

# Troubles DYS et motricité

Pour une mise en oeuvre corporelle et gestuelle,  
pour une EPS décomplexée.

# Trouble praxique

Un enfant qui souffre de dyspraxie ou de trouble praxique présentera certainement une grande maladresse motrice. Cette maladresse est souvent due à :

Des déficiences toniques de régulation posturale

Des déficiences au niveau de l'équilibre statique

Des déficiences au niveau de la dynamique, qui est sérieusement compromise

Des déficiences au niveau de la coordination gestuelle œil-main

Des déficiences au niveau de la capacité à imiter ou à reproduire un geste

Des déficiences au niveau du repérage dans l'espace.

# Déficiência de liaisons

liaisons occulo-motrice  
liaisons audio-motrice  
liaisons sensori-motrice  
liaisons socio-motrice  
liaisons tonico-motrice

Des intelligences transversales qui  
s'entrecroisent :

intelligence stratégique  
intelligence contextuelle (ou environnementale)  
intelligence relationnelle

## **Les rituels moteurs :**

1. La tonicité musculaire : en travaillant sur les contrastes, l'enfant va décharger son énergie tout en apprenant à mieux connaître son corps.

2. Mobilisation des différentes articulations du corps : elle permet de délier les articulations pour diminuer les tensions parasites et rendre le corps plus disponible. L'enseignant devra veiller à : travailler dans la concentration et la lenteur varier les exercices dans leur présentation travailler avec ou sans support musical

3. La mobilité du visage : la musculature du visage offre de multiples possibilités. En mobiliser les différents éléments ensemble ou indépendamment nécessite concentration et procure détente.

4. Le contact tactile : le toucher met en jeu le besoin fondamental de contact tactile ; il est le sens le plus important pour la construction de la personne. Ce travail va permettre à l'enfant de :

- prendre conscience des limites et du volume de son corps
- porter une attention particulière à son propre corps et à celui de l'autre

5. Équilibre /verticalité : la prise de conscience de l'équilibre et de la verticalité du corps permet à l'enfant de se recentrer, de «s'enraciner » pour s'ancrer physiquement dans la réalité. Il appréhende la répartition du poids de son corps, ses appuis et la relation haut-bas.

6. Respiration: le travail sur la respiration permet de faciliter:

– la détente musculaire par une augmentation du temps expiratoire. On peut observer plusieurs réflexes respiratoire : bâillements, soupirs, étirements....

7. Écoute : les exercices auditifs sont de outils de concentration qui aident l'enfant à conserver sa capacité d'écoute et qui l'entraînent à prêter une oreille attentive et sélective.

8. Visualisation : la visualisation favorise la concentration, la relaxation et augmente les capacités de mémorisation.

Pendant les cours d'EPS il est nécessaire de **procéder à quelques adaptations** :

N'hésitez pas à lui montrer comment exécuter un mouvement en guidant vous-même son geste, toujours étape par étape. Si cela peut aider, expliquer les étapes à suivre sous la forme d'une comptine.

Mettez à sa disposition des outils adaptés à son handicap, comme de gros ballons par exemple pour qu'il ait plus de chances de les attraper.



Le laisser venir en EPS en tenue et de n'apporter que le strict nécessaire.

Privilégier l'utilisation de lacets adaptés ou le port de chaussures à scratch, afin qu'il ne perde pas de temps à essayer de les lacer.

Privilégier les vêtements faciles à enfiler comme les t-shirts, plutôt que les sweats zippés, boutonnés.

Coudre une étiquette bien visible dans le dos du vêtement pour l'aider à se repérer.

Lui permettre d'aller se changer à l'avance, afin de compenser le retard par rapport à ses camarades.

# Durant les activités athlétiques :

Exemple en course :

- mettre des repères de couleurs sur les chaussures (voir sur les mains).
- baliser les couloirs par des plots.
- baliser la ligne de départ en vert, la ligne d'arrivée en rouge.
- haies : mettre des haies plus basses, matérialiser la zone d'impulsion.
- relais plot vert et rouge pour matérialiser la zone de transmission.

## **Quelques suggestions :**

Favoriser la mise en place de consignes verbales simples, courtes alimentées par des gestes indicateurs qui viennent fixer les mots utilisées : « langage verbal et langage des signes » en permanence.

Faciliter la perception visuelle : accentuer les images concrètes, utiliser le tableau papier, donner à chacun un enchaînement moteur sous la forme d'une suite de photographies montrant les différentes étapes.