



# LA FEDERATION FRANCAISE DE KARATE ET LE PUBLIC HANDICAPE

**La loi du 11 Février 2005** énonce que « constitue un handicap toute limitation d'activité ou restriction de participation à la vie en société subie dans son environnement par une personne en raison d'une altération substantielle, durable ou définitive d'une ou plusieurs fonctions physiques, sensorielles, mentales, cognitives ou psychologiques d'un polyhandicap ou d'un trouble de santé invalidant. »

- Le **handicap moteur** peut se décliner sous trois formes :
  - congénitale : myopathie, maladie Lobstein, infirmes moteur cérébraux (IMC) ;
  - handicap acquis suite à un accident : traumatisme crânien, paraplégique, tétraplégique ;
  - handicap acquis à la suite d'une maladie : poliomyélite, maladie infectieuse de type périphérique.
- Le **handicap mental** se décline selon plusieurs niveaux et plusieurs formes :
  - trois niveaux du handicap mental : léger, modéré et sévère ;
  - le retard du développement intellectuel global.
- Le **handicap sensoriel** :
  - auditif ;
  - visuel.

Pour chaque handicap, qu'il soit mental ou physique la pratique du karaté et des disciplines associées peut être une pratique intéressante dans la construction d'un enfant ou le bien être d'un adulte.

L'ouverture des clubs de la fédération à ces publics et le lieu de mixité qu'ils représentent sont aussi important que la pratique elle-même.

L'objectif de la Fédération Française de Karaté est de permettre l'intégration des personnes handicapées dans le club de karaté. Il s'agit d'adapter la pratique sans la dénaturer en conservant ce qui en fait une pratique martiale.



- La **Fédération Française de Karaté dispose d'une Commission Nationale Handi-Karaté** qui a pour missions de :
  - recenser les expériences d'intégration des personnes handicapées dans les clubs ;
  - intervenir dans la mise en place de programmes de passages de grades spécifiques ;
  - organiser des manifestations pour la médiatisation et la sensibilisation auprès du grand public ;
  - établir des conventions avec les fédérations ou les organismes compétents qui oeuvrent dans le domaine du handicap.

- Si l'on note quelques initiatives individuelles dans des C.A.T. (Centres d'Aide par le Travail) ou I.M.E. (Instituts Médico-Educatifs), la ligue Poitou Charente est précurseur des actions vers un public handicapé mental. C'est pourquoi, à l'image de cette action la Fédération Française de Karaté souhaite promouvoir et développer cette forme de pratique. Un projet de convention entre la Fédération Française de Karaté et la Fédération Française du Sport Adapté est aujourd'hui à l'étude.





## METTRE EN PLACE UN PROJET

***Vous êtes éducateur de karaté, une personne handicapée est venue s'inscrire dans votre club et vous ne savez pas comment l'accueillir ?***

Voici la démarche que vous propose la Fédération Française de Karaté :

### **1. Connaître le handicap de la personne et les précautions qui en découlent.**

Qu'il soit sourd ou malentendant, tétraplégique, paraplégique, en fauteuil ou non, qu'il soit mal ou non voyant, trisomique ou épileptique, chaque individu accuse un niveau de handicap différent. Selon ceux-ci il ne pourra pas faire certains mouvements ou exercices.

### **2. Associer la famille, l'éducateur ou le médecin qui accompagne.**

Afin de le connaître au mieux, l'éducateur sportif doit consulter les proches de l'individu. Ces derniers seront à même d'indiquer les précautions face au handicap.

### **3. Etablir un diagnostic sur les capacités restantes.**

L'éducateur de karaté pourra ainsi, en fonction de son enseignement, des volontés de l'individu et surtout en fonction des capacités restantes adapter au mieux la pratique.

### **4. Se former**

Quelques organisations (de plus en plus nombreuses) proposent des stages d'information sur la pratique physique pour le public handicapé. Il est important que l'éducateur se remette en cause face à son enseignement et participe à ces stages. La Fédération Française de Karaté proposera prochainement des outils d'accompagnement des éducateurs accueillant ce type de public.

### **5. Compétitions, grades et diplômes**

La Fédération Française de Karaté propose d'ores et déjà chaque année des passages de grades adaptés. Des expérimentations de compétitions existent, pour plus de renseignement adressez-vous à la Commission Nationale Handi-Karaté.

***Vous êtes éducateur de karaté, vous êtes convaincu des valeurs constructives et socialisantes du karaté sur la santé et le bien-être des personnes handicapées et vous souhaitez développer une action concrète ?***

Voici la démarche que vous propose la Fédération Française de Karaté :

### **1. Recruter le public**

Vous devez tout d'abord vous fixer des objectifs à atteindre afin de cibler un public particulier. Les Maisons Départementales des Personnes Handicapées sont les structures les plus pertinentes pour mobiliser ce dernier. Vous pouvez également vous adresser auprès de certaines écoles spécialisées dans le handicap, les Instituts Médico-Educatif (I.M.E.) ou les Centres d'Aide par le Travail (C.A.T.) pour le handicap mental.

Vous pouvez interroger le référent « Sport Handicap » de votre D.D.J.S. ou au Pôle de Ressources National « Sport et Handicap ».

### **2. Les précautions.**

Vous devez vous assurer des précautions à prendre propres au type de public de votre projet. Vous devez vous entourer des personnes compétentes capables de vous prémunir des risques liés à la pratique physique pour ce type de population.

### **3. Les aides financières.**

Outre les aides des collectivités territoriales (Conseils Généraux et Régionaux, Villes, Communautés de Communes) vous pouvez obtenir des financements pour ce type de projet auprès des services déconcentrés de la Jeunesse et des sports, de la Direction Régionale des Affaires Sanitaires et Sociales, de la Caisse d'Allocation Familiale ou de la Caisse Régionale d'Assurance Maladie.

### **4. L'évaluation.**

En fonction des objectifs que vous vous êtes fixés vous devez pouvoir évaluer votre action. Cette appréciation vous permettra de pérenniser ou ré-orienter votre action et vous servira de nouvel objectif pour le futur projet. Les partenaires financiers sont demandeurs de ces bilans.

### **5. La promotion.**

Lors de la réalisation de tels projets, n'oubliez pas de prévoir un plan de communication afin de vous assurer un suivi tout au long de la réalisation, mais également après l'échéance de celle-ci. La fédération, à travers son site Internet et la revue peut-être un support performant de communication.



## EXEMPLES DE PROJETS MIS EN PLACE

### LE MOT DE LA RESPONSABLE DE LA COMMISSION HANDI-KARATE



**Marie-Catherine  
MARESCAUX-CHABERT**

- présidente de la ligue de Seine et Marne

Nous avons créé une Commission Nationale Handi-Karaté en 2001 sous l'impulsion de pratiquants ou professionnels de la santé spécialisés dans le handicap.

Nos objectifs étant de permettre l'intégration des personnes handicapées dans le club de karaté. Il s'agit d'adapter la pratique sans la dénaturer en conservant ce qui en fait une pratique martiale.

Les personnes concernées par la démarche Handi-Karaté doivent être bien identifiées comme des personnes handicapées, c'est-à-dire reconnues par la C.O.T.O.R.E.P. (Commission Technique d'Orientation et de Reclassement Professionnel) pour les adultes à partir de 20 ans ou la C.D.E.S. (Commission Départementale d'Education Spéciale) pour les moins de 20 ans.

On considère que c'est pour un taux d'invalidité de 10 à 20% minimum que les pratiquants sont redevables de la voie Handi-Karaté.

### Karaté Adapté dans la ligue Poitou Charente.



Les besoins fondamentaux d'une personne en situation de handicap mental sont de contrôler ses émotions, ses angoisses, de prendre conscience de son corps et donc de son potentiel physique, d'avoir des repères sécurisant. Le karaté comme art martial répond tout à fait à ces besoins et permet par l'accueil avec l'ouverture des clubs de créer un lien social épanouissant pour ce public soit disant inadapté à la vie ordinaire. La ligue Poitou Charente est novatrice dans ce domaine. Depuis maintenant trois ans, Alain Georgeon et ses collaborateurs s'efforcent de créer l'émulation nécessaire au développement de cette pratique. La ligue Poitou Charente compte actuellement 5 clubs affiliés à la Fédération Française du Sport Adapté.

### Karaté et langues des signes

Avec une ceinture noire 1er dan et un DIF en poche, Anne Goudenove s'est lancée dans un projet d'accessibilité au karaté pour les sourds avec l'utilisation de la langue des signes.



Cette initiative (remarquable et exemplaire) vient de l'envie de faire partager à son fils sourd sa passion pour les arts martiaux. Rapidement elle a senti que les méthodes pédagogiques existantes ne suffisaient plus et/ou n'étaient pas adaptées. Grâce à sa collaboration avec François Khalef (sourde), et en partenariat avec l'Institut de Recherches sur les Implications de la Langue des Signes, les signes nécessaires pour permettre la pratique du karaté ont été identifiés et présentés dans un DVD « Karaté et Langues des Signes ». Ce DVD, en cours de réalisation récapitule plus de 400 signes et explications en LSF. Permettant aux sourds et malentendants de comprendre le karaté, ce DVD devrait être également un outil pédagogique pour les enseignants qui accueillent des élèves sourds et malentendants dans leur club.

### Les arts martiaux m'ont sauvé la vie

Stéphane a un handicap physique arthrogrypose. Après plusieurs années sur un lit d'hôpital à se passionner pour les films de Bruce Lee, il se jure qu'un jour il pratiquera l'art à mains nues. C'est à l'âge de 15 ans qu'il enfile son premier kimono et par la même occasion qu'il voit la première porte s'ouvrir devant lui. Stéphane va pratiquer assidûment enchaînant les stages, les compétitions et multipliant les rencontres. S'entraînant « à la nomade » il assure que son kimono sur le dos, il n'a jamais croisé un regard méprisant. « Le karaté nous apprend à ne pas sous-estimer son adversaire ».

Stéphane prône un enseignement adapté au handicap par des professeurs compétents et humbles mais avant tout il insiste sur la nécessité de mixité et d'échange.

Le karaté ouvre ses portes à toutes et à tous, les clubs sont un lieu de rencontres et d'échanges, la pratique du karaté un outil de communication et de socialisation.



Stéphane Alvergne, CN 1<sup>er</sup> dan

### Programme Karaté dans l'Hôpital

Avec l'association Premiers de Cordée, la Fédération Française de Karaté intervient dans les services pédiatriques des hôpitaux. Le programme « Sport dans l'Hôpital » de l'association y développe des rencontres entre sportifs et jeunes hospitalisés : débats, démonstrations, initiations. L'objectif est de permettre aux enfants de reprendre confiance et de s'initier un tant soit peu à une certaine forme d'activité physique. Ce sont chaque année 5 journées d'initiations encadrées par des professeurs de karaté qualifiés accompagnés de champions du monde qui sont organisées dans les services de pédiatrie des hôpitaux parisiens.

A partir de 2007 l'action va se décentraliser dans les villes de Nantes, Strasbourg et Lyon. Une convention est en cours d'élaboration entre la fédération et Premiers de Cordée.





## RESSOURCES ET CONTACTS

### **LA FEDERATION FRANCAISE DE KARATE**

#### **Une Commission Nationale Handikaraté**

Responsable Mme Marie-Catherine Marescaux-Chabert

[seineetmarne@ffkama.fr](mailto:seineetmarne@ffkama.fr)

#### **Un coordinateur national**

M. Florent Gaubard

06 84 34 24 32

[florent.gaubard@ffkarate.fr](mailto:florent.gaubard@ffkarate.fr)

#### **Karaté Adapté**

Alain Georgeon

06.61.50.99.03

[alain.georgeon@wanadoo.fr](mailto:alain.georgeon@wanadoo.fr)

**Une rubrique actualisée sur le site officiel de la Fédération Française de Karaté**

[www.ffkarate.fr](http://www.ffkarate.fr)

### **DES PARTENAIRES SPORTIFS**

#### **Le Pôle Ressources National Sport et Handicap**

[www.creps-centre.jeunesse-sports.gouv.fr](http://www.creps-centre.jeunesse-sports.gouv.fr)

CREPS de la région Centre

48 avenue du Maréchal Juin - 18000 Bourges

Tél : 02 48 48 01 44 - Fax : 02 48 48 06 06

[cr018@jeunesse-sports.gouv.fr](mailto:cr018@jeunesse-sports.gouv.fr)

#### **Des référents « Sport Handicap » dans chaque DDJS, DRJS**

Sur le site

[www.jeunesse-sports.gouv.fr](http://www.jeunesse-sports.gouv.fr)

#### **La Fédération Française du Sport Adapté**

[www.ffsa.asso.fr](http://www.ffsa.asso.fr)

#### **La Fédération Française Handisport**

[www.handisport.org](http://www.handisport.org)

#### **La Fédération Sportive des Sourds de France**

#### **L'agence pour l'Education Par le Sport (Fais-nous rêver)**

[www.appels.org](http://www.appels.org)

47, rue Max Dormoy 75018 Paris

Tel : 01 44 54 94 94

[contact@fais-nous-rever.com](mailto:contact@fais-nous-rever.com)