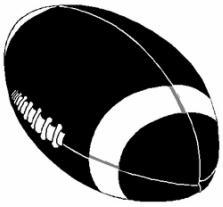
Pôle Ressources National

SPORT ET HANDICAPS

GUIDE



PEDAGOGIQUE

Liberté • Égalité • Fraternité
RÉPUBLIQUE FRANÇAISE
MINISTÈRE DE LA JEUNESSE, DES SPORTS ET DE LA VIE ASSOCIATIVE

CREPS REGION CENTRE

GUIDE PEDAGOGIQUE

Dans le cadre de séances sportives de découverte, d'initiation ou de préparation, les activités proposées doivent être accompagnées de conseils pédagogiques et s'appuyer sur les règles des fédérations concernées.

Le «GUIDE PEDAGOGIQUE» doit permettre de répondre aux besoins immédiats, il se présente sous la forme d'un «résumé» simplifié des règlements de chaque pratique, permettant une mise en pratique rapide et simple de l'ensemble des activités proposées dans ce kit.

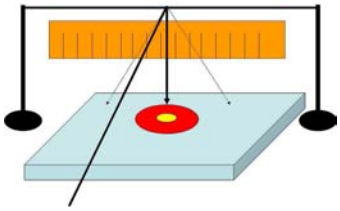
La liste des sites Internet suivante informe de l'organisation des pratiques. Cette liste ne concerne que les activités pouvant être pratiquées à partir du kit matériel dans sa version minimale.

Basket fauteuil :
http://www.ffh-basket-handisport.com
Badminton fauteuil :
http://www.ffba.org/competition/regles/simple/Regles_simplifiees_du_3x21.pdf
Rugby à XIII fauteuil :
http://www.rugby13fauteuil.fr/
Rugby fauteuil (rugby à 15 = rugby wheelchair) :
http://www.iwrf.com/index.html
Torball :
http://www.handisport.org/content/competition/torball.php
Sarbacane :
http://www.handisport.org/content/jeunes/sarbacane.php
Boccia :
http://www.hacavie.com/index.php?2003/11/18/100177-reglement-sportif-simplifie-de-la-boccia
Règlements sportifs des activités de compétition de la FFSA :
http://www.ffsa.asso.fr/Index8.html , sur la page « Vie Fédérale »

Sport Handicaps
Pôle Ressources National

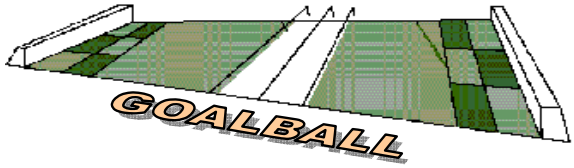
FICHES PEDAGOGIQUES

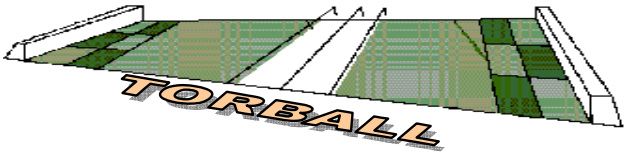
Basket Handisport



Kin-ball

RUGBY Fauteuil





Guide pédagogique

NOTES PERSONNELLES

Pôle Ressources National

BOCCIA

La **BOCCIA** ressemble à la pétanque.
L'objectif de chaque équipe est d'envoyer ses boules le plus près possible de la boule blanche.

DEROULEMENT

- Un tirage au sort désigne l'équipe qui aura les boules rouges et celle qui aura les boules bleues,
- L'équipe rouge commence la partie en lançant une boule blanche appelée «jack»,
- Les parties sont mixtes et peuvent se dérouler individuellement, en paires ou en équipes de quatre joueurs,
- 1 point par boule la plus proche du jack est marquée.

Individuel
se joue en 4 manches (avec des manches additionnelles, s'il y a lieu). Chacun leur tour, les joueurs entament 2 manches en ayant le contrôle du jack. Chaque joueur reçoit 6 boules.

Paires
idem individuel. Chaque joueur reçoit 3 boules.

Équipe
se joue en 6 manches (avec des manches additionnelles, s'il y a lieu). Chacun leur tour, les joueurs entament une manche en ayant le contrôle du jack. Chaque joueur reçoit 2 boules.

- Le joueur en fauteuil peut lancer ses boules avec la main, le pied ou à l'aide d'un appareil.
- Le joueur peut demander à son assistant d'exécuter une action spécifique telle que changer la position du fauteuil, déplacer l'accessoire fonctionnel ou lui passer la boule.

MATÉRIEL

Le terrain :
couvert rectangulaire de 12,5 mètres sur 6.

Les boules :
En cuir de deux couleurs, bleue et rouge + 1 boule blanche (jack)

Guide pédagogique

Pôle Ressources National

NOTES PERSONNELLES

Pôle Ressources National

FLECHETTE PENDULAIRE

La fléchette pendulaire est un dérivé du jeu de fléchette à l'horizontale. L'objectif est d'atteindre une cible posée horizontalement au sol, en lâchant au moment opportun une fléchette oscillante.

MATERIEL

- surface maximale de 4m²,
- 1 fléchette, de couleur vive (jaune fluo), lestée avec une pointe métallique,
- 5m de fil nylon,
- un support de fixation,
- 1 cible 120 cm de diamètre (tir à l'arc), posée à plat sur support en perforant,
-Le centre de la cible est placé à la verticale de la fléchette en position immobile (fil à plomb),
- La fléchette est à 30 cm de la cible lors de son passage central,
- La fléchette est attachée à l'extrémité d'un fil, passant dans un anneau accroché sur un support,
- L'autre extrémité du fil est équipée d'un morceau de caoutchouc que la personne tient comme elle le désire (bouche, pied, …),
- Le fil lâché, glisse dans l'anneau, entraîné par la chute de la fléchette qui va se planter dans la cible.

SECURITE

Le maniement de la fléchette avec une pointe métallique peut engendrer un certain danger. Il doit y avoir obligatoirement une personne qui assiste le pratiquant.

DEROULEMENT

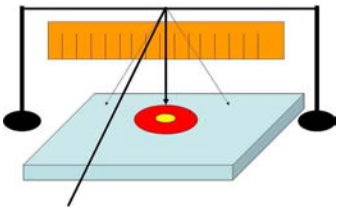
Le point de départ de la fléchette est toujours le même, à la verticale d'une extrémité du tapis, la hauteur de la fléchette à cet endroit est toujours la même.

Le mouvement de la fléchette est donné par un "servant". Il lâche la fléchette au signal du tireur.

Le tireur dispose de 3 allers et retours au maximum pour lâcher la fléchette ; au-delà le tir est annulé.

Le tireur dispose de 3 séries de 3 flèches. Avant la compétition, chaque jeune dispose de 3 essais de réglage afin de déterminer ses propres repères de lâcher.

- Le classement de l'épreuve se fait sur la base du nombre de points atteints après les 3 séries de 3 flèches .



Guide pédagogique

NOTES PERSONNELLES

Pôle Ressources National

GOAL-BALL

Le **GOALBALL** est un sport de ballon qui est pratiqué par des sportifs malvoyants ou non-voyants.
Le but du jeu est de marquer le plus de buts possible.

DEROULEMENT

Les attaquants font **rouler le ballon avec** leurs mains, tandis que les défenseurs utilisent tout leur corps pour intercepter le ballon.
Les tirs peuvent s'effectuer avec 2 rebonds du ballon au minimum
Les principaux règlements
- Trois lancers consécutifs : vous ne pouvez lancer le ballon plus de 2 fois consécutives. La troisième fois, c'est une pénalité et vous restez seul sur le terrain pour bloquer un tir.

- High-ball : faire rouler le ballon par terre et, à son premier contact au sol, il doit obligatoirement avoir touché le sol avant la ligne de trois mètres, située en avant du terrain de l'équipe lanceuse, dans le cas contraire un lancer faute est attribué à l'équipe adverse.

- 10 secondes : Dès le premier contact entre un joueur et le ballon, son équipe a 10 secondes pour faire une passe à un autre joueur afin qu'il fasse un lancer. Dans le cas contraire, c'est une pénalité d'équipe et, c'est la dernière personne de l'équipe à avoir lancé qui devra défendre la faute.

- Le bandeau : il est strictement interdit, en tout temps, dès que la partie est commencée, de toucher à son bandeau sans accord de l'arbitre.

- Il est défendu à l'entraîneur ou, tout autre joueur, qui n'est pas sur le terrain de parler aux joueurs sur le terrain.

MATERIEL

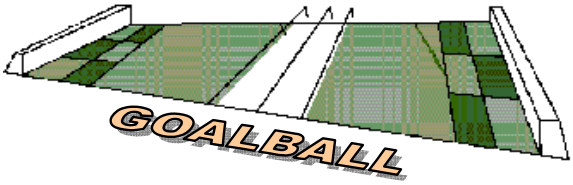
Genouillères, coudières, bandeau, coquille (messieurs), plastron (femmes), lignes tactiles au sol, ballon à clochettes 1250g.

EQUIPES

2 équipes de 3 joueurs + 3 remplaçants. Les joueurs sont répartis sur leur demi terrain.

DUREE

Chaque partie est divisée en deux périodes de 7 minutes chacune, avec une pause de 3 minutes entre les deux.
En cas d'égalité, des prolongations ont lieu.



Guide pédagogique

NOTES PERSONNELLES

Pôle Ressources National

HANDI-BADMINTON

SERVICE

Simples

Si le score du serveur est pair (0, 2, 4, ...), le serveur se tient dans la zone droite de service. Si le score du serveur est impair (1, 3, 5, ...), le serveur se tient dans la zone gauche de service.

Doubles

Quand le score d'une équipe est pair, les joueurs sont dans leur position de début de set. En cas de score impair, inverser les positions.

Le serveur sur la zone de service droite sert en direction du receveur dans le carré de service diagonalement opposé.

Le serveur doit

- garder une partie de ses 2 pieds en position stationnaire au sol.
- frapper la base du volant en premier, sous sa taille
- frapper le volant avec le tamis de la raquette nettement plus bas que la main qui tient la raquette.

DEROULEMENT

Simples

Si le serveur gagne l'échange, il marque un point, change de zone de service et continue de servir. Si il perd l'échange, aucun point n'est marqué et son adversaire récupère le service.

Doubles

Si l'équipe qui est au service gagne l'échange, un point est marqué, le serveur change de zone de service et continue de servir. Si elle perd l'échange, le (la) partenaire sert depuis l'autre zone de service et aucun point n'est marqué. Après que l'équipe au service ait perdu 2 échanges, le service passe aux adversaires.

Note : au début de chaque set en double, le camp qui sert en premier n'a droit qu'à un service.

VOLANT EN JEU

Le volant est considéré comme «étant en jeu» depuis le moment où il quitte la raquette du serveur jusqu'à ce qu' :

- il touche le sol, la toiture, les murs latéraux, le corps, les vêtements d'un joueur
- il touche le filet ou un poteau et commence à tomber vers la surface du terrain du côté du joueur qui a frappé le volant.

Un volant qui touche le filet lors du service mais continue sa trajectoire par dessus est bon sous réserve qu'il arrive dans la zone de service.

NOTES PERSONNELLES

FAUTES

Il y a faute quand :

- le volant tombe en dehors des limites du terrain (un volant dont la base tombe sur la ligne est bon),
- la raquette ou les vêtements d'un joueur touchent le filet alors que le volant est en jeu,
- le joueur frappe le volant au dessus du filet dans le camp adverse,
- le volant est porté puis lancé lors de l'exécution d'un coup,
- le volant est frappé deux fois par la même équipe (deux frappes dans le même geste sont autorisées),
- le volant touche le corps ou les vêtements d'un joueur, la toiture ou toute chose en dehors du terrain,
- le partenaire du receveur renvoie le service,
- le serveur, en essayant de servir, manque le volant,
- le volant touche le filet ou un poteau et commence à tomber vers la surface du terrain du côté du joueur qui a frappé le volant.

FIN DE SET

- Simples hommes et doubles : le premier joueur/paire à atteindre 15 gagne le set,
- Simples dames se jouent en 11 points,

Le vainqueur d'un set sert dans le suivant depuis l'autre demi terrain. Dans le troisième set, les joueurs changent de demi terrain quand l'une des équipes atteint 8 dans les sets en 15 points, ou quand l'une des joueuses atteint 6 dans les sets en 11 points.

NOTES PERSONNELLES

Annexes aux Règles du Badminton

Annexe 5 : Le Badminton pour les personnes handicapées

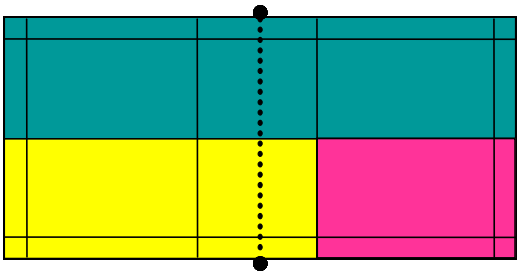
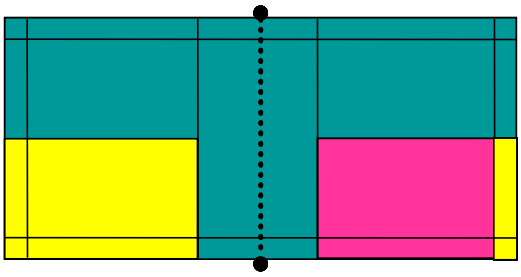
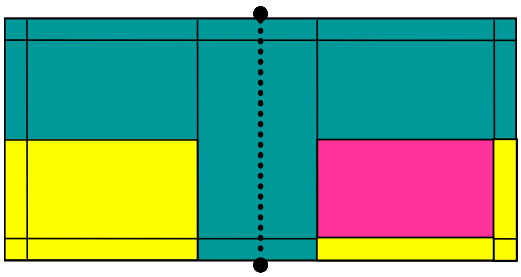
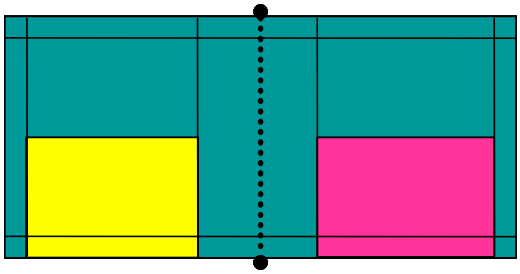
MOBILITÉ TOTALE (pas de changement aux Règles) : Personnes qui n'ont pas besoin d'aide mécanique pour se déplacer.

Article		***Mobilité Réduite*** **:** Personnes capables de se déplacer debout, mais seulement avec des aides mécaniques, telles que : béquille(s), canne(s), cadre de marche, appareillage(s) de la jambe, jambe(s) artificielle(s).	***Sans Mobilité*** **:** Personnes dont le handicap leur impose une position assise en utilisant des supports tels que : chaise, fauteuil roulant, tabouret. Les modifications aux Règles sont les suivantes :
REFERENCE	CONTENU		
9.1.2	le serveur et le receveur doivent se placer dans les zones de service diagonalement opposés sans toucher les lignes délimitant ces zones	La rédaction de ces Articles doit être étendue de façon à stipuler que toutes les parties de "l'aide mécanique" ou du "support" du serveur ou du et receveur, qui sont en contact avec la surface du terrain, soient également dans la bonne zone de service et dans une position stationnaire jusqu'à ce que le service soit exécuté. Le mot "diagonalement" doit être supprimé.	
9.1.3	une quelconque partie des deux pieds du serveur comme du receveur doit rester en contact avec la surface du terrain dans une position stationnaire depuis le début du service (Article 9.4) jusqu'à ce que le service soit exécuté (Article 9.6) ;		
9.1.5	le volant en entier doit être en dessous de la taille du serveur au moment où il est frappé par la raquette du serveur ;	Sans changement	Ces Articles doivent être entièrement annulés car certaines des raisons médicales qui font qu'un joueur est sans mobilité peuvent rendre impossible l'application de ces Articles .
9.1.6	la tige de la raquette du serveur, au moment de la frappe du volant, doit être suffisamment inclinée vers le bas de telle sorte que toute la tête de la raquette soit nettement plus basse que toute la main du serveur qui tient la raquette		
10	Cf. règlement FF.Badminton	Comme il n'existe qu'UNE zone de service dans chaque demi-terrain, toutes les références "gauche" et "droite" et "l'autre zone de service" ne s'appliquent pas.	
11	Cf. règlement FF.Badminton	Les joueurs doivent servir et recevoir dans la même zone de service, telle qu'elle a été choisie au début d'un set, pendant toute la durée de ce set. L'équipe au service marque un point lorsque le service n'est pas renvoyé ou lorsqu'il y a une faute de l'équipe à la réception : - le service passe à l'autre joueur de l'équipe au service et il est joué de l'autre zone de service et continue à être alterné de cette façon tant que l'équipe au service marque des points.	
13.2.5		La rédaction de cet Article doit être étendue pour qu'il y ait "faute" si le joueur ou son "aide mécanique" ou son "support" touche le volant. Tous les autres Articles doivent rester inchangés pour toutes les catégories. (Ceci s'applique aussi à l'Article 3 : la vitesse du volant devant être testée sur un terrain standard par un joueur sans handicap physique ou un joueur à mobilité totale.	

NOTES PERSONNELLES

HANDI-BADMINTON

Zone de jeu Zone de service

TYPE DE HANDICAP	MATERIEL SPECIFIQUE	HAUTEUR DE FILET	COURT UTILISE
Handicap Membre Supérieur (amputations, plexus)	Aucun	Normale 1,55 m	Normal
Handicap Membre Inférieur Joueur debout (amputation, hémiplégie…)	Aucun	Normale 1,55 m	
Handicap Membre Inférieur Joueur en fauteuil Avec abdominaux (paraplégique, polio, IMO)	Fauteuil roulant avec roulette anti-bascule	1,40 m	
Handicap Membre Inférieur Joueur en fauteuil sans abdominaux (paraplégique, polio)	Fauteuil roulant avec roulette anti-bascule	1,40 m	
Handicap Membre Inférieur Joueur assis (tétraplégique polyhandicaps)	Aucun	1,20 m	

Guide pédagogique

NOTES PERSONNELLES

Pôle Ressources National

HANDI-BASKET

Les règles du basket-ball "valide" (FFBB) s'appliquent à la pratique handi-basket, avec les modifications suivantes :

Marcher = avec le ballon sur ses cuisses, le joueur ne doit pas effectuer plus de deux poussées de roue. Un joueur qui reçoit le ballon à l'arrêt peut faire une passe, un tir, un pivot et une poussée.

Dribble = un rebond et deux poussées de roues, le joueur pose le ballon sur ses genoux, donne deux poussées, fait rebondir le ballon une fois et peut recommencer ces gestes. Au basket-ball en fauteuil la reprise de dribble n'existe pas.

VIOLATIONS :

(Une violation est une infraction aux règles dont la sanction est une perte du ballon par l'équipe qui a commis la violation avec une remise en jeu en général derrière une ligne de touche ou de fond.)
Il y a violation en cas de :

Avantages physiques : quand un joueur contrôlant le ballon :
- tombe de son fauteuil et touche le sol avec une partie du corps autre que les mains
- fait toucher le sol aux repose-pieds ou pare-chocs de son fauteuil
- se lève de son fauteuil pour tirer, bascule son fauteuil en arrière de façon dangereuse entouré d'autres joueurs
- un joueur se lève de son fauteuil pour recevoir une passe
- se lève délibérément de son fauteuil.

Hors des limites du terrain :
- Un joueur est hors du terrain si lui ou une partie de son fauteuil roulant est en contact avec le sol à l'extérieur du terrain.
- Le dernier joueur ayant touché le ballon avant qu'il ne sorte du terrain est considéré comme étant responsable du ballon hors jeu.
- Un joueur lance délibérément le ballon sur un adversaire entraînant une sortie = ballon remis à l'adversaire pour remise en jeu.

Progression illégale
Le joueur ne peut progresser avec son fauteuil qu'en faisant une ou deux poussées de roues avant de dribbler, faire une passe ou tirer au panier.

FAUTES

Faute personnelle
Si le joueur bloque, retient, pousse, charge ou empêche la progression de l'adversaire avec son corps ou son fauteuil roulant. Le fauteuil roulant est considéré comme partie intégrante du joueur, les contacts entre les fauteuils roulants sont des fautes.

Faute technique
Les fautes techniques de joueur sont des fautes de joueurs sans contact avec un adversaire. Exemples : se lever de son fauteuil roulant, retirer ses pieds du pose-pied pour gagner un avantage.

Basket Handisport

Guide pédagogique

NOTES PERSONNELLES

Pôle Ressources National

KIN-BALL

Le but du jeu est de servir le ballon à l'une des équipes adverses de façon à ce que cette dernière ne puisse le réceptionner avant qu'il ne touche le sol.
Pour l'équipe à la réception, le but est de relever le ballon avant qu'il ne touche le sol et le relancer (en faisant une frappe) à une autre équipe.

MATERIEL

1 terrain carré de 21,40 m de coté.
1 ballon de 1,20m à 1, 50m de diamètre, gonflable (<1kg) maillots gris, roses, noirs.

EQUIPES

3 équipes de 4 joueurs (gris, roses, noirs)+ 4 joueurs remplaçant par équipe.

DEROULEMENT

- 1 partie = 3 tiers temps de 15 minutes avec une pause de 3 min. entre chaque tiers temps,
- si l'équipe nommée ne réussit pas à attraper le ballon ou si elle commet une faute selon les règles du jeu, un point est accordé aux deux autres équipes,
- le lancer du début de la partie ou de la période doit s'effectuer du point central du terrain.
- le service : 3 joueurs de l'équipe sont accroupis sous le ballon, le quatrième joueur est le serveur,
- les quatre joueurs des deux autres équipes sont positionnés en carré à proximité du ballon et doivent essayer de conserver cette position en carré en tout temps,
- avant de servir, le serveur doit crier "OMNIKIN" suivi de la couleur de l'équipe destinataire et frapper le ballon avec un ou deux bras dans une trajectoire ascendante ou horizontale,
- la couleur de l'équipe appelée devient l'équipe à la réception,
- l'équipe à la réception doit contrôler le ballon avant qu'il ne touche au sol, avec n'importe quelle partie du corps sans le tenir, l'immobiliser et resservir immédiatement,
- réception manquée, chute du ballon = les deux autres équipes marquent un point.
- lorsqu'une faute est commise, l'arbitre replace le ballon à l'endroit où la faute a été commise, le redonne à l'équipe fautive,
- en cas de : service en dehors des limites du terrain, trajectoire descendante, distance<1m80, service 2 fois de suite par le même joueur ; il est attribué 1 point aux équipes adverses,

* L'équipe à la réception commettra aussi une faute si l'un de ses joueurs touche au ballon et que celui-ci poursuit sa course hors du terrain.

Guide pédagogique

NOTES PERSONNELLES

Pôle Ressources National

LOUPAT-BALL

Le but est d'agripper la balle sur le dossard des adversaires présents dans la zone centrale, afin de les éliminer.

EQUIPES

2 équipes de 5 joueurs de champ + 2 récupérateurs + 5 remplaçants

MATERIEL

Le terrain :
rond de 8m. de diamètre, divisé en deux parties par une ligne médiane, délimitant la zone principale de jeu + 1 rond de 11m de diamètre, entourant le rond de zone principale, délimitant la zone neutre.
Accessoire :
1 balle, 1 dossard velcro par joueur (bleu ou rouge), 1 bracelet avec corde de rappel

Fautes :

- pénétration d'un joueur de champ dans le camp adverse, ou dans la zone neutre / sanction : il ne doit pas bouger, un joueur adverse a deux tirs francs pour tenter de l'agripper,
- pénétration d'un joueur récupérateur dans la zone de champ : 2 min. d'exclusion, si récidive : disqualification,
- balle gardée plus de 3 sec. : rendue à l'équipe adverse,
- dissimulation de velcro : 2 tirs francs, si récidive : disqualification,
- récupération dangereuse (contact lors d'un plongeon) : exclusion 2 min. + restitution de la balle à l'équipe adverse, si récidive remplacement interdit.

DEROULEMENT

- 1 partie = 3 manches gagnantes, durée maximale d'1 manche = 20 min,
- 1 joueur peut conserver la balle au maximum 3 secondes,
- les récupérateurs se placent dans la zone neutre, ils ne peuvent être éliminés,
- joueurs de champ et récupérateurs peuvent se passer la balle,
- les joueurs de champ peuvent intercepter la balle et la bloquer,
- une interception ratée fait passer le joueur de champ en récupérateur,
- 1 récupérateur qui agrippe un joueur de champ devient joueur de champ, le joueur agrippé devient récupérateur,
- aucune pénétration dans la zone adverse n'est possible,
- 1 joueur a un statut particulier (désigné par son équipe), à chaque fois qu'il sera agrippé par l'équipe adverse, il permettra à celle-ci de faire revenir un récupérateur en joueur de champ.

Guide pédagogique

NOTES PERSONNELLES

RUGBY A XIII

Cette activité est basée sur le principe général du jeu de Rugby, via les règles du XIII dont la logique veut que le joueur plaqué redémarre lui-même le jeu (par le tenu). De même, les mêlées ne se disputant pas au XIII, elles seront ici logiquement supprimées, faisant ainsi du XIII, le Rugby idéalement et totalement adaptable au fauteuil.

MATERIEL et CONDITIONS de JEU

1 – **Deux équipes de 5 joueurs**, handis et/ou valides, en fauteuil roulant mécanique.
2 – **Espace de jeu** : principe de 4m de large par joueur, sur terrain de Hand-ball (20 x 40) à sol dur, type parquet (roulement aisé) . Adaptation possible à partir de 3 contre 3. Zone d'**en-but** = 2m de profondeur.
En général : ligne de ballon mort = ligne de fond du HB et traçage de la ligne de but (à l'adhésif léger ou à la craie) 2m à l'intérieur du terrain de HB (utiliser aussi les autres traçages – Badminton, Basket, Volley… – en les complétant au besoin).
3 – **Poteaux** (type Mini-Rugby) : largeur = 3m ; hauteur de la transversale = 2m (maxi) ; hauteur des poteaux = 3m (mini) ; sinon, conserver les poteaux de HB sur la ligne de ballon mort (sécurité) en prolongeant les montants d'un tube plastique scotché aux montants (forme en H du Rugby) ; autre solution : kit plastique léger, type Constri-Foot.
4 – **Maillots** : assez solides, à demi manches, et équipés d'une bande velcro (partie velours = 8 x 5 cm) cousue sur le haut de chaque manche pour la fixation d'un flag, en tissu ou plastique, de 30 x 5 cm (partie scratch = 2 x 3 cm) .
5 – **Ballon** : taille 4, légèrement dégonflé (prise à la main facilitée et moindre rebond).
6 – **Arbitrage** : idéal = 2 arbitres, un le long de chaque ligne de touche pour ne pas gêner les fauteuils et pour bien apprécier les prises de flag et les en-avant ; l'arbitre situé à gauche de chaque équipe lui indique sa position : soit d'attaque (tenu, point de remise en jeu…), soit de défense (repli à 4m dans tous les cas).
7 – **Temps de jeu** : principe de deux mi-temps (NB : match officiel = 2 x 40', équipes de 5 + 5 remplaçants).
8 – **Marque** : idem Rugby à XIII = **essai** (4 pts), **transformation** (2 pts), **pénalité** (2 pts) et **drop-goal** (1 pt).
9 – **Coup d'envoi** de chaque mi-temps par engagement au centre, sur « tee », balle devant franchir 4m.
10 – **Reprise du jeu après marque de points** : au centre du terrain, comme pour un tenu, défense à 4m.

Guide pédagogique

NOTES PERSONNELLES

PRINCIPE de JEU : le rapport Attaque / Défense

1 – **Le « placage »** :

- Il est symbolisé par une prise de flag (ou, en l'absence de flag, par un simple toucher de la main sur l'épaule), et entraîne l'arrêt de la progression du porteur de balle (léger coup de sifflet de l'arbitre).
- Le flag doit être pris avant la passe à un partenaire.
- Lors du placage, le défenseur doit lever, en l'air, le flag pris (facilitation de l'arbitrage).

Le flag doit être posé au sol par le plaqueur, à l'endroit du placage.

- En cas de prise du flag simultanément avec une passe, le jeu continuera normalement. Dans ce cas, pour « plaquer », il suffit qu'un défenseur touche le porteur de balle au niveau de l'épaule. Au prochain arrêt de jeu (= autrement que sur un tenu), les joueurs sans flags les récupéreront (possibilité d'avoir un valide, ramasseur/distributeur de flags, un par équipe).

2 – **Le « tenu »** :

- Il se joue à l'endroit de prise du flag (le joueur plaqué doit souvent reculer légèrement pour s'aligner sur l'arbitre qui se tient au niveau réel du placage) et s'effectue, **fauteuil immobile, face à la ligne de but adverse**, par une **passe à un partenaire** situé en arrière du joueur plaqué. Pour un placage au niveau de la ligne de but, le tenu se jouera à 1m de celle-ci.
- **Le joueur plaqué doit jouer lui-même le tenu**. Pour indiquer la reprise du jeu, le joueur effectuant le tenu doit, balle en main, lui faire toucher le sol avant de la passer sans délai (le plaqué ne peut pas jouer pour lui-même = passe obligatoire).
- Au moment du jeu du tenu, toute l'équipe des défenseurs doit se tenir, en ligne, repliée à 4m du tenu ou, au plus, sur sa ligne de but. Dès que la balle est mise en contact avec le sol par le plaqué, elle est jouable par tous les acteurs du jeu : les défenseurs peuvent alors « monter ».
- Pour marquer, chaque équipe dispose, au plus, de **5 tenus consécutifs** joués après chaque placage.

Au **6e placage** – ou, avant cette échéance, pour toute faute – le ballon est redonné à l'équipe non fautive qui part pour une nouvelle série de 5 tenus.

NOTES PERSONNELLES

MOYENS d'ATTAQUE et de MARQUE

- Les attaquants peuvent progresser librement vers la ligne de but adverse en portant la balle en main(s) ou sur les genoux pendant la mobilisation du fauteuil par le(s) bras, ainsi qu'au moyen de passes effectuées vers l'arrière ou encore de « coups de poing à suivre » vers l'avant. Tout joueur situé devant le porteur de balle, ou le « botteur », se trouve en position de « **hors-jeu** », mais ne sera pénalisé que s'il intervient dans le jeu.
- Tout **en-avant** entraîne, sauf en cas d'avantage immédiat pour elle, une remise en jeu par l'autre équipe. En cas d'avantage, le tenu suivant ne compte pas dans la nouvelle série de 5 (= tenu de transition, voir ci-dessous).
- Un **essai** est marqué en déposant la balle dans l'en-but : la main doit être impérativement en contact avec le ballon au moment où celui-ci est « aplati » au sol (NB : la ligne de but fait partie de l'en-but).
- La **transformation** est tentée face au point de marque de l'essai. La balle est posée sur un « tee » haut de 30cm environ, type étui cartonné, et frappée du poing fermé, fauteuil fixe ou avec élan. Idem pour le coup d'envoi.
- Le coup de pied à suivre prend ici la forme d'un « coup de poing à suivre » : la balle est tenue dans (ou posée sur) une main, puis frappée de l'autre du poing fermé. Pour pouvoir « suivre », tout joueur attaquant doit se trouver en arrière du point de frappe du ballon.

REMISES EN JEU (*autres que le tenu après placage*)

Cas général : si le jeu s'arrête autrement que sur placage, reprise du jeu sur le point de faute par une remise en jeu effectuée par n'importe quel joueur de l'équipe non fautive – fauteuil fixe, position libre ; la balle, après avoir touché le sol tenue en main (signal de reprise du jeu), peut être passée vers l'arrière à un partenaire ou frappée du poing (toutes directions). Défense à 4m.

Sortie en **touche** après rebond préalable à l'intérieur du terrain : remise en jeu par l'équipe non fautive, à la main (cas général), mais fauteuil perpendiculaire au terrain, sur le point de sortie en touche. Défense à 4m.

6e placage : remise en jeu par l'adversaire, identique au tenu habituel (c'est un **tenu de transition** = n°0).

Une **pénalité** peut soit être tentée par tir au but, soit être jouée rapidement « à la main » (cas général), soit s'effectuer en deux temps = du point de faute, un «botteur» tente d'avancer la marque en gagnant du terrain par un tir en touche sans qu'aucun autre joueur n'entre en contact avec la balle ; son équipe récupère ensuite le ballon, 4m à l'intérieur du champ de jeu, à la verticale du point de sortie en touche. Le ballon est alors impérativement joué comme dans le cas général ci-dessus (tir au but interdit). Ligne de défense à 4m.

NOTES PERSONNELLES

RENVOIS

Lorsque la balle est rendue **injouable dans l'en-but** (en-avant, placage, ballon mort, tir direct en touche…) :

- **du fait de la défense** : renvoi en drop sous les poteaux (milieu ligne de but), balle devant franchir 4m.
- **du fait de l'attaque** : renvoi « à la main aux 20m (XIII) » = remise en jeu au centre de la ligne (pointillée) des 9m du HB par la défense (cas général).

En cas de **pénalité manquée** après tentative de tir au but allant en ballon mort : le jeu reprendra par un « renvoi en drop aux 20m (XIII) » = depuis le centre de la ligne des 9m du HB, ballon devant franchir 4m.

Principales FAUTES et INTERDICTIONS

- fautes techniques = en-avant, passe en avant, hors-jeu… : remise en jeu, cas général.
- touche directe sur « coup de poing à suivre » : remise en jeu adverse (cas général) au point de départ du « coup de poing ».
- anti-jeu = pénalité avec ou sans exclusion temporaire de 2' (carton jaune), voire définitive (rouge).

joueur valide prenant appui avec ses jambes = pénalité : l'arbitre redonnera la balle à l'équipe non fautive (cas général).

- interdiction de tamponner dangereusement et violemment le fauteuil adverse.
- interdiction au défenseur de propulser un attaquant en touche en le heurtant avec le fauteuil.
- interdiction de prendre la balle portée sur ses genoux à un attaquant qui avance.
- interdiction de s'agripper ni au fauteuil, ni au corps, ni au maillot du défenseur : seul le flag peut être pris.

NOTES PERSONNELLES

Pôle Ressources National

SARBACANE

Le but du jeu est de totaliser le plus grand nombre de points.

LA DISTANCE

2,50 m entre le bout de la sarbacane et le centre de la cible.

DEROULEMENT

- les tireurs effectuent la compétition en position assise (fauteuil ou chaise),
- l'appui des coudes sur la tablette de tir ou sur les accoudoirs du fauteuil est autorisé,
- le réglage de la potence se fera pendant les tirs d'essai ou en cour de volée sans tir d'essai,
- une volée d'échauffement de 5 flèches est recommandée,
- 3 volées de 3 flèches et une volée d'essai, 2 minutes par volée,
- le comptage des points se fait à la fin de chaque volée. Une flèche pointée entre 2 zones ou effleurant une ligne de séparation de zones compte les points de la zone la plus forte,
- en cas d'égalité de points on compte le nombre de 10, puis à défaut le nombre de 9, et ainsi de suite,
- lorsqu'une flèche retombe au sol après avoir touché la cible, le tireur a droit à une flèche de remplacement,
- une flèche plantée dans une autre flèche compte à nouveau les points de la première,
- pendant le tir, le tireur ne pourra recevoir aucune aide dans le maintien de la sarbacane. Par contre, il sera autorisé de maintenir la potence si nécessaire,
- le tireur ne peut disposer de plus de 3 points d'appui (potence, coudes, bouche),
- l'appui en bouche n'est comptabilisé que lorsque le bout de la sarbacane est dans la bouche ou maintenu par une aide extérieure (masque -fil élastique).

MATERIEL

La Cible :
Le centre est situé à 1,30 m du sol (1,60 m pour les debout). La cible est de 170 mm posée contre un panneau de matière souple.

La potence :
Sur pied ou posée sur une table. Le point de support supérieur de la sarbacane doit être plat d'une largeur minimum de 20mm, dépourvu de tout matériau absorbant (mousse, etc…)

La sarbacane :
Longueur maximum de 130 cm, calibre de 10 mm. L'adaptation d'embouchure spécifique est autorisée. Système anti-retour obligatoire. Possibilité de mettre la sarbacane dans la bouche.

Les flèches :
Poids 1,10 gr, longueur de 110 mm.

Guide pédagogique

NOTES PERSONNELLES

Pôle Ressources National

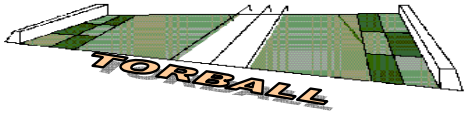
TORBALL

Le TORBALL est un sport de ballon qui est pratiqué par des sportifs malvoyants ou non-voyants.

Le but du jeu est de marquer le plus de buts possible

EQUIPES

2 équipes de 3 joueurs + 3 remplaçants.



MATERIEL

Terrain :
16x7m. comportant 3 ficelles (6 poteaux de soutien des ficelles) placées sur la largeur du terrain.

Les buts :
Aux deux extrémités du terrain, 7m de largeur (largeur terrain) et 1,30m de hauteur.

Le ballon :
En caoutchouc dur, contenant des grenailles et des grelots et pesant 500g.

ACCESSOIRES

Genouillères, coudières, lunettes opaques, coquille (messieurs), plastron (femmes), 1 tapis de sol par joueur.

DUREE

Chaque partie est divisée en deux mi-temps de cinq minutes chacune, avec une pause entre les deux.
En cas d'égalité, des prolongations ont lieu.

DEROULEMENT

Les tirs s'effectuent uniquement à la main en lançant le ballon sous trois ficelles sonores disposées à 40cm du sol au milieu du terrain, tandis que les défenseurs utilisent tout leur corps pour intercepter le ballon.
Le ballon est lancé avec la main uniquement, au ras du sol, tout coup de pied, coup de coude, coup de tête, est pénalisé (balle remise à l'adversaire).
Les joueurs se repèrent dans leur zone de jeux grâce à trois tapis de 1 x 2 mètres scotchés au sol, dans chaque zone de jeu.

NOTES PERSONNELLES

Pôle Ressources National

ULTIMATE

L'ultimate est un sport collectif (deux équipes) se pratiquant avec un frisbee, sans arbitre, les joueurs sont responsables du bon déroulement du jeu.

EQUIPES

2 équipes de 4 joueurs minimum, joueurs valides, joueurs fauteuils + valides, joueurs fauteuils.

L'ENGAGEMENT

Le jeu débute après chaque point par l'engagement : un lancer depuis la ligne d'en but, vers l'autre ligne d'en but (qui devient votre objectif). L'équipe qui a marqué le dernier point engage.

SCORE

Un point est marqué quand le disque est réceptionné dans la zone d'en-but de l'équipe adverse.

EN JEU ET HORS LIMITES

Un disque est en jeu quand le receveur est dans le terrain au moment où il l'attrape. L'interception du disque en sautant oblige à "atterrir" dans le terrain. Si un pied touche la ligne au moment de la réception, le disque est hors limites.
Si le disque est hors limite, la possession du disque change. Le jeu reprend à l'endroit où le disque a quitté le terrain.

LA REGLE DES 10 SECONDES

Le possesseur du disque doit jouer dans les 10 secondes suivant sa réception. Un défenseur peut se tenir devant et compter à haute voix jusqu'à dix. Si le disque est toujours dans les mains du possesseur à la fin du décompte, il est restitué à l'autre équipe.

Guide pédagogique

NOTES PERSONNELLES

CHANGEMENT DE POSSESSION DU DISQUE

D'autres changements de possession ont lieu quand :
- le disque est intercepté par l'équipe qui défend,
- le disque touche le sol,
- le disque est attrapé en dehors du terrain,
- le receveur n'arrive pas à contrôler le disque, le lâche,
- le disque est passé de main à main,
- un lanceur attrape son propre lancer sans que le disque est été touché par quelqu'un d'autre.

En cas de changement de possession du disque le jeu reprend immédiatement au point où il a été attrapé ou arrêté.

LES FAUTES

- Le possesseur du disque ne peut pas être marqué par plus d'un joueur à la fois,
- Le marqueur ne peut se positionner qu'à une distance minimale équivalente à un diamètre de disque. Le marqueur peut essayer de contrer le disque avec ses mains ou ses pieds quand celui-ci est lancé,
- Le marqueur ne peut pas toucher ou prendre le disque des mains du lanceur,
- Les joueurs de l'équipe adverse ne doivent pas gêner ou obstruer la course d'un joueur de l'autre équipe,
- Il est interdit de marcher ou courir en possession du disque.
- L'interception du disque en courant oblige à l'arrêt,
- le possesseur du disque peut effectuer un pivot.

95 avenue de France
75650 PARIS cedex 13
www.jeunesse-sports.gouv.fr

48 avenue Maréchal Juin
18000 BOURGES
02.48.48.01.44
www.creps-centre.jeunesse-sports.gouv.fr
cr018@jeunesse-sports.gouv.fr

48 avenue Maréchal Juin
18000 BOURGES
02.48.48.06.15
www.creps-centre.jeunesse-sports.gouv.fr
Rubrique « Sport et handicaps »
prn.sporthandicaps@jeunesse-sports.gouv.fr