



Boccia

#tactique #précision #maîtrise

Le CPSF – Comité Paralympique et Sportif Français vous propose des fiches d'activités 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 "*I'mPOSSIBLE : 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

Découverte des techniques de la discipline :
Lancer et faire rouler les balles (ou autres objets) vers des cibles

Le matériel

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

1. **Objet n°1 : Des objets pouvant rouler, lancer** (sans rebond possible) **et se jeter** tels que des balles de jonglage, des balles de tennis coupées et alourdies par du sable par exemple, ...
2. **Objet n°2 : Des objets pouvant servir de cible** tels que des cerceaux plats, des repères à la craie sur le sol, ...

« Penses à utiliser et à te munir de matériel réutilisable ou recyclable »



La mise en pratique

Les joueurs restent soit assis sur un banc, une chaise ou un fauteuil roulant durant toute l'activité.

1er exercice : Travail de manipulation et de progression

Installez une cible entre les deux joueurs (**objet n°2**). Face à face et chacun leur tour, les joueurs essaient de se rapprocher le plus proche de la cible avec **l'objet n°1**.

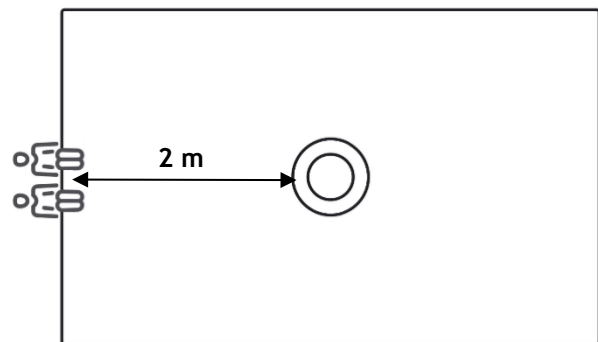
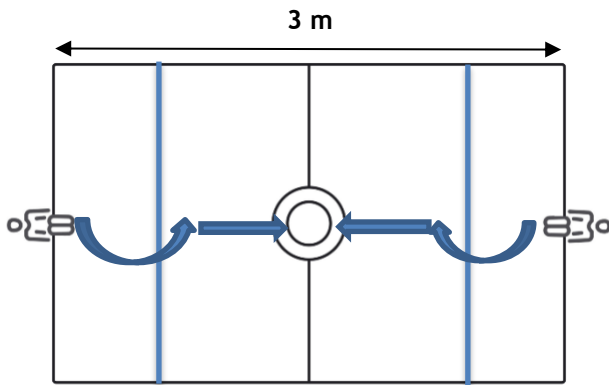
1/ en le faisant rouler

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

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

2ème exercice : Aspect ludique – Jeu

Chacun son tour, faites rouler **l'objet n°1** vers une cible (**objet n°2**). Les joueurs comptent un point chaque fois qu'ils s'approchent le plus proche de la cible.





3/ Debriefing / retours

Cette phase de débriefing a pour objectif de faire verbaliser les élèves :

- ce qu'ils ont appris de l'activité qu'ils viennent de réaliser ;
- les difficultés rencontrées lors de l'activité,

4/ Activités complémentaires

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 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.

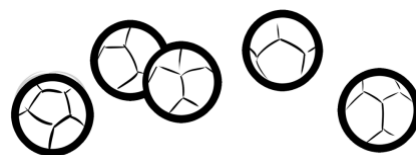
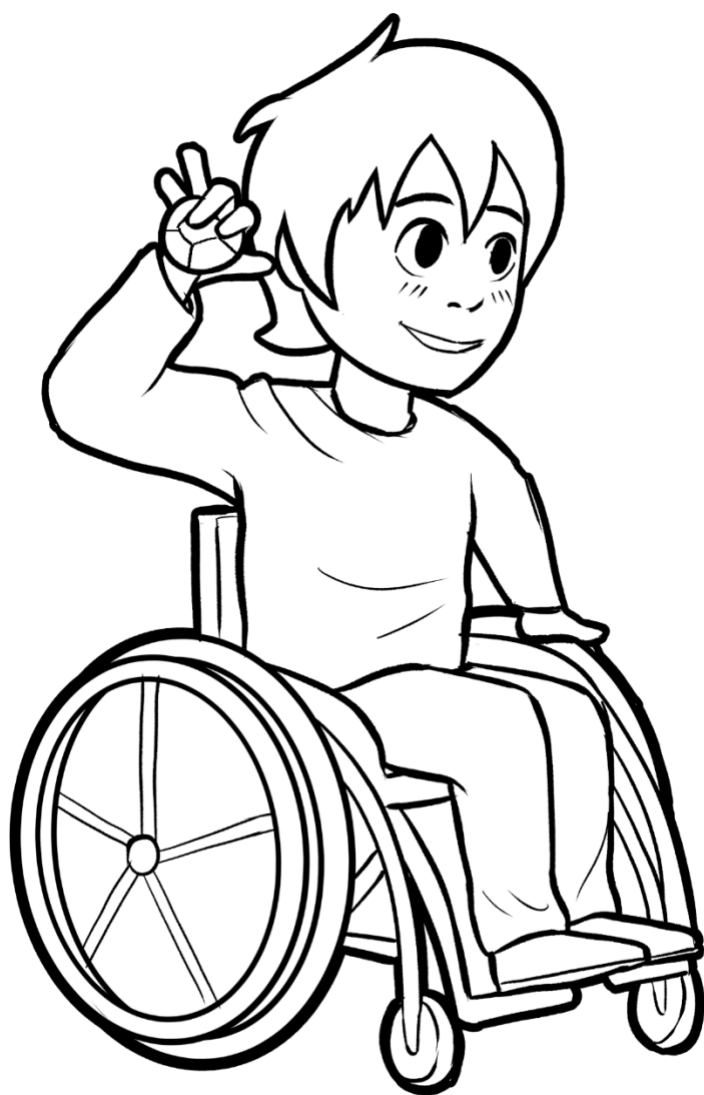
- **Pourquoi ce fauteuil ?**

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 colorier ce dessin qui représente un joueur de boccia.
Vas jeter un coup d'œil sur le site dédié au générateur de dessin pour retrouver davantage de dessins sur <https://france-paralympique.fr/>.

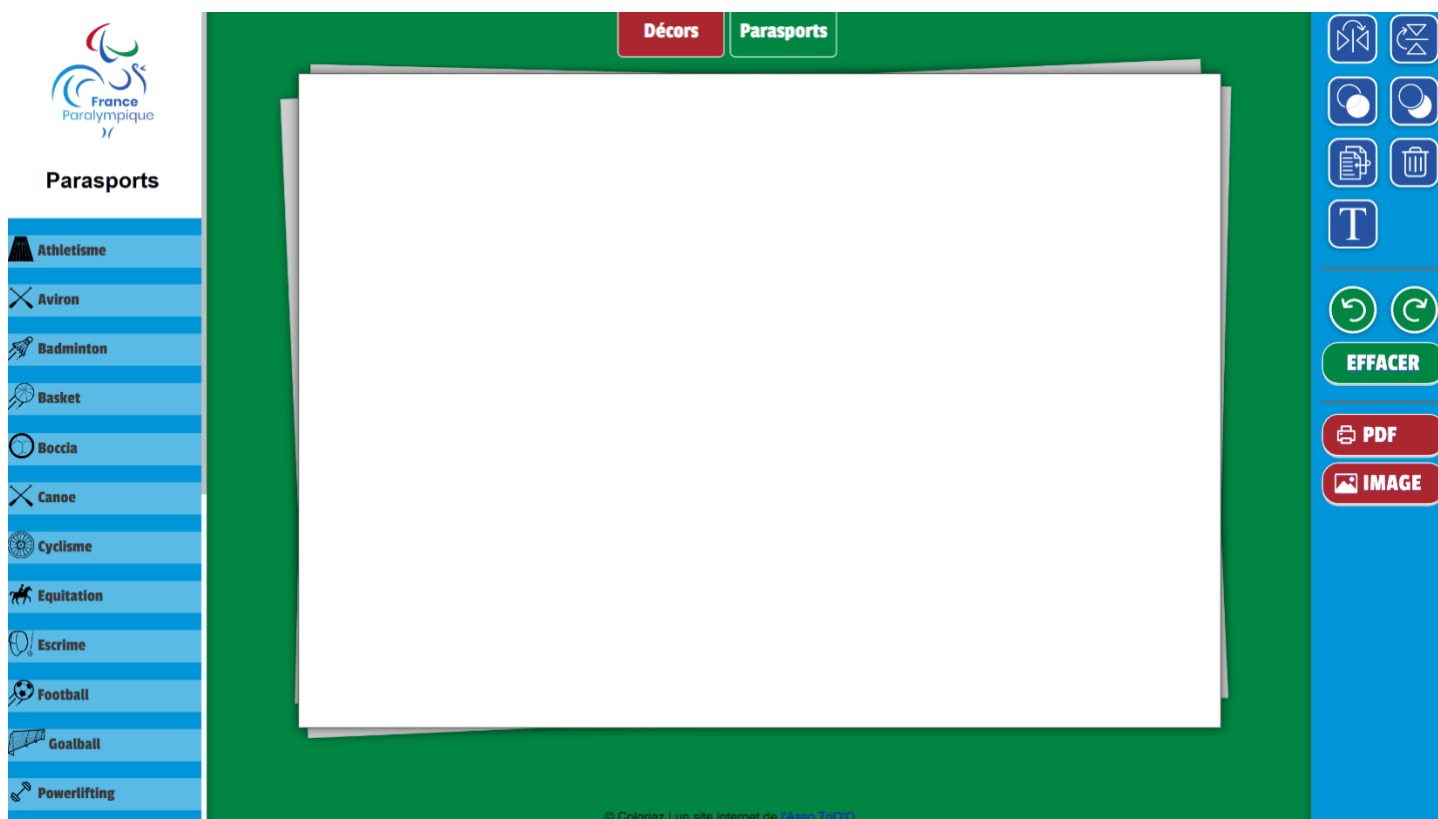




Générateur de dessin

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 :

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



France Paralympique

Parasports

- Athletisme
- Aviron
- Badminton
- Basket
- Boccia
- Canoe
- Cyclisme
- Equitation
- Escrime
- Football
- Goalball
- Powerlifting

Décors Parasports

EFFACER

PDF

IMAGE

© Coloriaz | un site internet de France Paralympique