

# Enquête européenne sur les modalités de pratique sportive des personnes autistes

Sidney Grosprêtre<sup>a\*</sup>, Célia Ruffino<sup>a</sup>, et Nicolas Gueugneau<sup>b</sup>

<sup>a</sup> *Laboratoire C3S, Besançon, France*

<sup>b</sup> *Laboratoire ELLIAD, Besançon, France*

\* auteur correspondant : sidney.grospretre@univ-fcomte.fr

Nature de la communication souhaitée : communication orale

**Mots clés** : Spectre du trouble autistique, sport, activité physique

## ***Contexte***

Bien que quelques études récentes aient examiné l'impact du sport sur les personnes autistes (1, 2), elles ciblaient souvent des pratiques très spécifiques sur de petits échantillons. Le projet européen SACREE, financé par le programme Erasmus+ Sport, vise à améliorer la vie quotidienne des personnes autistes en favorisant la pratique d'activités sportives. L'objectif général de ce programme est de concevoir et de tester les effets d'un programme spécifique d'Activités Physiques Adaptées (APA) destiné aux personnes autistes. Nous présentons ici la première phase du projet qui visait à mieux appréhender les liens qu'entretiennent les personnes autistes au sport et à l'activité physique, et ainsi questionner les pratiques actuelles.

## ***Matériel et Méthode***

Un questionnaire composé de 20 questions portant sur la pratique d'activité physique (si oui : type, fréquence, durée, si non : raison du manque de pratique) et sur les freins / leviers à la pratique a été diffusé en Europe au sein des 5 pays partenaires du projet, traduit en chaque langue natale (France, Croatie, Belgique, Italie, Portugal). Ce questionnaire, diffusé entre mars et septembre 2023, ciblait les personnes autistes directement, ou leurs proches si ces dernières n'étaient pas en mesure de le remplir elles-mêmes, âgés de 3 ans minimum et sans limite maximum.

## ***Résultats***

Un total de 540 réponses a été comptabilisé, avec 71% des répondants indiquant pratiquer régulièrement une activité physique, contre 29% n'en pratiquant pas. Sur l'ensemble de pratiquants, la fréquence de pratique la plus rapportée est d'une fois par semaine, pour une durée moyenne de 60 minutes. Cette fréquence est plus élevée chez les plus de 40 ans (2 fois par semaine), et la durée des séances la plus faible chez les 3-10 ans (45 minutes). Parmi les pratiquants, 56% déclarent une pratique en club, le reste dans des structures spécialisées ou par leurs propres moyens. Le choix de l'activité dépend d'une préférence personnelle (55.4%), d'une facilité d'accès (19.6%) ou encore parce que des proches la pratiquent aussi (12.2%), sachant que les activités aquatiques sont les plus pratiquées (voir figure 1). Que les répondants soient pratiquants ou non, la plupart attestent un manque d'accessibilité et de visibilité du sport pour les personnes autistes (74%).

## ***Discussion et Conclusion***

Concernant la « dose » d'APA, on constate une disparité entre ce qui est recommandé dans la littérature (3) et les réponses aux questionnaires. Par exemple, tandis que la plupart des études réalisent des programmes de 3 séances par semaine, beaucoup de pratiquants n'en font en réalité qu'une seule. Le choix de l'activité reste majoritairement dicté par la préférence personnelle du pratiquant, qui en devient le critère principal. Finalement, ces résultats mettent en exergue 1) la difficulté qu'ont les personnes autistes à trouver un programme adapté près de chez eux, 2) le manque d'informations des structures sur comment accueillir et adapter leurs pratiques à un tel public.

## Références bibliographiques

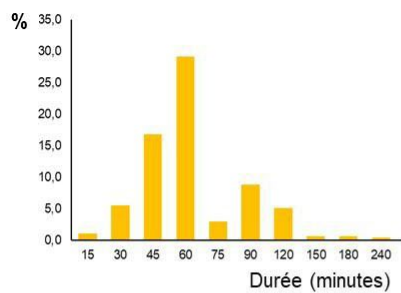
1) Alhowikan, A. M. (2016). Benefits of physical activity for autism spectrum disorders: A systematic review. *Saudi Journal of Sports Medicine*, 16(3), 163-167.

2) Levante, A., Martis, C., Antonioli, G., Dima, M., Duma, L., Perrone, M., ... & Lecciso, F. (2023). The Effect of Sports Activities on Motor and Social Skills in Autistic Children and Adolescents: a Systematic Narrative Review. *Current Developmental Disorders Reports*, 10(3), 155-174.

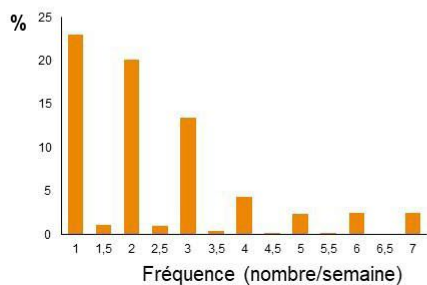
3) Srinivasan, S. M., Pescatello, L. S., & Bhat, A. N. (2014). Current perspectives on physical activity and exercise recommendations for children and adolescents with autism spectrum disorders. *Physical therapy*, 94(6), 875-889.

### Conflits d'intérêts : Absence de conflit

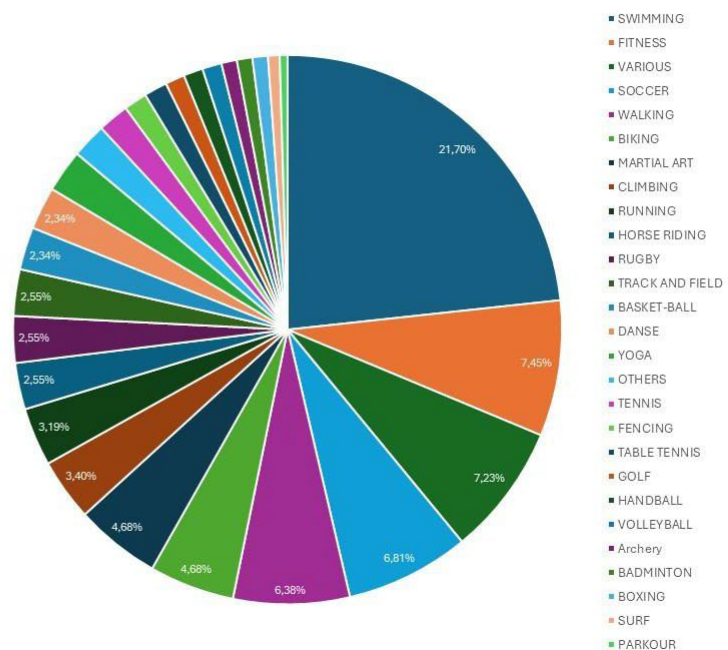
**A. Durée moyenne des séances**



**B. Nombre de séances par semaine**



**A. Type d'activité pratiquée**



**Figure 1: Données principales issues de l'enquête européenne sur le sport chez les personnes autistes.** Réponses de 540 personnes, données indiquées en pourcentage des répondants. A. Durée des séances. B. Nombre de séances par semaine. C. Sports pratiqués.