



inCLURE

## DES ACTIVITÉS D'ÉDUCATION PHYSIQUE POUR TOUS

Jean-Marc Rigal, Jérôme Rousseau et François Poull, un trio franco-belge réuni par la passion de l'éducation physique et par l'idéal que le sport doit être accessible à tous, ont créé l'application gratuite INCLURE. Au travers de 75 vidéos tutorielles, l'application guide les clubs de sport et les enseignants en éducation physique à mettre le sport partagé au centre de leurs pratiques.

« L'idée est partie du constat qu'en France, une personne porteuse de handicap doit parcourir au moins 50 kilomètres pour trouver un club dans lequel elle pourra pratiquer son activité. En Belgique, c'est plus ou moins la même chose. Nous voulons nous appuyer sur les clubs de sport et leur apporter une aide pour créer, au sein de leur structure, des séances de sport partagés », explique Jean-Marc Rigal, un des trois créateurs de l'application INCLURE. L'objectif a été élargi aux professeurs d'éducation physique pour promouvoir le sport partagé à l'école.

« L'idée nous est venue en 2024. Nous avons travaillé sur l'application en 2025 et elle est disponible depuis janvier 2026. Nous avons d'abord introduit un dossier Erasmus+ qui a permis la production de 40 vidéos sur le Poullball, le volley partagé, les jeux traditionnels (NDLR : déclinaison du base-ball, balle au prisonnier,...), entre autres. Ensuite, le

projet a été soutenu par la Région Auvergne-Rhône-Alpes. Nous sommes actuellement à 75 vidéos. » L'ambition est d'en proposer une centaine, voire plus, dans un avenir relativement court.

Le principe de l'app INCLURE est simple. « Il y a un menu déroulant qui propose une bonne dizaine de thématiques : la boccia, le cécifoot, le volley inclusif, les jeux traditionnels ou encore le basket fauteuil. Dans ces différents thématiques, on retrouve plusieurs vidéos d'activité classées selon trois critères : l'originalité, l'accessibilité et le temps moteur », poursuit Jean-Marc Rigal.

Ces vidéos d'environ deux minutes sont complétées par une fiche reprenant les objectifs et les consignes. De quoi offrir une activité clé sur porte aux professeurs d'éducation physique et surtout dépasser leurs appréhensions. « Dans le domaine du sport partagé, il y a souvent une peur de mal faire et donc une peur de se lancer. »

Comme son nom l'indique clairement, INCLURE prône les activités inclusives. « Il y a le handisport, réservé aux personnes porteuses d'un handicap moteur. Pour les handicaps dit mentaux ou psychiques, il y a le sport adapté. Ce que nous voulons, c'est le sport partagé ; c'est réunir deux publics qui sont habituellement séparés. »

En France, la Ligue Handisport d'Auvergne et la Fédération française des clubs omnisports (FFCO), notamment, sont déjà partenaires.

« À partir du 15 juin, nous lançons la quinzaine INCLURE. Nous invitons les clubs et les écoles à ouvrir des créneaux de sport partagé pendant ces 15 jours », conclut Jean-Marc Rigal.

■ Arnaud Michel

L'application INCLURE est téléchargeable gratuitement sur Android Market et sur l'app Store (IOS).

Plus d'informations sur [actibloom.com](https://actibloom.com)

Le podcast du SeGEC, « L'Heure de Fourche », faisait récemment la part belle à l'éducation physique. Pour (re)découvrir l'épisode, rendez-vous sur votre plateforme d'écoute préférée.

[le.segec.be/m/lheuredefourche](https://le.segec.be/m/lheuredefourche)