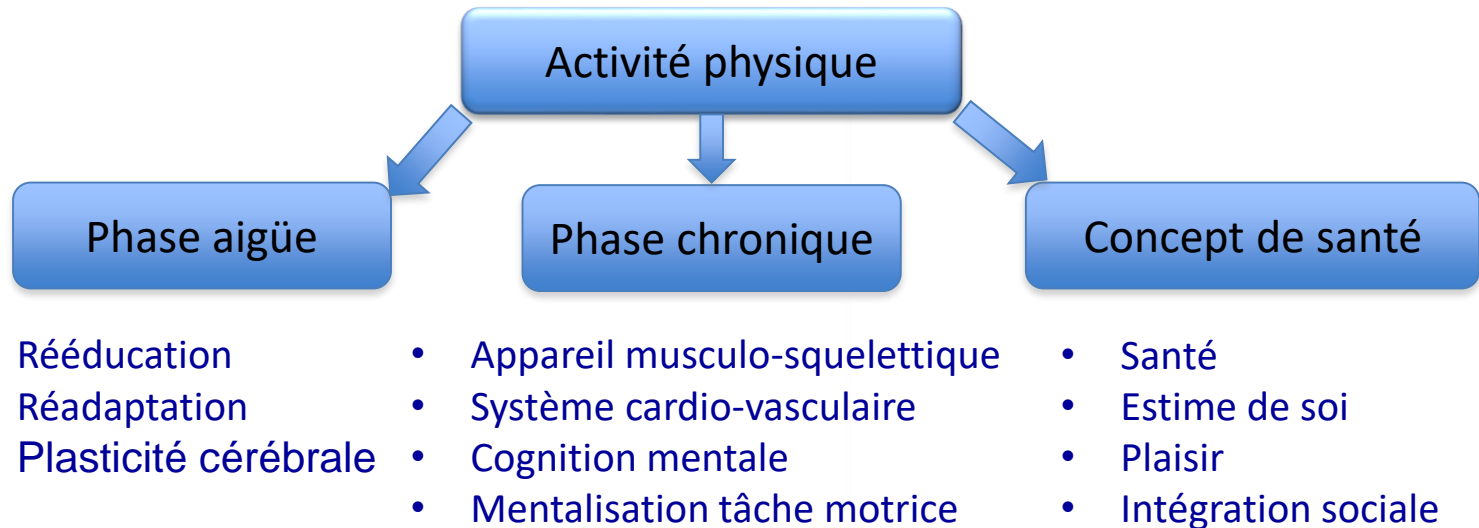
CONCLUSION



PÔLE DE RECHERCHE ET D'ENSEIGNEMENT SUPÉRIEUR

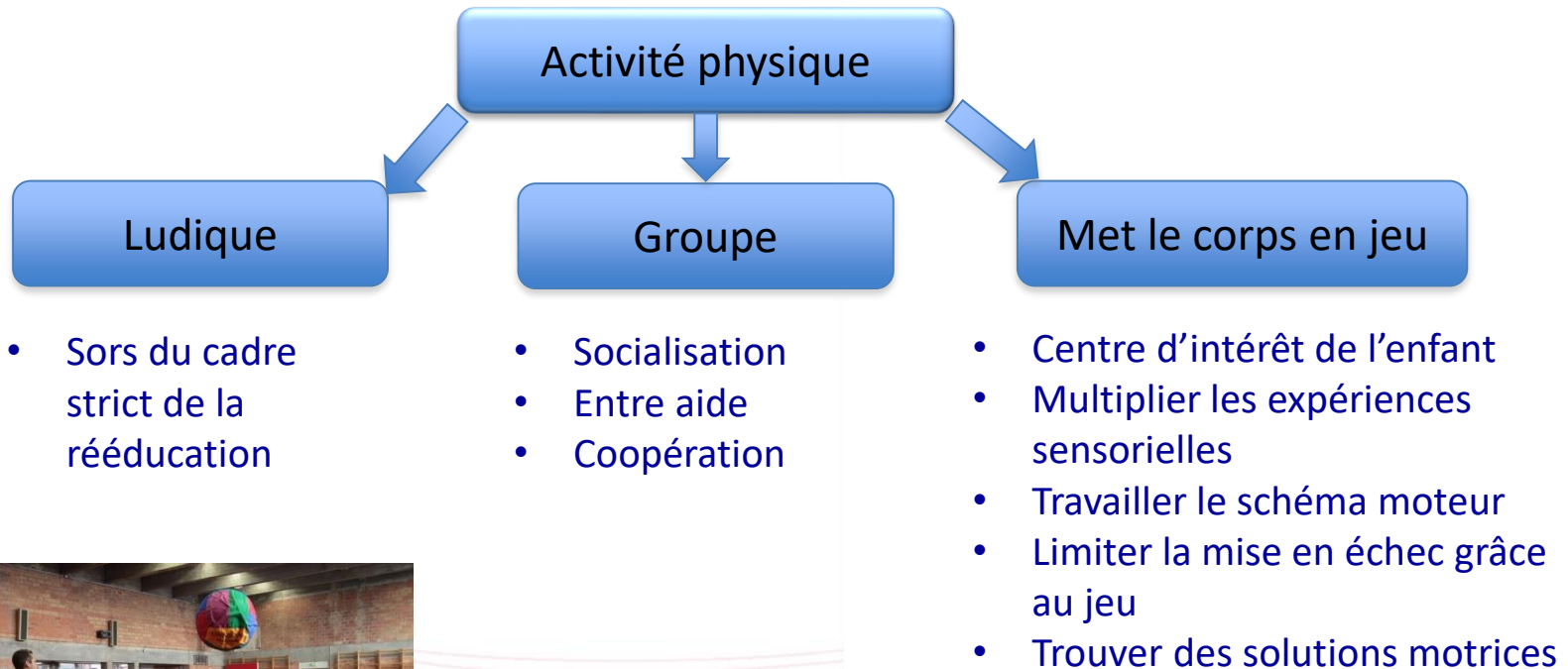


Conclusion



- **Nécessité d'avoir un professionnel formé sur les APSA, la didactique, la pédagogie et sur les pathologies : Enseignant en Activité Physique Adapté**
- **Travail pluridisciplinaire**
- **Relations avec le milieu scolaire et le milieu fédéral**

Conclusion

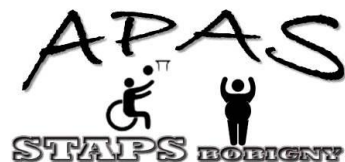


APA et AVC de l'enfant

Merci pour votre attention

STAPS de Bobigny, filière APA-S
UFR SMBH – Université Paris 13 – Sorbonne Paris Cité
Laboratoire Motricité Interaction Performance (EA 4334)

Alexandra Landry Lemaire, PhD, PRAG



PÔLE DE RECHERCHE ET D'ENSEIGNEMENT SUPÉRIEUR

www.mip.univ-nantes.fr

