

Contexte et problématique

Les jeunes avec déficience intellectuelle rencontrent des défis multiples, notamment en termes de développement moteur, social et émotionnel. **Les Activités Physiques Adaptées** (APA) offrent un potentiel important pour répondre à ces besoins, mais leurs impacts restent peu étudiés.

Présentation du projet

Cette recherche vise à **observer, mesurer et analyser** l'impact des APA mises en œuvre dans les Instituts Médico-Educatifs (IME), afin de contribuer à une meilleure compréhension des pratiques actuelles et de leur apport au bien-être et au développement des jeunes. Aucun changement ou ajustement des pratiques ne sera effectué dans le cadre de ce projet.

Objectifs principaux

- **Identifier des APA cohérentes aux besoins et aux capacités des jeunes**, tout en respectant les spécificités de chaque établissement
- **Évaluer l'impact des APA** sur le développement moteur, cognitif et psychosocial des jeunes (12-16 ans) en IME
- **Partager et valoriser les approches pédagogiques** des professionnels favorisant le développement des jeunes
- Contribuer à l'**amélioration des pratiques éducatives et les politiques d'inclusion** dans les ESMS

Par ailleurs, à l'issue de nos recherches en IME et dans la littérature, nous viserons à concevoir des programmes d'APA systématisés, intégrés et fondés sur les dernières connaissances validées.

a

Qui suis-je ?

Lucie MARQUES LIMA

Doctorante en Sciences et techniques des Activités Physiques et Sportives (STAPS)
Encadrée par Nounagnon Agbangla et Williams Nuytens
Université d'Artois - Laboratoire URePSSS (équipe 2 « SHERPAS »)

Mon pourquoi ?

“Depuis mes premières expériences, j'ai découvert le potentiel des APA pour améliorer le quotidien des personnes vulnérables. Cette conviction me guide aujourd'hui dans ce projet. Je crois profondément que chaque jeune doit avoir accès à des opportunités qui favorisent son bien-être, son autonomie et son inclusion sociale. Travailler auprès de jeunes atteints de déficience intellectuelle me permet d'unir mes passions pour l'accompagnement, la recherche et l'action concrète. Ce projet de thèse est plus qu'une étape académique : c'est une démarche engagée pour valoriser et soutenir les pratiques éducatives et médico-sociales en France et à l'échelle européenne.”

Contact



lmarqueslima@vieactive.asso.fr



@luciemarqueslima

Pour plus d'informations sur la thèse



Sujet de thèse par Lucie MARQUES LIMA

Mesurer les effets de l'activité physique chez les jeunes déficients intellectuels en Instituts Médico-Educatifs



Méthodologie et étapes

Public cible : IME LVA - Enfants et adolescents âgés de 12 à 16 ans avec déficience intellectuelle.

Placée sous la responsabilité scientifique du laboratoire URePSSS (équipe 2 SHERPAS) qui se spécialise dans l'évaluation des impacts des APA sur des publics spécifiques, la méthodologie de ce projet s'appuie sur des méthodes d'observation et d'analyse validées par la communauté scientifique.

1

Rencontre et immersion IME

Mars à juin 2025

Discussion avec les équipes éducatives pour s'imprégner des pratiques.

Observation initiale des activités pour identifier les dynamiques existantes.

2

Mesures initiales

Janvier à mars 2026

Premières mesures adaptées (base de référence), ludiques et bienveillantes, dans un environnement familial pour les jeunes.

Capacités motrices, cognitives et psychosociales des jeunes : condition physique, fonctions exécutives, habiletés sociales, gestion des émotions et des comportements.

3

Observation des activités

Janvier à juin 2026

Observation des programmes adaptés et présence participative et discrète.

Échanges collectifs et individuels pour compléter les observations recueillies.

4

Mesures finales

Avril à juin 2026

Répétition des mesures de l'étape 2 afin de comparer les données et d'identifier les évolutions.

5

Analyse des résultats

Juillet à décembre 2026

Comparaison des résultats avant et après l'intervention (traitement anonyme et collectif, sans jugement ou évaluation des pratiques).

Identifier des tendances et mieux comprendre l'impact des APA sur les jeunes.

Janvier à octobre 2027

Rédaction, soutenance, production d'une synthèse claire et accessible, valorisation de l'IME et identification de l'ensemble des bonnes pratiques afin d'enrichir ses activités futures.

Résultats attendus et perspectives

Amélioration des compétences motrices
(ex : coordination, équilibre).

Renforcement des habiletés sociales
(ex: écoute active, initier des relations).

Réduction des comportements problématiques (ex : gestion de la frustration).

Recommandations concrètes pour intégrer durablement les APA dans les pratiques éducatives.

Retour d'expérience et formation des équipes sur les APA.

Valorisation de l'établissement à travers une participation à un projet innovant.

Réseautage avec d'autres IME pour partager les expériences réussies.

Contribuer à un **cadre de référence européen** sur les APA dans les établissements spécialisés.

Notre collaboration

Ce travail s'appuie sur un partenariat entre La Vie Active et ses IME, l'université d'Artois et son laboratoire de STAPS à Liévin (Sherpas, équipe 2 de l'URePSSS).

Merci pour votre soutien aux nouvelles perspectives éducatives et inclusives pour les jeunes en IME. Nous comptons sur votre aide dans la mesure et le respect de vos disponibilités