



## Cécifoot ou football à 5

**#Solidarité#Engagement#Technique#Combat**

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 le Cécifoot ?

Les joueurs de champ doivent être classés en catégorie B1, ce qui signifie qu'ils ont une acuité visuelle nulle ou très faible et/ou pas de perception de la lumière. Ils doivent porter un masque occultant afin d'égaliser les situations de handicap.

Le gardien n'est pas contraint d'être en situation de handicap et participe activement à l'orientation de ses joueurs en zone défensive.



### Quelles sont les règles du jeu ?



Deux équipes constituées de cinq joueurs s'affrontent durant deux périodes de 20 minutes pour les non-voyants et de 25 minutes pour les malvoyants. L'équipe qui marque le plus de buts remporte le match.

Une équipe se compose de 4 joueurs déficients visuels, 1 gardien de but voyant ou malvoyant qui oriente la défense, 1 entraîneur sur la touche qui supervise et 1 guide derrière le but adverse pour aider à sa localisation. Un bip sonore peut remplacer le guide.

**Les dimensions du terrain** sont de 40 x 20 m et les buts de 3 x 2 m. Les longueurs du terrain sont bordées par une barrière gonflable ou en mousse (1,30 m de haut) pour assurer la continuité du jeu.

Un joueur commet une faute s'il réalise une action pouvant nuire à l'intégrité physique d'un adversaire (défend couché, tient ou bouscule un joueur, touche volontairement le ballon avec la main). Le ballon est rendu à l'équipe ayant subi la faute. Lors d'une action vers le porteur de balle, le défenseur non-voyant doit signaler sa venue en criant "VOY". La règle du hors-jeu n'est pas appliquée.

### Je veux aller plus loin ...

Une vidéo du CPSF est disponible pour présenter ce parasport : [https://www.youtube.com/watch?v=8enYFIKD-pY&ab\\_channel=FranceParalympique](https://www.youtube.com/watch?v=8enYFIKD-pY&ab_channel=FranceParalympique)



## 2/ Exercices pratiques

Découverte des techniques de la discipline :  
Passer, conduire la balle - tirer au but

Voici quelques outils de pratique faciles à mettre en œuvre et accessibles à des enfants en cycle 1 visant à respecter les fondamentaux du cécifoot et en même temps à amener les élèves à se questionner sur la déficience, la nécessité d'adaptation de la pratique, pour accompagner les très jeunes élèves en quête de construction de soi, de commencement d'ouverture sur autrui et d'ouverture sur "le monde qui les entoure".

### Le matériel

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

1. **Objet n°1: des ballons sonores** tels que ballons de cécifoot avec grelots.



Mettre un sac plastique recyclable ou en papier bruyant autour d'un ballon ordinaire !

2. **Objet n°2: Une cage** de handball ou des plots-poteaux pour faire les cages

3. **Objet n°3: un masque par enfant** occultant la vision



Un masque covid placé devant les yeux peut faire l'affaire !

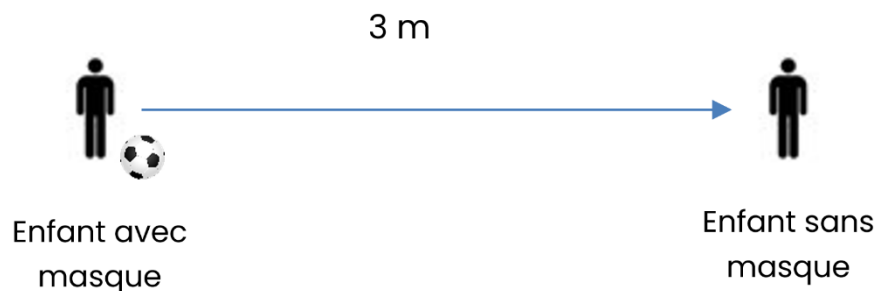
### La mise en pratique

**3 situations en parallèle pour une mise en place facilitée avec les enfants qui tournent sur ces trois situations, qui respectent les fondamentaux de ce parasport**

Pour chaque situation, il est conseillé de faire une démonstration de chaque situation aux élèves non déficients visuels et explication orale en parallèle plus détaillée quand elle s'adresse à des élèves qui ont une déficience visuelle.

**IMPORTANT :** expliquer aux élèves l'importance du silence pour que ceux qui évoluent les yeux bandés puissent entendre les signaux sonores.

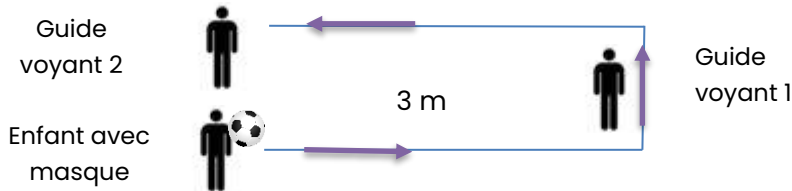
#### **Situation 1 : Passer par 2**



Les élèves masqués font une passe à l'élève voyant qui le guide par la voix.

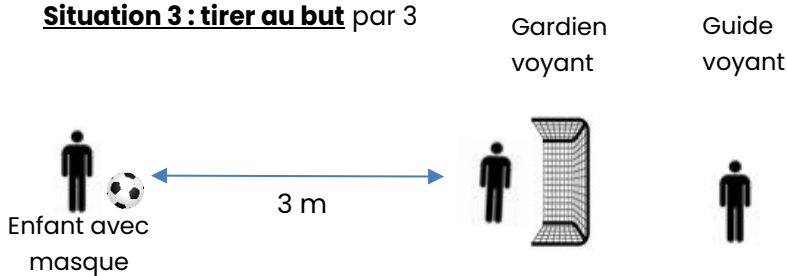


### **Situation 2 : conduire la balle** par 3



L'élève avec masque a pour consigne de conduire le ballon **en le tenant dans les mains** pour aller contourner le guide à 4-5m du point de départ et retourner au point de départ. Pour l'aller, c'est le guide 1 qui guide oralement et pour le retour, c'est le guide 2 qui guide oralement. Possibilité de guider le ballon aux pieds si les élèves sont à l'aise.

### **Situation 3 : tirer au but** par 3



Le guide derrière la cage annonce oralement l'axe du but en disant « axe » et le poteau droit puis gauche en tapant sur les poteaux métalliques avec un objet métallique (si pas de poteaux métalliques tout objet sonore fera l'affaire). Le tireur a le pied sur le ballon et est masqué. Il tire quand il a le signal du guide voyant derrière la cage.

### **Conseils d'inclusion :**

- Donnez des instructions brèves et directes.
- Utilisez un langage approprié pour vous adresser au groupe.
- Réduisez la taille du terrain ou de la surface de jeu.
- Favoriser la pratique en trinôme (2 DV + 1 guide).



### 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 ?

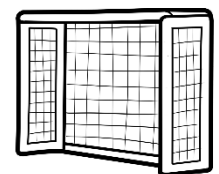
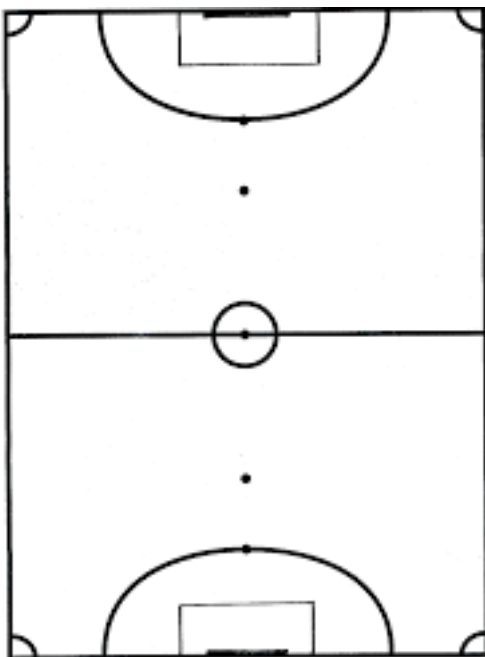
### 4/ Activités complémentaires

#### Activité ludique

Voici un terrain de cécifoot avec un joueur représenté.

Sur les côtés, il y a des images d'objets qu'on trouve sur le terrain ou dans la tenue du joueur de cécifoot.

L'élève peut colorier puis relier chaque dessin au bon endroit sur le terrain.



Cage, ballon et joueuse : [www.coloriaz.com](http://www.coloriaz.com)





## Débat

Vous pouvez initier un petit débat sur l'importance du silence dans l'adaptation de la pratique cécifoot pour compenser la déficience visuelle et permettre aux pratiquants non-voyants d'entendre le ballon, le coach, les arbitres, les guides et de se repérer sur le terrain.

Pistes pour le débat :

- Un guide derrière les cages
- Les joueurs qui s'annoncent en disant « VOY » sur le terrain pour annoncer leur présence aux autres
- Nécessité de silence de la part du public

## Coloriage

Amuse-toi à colorier ce dessin d'un jeune pratiquant du cécifoot. Vas jeter un coup d'œil sur le site [www.coloriaz.com](http://www.coloriaz.com) pour retrouver davantage de dessins pour t'amuser encore plus.





# Générateur de dessin

Amuse-toi à mettre en scène la pratique du cécifoot que tu viens de réaliser avec des camarades de classe sur le générateur de dessin :  
<https://france-paralympique.fr/la-semaine-olympique-et-paralympique/>