

**Zeitschrift:** Macolin : revue mensuelle de l'École fédérale de sport de Macolin et Jeunesse + Sport  
**Herausgeber:** École fédérale de sport de Macolin  
**Band:** 48 (1991)  
**Heft:** 9

**Artikel:** Aveugles et mobiles malgré tout!  
**Autor:** Mutti, Hans-Ulrich  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-997784>

### **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:** 01.05.2026

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

# Aveugles et mobiles malgré tout!

Hans-Ulrich Mutti, chef de la branche sportive J+S Course d'orientation

Traduction: Eveline Wieser-Carrel



*Fritz Hohn, moniteur à l'École des enfants aveugles et malvoyants de Zollikofen, école disposant d'une section «orientation et mobilité» (O+M), et Hans-Ulrich Mutti, chef de la branche sportive J+S Course d'orientation se sont rencontrés par hasard à l'occasion d'une exposition. Confrontés tous deux à des préoccupations similaires*

*(problèmes d'orientation), ils ont bien vite fraternisé et, de leurs discussions, des projets ont pris forme, dont celui décrit par l'article qui suit. En définitive, il importe avant tout de savoir – et c'est aussi ce qui intéresse l'auteur au premier chef – que les malvoyants font des efforts prodigieux pour compenser au mieux leur handicap. (Y.J.)*

Eh oui, il existe bel et bien des points communs entre les deux domaines que sont l'orientation et la mobilité d'une part, et la course d'orientation d'autre part, même si cela semble très peu vraisemblable de prime abord. En avançant cette thèse, nous ne voulons nullement minimiser les handicaps dont souffrent les aveugles et les malvoyants. Mais ne s'agit-il pas, dans l'un et l'autre cas, de découvrir l'espace, de le vivre, de définir et de trouver des itinéraires pour aiguiser son sens de l'orientation et des distances? Dans tous les cours d'orientation et de mobilité comme dans toutes les leçons qui préparent à la course d'orientation, l'objectif visé n'est-il pas

le même, à savoir stimuler l'autonomie, l'assurance et la confiance en soi chez les enfants et les adolescents confiés aux soins des maîtres et des moniteurs?

En simplifiant fortement, on pourrait tracer les parallèles suivants entre l'orientation et la mobilité d'une part, et la course d'orientation d'autre part:

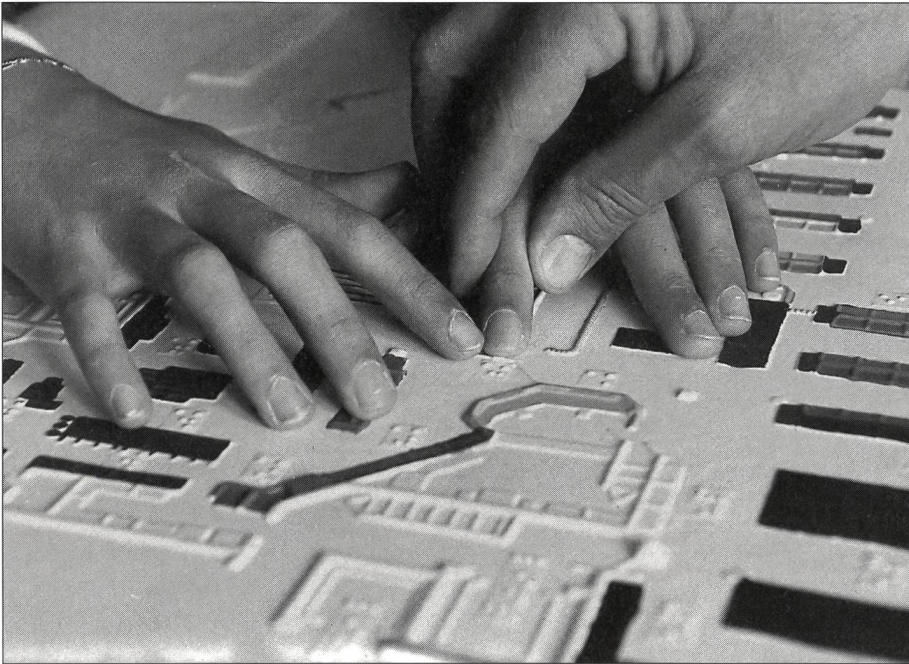
*L'enseignement de l'orientation et de la mobilité vise:*

- à permettre des mouvements dans l'espace vers un but précis, à les rendre plus sûrs, et, par-là même,
- à élargir l'espace vital, ce qui contribue à accroître la confiance en soi et le sentiment de sa propre valeur.

*Pour résumer, on peut dire que la mobilité dans l'orientation constitue une performance au quotidien; c'est un défi toujours renouvelé, qui est essentiel à la survie des malvoyants et des aveugles.*

La course d'orientation, quant à elle, vise:

- à trouver des postes le plus rapidement possible en déterminant soi-même le chemin qui y mène, ce qui permet non seulement d'améliorer la condition physique, mais de stimuler, en outre, l'autonomie, l'envie de prendre des décisions et bien sûr la volonté.



Travail tactile sur plan de situation en relief.

Ainsi, la course d'orientation constitue un sport de haut niveau qui s'exerce dans le cadre des loisirs, qui apporte changement et défi dans les expériences vécues par l'homme.

### L'art de se représenter les choses

«Représente-toi un arbre!» La tâche ne me pose aucune difficulté: intérieurement, je me représente, suivant l'humeur du moment un vieux chêne robuste, un bouleau élancé, apparaissant à contre-jour dans la lumière du matin ou un arole noueux, courbé par d'innombrables tempêtes.

Mais, pour quelqu'un qui n'a jamais vu un arbre d'aucune espèce, ce petit jeu n'a rien de facile. Et c'est précisément là que commencent les difficultés de l'enseignement avec les malvoyants et, surtout, avec les aveugles de naissance. Pour répondre à l'ordre «Représente-toi», il faut avoir tout un répertoire d'images et de notions à l'esprit, un répertoire dont l'aveugle ne dispose que s'il l'a constitué pièce par pièce, au prix d'un patient travail. L'aveugle doit comprendre, «saisir» les objets au sens fort du terme, il doit pouvoir en percevoir les principales caractéristiques et de les graver dans sa mémoire. Pour y réussir, il faut un sens du toucher et une faculté de perception très développés; il faut aussi une bonne dose de patience du côté des élèves et beaucoup d'imagination de la part de l'enseignant, même lorsqu'il s'agit de «construire» la réalité à partir d'objets nettement plus simples que des chênes ou des aroles.

En course d'orientation, le débutant commence par s'initier au maniement de la carte. Il apprend les notions fondamentales et les signes conventionnels avant de partir avec le moniteur sur les routes et les chemins puis, de plus en plus, à travers les forêts. En différentes étapes, il apprend à se représenter le terrain dans sa tête et à comparer cette vision avec ce qui figure sur la carte. Il peut également se baser sur les informations fournies par la carte pour créer mentalement un modèle du terrain qu'il comparera avec l'environnement. C'est ce processus que l'on désigne sous le nom de lecture de la carte.

Quant à l'élève aveugle ou malvoyant il apprend, lors des cours d'orientation et de mobilité, à acquérir

des notions, à leur attribuer progressivement un contenu et à se représenter ainsi les choses. Détails et formes géométriques doivent être mis au point. Pour des gens qui jouissent d'une bonne vue, un trottoir est tout simplement un trottoir. Mais, pour un malvoyant ou un aveugle, un grand nombre d'autres éléments sont importants. Le trottoir est-il surélevé par rapport à la route? A-t-il un rebord? Des pavés marquent-ils les entrées de parking? Le trottoir s'abaisse-t-il aux croisements? Tiens, puisque nous parlons de croisements: quelle personne dotée d'une bonne vue s'imaginerait que tous les croisements ne sont pas les mêmes? Les aveugles et les malvoyants le savent, eux, parce qu'ils les ont découverts à partir de modèles et parce que ces connaissances peuvent être vitales pour eux.

### Les premières étapes de la formation...

Aller du simple au compliqué est un principe méthodologique qui a fait ses preuves. Il s'applique également (ou justement) à l'enseignement de l'orientation et de la mobilité, de même qu'à la course d'orientation.

Dans le premier cas, on pourrait remplacer «simple» par «premières expériences par le toucher dans un environnement protégé»; il s'agit, avant tout, de faire progressivement connaissance avec un espace simple. La progression pourrait être structurée de la manière suivante:

- apprendre à connaître son propre corps, la position et la fonction des extrémités;
- explorer la pièce et son mobilier;
- passer la porte de la chambre pour



En jouant, on mémorise le chemin de l'école, du centre d'achat, de la poste, etc.

s'aventurer dans le couloir et dans d'autres pièces;

- se rendre dans les étages supérieurs et inférieurs en empruntant l'escalier;
- appréhender autant que possible la maison comme un tout;
- partir à la découverte des environs de la maison, du jardin et de la place de l'école;
- quitter l'environnement protégé et s'aventurer dans la rue.

En course d'orientation, on pourrait notamment remplacer «simple» par «qui permet une vue d'ensemble»; il s'agit, en s'aidant d'une carte, de traverser l'espace pour atteindre un but fixé. La progression pourrait donc comprendre les étapes suivantes:

- acquérir les connaissances fondamentales en classe, avec l'aide d'un plan de la pièce;
- appliquer les connaissances acquises aux environs de l'école en s'aidant d'une carte de complexes scolaires;
- réaliser des exercices complémentaires aux alentours de l'école avec une carte représentant une partie du village;
- s'aventurer dans la forêt, en utilisant une carte d'orientation et en appliquant les connaissances acquises à ce nouvel environnement.

Dans cette phase de la formation, il s'agit, que l'on s'intéresse à l'orientation et à la mobilité ou à la course d'orientation, de faire passer la sécurité et l'assurance avant la rapidité. En d'autres termes, avant de passer à l'étape suivante dans la progression, il convient de s'assurer que la phase précédente a été bien assimilée et que l'élève se sent sûr de lui.

### ... puis l'exercice, toujours l'exercice

Plus la formation est longue, plus il est possible d'augmenter le degré de difficulté et, par là-même, d'imposer des exigences plus sévères aux élèves, que ce soit dans le secteur de l'orientation et de la mobilité, ou dans celui de la course d'orientation.

Prenons un exemple: un maître d'orientation et de mobilité fait entendre à un élève des bruits qui proviennent de plusieurs directions et qu'il doit différencier les uns des autres. Pour se rendre compte de ce que requiert une telle performance, il suffit d'aller à un croisement très fréquenté et de fermer un instant les yeux (comme piéton, bien sûr) en essayant de distinguer les bruits importants - c'est-à-dire ceux qui pourraient présenter un danger - des autres. A la seule idée de devoir tra-



Une concentration maximale et l'art de différencier les bruits permettent à l'aveugle de s'orienter dans la circulation.

verser la route en se fondant sur cette appréciation de la situation, une personne dotée d'une bonne vue frémit et tire son chapeau aux facultés acoustiques très développées de nombreux aveugles.

En course d'orientation, le moniteur intègre lui aussi des difficultés supplémentaires dans ses cours et soumet par exemple à ses élèves avancés une carte spéciale où ne figure aucun chemin ni aucune route, en leur demandant de trouver les différents postes. Il peut également changer de forêt et réaliser l'entraînement suivant en terrain difficile, en augmentant progressivement les exigences, afin de stimuler les élèves.

Les deux maîtres, qu'ils s'intéressent à l'orientation et à la mobilité ou à la course d'orientation, prennent eux aussi leurs distances au fur et à mesure que les connaissances des élèves augmentent: le premier regarde de loin son protégé traverser une rue tout seul, alors que le second envoie pour la première fois des coureurs individuels sur un parcours. Ainsi, tous deux laissent leurs élèves faire un pas supplémentaire vers l'indépendance.

### Trouver son chemin...

Au bout du compte, l'objectif est le même: chacun veut trouver son chemin, au sens littéral du terme comme au sens figuré. Dit avec un brin d'humour, l'élève qui pratique la course d'orientation aimerait trouver les postes, et celui qui apprend l'orientation et la mobilité, la poste. Pour y parvenir, tous deux doivent choisir un itinéraire et savoir s'y tenir.

L'aveugle a gravé son itinéraire dans sa tête à l'aide de plans qu'il peut toucher. Il connaît les différents points de repère qui lui permettront de s'orienter et qui lui confirmeront qu'il se trouve sur le bon chemin. Faute de voir, il a exercé infatigablement ses autres sens:

- Avec sa canne blanche, il touche les repères tactiles, comme le bord de la route, les rebords, les obstacles, les clôtures, et il se déplace ainsi de point de repère en point de repère, en suivant des lignes précises.
- Il est capable d'interpréter exactement des informations acoustiques et peut, par exemple, reconnaître au bruit de ses pas s'il longe une clôture, une maison ou une voiture garée. Les bruits typiques (industrie, enfants, tram) lui fournissent des informations importantes sur l'endroit où il se trouve.
- Il perçoit des indications olfactives, c'est-à-dire des odeurs (restaurant, station-service, boulangerie), dont il se sert également pour déterminer où il se trouve.

Lors de ses premiers cours d'orientation et de mobilité, qui se déroulent durant toute la scolarité obligatoire, l'aveugle va d'abord s'en tenir aux points de repère proches et qu'il peut tâter avec sa longue canne blanche. A mesure que la routine s'installe, il va élargir son horizon et les aides tactiles régresseront au profit des aides auditives et olfactives. Grâce à sa faculté d'écoute, il apprendra à analyser une situation à distance et les connaissances acquises pourront l'aider à structurer ses mouvements de manière optimale. C'est ainsi qu'en écoutant le bruit des voitures, dont le rythme varie selon la cou-



*A mesure que l'élève acquiert de l'expérience et de la confiance en soi, la présence du maître se fait plus discrète.*

leur des feux de signalisation, et en l'intégrant dans ses considérations, l'aveugle peut franchir un croisement de manière sûre et fluide.

A l'aide de la carte, le coureur d'orientation définit différents itinéraires possibles entre deux postes. Il se décide pour l'un, s'imprègne de celui-ci et mémorise une série d'indices qui lui permettront de s'orienter (formes de terrain frappantes, rues, croisements, etc.) avant de se mettre en route. En chemin, il s'efforce de repérer ces indices, afin d'avoir la confirmation qu'il se trouve bien sur la voie choisie.

Le débutant ne peut mémoriser que de brefs tronçons d'itinéraires. Il s'arrêtera auprès de chaque objet marquant et s'assurera, par un coup d'œil sur la carte, qu'il se trouve sur le bon chemin. Mais à mesure qu'il gagnera en expérience, il pourra retenir des tronçons toujours plus grands et il aura besoin de moins de points de repère pour être sûr de se trouver sur la bonne route. Mémoriser la carte en la lisant à l'avance et prévoir sur le terrain: tels sont les deux éléments qui détermineront de plus en plus son comportement en compétition et qui lui permettront de contourner des obstacles et d'économiser ainsi des forces.

### **... même dans un environnement inconnu...**

Les cours dispensés dans le cadre de l'enseignement de l'orientation et de la mobilité comme dans celui de la course d'orientation visent également à donner à l'élève la possibilité d'appliquer des éléments isolés dans un environne-

ment inconnu et dans des conditions peut-être plus difficiles. Si l'on s'est exercé à monter dans un tram à Berne, on peut aussi le faire à Zurich, et la traversée d'une route, exercée à quelques endroits, peut être répétée ailleurs. Avec le temps, le coureur d'orientation, de son côté, saura à partir de quelle profondeur il vaut mieux ne pas traverser un fossé mais le contourner. Qu'il s'agisse d'un fossé de l'Emmental ou de l'Oberland n'a aucune espèce d'importance.

### **Des situations difficiles et inhabituelles**

Un chantier, généralement indiqué par des cônes rouges et blancs, voire par une signalisation lumineuse, constitue tout au plus une contrariété pour une personne dotée d'une bonne vue. En tant qu'automobiliste, il doit attendre; en tant que piéton, il court le risque de se salir les chaussures.

*Pour un aveugle, les obstacles de ce type présentent de très grandes difficultés. Etant donné que les points de repère habituels manquent et sont remplacés par d'autres, l'itinéraire qui avait été prévu intérieurement peut se trouver bouleversé, ce qui laisse le champ libre à l'incertitude. Ce phénomène s'explique par le fait que tout malvoyant a été heurté, voire précipité à terre un nombre incalculable de fois au cours de son existence et qu'il s'est peut-être même blessé dans l'opération. Dans de telles situations, les aveugles acceptent généralement volontiers et avec reconnaissance l'aide qu'on leur propose.*

Il peut également arriver qu'un coureur d'orientation ne trouve plus son

chemin: la carte ne joue plus exactement, il est allé trop vite, ou il a pris une fausse direction. Quoi qu'il en soit, il se trouve déboussolé. Et si toutes les tactiques possibles pour «se retrouver sur la carte» restent sans résultat, il n'a plus d'autre possibilité que de faire appel à autrui. «Dis-moi, où sommes-nous exactement?» C'est là un SOS international que tous les coureurs d'orientation comprennent en général.

### **Conclusions et perspectives**

Dans le cadre de cet article, il nous est impossible de donner plus qu'un aperçu de la formation des aveugles et des malvoyants. Nous voulions avant tout attirer l'attention par d'autres canaux sur les difficultés que rencontrent les handicapés de la vue, sur les efforts considérables qu'ils font pour les surmonter et sur le travail patient de tous les moniteurs et monitrices. La comparaison que nous avons esquissée avec la course d'orientation ne doit pas – nous le soulignons une fois de plus expressément – nous pousser à minimiser les problèmes qui se posent pour les malvoyants. Le seul fait de venir à bout des tâches de tous les jours constitue déjà une performance remarquable. Il s'agit vraiment, comme nous le disions plus haut, d'une performance de haut niveau au quotidien.

Il était bien naturel que nous soyons tentés de chercher d'autres possibilités de collaboration dans la discussion et l'expérience pratique. Quant à savoir s'il en résultera une forme de cours d'orientation pour les malvoyants, on ne le sait pas. Cela reste à voir.



### **Merci, Tanja!**

Nous avons pu observer deux enfants malvoyants au travail avec leur moniteur d'orientation et de mobilité. Outre leur performance, le comportement de la fillette a été particulièrement impressionnant. Ouverte, gaie, le sourire aux lèvres, Tanja est venue à notre rencontre; elle nous a montré par bribes ce qu'elle a appris au fil d'un patient travail, et elle a su s'y retrouver dans une partie du bâtiment. Le tout sans une plainte, sans un signe de mécontentement ou de résignation, sans accuser le destin. Quel contraste avec la vie de tous les jours et son lot de mécontents, qui ne peuvent s'empêcher de maugréer, quand bien même ils sont en parfaite santé! C'est ainsi que, pensifs, un peu honteux, nous sommes retournés à notre quotidien... ■