



DESTINATAIRE  
**Animateur**

PUBLIC  
**À partir  
de 8 ans**

THÈME  
**Jouer**

## Les handi olympiades

**Les handi olympiades sont composées de différentes épreuves, issues d'activités sportives pratiquées par des personnes en situation de handicap. C'est donc une bonne occasion d'aborder le thème du handicap et de la différence par le prisme du sport.**

- **Nombre de participants** : de 8 à 30 joueurs.
- **Nombre de joueurs par équipe** : jusqu'à 6 joueurs par équipe.
- **Terrain** : espace extérieur plat.

### La boccia

- La boccia (prononcez bochia) est un jeu d'adresse qui présente des similitudes avec la pétanque, mais qui a le souci de l'accessibilité, y compris pour les personnes ayant un fort handicap physique.
- Voici une version adaptée et simplifiée pour votre public.
- Chaque joueur est muni d'une boule qu'il doit envoyer le plus près possible du cochonnet.
- Plusieurs particularités :
  - Les joueurs doivent être assis sur une chaise pour simuler le fait d'être dans un fauteuil roulant.
  - On doit se servir d'une rampe sur laquelle va glisser la boule vers la cible. Il s'agit alors de jouer sur l'inclinaison et la direction de la rampe pour faire prendre plus ou moins de vitesse à la boule et diriger sa trajectoire.
  - Deux équipes sont en compétition. En alternance, un joueur de chaque équipe joue sa boule.

- Lorsque toutes les boules ont été jouées, celle qui est la plus proche du cochonnet rapporte un point à son équipe. Aux joueurs de déterminer le nombre de points à atteindre.
- Pour toutes les autres règles, se référer à celles de la pétanque.
- Fabrication des boules et de la rampe :
  - Pour les boules, le principe de fabrication des balles de jonglage peut être repris : couper le col d'un ballon de baudruche, remplir au maximum le reste du ballon avec de la semoule, puis recouvrir le ballon avec le col de manière à maintenir la semoule à l'intérieur. Il faut veiller à ce que chaque équipe ait une couleur de boule spécifique. Le cochonnet est de la même taille que les boules mais d'une autre couleur.
  - Pour la rampe : découper dans du carton un rectangle d'1,30 mètre de longueur et de 60 centimètres de largeur.



- Tracer un trait dans la longueur à 20 centimètres du bord. Puis replier la bande de 20 centimètres en formant un angle droit. Poser cette rampe sur ses genoux jusqu'au sol.

Tous dessins © Ghyslaine Vaysses



## Volley assis

• Il s'agit ici d'une adaptation du volley-ball pour personnes souffrant de paralysie des membres inférieurs. Voici une version simplifiée pour votre public.

• Le principe de jeu reste le même qu'au volley-ball mais les joueurs sont assis (mais peuvent se déplacer sur les fesses) et le filet est placé à 1,15 mètre de hauteur.

• La taille du terrain est de 10 mètres de longueur sur 6 mètres de largeur.

• Pour rendre le jeu plus accessible, on peut autoriser (alors que c'est interdit au volley) aux joueurs de se saisir du ballon avant de le relancer, mais uniquement pour une passe à l'un de ses partenaires. Lorsque l'on souhaite envoyer le ballon dans la zone adverse, on doit frapper le ballon de volée.

• Pour toutes les autres règles, se référer à celles du volley-ball.

## Lutte adaptée

• Voici deux dérivés de la lutte pour des participants mis en situation de non-voyance :

– Un jeu qui se joue à un contre un. Le but est d'être le plus rapide à attraper l'un des foulards de son adversaire. On bande les yeux des deux joueurs et on leur place dans chaque poche un foulard ou un bout de tissu qui dépasse d'environ une trentaine de centimètres. On place les deux adversaires l'un face à l'autre à un mètre de distance, et on leur fait tendre la main et se la toucher de manière à situer où se trouve l'autre. Puis le jeu est lancé par l'animateur. Pour la sécurité des participants, plusieurs consignes à respecter : faire ce jeu sur de l'herbe, mettre des personnes à proximité pour anticiper les risques de chute, interdire aux joueurs de lever la main au-dessus de l'épaule.

– Jeu en un contre un, également avec les yeux bandés : les joueurs sont placés à genoux au sol, l'objectif est de renverser son adversaire sur le dos.

## Rugby-fauteuil

• Comme son nom l'indique, ce sport est un dérivé du rugby pour les personnes en fauteuil roulant. Le principe reste identique au jeu original, à savoir franchir la ligne d'en-but adverse avec le ballon en main. Bien sûr, il y a peu de probabilité que vous ayez à disposition ce type de matériel. Voilà donc une variante avec uniquement un ballon (rond).

• Délimiter un terrain d'une dizaine de mètres de long sur sept de large.

• Prévoir cinq joueurs par équipe.

• Une équipe engage le jeu à hauteur de sa ligne d'en-but. Un joueur s'empare du ballon et reste immobile. Pendant ce temps, tous ses coéquipiers se dispersent sur le terrain pour essayer de lui offrir les meilleures solutions de passes possibles.

• Les défenseurs (l'équipe adverse) tentent quant à eux de marquer au mieux les joueurs adverses.

• Au bout de dix secondes, l'animateur s'écrie « Stop ! » et tous les participants doivent alors s'asseoir là où ils se trouvent, y compris le joueur en possession de la balle. Ce dernier tente de faire une passe à l'un de ses coéquipiers.

• Plusieurs cas de figures se présentent alors :  
– la balle est attrapée par son partenaire et le jeu se poursuit, elle est relancée par le nouveau possesseur du ballon et ainsi de suite... jusqu'à ce que le ballon touche le sol, auquel cas il est rendu à l'équipe adverse (même si c'est un joueur de l'équipe en défense qui l'a dévié au sol). L'équipe se place alors derrière sa ligne d'en-but et réengage le jeu de la façon précisée précédemment.

– un équipier lance le ballon dans l'en-but adverse. Un essai est alors marqué et rapporte un point à l'équipe. L'équipe adverse réengage le jeu depuis sa ligne.

• Les règles : lorsque les joueurs sont assis, ils n'ont pas le droit de se déplacer, mais peuvent bouger sur place le haut de leur corps. Les défenseurs n'ont pas le droit de toucher leur adversaire et tentent uniquement de dévier la balle. Ils doivent se situer au minimum à 50 centimètres du joueur adverse et ne peuvent être plusieurs à marquer un même joueur. En cas de ballon saisi par deux joueurs adverses en même temps, priorité à l'attaque. ▶



## Pour aller plus loin

*Si vous avez des questions, n'hésitez pas à contacter Nicolas Mercier, par mél : [sportsdecouverte69@yahoo.fr](mailto:sportsdecouverte69@yahoo.fr)*