



## Choisir de Gagner : Le défi des saines habitudes de vie pour les jeunes ayant une limitation fonctionnelle



### Guide facilitant les interventions lors de la pratique d'activités physiques et sportives chez les jeunes avec une DÉFICIENCE LANGAGIÈRE

Juillet 2013

UQTR



Université du Québec  
à Trois-Rivières

Une  
initiative du



DÉFI SPORTIF  
ALTERGO

rendue possible grâce au  
soutien et à l'appui  
financier de



Québec  
ENFORME

RÉDIGÉ PAR :

- ❖ MARIE-MICHÈLE DUQUETTE, assistante de recherche, UQTR
- ❖ JESSICA LESAGE, professeure, UQTR, chercheure associée au sein du groupe de recherche du projet Choisir de gagner

EN COLLABORATION AVEC :

- ❖ HÉLÈNE CARBONNEAU, professeure, UQTR, responsable du groupe de recherche du projet Choisir de gagner
- ❖ GROUPE DE RECHERCHE du projet Choisir de Gagner

CORRECTION LINGUISTIQUE :

- ❖ KIM GLADU, UQTR

La photo de la page couverture représente 3 garçons habillé pour jouer au soccer et ayant un bras dans les airs.

## Table des matières

INTRODUCTION .....	5
1. LES ACTIVITÉS PHYSIQUES ET SPORTIVES AVEC UNE DÉFICIENCE LANGAGIÈRE.....	6
1.1 Caractéristiques des jeunes avec une déficience langagière .....	6
2. BÉNÉFICES DES ACTIVITÉS PHYSIQUES ET SPORTIVES .....	9
2.1. Physiques .....	10
2.2. Psychologiques.....	10
2.3. Cognitifs.....	10
2.4. Sociaux.....	10
3. CONTRAINTES À L'ACTIVITÉ PHYSIQUE ET SPORTIVE .....	12
3.1 Liées aux jeunes avec une déficience langagière .....	12
3.2 Liées à l'environnement physique et social .....	15
3.3 Moyens pour diminuer les contraintes .....	19
4. PROGRAMMES ET OUTILS EXISTANTS.....	20
4.1 Livres .....	20
5. POINTS SAILLANTS POUR SOUTENIR LA PRATIQUE D'ACTIVITÉS PHYSIQUES ET SPORTIVES.....	22
RÉFÉRENCES .....	24

## Liste des tableaux

Tableau 1: Schématisation des difficultés de communication.....	7
Tableau 2 : Bénéfices de l'activité physique et sportive.....	9
Tableau 3: Synthèse des troubles pouvant être associés à la déficience langagière ayant une atteinte sur les activités physiques et sportives des jeunes ayant une déficience langagière .....	14
Tableau 4 : Synthèse des contraintes liées à l'environnement physique et social ayant un impact sur les activités physiques et sportives des jeunes ayant une déficience langagière .....	17
Tableau 5 : Stratégies de communication.....	18
Tableau 6 : Moyens afin de diminuer les contraintes.....	19
Tableau 7 : Associations et outils soutenant la pratique d'activités physiques et sportives des jeunes ayant une déficience langagière.....	21

## INTRODUCTION

Les activités physiques et sportives procurent de multiples bénéfices <sup>1</sup>. Cependant, les jeunes ayant une limitation fonctionnelle peuvent être restreints dans leur pratique d'activités physiques et sportives <sup>2</sup>. Cette réalité touche aussi les jeunes ayant une déficience langagière <sup>3-5</sup>.

Selon l'Enquête sur la participation et les limitations d'activités (EPLA), réalisée par Statistiques Canada, les jeunes de 5 à 14 ans ayant un trouble du langage ou de la parole représentent 44,8 % de tous les jeunes ayant des incapacités <sup>6</sup>. Le pourcentage des jeunes ayant une incapacité sur le plan du langage ou de la parole au Québec par rapport au reste du Canada était de 16 % en 2001 et de 19 % en 2006. En 2012, le projet de recherche « Choisir de Gagner : le défi des saines habitudes de vie chez les jeunes ayant une limitation fonctionnelle » a dressé un portrait de la situation de ces jeunes dans les écoles du Québec par le biais de sondages téléphoniques. Il en ressort que les jeunes ayant une déficience langagière représentent 28 % des jeunes en milieu scolaire <sup>7</sup>.

L'EPLA démontre que la moitié (50,2 %) des jeunes ayant une incapacité sur le plan du langage ou de la parole sont limités lors de l'éducation physique et 58,2 % lors des activités avec les autres <sup>8</sup>. Il est alors pertinent de mettre en lumière les effets des activités physiques et sportives, les différentes contraintes que ces jeunes peuvent vivre à travers celles-ci et les moyens de surmonter ces contraintes.

Le présent guide, élaboré par le biais d'une revue de la littérature et d'entretiens réalisés auprès de jeunes, de parents et d'intervenants, tente d'outiller les intervenants œuvrant auprès des jeunes ayant une déficience langagière. Au total, 11 entretiens menés auprès de 3 jeunes, 3 parents, 4 intervenants et un ergothérapeute ont été réalisés. Ces entretiens appuient la littérature scientifique et fournissent des idées et des moyens pour contrer les limitations de ces jeunes dans la pratique d'activités physiques et sportives.

## **1. LES ACTIVITÉS PHYSIQUES ET SPORTIVES AVEC UNE DÉFICIENCE LANGAGIÈRE**

Avant de démontrer l'importance et les différents effets de la pratique d'activités physiques et sportives, il est important de dresser le portrait des caractéristiques des jeunes ayant une déficience langagière.

### **1.1 Caractéristiques des jeunes avec une déficience langagière**

Tout d'abord, le langage comporte deux volets, soit le langage réceptif et le langage expressif<sup>9</sup>. Le langage réceptif correspond à la compréhension du langage entendu et le langage expressif, à la production de sons, de mots, de phrases, de même qu'à la capacité de communiquer ses idées, à utiliser le langage pour entrer en relation avec autrui<sup>10</sup>. Les jeunes ayant une déficience langagière peuvent vivre des limitations autant sur le plan expressif que réceptif<sup>9</sup>. Il est à noter qu'un trouble primaire du langage n'est pas dû à un trouble de l'audition, un trouble sensoriel, une déficience intellectuelle ou un manque de stimulation<sup>11</sup>. Les jeunes avec une déficience langagière ont donc le même désir de communiquer et ont généralement une intelligence normale<sup>12</sup>.

Une distinction est aussi à faire entre un retard de langage et un trouble du langage. Le langage d'un jeune ayant un retard est comparable au langage d'un enfant plus jeune et il est possible de rattraper ce retard avant l'âge de cinq ou six ans<sup>11-13</sup>. Quant au trouble de langage, celui-ci persiste à travers le temps et le jeune aura besoin d'un suivi régulier avec un ou une orthophoniste et d'autres professionnels<sup>11-13</sup>.

Selon le Ministère de l'Éducation du Loisir et du Sport (2007), les déficiences langagières englobent la dysphasie, le trouble mixte sévère du langage et la dyspraxie verbale. Le présent guide traite des jeunes ayant une déficience langagière en général sans faire de distinction précise entre les différents troubles. Évidemment, il ne faut pas oublier que les troubles du langage ou de la parole sont différents quant à leurs manifestations chez le jeune, leur degré de sévérité et leur évolution dans le temps<sup>14,15</sup>.

Le tableau suivant montre les difficultés de communication des jeunes ayant une déficience langagière. Elles sont divisées selon les sphères expressive et réceptive, bien qu'un jeune puisse avoir de la difficulté dans ces deux sphères.

Tableau 1: Schématisation des difficultés de communication

Sphère touchée	Difficultés	Exemples
Expressive	Utilisation des gestes pour communiquer plutôt que des mots ou des phrases	
	Difficulté à choisir et organiser les sons pour constituer un mot	Dire « maripon » à la place de « médecin »
	Difficulté à choisir les mots pour constituer une phrase	Mélanger les mots « lapin » et « sapin »
	Vocabulaire limité et peu précis	Surutilisation des « mots de remplissage », tels que « chose », « affaire » et « truc »
	Difficulté à raconter une histoire ou à rapporter un évènement en respectant l'ordre de la séquence	
Réceptive	Difficulté à comprendre le vocabulaire abstrait et moins fréquent	Ne pas comprendre les termes plus abstraits tels que les émotions, les qualités et les défauts, etc.
	Difficulté à comprendre et à différencier les « mots questions »	Ne pas comprendre la différence entre les mots « où », « combien », « quand », « pourquoi »
	Difficulté à répondre aux questions posées	Répondre « Marie » à la question « Quel âge as-tu? »
	Difficulté à comprendre les concepts relatifs au temps	Ne pas comprendre les termes « avant », « après », etc. ou Ne pas comprendre que « demain » et « mardi » correspondent à la même journée
	Difficulté à comprendre les concepts relatifs à l'espace	Ne pas comprendre les termes « dessous », « dessus », « dedans », etc.
	Difficulté à comprendre l'humour, l'ironie, les expressions, les proverbes (tendance à prendre le sens de la phrase au pied de la lettre)	Ne pas comprendre l'expression « Belle heure pour arriver » ou interpréter qu'elle signifie que le comportement est adéquat
	Difficulté à comprendre les phrases longues et complexes	Ne pas comprendre une consigne avec plusieurs éléments comme : « Mets ton pied en premier, ton bras par en arrière et monte ta tête »
	Difficulté à suivre ou à maintenir une conversation	Difficulté à faire des liens entre ce qui est dit, tendance au coq-à-l'âne

16-19

La déficience langagière représente une déficience « invisible »<sup>20</sup>. Les personnes vivant avec ces difficultés n'ont pas de caractéristiques physiques, comme une personne en fauteuil roulant ou ayant le syndrome de Down<sup>20</sup>. Il n'est donc pas possible de savoir si un jeune vit avec une déficience langagière avant d'entrer en relation avec lui. Ces difficultés de communication ont donc un impact sur la socialisation et les interactions verbales de ces jeunes<sup>21</sup>. Elles peuvent nuire à différentes situations de communication. De ce fait, elles peuvent aussi influencer la pratique d'activités physiques et sportives de jeunes avec une déficience langagière.

Les activités physiques et sportives offrent des situations d'interactions différentes du cadre scolaire ou familial. Les analyses ont montré que les cours d'éducation physique et les activités organisées permettent aux jeunes d'interagir, d'entrer en contact physiquement et d'établir des stratégies en équipe. Par ces activités, les jeunes peuvent acquérir de nombreux éléments qui peuvent engendrer des répercussions dans d'autres sphères de leur vie<sup>22</sup>.



La photo représente 2 garçons et 2 filles faisant une course



## 2. BÉNÉFICES DES ACTIVITÉS PHYSIQUES ET SPORTIVES

Depuis un certain nombre d'années, l'activité physique est reconnue pour avoir des bienfaits sur la santé des individus, notamment des enfants et des adolescents<sup>23</sup>. L'activité physique et sportive procure de multiples bénéfices (jeune en forme)<sup>1</sup>. Plusieurs études ont démontré que l'activité physique et sportive procure des bénéfices physiques, psychologiques, cognitifs et sociaux autant chez tous les pratiquants, dont les jeunes avec une déficience langagière<sup>24-27</sup>. Les entretiens réalisés ont mis en lumière plusieurs bénéfices de l'activité physique et sportive. Le tableau 1 montre les principaux bénéfices recueillis dans la littérature scientifique et dans les entretiens.

Tableau 2 : Bénéfices de l'activité physique et sportive

Sphère	Bénéfices
Physique	Améliore l'endurance Améliore la force Perte de poids Donne de l'énergie
Psychologique	Augmente l'estime de soi Améliore la gestion de l'impulsivité, la colère et l'agressivité Permet au jeune de s'épanouir
Cognitive	Donne une discipline Atteinte d'objectifs et de réussites Développe des stratégies Améliore l'écoute, la concentration
Sociale	Acquière des habiletés sociales Amène le jeune à participer à différentes activités Crée des situations où le jeune doit interagir et communiquer avec les autres jeunes de l'équipe

24-27

## **2.1. Physiques**

Au niveau physique, plusieurs études ont montré que l'activité physique et sportive peut améliorer plusieurs capacités physiques<sup>23,25-27</sup>. Effectivement, ce type de pratique permet d'améliorer les capacités physiques dont l'endurance et la force musculaire<sup>25-27</sup>. Elles jouent aussi un rôle dans la perte de poids<sup>1,23</sup>. Les activités physiques et sportives donnent aussi de l'énergie à tous ceux qui les pratiquent<sup>25,26</sup>.

## **2.2. Psychologiques**

Au niveau psychologique, la pratique d'activités physiques et sportives peut concourir à l'élaboration d'une bonne image de soi, et ainsi améliorer l'estime de soi et la confiance en soi chez les jeunes<sup>28</sup>. La participation à des activités physiques et sportives peut contribuer à la gestion des émotions telles que l'impulsivité, la colère et l'agressivité<sup>25,26</sup>. Ainsi, ce temps d'activités est utilisé comme un exutoire, un moment de défolement pour atteindre un état de détente et un bien-être à la fois physique et psychologique<sup>28</sup>. Les activités physiques et sportives peuvent aussi contribuer au développement de l'autonomie et de l'indépendance<sup>25-27</sup>.

## **2.3. Cognitifs**

Les activités physiques et sportives ont aussi des bénéfices cognitifs. Le fait de pratiquer ce type d'activités donne une discipline, offre l'occasion d'atteindre des objectifs et de vivre des réussites<sup>25-27</sup>. Elles donnent aussi l'opportunité de développer des stratégies seul et en équipe<sup>25-27</sup>. Ces activités physiques et sportives permettent de développer l'écoute et la concentration à travers les diverses consignes et les partenaires d'activités<sup>25,26</sup>.

## **2.4. Sociaux**

Le contexte de réalisation des activités physiques et sportives qui se font en groupe constitue en quelque sorte une microsociété au sein de laquelle le jeune peut apprendre à mieux interagir avec ses semblables<sup>25,26,29</sup>. Ce contexte favorise le développement d'attitudes et des comportements responsables, en ceci que le jeune apprend à s'intégrer, à établir des relations saines, à s'entendre avec ses partenaires, à s'opposer à un adversaire et à travailler en équipe<sup>29</sup>. Ainsi, le jeune apprend à communiquer adéquatement avec autrui, à s'ouvrir aux autres et à développer des interactions sociales plus appropriées. En bref, la pratique d'activités physiques et sportives facilite l'apprentissage de la vie en société, car elle permet de vivre des expériences avec d'autres personnes, de s'affirmer, de communiquer, d'être valorisé, de s'intégrer au sein d'un groupe ainsi que de se sentir utile et accepté.

Pour les jeunes avec une déficience langagière, la sphère socioaffective constitue l'un des aspects de leur développement les plus affectés <sup>14,15</sup>. Ces activités physiques et sportives donnent aussi l'occasion aux jeunes d'être à l'extérieur de la maison familiale, de participer à une activité sans leur famille et de rencontrer d'autres personnes <sup>27</sup>. Ils peuvent ainsi vivre des gains mais aussi plusieurs contraintes. La prochaine section montre les différentes contraintes pouvant être rencontrées à travers la pratique d'activités physiques et sportives.



La photo représente un jeune garçon habillé en karaté ayant la tête en bas

### 3. CONTRAINTES À L'ACTIVITÉ PHYSIQUE ET SPORTIVE

Les activités physiques et sportives ont divers effets sur les personnes qui les pratiquent<sup>22,25</sup>. Cependant, certaines contraintes peuvent nuire à la pratique de ces activités. Les prochaines lignes détaillent les contraintes liées aux jeunes ayant une déficience langagière et celles liées à l'environnement physique et social. Ces contraintes ont été décrites autant dans la littérature scientifique que dans les différents types d'entretiens réalisés dans le cadre de cette recherche.

#### 3.1 Liées aux jeunes avec une déficience langagière

Les contraintes sont surtout liées à l'expression et à la compréhension verbale<sup>9</sup>. Les jeunes ayant une déficience langagière peuvent éprouver aussi des limitations dans des sphères qui ne nécessitent peu ou pas de langage<sup>4,5,30-32</sup>.

La parole est une activité motrice qui implique la coordination de plusieurs articulateurs, par exemple : la langue, les lèvres et le palais<sup>30</sup>. Les jeunes ayant une limitation au niveau du langage expressif, impliquant la parole, ont des difficultés au niveau de la coordination de ces articulateurs<sup>30</sup>. De ce fait, ces jeunes ont plus de difficulté au niveau de la coordination globale<sup>33</sup>.

Plusieurs études ont été réalisées afin de vérifier le lien entre la déficience langagière et la maladresse (*clumsiness*)<sup>34</sup>. Hill (2001) a effectué une revue de littérature sur les jeunes ayant une déficience langagière et les troubles moteurs. Il ressort que les déficits moteurs, autant au niveau de la motricité fine que globale, sont des caractéristiques des jeunes ayant une déficience langagière<sup>35</sup>. Il représente davantage « la règle que l'exception [traduction libre] » (Hill, 2001, p.19). Un parent va dans le même sens en parlant du tonus de son jeune lorsqu'il était assis :

*« Il n'avait aucun tonus musculaire, les profs je ne te mens pas les profs l'attachait après la chaise pour qu'il se tienne droit, ils l'attachaient après la chaise avec une ceinture le haut du corps pour qu'il se tienne droit parce qu'il n'était pas capable il était tout croche il n'était pas capable de se tenir sur son bureau »*

De plus, Zelaznik et Goffman (2010) ont évalué la motricité globale de jeune ayant une dysphasie. Leurs résultats montrent que les jeunes ayant une déficience langagière ont un niveau de motricité globale inférieur à la moyenne du groupe contrôle<sup>30</sup>. Cependant, il est aussi possible que les jeunes avec une déficience langagière n'aient pas bien compris la consigne du test qu'ils devaient réaliser<sup>30</sup>.

Le Ministère de l'Éducation, du Loisir et du sport (MELS, 2007), dans sa définition de la déficience langagière, explique que les jeunes peuvent vivre des difficultés sur le plan de l'organisation spatiale et temporelle. Aussi, ils peuvent avoir de la difficulté à acquérir des nouveaux concepts<sup>21</sup>.

Parlant de la pratique de sa fille, une mère nous dit :

*« Aujourd'hui on pratique telle activité puis demain [...] on ne commencera pas par la même [chose] on fait le même réchauffement mais là on va changer la routine on va faire autre chose là [...] donc c'est plus difficile pour elle [sa fille] [...] si on change trop souvent [...] sa difficulté à elle c'est ça, elle fonctionne bien dans une routine »*

Cependant, les jeunes ayant une déficience langagière représentent une population hétérogène<sup>36</sup>. Ainsi, un jeune peut avoir une limitation qu'un autre n'a pas. Par exemple, les analyses des entretiens réalisés auprès des jeunes montrent qu'un jeune peut avoir de la difficulté à se remémorer le moment où il a quitté une activité récente alors qu'un autre connaît exactement l'année où il a débuté une activité.

Il est aussi possible qu'en vieillissant, les jeunes prennent de plus en plus conscience de leur limitation et de leurs capacités. L'adolescence, comme le nomme un intervenant interviewé, est une période où

*« C'est une prise de conscience qui se fait [...] il y en a quelques-uns qui se font comme peter leur balloune pis ils s'aperçoivent [...] que ça va toujours rester ». Un parent ajoute « [...] qu'à partir du moment [où] il a commencé à prendre conscience de la différence des handicaps entre lui et les autres [...] ça l'a arrêté. »*

Le tableau suivant montre une synthèse des troubles pouvant être associés à une déficience langagière et étant susceptible d'être une contrainte à la pratique d'activités physiques et sportives.

Tableau 3: Synthèse des troubles pouvant être associés à la déficience langagière ayant une atteinte sur les activités physiques et sportives des jeunes ayant une déficience langagière

Composantes des troubles associés	Exemples de difficultés
Aspects moteurs (coordination, dissociation, équilibre, tonus, motricité fine, détente)	Coordination globale Coordination oculo-manuelle et oculo-pédestre Endurance et agilité Déplacements Imitation de mouvements simples et complexes Retard de préférence manuelle Reproduction de mouvement volontaire
Organisation spatio-temporelle	Acquisition de concepts nouveaux par rapport à l'espace, la quantité et la qualité Orientation dans l'espace Direction de ses mouvements Dimension verticale, horizontale, diagonale Acquisition de concepts nouveaux par rapport au temps et à la durée Orientation dans le temps Rapidité d'exécution
Perception sensorielle	Perception visuelle Discrimination auditive Manque d'ajustement sur la prise des objets Réaction d'évitement à certains contacts physiques, aux textures collantes, à certains vêtements, à certaines textures alimentaires
Abstraction	Manipulation des notions plus abstraites (Ex : notion de couleurs, de nombres)
Généralisation	Intégration de certaines nouvelles connaissances et à les réutiliser dans différents contextes Maintenir les acquis dans le temps
Comportement	Déficit d'attention avec ou sans hyperactivité et impulsivité Agressivité lorsque le jeune n'est pas compris Isolement, opposition, évitement Rigidité et réaction démesurée aux changements dans la routine

4,5,8,13,21,32,35,37

Malgré ces contraintes, les jeunes vivant avec des difficultés sur le plan du langage et de la parole ne sont pas limités dans leur désir de pratiquer des activités physiques et sportives<sup>38</sup>. Les contraintes peuvent alors provenir de l'environnement physique ou social plutôt que du jeune lui-même. La prochaine section explore les contraintes vis-à-vis des activités physiques et sportives qui sont liées à l'environnement physique et social.

### 3.2 Liées à l'environnement physique et social

Il est possible que le jeune vivant avec une déficience langagière n'ait aucune contrainte ni besoin particulier liés à la pratique d'activités physiques et sportives. Effectivement, comme le souligne le MELS (2007), sa limitation se situe davantage au niveau de la compréhension des consignes et dans leurs moyens de communication<sup>3,9,39</sup>. De plus, les analyses des entretiens réalisés auprès des parents et des intervenants vont dans le même sens.

L'entraîneur ou l'enseignant est une des principales personnes à intervenir dans la pratique d'activités physiques et sportives du jeune. Il est donc une personne influente dans la pratique d'activités physiques et sportives pour ces jeunes. Il est possible qu'un entraîneur, par manque d'ouverture, de connaissances, de temps ou de ressources, n'accueille pas un jeune avec une déficience langagière. Un jeune exprime le pouvoir d'un entraîneur vis-à-vis de sa participation et de celle de son amie ayant aussi une déficience langagière :

*« On a décidé d'arrêter en même temps [elle et son amie] parce que [...] ça a changé de coach [...] ce n'est pas les mêmes coaches à chaque année [...] je pense moi c'est à cause [du] remplacement de coach [...] qui ont décidé de pas nous choisir ».*

Le parent de cette jeune ajoute que *« même si on arrive avec les outils pour faciliter elle n'avait pas de temps à perdre donc dans ce temps-là c'est fermé [...] ça limite »*

Il est aussi possible que l'intégration des jeunes avec une déficience langagière ne soit pas réalisée de façon adéquate. Un parent montre que lorsqu'un jeune est intégré dans un groupe régulier, *« l'éducatrice ne sait pas c'est quoi nécessairement c'est quoi un dysphasique [...] elle ne sait pas, elle ne peut pas expliquer »*. Celui-ci ajoute que :

*« Ils vont chercher à intégrer des enfants handicapés dans un groupe régulier sans même préparer ce groupe-là à l'avance. Alors le jeune arrive pis ils ne comprennent pas, [...] par incompréhension, par ignorance les jeunes vont se moquer, vont l'imiter et vont traiter de nom, ils vont l'ignorer. Il va peut-être en avoir un ou deux qui vont être fin le prendre par la main, mais [...] on s'entend en générale l'intégration est toujours mal faite par rapport à ça [...] parce qu'il n'y a pas de préparation, pas rien qui est fait ».*

De ce fait, les jeunes ayant une déficience langagière ont moins de contacts avec leurs pairs durant leurs activités<sup>3,39</sup>. Les périodes de jeux sont difficiles parce que certains jeunes n'ont pas les capacités requises pour bien accomplir les jeux et ils ne veulent pas être rejetés<sup>31</sup>. Une jeune interrogée affirme qu'elle s'entendait bien avec les autres filles de son équipe, mais que *« ça dépend des journées [...] et de leur caractère aussi [...] des fois [elles faisaient] des choses pour décourager les autres dans l'équipe »*. Un parent ajoute que *« les étudiants*

*souvent, ils sont méchants entre eux autres [...] ça peut finir que ça va faire en sorte que Simon<sup>1</sup> ça ne lui tentera plus ».*

Il est aussi possible que la famille agisse comme une barrière à la pratique d'activités physique et sportives<sup>2</sup>. Les parents peuvent manquer de temps, d'habiletés et de moyens financiers pour planifier des activités. Un ergothérapeute explique :

*« Il y a certains parents qui promouvoient beaucoup l'activité physique et qui vont beaucoup pousser leurs jeunes à participer à toutes sortes d'activités qui vont beaucoup les suivre là-dedans on voit une différence au niveau du jeune comparativement à quand les parents sont peut-être des fois [...] un peu moins présents ou un peu moins [...] d'habiletés à pousser leur jeune ou qui promouvoient un peu moins ses habiletés là ».*

Un ergothérapeute ajoute que *« ils ont tellement de besoins ces enfants-là que des fois les parents ben y priorisent d'autres choses-là. »*

Cependant, la pratique d'activités physiques et sportives donne l'occasion de diminuer la discrimination et la marginalisation pouvant être vécues par les jeunes avec une déficience langagière<sup>40</sup>. Un intervenant explique que deux jeunes avec une déficience langagière ont commencé à jouer au *hockey cosom* et qu'au début, *« les autres les regardaient un peu comme des extraterrestres ou comme un cône qui ne fait pas grand-chose [...] sauf que là avec le temps regarde [...] ça joue, ça a du fun avec les gars, ça se fait des blagues [...] ça à [...] changer d'attitudes ».*

Le tableau 4 à la page suivante montre une synthèse des contraintes liées à l'environnement physique et social qui ont été mentionnées dans les différents entretiens.

---

<sup>1</sup> Il s'agit d'un nom fictif, le véritable nom du jeune a été modifié afin de préserver son anonymat.



Tableau 4 : Synthèse des contraintes liées à l'environnement physique et social ayant un impact sur les activités physiques et sportives des jeunes ayant une déficience langagière

Sphères touchées	Exemples
Intervenants (entraîneurs, enseignants, éducateurs, etc.)	Trop axé sur la compétition Manque d'ouverture Manque de connaissances Manque de ressources
Jeunes	Intimidation Manque de connaissances Manque de sensibilisation Intégration inadéquate
Parents	Surprotection vis-à-vis de leur jeune Absence de pratique d'activités physiques et sportives Manque de temps Déni de la situation permanente du jeune
Autres	Besoin financier Disponibilité d'activité Type d'activité pratiquée Transition primaire-secondaire Manque d'accompagnement

Les analyses des différents entretiens mettent en lumière qu'il faut davantage adapter la manière de présenter l'activité que l'activité elle-même. Le prochain tableau montre des stratégies de communication qui permettent d'adapter la présentation de l'activité afin qu'elle soit mieux comprise par le jeune avec une déficience langagière.

Tableau 5 : Stratégies de communication

Stratégies pour communiquer	Exemples
Attirer l'attention du jeune	<p>Nommer le jeune</p> <p>S'assurer du contact visuel</p> <p>Contrôler le bruit ambiant</p> <p>Appuyer le message par des gestes, des mimes, quand c'est possible</p> <p>Accentuer les mots importants dans les consignes par un changement d'intonation et des expressions faciales</p>
Adapter le message, les explications et les enseignements	<p>Diminuer la quantité d'informations</p> <p>Donner une consigne simple à la fois</p> <p>Utiliser un vocabulaire concret, connu</p> <p>Ralentir le débit verbal</p> <p>Effectuer une démonstration</p> <p>Éviter les longues explications</p> <p>S'appuyer sur des éléments concrets</p> <p>Utiliser une routine</p>
Vérifier la compréhension verbale du jeune	<p>Laisser le temps au jeune de comprendre et de répondre à la question posée</p> <p>Permettre au jeune de répéter ce qui a été dit</p> <p>Poser des questions pour vérifier la compréhension</p>
Reformuler les explications, les enseignements	<p>Utiliser la redondance, la répétition et la reformulation au besoin</p> <p>Se servir de repères visuels (gestes, écrits, dessins, pictogrammes)</p>
Laisser le jeune s'exprimer	<p>Respecter le tour de parole du jeune lors d'une discussion</p> <p>Rendre disponible les aides visuelles</p> <p>Inciter le jeune à produire des gestes pour compléter son message</p> <p>Vérifier notre compréhension par une reformulation</p> <p>Encourager tous les efforts ou tentatives</p>

41-43

### 3.3 Moyens pour diminuer les contraintes

La littérature scientifique et les entretiens ont permis de mettre en lumière différents moyens pour contourner les contraintes vécues par le jeune avec une limitation fonctionnelle.

Tableau 6 : Moyens afin de diminuer les contraintes

Personnes touchées	Moyens
Intervenants (entraîneurs, enseignants, éducateurs, etc.)	Utiliser les stratégies de communication Être consistant dans ses demandes et constant dans ses exigences Placer le du jeune près de vous, loin de la porte pour qu'il puisse bien vous voir Utiliser des vidéos (ex : Youtube) pour appuyer les enseignements Éviter la surstimulation (ex : trop de mots ou d'images) Avoir des objectifs clairs, simples et atteignables rapidement Faire un retour sur ce qui a déjà été vu Discuter avec le parent
Jeunes	Présence d'amis dans le groupe Sensibiliser les autres jeunes du groupe à la déficience
Parents	Connaître les forces et les limites de son jeune Apporter une feuille explicative de la limitation démontrant les forces et les limites de son jeune Discuter avec l'intervenant (entraîneur, enseignant, éducateur, etc.)

41-43

Il est possible que ces moyens ne permettent pas de pallier toutes les contraintes vécues par le jeune. Effectivement, il est important de valider auprès du jeune et de sa famille les différents moyens qu'on croit les plus efficaces pour lui.

## 4. PROGRAMMES ET OUTILS EXISTANTS

Divers outils et associations existent afin d'aider les intervenants et les parents. Ceux-ci peuvent apporter un soutien à l'adoption de saines habitudes de vie et à la pratique d'activités physique et sportives chez le jeune avec une déficience langagière. Le tableau 7 à la page suivante compile les associations et les outils soutenant la pratique d'activités physiques et sportives des jeunes ayant une déficience langagière.

Dans le document « Guide des ressources par région », différents organismes et programmes du Québec soutenant les jeunes ayant une limitation fonctionnelle et leurs familles sont répertoriés. Les fondations soutenant la pratique d'activités physiques et sportives de ces jeunes sont aussi énumérées. De plus, on y retrouve une liste des organismes et programmes pouvant soutenir la pratique d'activités physiques et sportives des jeunes ayant une limitation fonctionnelle selon les différentes régions du Québec. Toutes ces informations sont pertinentes pour tous les types de limitations fonctionnelles.

### 4.1 Livres

Différents livres existent afin d'expliquer la déficience langagière aux autres jeunes et de donner des idées pour intervenir adéquatement. La liste suivante est pertinente pour les intervenants et les parents et servira à les outiller lors de leurs interventions auprès des jeunes avec une déficience langagière et des autres personnes concernées.

Adam, É. (2007). *Le secret de Jeannot*. Laval: Dysphasie+.

Marleau, B. (2008). *Vincent et les pommes, la dysphasie*. Longueuil: Boomerang éditeur jeunesse.

Noreau, D. (2010). *Une histoire sur... la dysphasie - Les victoires de Grégoire*. Saint-Lambert: Dominique et Compagnie.

Touzin, M., & Leroux, M.-N. (2011). *100 idées pour venir en aide aux enfants dysphasiques*. Paris: Tom Pousse.

Tableau 7 : Associations et outils soutenant la pratique d'activités physiques et sportives des jeunes ayant une déficience langagière

Nom de l'organisme ou du programme <sup>2</sup>	Adresse Web de l'organisme ou du programme	Rôle de l'organisme ou du programme
Association québécoise de la dysphasie	<a href="http://dysphasie.qc.ca/fr/index.php">http://dysphasie.qc.ca/fr/index.php</a>	Rassemble des parents qui s'entraident, se regroupent et améliorent les services offerts à leurs jeunes avec une dysphasie.
Association québécoise des troubles d'apprentissage	<a href="http://aqeta.qc.ca/">http://aqeta.qc.ca/</a>	Diffuse l'information et la prestation des services offerts aux personnes ayant un trouble d'apprentissage.
Blogue Orthophonie	<a href="http://www.blogorthophonie.com/">http://www.blogorthophonie.com/</a>	Blogue rassemblant de l'information recueillie auprès d'intervenants ou de parents œuvrant auprès de personnes ayant une déficience langagière.
Dysphasie Lanaudière	<a href="http://dysphasielanaudiere.org/">http://dysphasielanaudiere.org/</a>	Offre des services et des activités aux familles avec un jeune ayant une dysphasie résidant dans la région de Lanaudière.
Dysphasie plus	<a href="http://www.dysphasiplus.com/">http://www.dysphasiplus.com/</a>	Offre de l'aide aux familles et aux jeunes atteints de dysphasie.
Évaluation des Besoins et Organisation des Services (ÉBOS) <sup>44</sup>	Contacteur Bernard Michallet, (819) 376-5011, poste 3250	Outil pour évaluer les capacités et les besoins des jeunes dysphasiques de 4 à 15 ans.
Ordre des orthophonistes et audiologistes du Québec	<a href="http://ooaq.qc.ca/index.html">http://ooaq.qc.ca/index.html</a>	Assure la protection du public et favorise l'accessibilité à des services de qualité en matière de communication.
Guide pratique AVS : À vos stylos !	<a href="http://guidespratique.savs.fr/images/public/guidedysphasies.pdf">http://guidespratique.savs.fr/images/public/guidedysphasies.pdf</a>	Propose des pistes d'actions pour plusieurs troubles, dont la dysphasie, afin d'améliorer certains aspects, mais aussi l'organisation spatiotemporelle, l'autonomie et l'estime de soi.
Les Pictogrammes	<a href="http://www.lespictogrammes.com">http://www.lespictogrammes.com</a>	Banque de pictogrammes pour faciliter la communication.

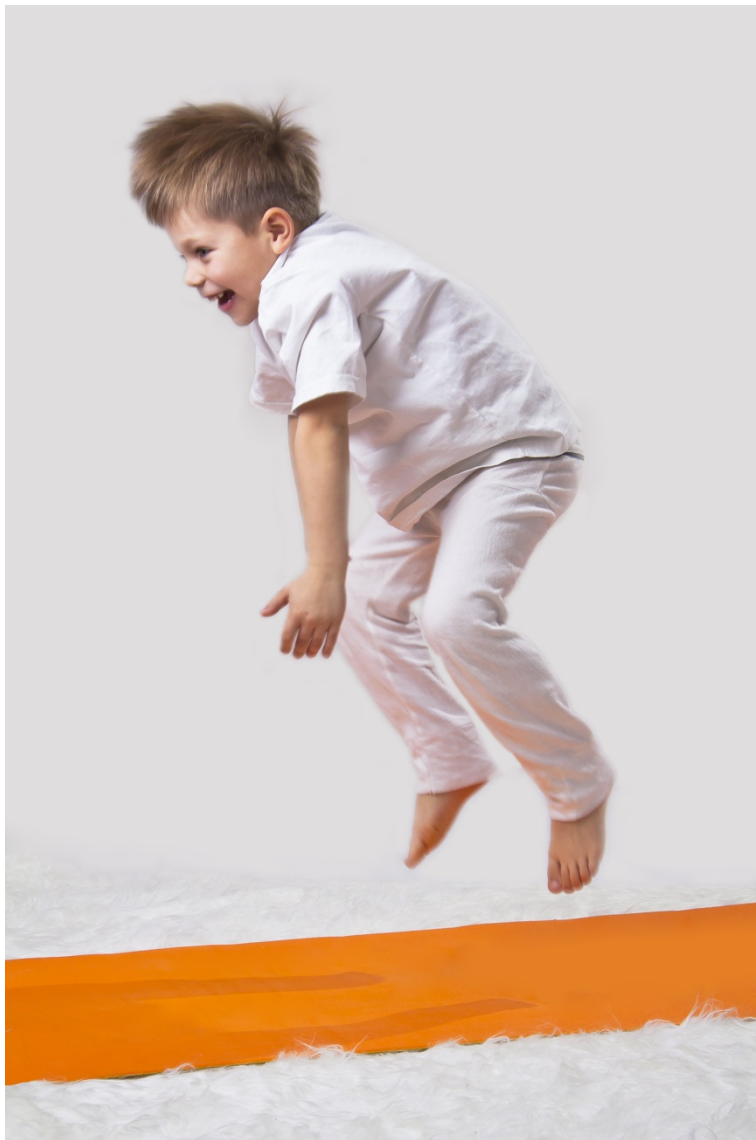
<sup>2</sup> Les organismes et programmes sont indiqués suivant l'ordre alphabétique.

## 5. POINTS SAILLANTS POUR SOUTENIR LA PRATIQUE D'ACTIVITÉS PHYSIQUES ET SPORTIVES

- ❖ Les activités physiques et sportives ont des effets bénéfiques sur les plans physique, psychologique, social et cognitif pour les jeunes ayant une déficience langagière qui sont transférables à différentes situations de la vie quotidienne.
- ❖ Cependant, les jeunes peuvent vivre des contraintes face à la pratique d'activités physiques et sportives qui peuvent être dues à la déficience langagière, aux troubles associés à celle-ci et/ou à l'environnement physique et social de l'activité.
- ❖ Les manifestations des troubles du langage et de la parole varient d'un jeune à l'autre et peuvent s'observer par des difficultés à comprendre les questions, les consignes, les explications ou encore, par des difficultés à s'exprimer (ex.: prononciation des sons, formulation des phrases, choix de mots, organisation du discours). Des difficultés cognitives, motrices et sensorielles peuvent être associées aux troubles du langage oral, ce qui contribue à réduire davantage la participation sociale des jeunes aux activités physiques et sportives.
- ❖ Ils existent différentes stratégies de communication et divers moyens afin de diminuer les contraintes et d'améliorer les interventions auprès des jeunes avec une déficience langagière. Les moyens les plus importants à retenir sont :
  - **Adopter une routine** dans l'organisation du cours, dans les exercices présentés (ex. : période d'échauffement).
  - **Utiliser une structure** dans la façon de transmettre vos messages (ex. : donner des consignes brèves et précises, s'assurer que le jeune vous regarde, qu'il est attentif).
  - **Favoriser une certaine constance** entre les intervenants qui gravitent autour du jeune (ex. : mêmes approches et façons de communiquer avec le jeune).
  - **Démontrer et répéter** (ex. : utiliser les mêmes énoncés verbaux, les mêmes mots pour expliquer une activité ou un mouvement à pratiquer).
  - **Utiliser un soutien visuel** pour faciliter la compréhension du jeune, l'aider à se centrer sur la tâche, l'aider à s'exprimer (ex. : des images, des symboles significatifs, des pictogrammes, des vidéos).

❖ Les mots-clés à retenir lorsqu'on intervient avec des jeunes ayant une déficience langagière sont :

- **Routine**
- **Structure**
- **Constance**
- **Répétition**
- **Soutien visuel**



La photo représente un jeune garçon sautant dans les airs

## RÉFÉRENCES

1. Jeunes en forme Canada. (2013). *Conduisons-nous nos enfants à adopter des habitudes malsaines ? Le Bulletin 2013 de l'activité physique chez les jeunes de Jeunes en forme Canada*. Toronto: Jeunes en forme Canada.
2. Solish, A., Perry, A., & Minnes, P. (2010). Participation of Children with and without Disabilities in Social, Recreational and Leisure Activities. *Journal of Applied Research in Intellectual Disabilities*, 23(3), 226-236.
3. Fujiki, M., Brinton, B., Isaacson, T., & Summers, C. (2001). Social Behaviors of Children with Language Impairment on the Playground: A Pilot Study. *Language, Speech, and Hearing Services in Schools*, 32(2), 101-113.
4. Visscher, C., Houwen, S., Moolenaar, B. E. N., Lyons, J. I. M., Scherder, E. J. A., & Hartman, E. (2010). Motor proficiency of 6- to 9-year-old children with speech and language problems. *Developmental Medicine & Child Neurology*, 52(11), e254-e258. doi: 10.1111/j.1469-8749.2010.03774.x
5. Vukovic, M., Vukovic, I., & Stojanovic, V. (2010). Investigation of language and motor skills in Serbian speaking children with specific language impairment and in typically developing children. *Research in Developmental Disabilities*, 31(6), 1633-1644. doi: <http://dx.doi.org/10.1016/j.ridd.2010.04.020>
6. Statistique Canada. (2007). *L'Enquête sur la participation et les limitations d'activités de 2006 : rapport analytique*. Ottawa: Gouvernement du Canada.
7. Carbonneau, H., Roult, R., Dugas, C., Trudeau, F., & Dumont, C. (2012). *Choisir de Gagner : Le défi des saines habitudes de vie pour les jeunes ayant une limitation fonctionnelle : Rapport de l'état de situation [Document confidentiel]*. Trois-Rivières: Université du Québec à Trois-Rivières.
8. Statistique Canada. (2008). *L'Enquête sur la participation et les limitations d'activités de 2006 : Profil d'éducation des enfants avec incapacités au Canada*. Ottawa: Gouvernement du Canada
9. Dudley, J. G., & Delage, J. (1990). *Le langage en suspens*. Saint-Lambert: Heritage.
10. Premiers mots. (2013). *Parole et langage*. Page consultée le 7 juin 2013, à <http://firstwords.ca/fr/professionnels-de-la-sante/ressources/parole-et-langage/>
11. Lussier, F., & Flessas, J. (2009). *Neuropsychologie de l'enfant : troubles développementaux et de l'apprentissage*. Paris: Dunod.
12. Association des établissements de réadaptation en déficience physique au Québec. (2005). *Cadre structurant la programmation des services spécialisés de réadaptation pour les jeunes ayant une déficience du langage (0-18 ans)* (2 éd.). Montréal: Association des établissements de réadaptation en déficience physique au Québec.
13. Association québécoise de la dysphasie. (2012). *La dysphasie*. Page consultée le 15 août, 2012, à <http://www.dysphasie.qc.ca/fr/index.php>



14. Reed, V. (2012). *An introduction to children with language disorders* (4e éd.). Boston: Pearson.
15. Chevrie-Muller, C., & Narbona, J. (2007). *Le langage de l'enfant : Aspects normaux et pathologiques*. Issy-les-Moulineaux: Elsevier Masson.
16. Pannetier, É. (2004). La dysphasie et le retard de langage : comment résoudre l'énigme ? *Le Clinicien*, 19(11), 89-95.
17. Cabinet d'orthophonie Vicki Laframboise. (2009). *Dysphasie (Trouble primaire du langage)*. Page consultée le 5 septembre, 2012, à <http://www.cabinetorthophonie.com/dysphasie.html>
18. Boissonneault, J. (2011). *Les manifestations de la dysphasie à l'adolescence*. Page consultée le 18 juin, 2013, à <http://www.blogorthophonie.com/chronique-1059>
19. De Brito, C. (2011). *Quelles sont les manifestations de la dysphasie de 6 à 12 ans ?* Page consultée le 18 juin 2013, à <http://www.blogorthophonie.com/chronique-1004>
20. Beyer, R., Flores, M. M., & Vargas-Tonsing, T. M. (2009). Strategies and Methods for Coaching Athletes with Invisible Disabilities in Youth Sport Activities. *The Journal of Youth Sports*, 4(2), 10-15.
21. Ministère de l'Éducation du Loisir et du Sport. (2007). *L'organisation des services éducatifs aux élèves à risque et aux élèves handicapés ou en difficulté d'adaptation ou d'apprentissage (EHDAA)*. Québec: Gouvernement du Québec.
22. Anderson, L. S., & Heyne, L. A. (2012). Flourishing through Leisure: An Ecological Extension of the Leisure and Well-Being Model in Therapeutic Recreation Strengths-Based Practice. *Therapeutic Recreation Journal*, 46(2), 129-152.
23. Janssen, I., & LeBlanc, A. G. (2010). Systematic review of the health benefits of physical activity and fitness in school-aged children and youth. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 7(40), 1-16.
24. Auger, D., & Fortier, J. (2006). *Les bénéfices du loisir*. Communication présentée au Musée de la civilisation, Exposition 2008, Québec.
25. Carruthers, C. P., & Hood, C. D. (2007). Building a Life of Meaning Through Therapeutic Recreation: The Leisure and Well-Being Model, Part I. *Therapeutic Recreation Journal*, 41(4), 276-297.
26. Hood, C. D., & Carruthers, C. P. (2007). Enhancing Leisure Experience and Developing Resources: The Leisure and Well-Being Model, Part II. *Therapeutic Recreation Journal*, 41(4), 298-325.
27. Lord, E., & Patterson, I. (2008). The Benefits of Physically Active Leisure for People with Disabilities: An Australian perspective. *Annals of Leisure Research*, 11(1/2), 123-144.
28. Institut National de la Santé et de la Recherche Médicale. (2008). *Activité physique : contexte et effets sur la santé*. Paris: Éditions INSERM.
29. Le Breton, D. (2003). Activités physiques et sportives et intégration: aspects anthropologiques. *Empan*, 3(51), 58-64.

30. Zelaznik, H. N., & Goffman, L. (2010). Generalized Motor Abilities and Timing Behavior in Children With Specific Language Impairment. *Journal of Speech, Language, and Hearing Research*, 53(2), 383-393.
31. Flory, S. (2000). Identifying, assessing and helping dyspraxic children. *Dyslexia*, 6(3), 205-208. doi: 10.1002/1099-0909(200007/09)6:3<205::aid-dys2172>3.0.co;2-#
32. Gérard, C.-L. (1991). *L'enfant dysphasique*. Paris: Éditions universitaires.
33. Bishop, D. V. M. (2002). Motor immaturity and specific speech and language impairment: Evidence for a common genetic basis. *American Journal of Medical Genetics*, 114(1), 56-63. doi: 10.1002/ajmg.1630
34. Powell, R. P., & Bishop, D. V. M. (1992). Clumsiness and Perceptual Problems in Children with Specific Language Impairment. *Developmental Medicine & Child Neurology*, 34(9), 755-765. doi: 10.1111/j.1469-8749.1992.tb11514.x
35. Hill, E. L. (2001). Non-specific nature of specific language impairment: a review of the literature with regard to concomitant motor impairments. *International Journal of Language & Communication Disorders*, 36(2), 149-171. doi: 10.1080/13682820010019874
36. Leonard, L. B. (2000). *Children with specific language impairment*. Cambridge: MIT Press.
37. Association Dysphasie plus. (2011). *Particularités des enfants atteints de dysphasie*. Page consultée le 15 août, 2012, à <http://www.dysphasieplus.com/page/dysphasie.html>
38. Cowart, B. L., Saylor, C. F., Dingle, A., & Mainor, M. (2004). Social Skills and Recreational Preferences of Children With and Without Disabilities. *North American Journal of Psychology*, 6(1), 27-42.
39. Brinton, B., & Fujiki, M. (1997). The ability of children with specific language impairment to access and participate in an ongoing interaction. *Journal of Speech, Language & Hearing Research*, 40(5), 1011-1025.
40. Yantzi, N. M., Young, N. L., & Mckeever, P. (2010). The suitability of school playgrounds for physically disabled children. *Children's Geographies*, 8(1). doi: 10.1080/14733281003650984
41. Paul, R., & Norbury, C. F. (2012). *Language disorders from infancy through adolescence : listening, speaking, reading, writing, and communicating*. St-Louis: Elsevier Mosby.
42. Beukelman, D. R., & Mirenda, P. (2013). *Augmentative & alternative communication : supporting children and adults with complex communication needs* (4e éd.). Baltimore: Paul H. Brookes Publishing.
43. Pech-Georgel, C., & George, F. (2002). *Approches et remédiations des dysphasies et dyslexies*. Marseille: Solal.
44. Michallet, B., & Boudreault, P. (2013). *Démarche novatrice d'évaluation des besoins des enfants et adolescents dysphasiques et stratégies d'intervention*. Trois-Rivières: Université du Québec à Trois-Rivières [sous presse].