**Zeitschrift:** Macolin : revue mensuelle de l'École fédérale de sport de Macolin et Jeunesse + Sport

**Herausgeber:** École fédérale de sport de Macolin

**Band:** 47 (1990)

**Heft:** 1

**Artikel:** L'aviron à la portée des aveugles et des malvoyants

**Autor:** Ming, Frauke

**DOI:** https://doi.org/10.5169/seals-998179

**Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

**Conditions d'utilisation**

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

**Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

**Download PDF:** 12.07.2025

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch**

# L'aviron à la portée des aveugles et des malvoyants

Frauke Ming
Traduction: Michel Burnand

Juillet 1985, championnats suisses juniors d'aviron: dans la catégorie des 15/16 ans, quatre Bâlois viennent de remporter la médaille d'or en huit et celle d'argent en quatre. Cette performance a ceci de particulier – et de remarquable – qu'un des protagonistes est aveugle de naissance.

Cet exploit a permis de découvrir qu'en fait, dans ce sport, la vue n'était pas un facteur aussi important qu'on ne le croyait. A vrai dire, la carrière de Remo – c'est son nom – ressemble à celle de ses camarades. En automne 1983, il prend place pour la première fois dans un bateau à rames. C'est très rapidement et avec beaucoup d'enthousiasme qu'il apprend la technique élémentaire, dans différentes embarcations. Après un hiver d'inactivité, il commence par participer au programme général du club pour, en automne, s'aligner dans sa première régate en qualité de chef de nage d'un quatre de couple. Ce quatuor s'entraîne durant tout l'hiver suivant et termine sa saison en apothéose, par la conquête des deux médailles mentionnées.

Si ce succès n'a rien de surnaturel, il a néanmoins nécessité la présence:

- d'une personne ayant le courage de s'approcher d'un jeune aveugle et désirant surmonter des obstacles généralement dus à des préjugés;
- de parents prêts à amener Remo au club après l'école;
- d'un entaîneur possédant et sentant suffisamment la technique de l'aviron pour donner des conseils par des voies tactiles et kinesthésiques à ses protégés;
- d'équipiers disposés à conduire Remo à travers les installations qu'il ne connaissait pas, à lui «prêter leurs yeux», à faire preuve de la patience nécessaire et à ne jamais le perdre complètement de vue à l'entraînement et pendant les compétitions.

*Les parents de Remo...*

... ont vu leurs objectifs se réaliser pleinement. Ils sont convaincus que grâce à cet entraînement, leur fils a gagné en assurance et acquis une plus grande indépendance. La camaraderie a été excellente au sein de l'équipe et a permis à Remo d'être considéré par les autres comme un de leurs égaux, ayant les mêmes droits et les mêmes devoirs qu'eux. La nécessité de l'accompagner à l'entraînement n'a pas été ressentie comme une charge.

Les jeunes sont faciles à motiver lorsqu'il s'agit de prendre des égards pour un camarade handicapé. C'est ailleurs que réside souvent le problème: pour une raison ou pour une autre, l'entraîneur ne semble pas pouvoir assumer le surcroît de travail qui découle d'une telle situation. Le cas de Remo ne fait pas exception à la règle. Sa seconde saison fut moins bonne que la première: d'une part, les différences d'âge obligèrent l'équipe à se dissoudre et, d'autre part, Remo ne put se mettre au rythme des plus jeunes rameurs, en raison d'une inactivité forcée durant la «pause d'été». Les résultats restèrent certes bons, mais l'esprit d'équipe n'était plus le même. Enfin, le travail scolaire contraignit Remo à «raccrocher».

Si les cours organisés chaque année avec le soutien de la Fédération suisse de sport handicap (FSSH) et de divers clubs d'aviron rencontrent moins d'écho dans la presse, ils n'en constituent pas moins une excellente occasion de faire vivre des expériences uniques en leur genre à ceux qui les suivent. L'activité physique intense, l'esprit d'équipe, la glisse du bateau sur l'eau, le fait d'être proche de la nature, l'égalité entre «bien-voyants», malvoyants et aveugles sont autant d'éléments positifs et stimulants. Seule condition: la présence, dans l'embarcation – peu importe à quelle place –, d'une personne douée d'une vue normale.

En pratiquant l'aviron avec des handicapés de la vue, on s'aperçoit de la grande diversité existant entre eux: si certains exécutent leurs coups comme des rameurs expérimentés dès les premières explications, d'autres ont plus de peine et mettent davantage de temps à assimiler la technique, en raison d'un manque d'expériences motrices. Mais c'est précisément pour eux qu'il importe de trouver un sport à leur convenance!

Il est simplement regrettable que l'enthousiasme et la joie d'une telle pratique sportive dépendent, dans une très large mesure, de l'initiative de quelques-uns qui ont la force de lutter contre l'inertie générale, mais plus marquée encore chez les handicapés.

*Les jeunes sont faciles à motiver...*

## Les dangers qui guettent le rameur malvoyant

L'aviron est un sport idéal pour les malvoyants puisque, en plus de solliciter l'ensemble de la musculature et le système cardio-vasculaire, il ne fait pas appel à la vue. Il ne présente donc pratiquement aucun risque pour eux. Quelques points méritent toutefois d'être relevés:

*Cours pour débutants avec malvoyants intégrés à l'équipe.*

- Le rameur malvoyant/aveugle sait-il nager? Dans les très rares cas de dessalage, s'il est vrai que l'on est tout près des parties flottantes de l'embarcation, il faut néanmoins être capable de se maintenir à la surface de l'eau pendant quelques instants sans céder à la panique.
- Y a-t-il des arêtes saillantes et des trous dans la zone du hangar à bateaux? L'idéal est de disposer d'éléments de repère tels que limites de revêtements de sol, barrières, «astuces» acoustiques, etc., sans lesquels il est nécessaire de guider les aveugles.
- Des chevalets, des porte-bateaux, etc. encombrent-ils le chemin? Chaque membre du club veillera à ce que les voies d'accès soient dégagées.

Sur le plan médical, il n'existe pas de contre-indications à la pratique de l'aviron par les malvoyants et les aveugles.

## Comment s'y prendre pour ramer avec des malvoyants

Outre la nécessité de savoir ramer, la première chose est de se débarrasser de sa gêne. La FSSH cherche régulièrement des rameurs pour encadrer les malvoyants qui suivent les cours d'aviron organisés chaque année à leur intention. Aux handicapés de la vue qui s'enquièrent de la possibilité existant dans ce domaine, on peut répondre sans hésiter que la chose est faisable, car ceux qui osent poser cette question ne manquent pas de dire ce qu'ils sont capables de faire sans aide ou non.

Il n'est cependant pas inutile de donner quelques conseils:

- On commencera par explorer le terrain en lignes droites, en cherchant ensemble des points de repère.
- Avant d'enseigner les mouvements, il faut prendre le temps de faire découvrir le matériel en le palpant et en expliquant ses fonctions.
- L'embarquement et le débarquement prennent plus de temps, le malvoyant devant tout chercher à tâtons: planchette, siège, cale-pieds, etc. Petit à petit, il y parviendra plus rapidement et arrivera même, par exemple, à fixer lui-même l'aviron sur le tolet.
- C'est de préférence par étapes progressives qu'on enseignera la technique de l'aviron: exercices d'équilibre, maniement des rames, puis exécution avec les bras seulement et, enfin, mouvement complet. Le processus est à peu près le même que celui que l'on adopte d'ordinaire avec des débutants dans de grandes embarcations.
- Tous les repères optiques servant à guider le mouvement, à sentir la position de l'aviron dans l'eau ou celle de la main et du corps, etc., doivent être remplacés par des indications acoustiques et tactiles. Il est par conséquent d'autant plus important que les bateaux soient bien réglés. Pour se rendre compte du problème, on recommande de faire un essai en ramant les yeux fermés.
- Il convient de commencer par expliquer et exercer la manière de donner les instructions et les commandements.
- «Voir», pour un aveugle, c'est tâter. C'est aussi de cette façon qu'il perçoit les positions du corps et les engins. Quant aux malvoyants, ils s'efforcent d'utiliser le restant de leurs facultés visuelles plutôt que de recourir au tâtonnement. Souvent, cela ne suffit toutefois pas, d'où la nécessité, en aviron, de leur rappeler de fermer les yeux, d'autant que les reflets les empêchent de se concentrer sur les gestes à exécuter.

*Les deux entraîneurs de Remo...*

... ont estimé que sa présence avait constitué une expérience positive, tant pour eux-mêmes que pour l'équipe. Ils seraient tout de suite prêts à recommencer si un cas analogue se présentait, en dépit du travail supplémentaire qui en résulte fatalement, surtout lors de régates.
Les corrections relatives au maniement de la pelle ont constitué la principale difficulté, vu la peine qu'ils éprouvaient à faire passer le message par des moyens kinesthésiques. Ils avaient l'impression que Remo craignait de commettre des erreurs et que sa confiance en soi, déjà faible au départ, risquait d'être ébranlée encore plus par chaque rectification faite à l'entraînement. Il était également difficile de ne pas attribuer les fautes de Remo à son handicap, notamment en cas de cadence élevée des coups ou d'impulsion explosive à donner avec les jambes, ou encore lors d'un effort total.

- La pitié n'est pas de mise. On confiera également des tâches aux malvoyants en des invitant, par exemple, à participer au nettoyage et au rangement des bateaux.

Pour conclure, rappelons que la déficience visuelle est l'unique point commun des malvoyants et des aveugles. Ceux-ci ont tous leur personnalité, au même titre que les bien-portants. La nature de leur handicap, le moment où ils en ont été frappés, leur environnement social, leurs intérêts personnels et les expériences différentes ont fait de chacun d'eux un être qui se distingue des autres. Il faut y penser, même si la chose va de soi. ■

*Peu à peu, les malvoyants parviennent à mettre eux-mêmes leur matériel en place.*