



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



2/ Exercices pratiques

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

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 !

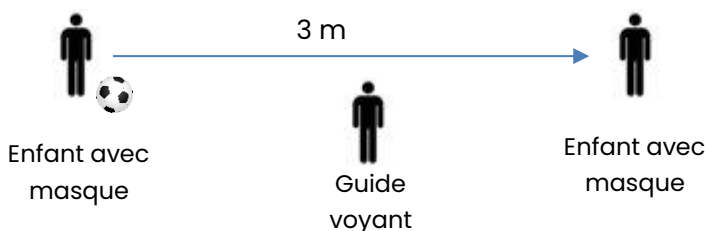
La mise en pratique

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 3



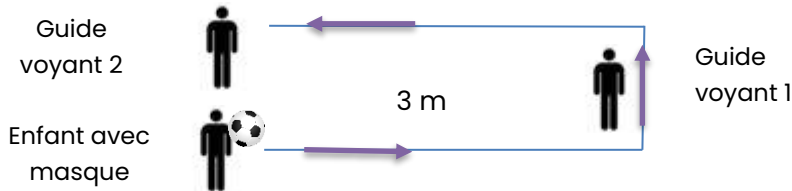
Les élèves masqués se font des passes en étant peu espacés (environ 3m, ajuster la distance en fonction de la réussite). Le guide voyant peut se déplacer mais doit guider les deux non-voyants uniquement par le son.

1. Le guide voyant oriente les enfants qui se font des passes par la voix. Il ne doit pas dire « à droite » ou « à gauche » (manque de précision) mais se déplacer à proximité de l'enfant qui devra être réceptionnaire de la passe (par exemple juste derrière le réceptionnaire). En effet, le guidage d'une personne non voyante se fait en déplaçant la source sonore.

2. Si la passe arrive loin de l'enfant qui devait la réceptionner, le guide voyant doit aller chercher le ballon et le déposer aux pieds de l'enfant avec masque qui devait la réceptionner pour que celui-ci devienne passeur. Une fois la balle déposée à ses pieds, il la secoue pour que le passeur l'entende et sache qu'elle est devant lui.



Situation 2 : conduire la balle par 3

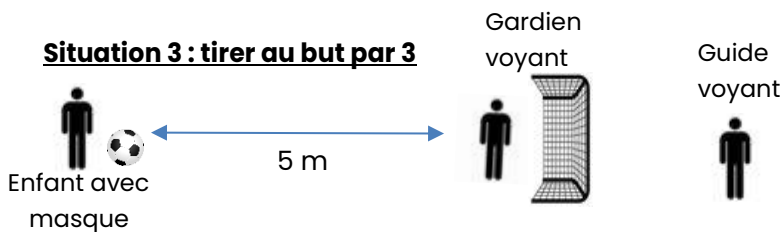


L'élève avec masque a pour consigne de conduire le ballon **aux pieds** pour aller contourner le guide à 4-5m du point de départ et retourner au point de départ. Pour l'aller, c'est le guide 1 qui guide oralement et pour le retour, c'est le guide 2 qui guide oralement.

Consigne à donner pour simplifier l'exercice : garder le ballon le plus proche possible des pieds.

La distance doit être courte mais est adaptable en fonction de la réussite des élèves.

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 ?

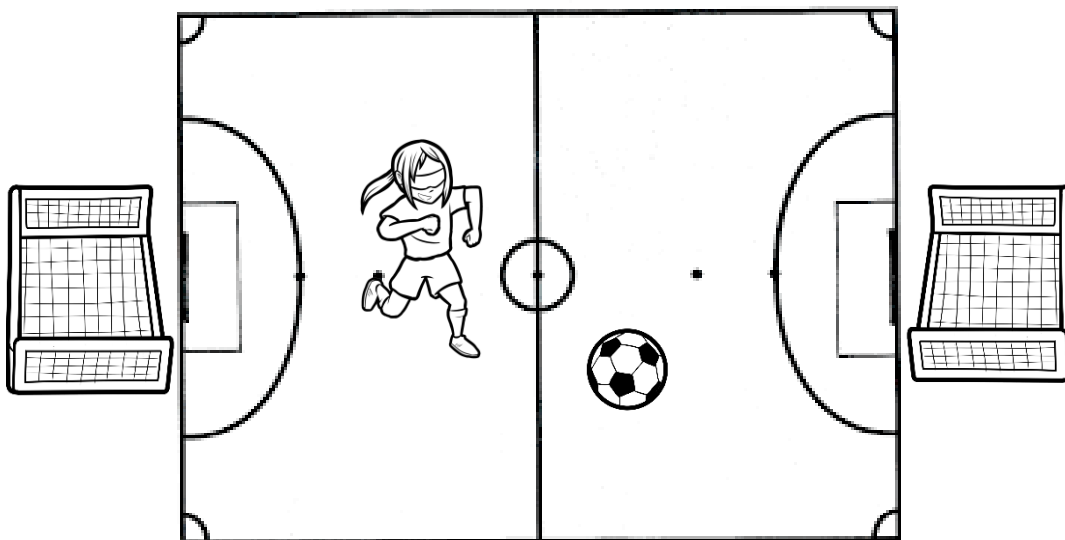
4/ Activités complémentaires

Activité ludique

Voici un terrain de cécifoot avec un joueur, un ballon, deux cages.

Vous pouvez l'imprimer et le découper en zones de 4 colonnes et 3 lignes pour faire un puzzle. Imprimez un modèle non découpé.

Les élèves peuvent reconstituer le puzzle en regardant le modèle imprimé puis le colorier. Demander aux élèves de nommer les différentes parties du puzzle (cages, ballon, masque, chaussures, joueuse...).



Cage, ballon et joueuse : 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 de pratiquants de cécifoot.

Vas jeter un coup d'œil sur le site 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/>



Le 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

