



Boccia

#tactique #précision #maîtrise

Le CPSF – Comité Paralympique et Sportif Français vous propose des fiches d'activité qui ont pour vocation de vous guider. Ces fiches sont des suggestions de mise en place de cette pratique. Il revient à chaque enseignant de l'adapter selon son programme pédagogique, ses besoins et ses possibilités de mise en place. Dans un souci de cohérence globale de cette démarche, nous vous suggérons, à minima, de mettre en application quatre temps :

1/ La discipline

Nous vous proposons une partie dédiée à l'acculturation de la discipline avec un temps de présentation accompagnée des règles du jeu et des vidéos pour aller plus loin.

2/ Exercices pratiques

A travers ces propositions d'exercices, il est intéressant que chaque enseignant se les approprient et les insèrent dans un programme pédagogique à plus long terme avec un objectif de progression, des évaluations, ...

Les objectifs et des clés de compréhension sont proposés au début des exercices.

3/ Debriefing / retours

Cette phase de débriefing a pour objectif de faire verbaliser aux élèves ce qu'ils ont appris de l'activité qu'ils viennent de réaliser.

4/ Activités complémentaires

Selon les âges, des activités complémentaires sont proposées pour aller plus loin dans la discipline. (Pour les plus jeunes, des coloriages, des jeux, ... ; pour les plus grands, la mise en place de reportages, des mangas, ...).



1/ La discipline

Qu'est-ce que la Boccia ?

La Boccia est un sport de **tactique**, de **précision** et de **maîtrise** qui s'apparente à la pétanque avec un certain nombre d'adaptations.

Lancer des boules vers un but est sans doute l'un des divertissements les plus anciens inventés par le genre humain. La boccia, quant à elle, est un sport paralympique depuis 1984 (Stoke Mandeville).

La France participe pour la première fois de son histoire aux Jeux Paralympiques de Tokyo 2021 dans cette discipline.

Initialement réservée à des joueurs en fauteuils présentant un trouble persistant du tonus musculaire, elle s'adresse désormais plus largement à toute personne en fauteuil roulant présentant une limitation sévère des fonctions motrices.



Quelles sont les règles du jeu ?

La Boccia se pratique en salle sur un terrain plat et lisse de **12,5 mètres par 6 mètres**. Les balles sont en cuir et un peu plus grosses que les balles de tennis. Le but est de lancer ou de faire rouler ses balles de couleur le plus près possible de la balle blanche, appelée "Jack".

Je veux aller plus loin ...

- Utilisez la vidéo de la Fondation Agitos "*l'imPOSSIBLE : La Boccia*" pour présenter le jeu et les principaux gestes : <https://youtu.be/ZnrC4GDJ4Sw>
- Utilisez la vidéo du CPSF – Comité Paralympique et Sportif Français pour présenter les classifications de la Boccia : <https://youtu.be/uUAhHTPEJy4>



2/ Exercices pratiques

Construction du matériel de Boccia et découverte des techniques de la discipline : Lancer et faire rouler les balles (ou autres objets) vers des cibles

« Construis toi-même ton matériel réutilisable ou recyclable pour jouer à la Boccia »



Le matériel

Trois types de matériel vont être utiles pour réaliser l'activité dans de bonnes conditions :

Objet 1 : L'assise : Banc, chaise, fauteuil, ...

Objet 2 : Rampe : avec une gouttière par exemple

Objet 3 : Balles (rouler et se lancer sans rebond) : balles de jonglage, des balles de tennis alourdies par du sable, ...

Objet n°4 : Cible : cerceaux plats, un traçage à la craie au sol...

La mise en pratique : #tactique #précision #maîtrise

Les joueurs restent soit assis sur l'objet 1 durant toute l'activité.

1er exercice: Travail de manipulation et de progression

Installez une cible entre les six joueurs (**objet n°4**). Face à face et chacun leur tour, les joueurs essaient de se rapprocher le plus proche de la cible avec l'**objet n°3**.

Pour travailler la progressivité, il est intéressant de mettre en place différents ateliers :

1/ en le faisant rouler

2/ en le jetant par-dessus le trait bleu et en roulant jusqu'à la cible (cf schéma)

3/ Variantes d'évolution à proposer : Taille de la cible et distance de la cible.

4/ Familiarisation avec l'objet 2 : S'exercer en vue de l'exercice 2 avec la rampe pour se rapprocher le plus proche de la cible.

2ème exercice : 2 équipes de 2 personnes

Jeu qui se rapproche des règles de la Boccia et qui nécessite de la **précision**.

Une équipe rouge et une bleue :

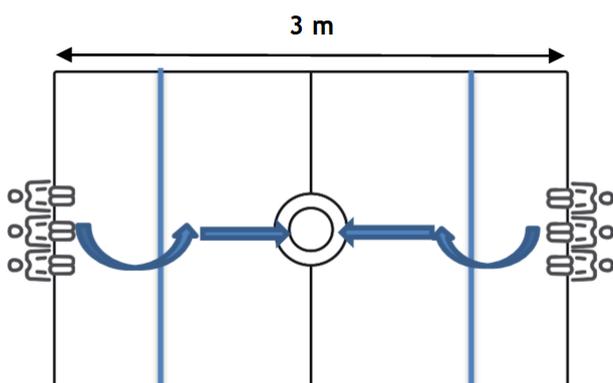
- 1ère personne : **le joueur** sera assis (**objet 1**)
- 2ème personne : **l'aidant** va orienter l'**objet 2**

Trois « **objets 3** » par équipe (couleur rouge et bleu).

Consignes : L'aidant doit se tenir dos à la cible et ne jamais se retourner, ni parler. Il doit uniquement suivre les instructions du joueur pour orienter l'**objet 2**.

Le joueur de l'équipe rouge lance le Jack (**objet 3** balle blanche), et joue une balle rouge. Le joueur bleu joue à son tour pour reprendre le point. Tant que joueur bleu n'a pas repris le point, il continue de jouer. La première manche est terminée quand toutes les balles sont lancées. Le joueur qui gagne est celui qui se situe le plus proche du jack. Le joueur ne doit pas se déplacer. Réaliser une seconde manche en intervertissant les personnes (*exemple équipe rouge : le joueur rouge devient guide rouge et le guide rouge devient joueur rouge*).

Si à l'issue de la 2nd manche il y a une égalité, réaliser une 3^{ème} manche pour départager les équipes.





3/ Debriefing / retours

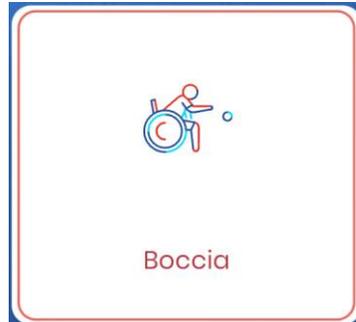
Cette phase de débriefing a pour objectif de faire verbaliser aux élèves ce qu'ils ont appris de l'activité qu'ils viennent de réaliser. Exemples de questions à se poser sur cette phase :

- Quelles difficultés avez-vous rencontrées lors de l'activité ?
 - Pour le guide ou l'aidant ?
 - Pour le joueur ?
- Quels termes avez-vous utilisés pour guider ou orienter ?

4/ Activités complémentaires

Découverte d'un club de Boccia

Clic sur le pictogramme, juste en dessous, pour découvrir la discipline de la Boccia, l'organisation en France, les clubs proches de ton école, ...



« Tu peux prendre contact avec un club proche de ton école pour aller voir la pratique en club »

«Pour t'y rendre, pense à l'environnement et, dans la mesure du possible, favorises le vélo, la marche, ... »





Quizz



- **Quel parasport fait-il ?**

La boccia. Il s'agit d'un sport d'opposition de balles, pratiqué en individuel ou par équipe et inscrit aux Jeux Paralympiques pour un certain public.

- **Quel est le but du jeu ?**

Envoyer les balles rouges et bleues aussi près que possible de la boule blanche, le Jack et empêcher que l'adversaire s'en approche.

- **À quoi cette discipline fait-elle penser ?**

La boccia s'apparente à du curling et à de la pétanque jouée en intérieur avec des balles en cuir.

- **De quelles couleurs sont ces balles ?**

Rouges ou bleues.

- **Quel type de fauteuil utilise ce sportif ?**

Ce sportif utilise un fauteuil électrique

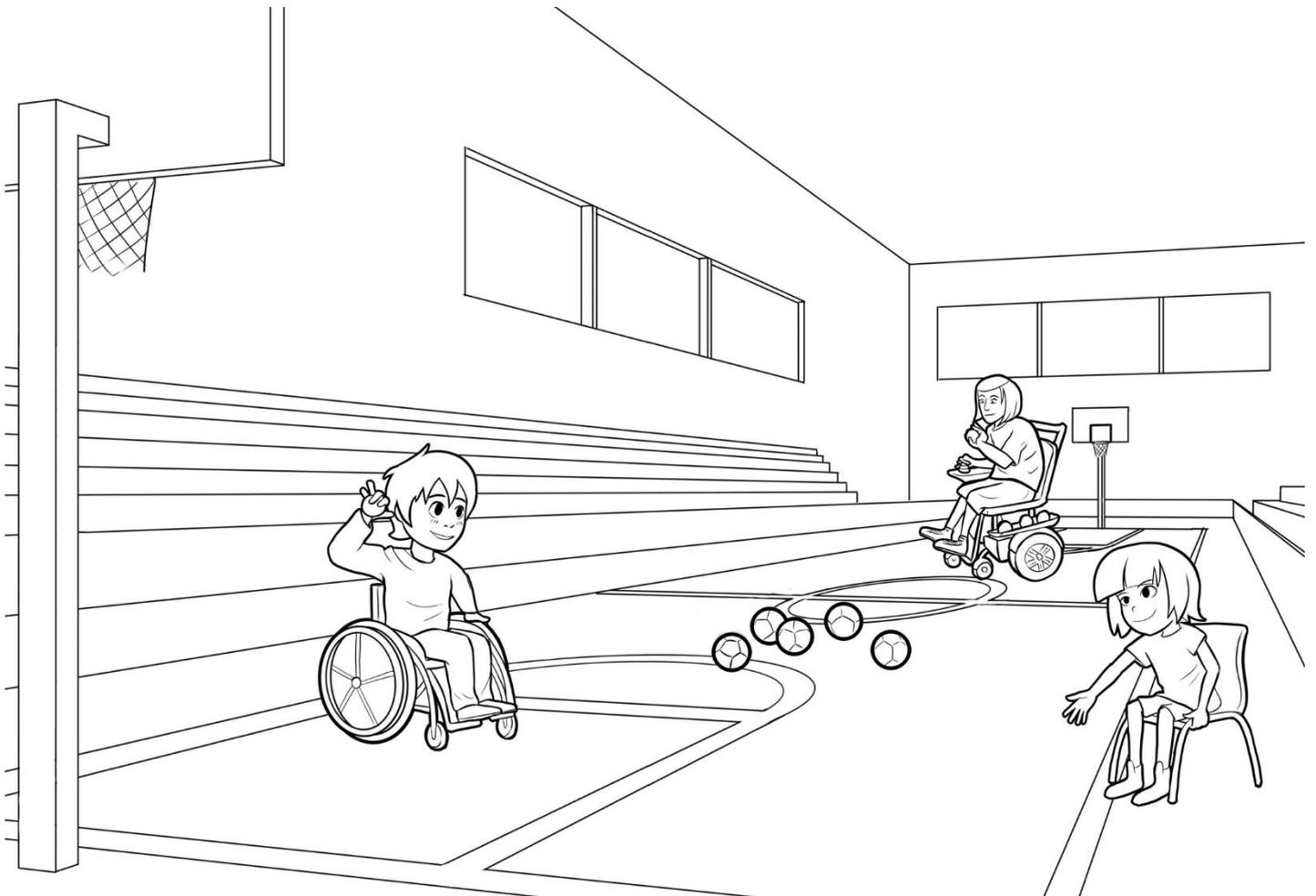
- **Pourquoi ce fauteuil ?**

Certains joueurs ont un handicap qui nécessite l'usage d'un fauteuil roulant électrique car ils n'ont pas la force pour pousser un fauteuil roulant manuel.



Coloriage

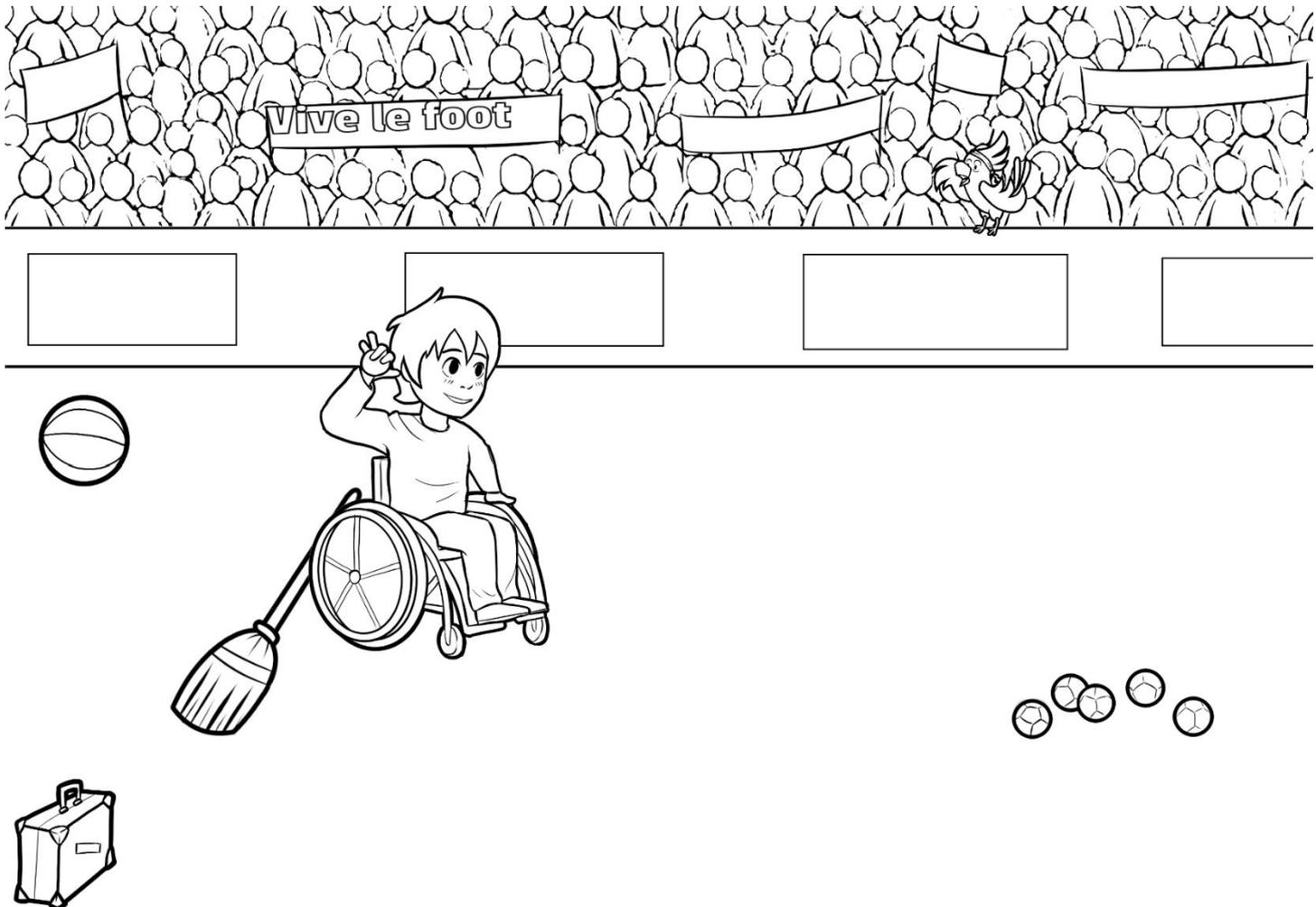
Amuse-toi à mettre en scène la pratique de la Boccia que tu viens de réaliser avec des camarades de classe sur le générateur de dessin : www.coloriaz.com.





Cherche les erreurs

Sur ce dessin, il y a cinq erreurs qui se sont glissées.
Arriveras-tu à les retrouver ?



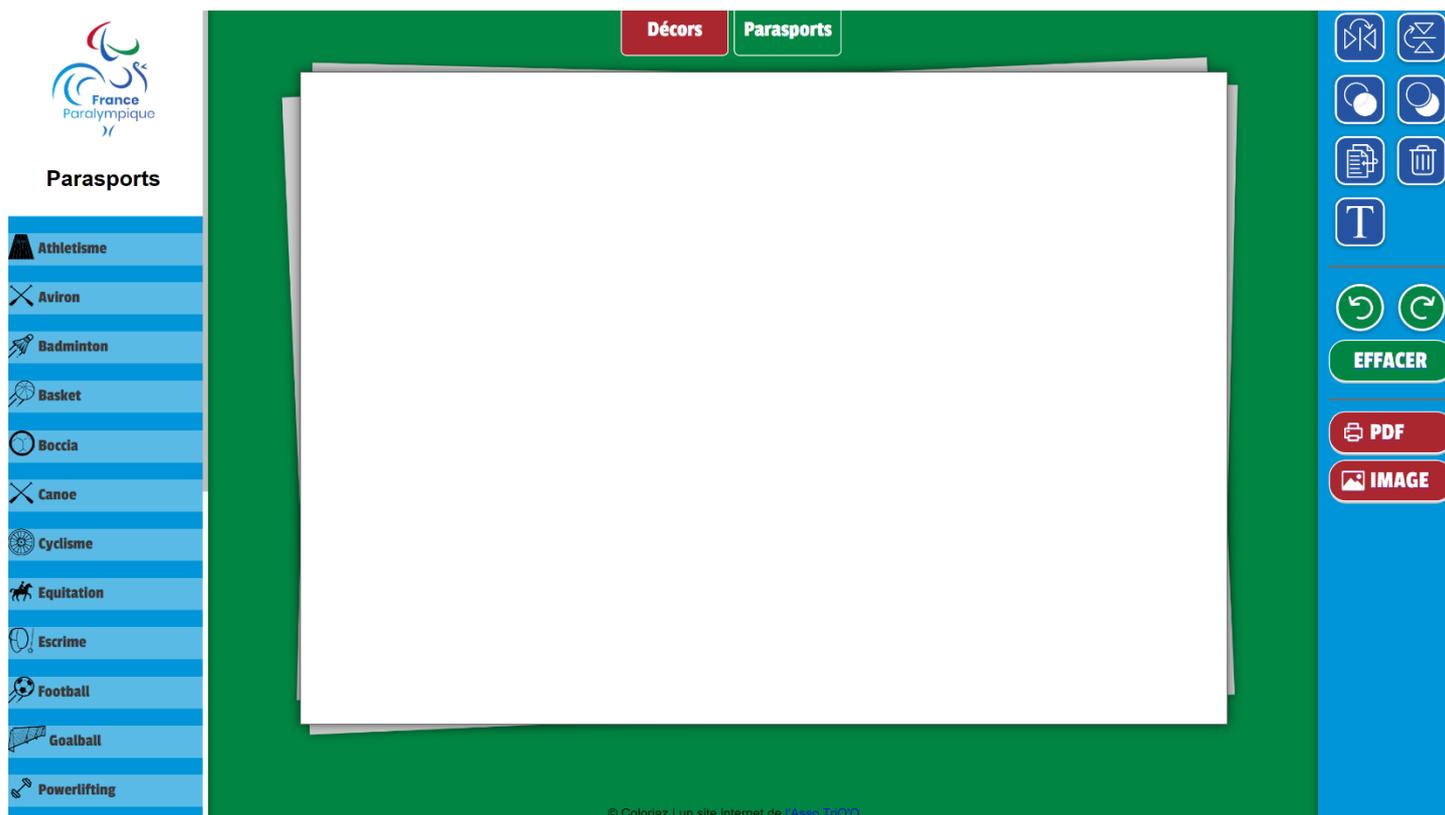
Réponses : Balai, perroquet, ballon de basket, valise et la banderole « vive le foot ».



Générateur de dessin

Amuse-toi à mettre en scène la pratique de l'Athlétisme que tu viens de réaliser avec des camarades de classe sur le générateur de dessin :

<https://france-paralympique.fr/la-semaine-olympique-et-paralympique/>



France Paralympique

Parasports

Athlétisme

Aviron

Badminton

Basket

Boccia

Canoe

Cyclisme

Equitation

Escrime

Football

Goalball

Powerlifting

Décors

Parasports

EFFACER

PDF

IMAGE

© Coloriaz | un site internet de L'Espe D'ES



Manga

Clic sur la photo ci-dessous pour découvrir le manga spécialement conçu pour les Jeux Paralympiques de Tokyo.

Création de ce manga par la fondation IPSEN

