# GOALBALL

BUT DE LA SEANCE : *Se mesurer à une équipe adverse en étant privé d'un de ses sens et en amplifiant le rôle d'un autre.*

OBJECTIF : *Réagir à une stimulation auditive.*

DURÉE : *Environ 1h00 environ*

## PRESENTATION

Le Goaball est un sport collectif d'opposition destiné aux personnes déficientes visuelles et ouverts aux valides

L'objectif est de marquer un but à l'adversaire en lançant un ballon sonore à la main au ras du sol. Chaque équipe est composée de trois joueurs qui sont en alternance attaquants puis défenseurs. En compétition internationale, l'effectif maximal est de 6 joueurs

---

***En classe***, présenter l'activité avec la vidéo YouTube de France TV Sport
**"Paralymquoi ? Le goalball" :**
https://youtu.be/nxgItuK60MY

Points clés de la vidéo :

- Seul sport qui n'a pas d'équivalence aux JO « classique »
- Taille d'un terrain de goalball = taille d'un terrain de volley.
- Notion de "mal-voyants" et "aveugles" quelle différence ?
- "Quiet please !" = importance du silence pour les joueurs

# GOALBALL

## ORGANISATION

### Matériel

- Ballons de goalball (percés en plastique dur avec grelots) **ou** ballons de basket dans un sac plastique (1 pour 2).
- Masques ou bandeaux sur les yeux.
- Ficelle et scotch **ou** tapis de gym fin.
- Plots.

Définition du matériel :

- La ficelle et le scotch sont un moyen de délimiter les emplacements des joueurs au sol. La ficelle scotchée au sol fait un relief que le joueur doit suivre et respecter
- Le tapis de gym est une autre façon de délimiter l'emplacement des joueurs au sol.

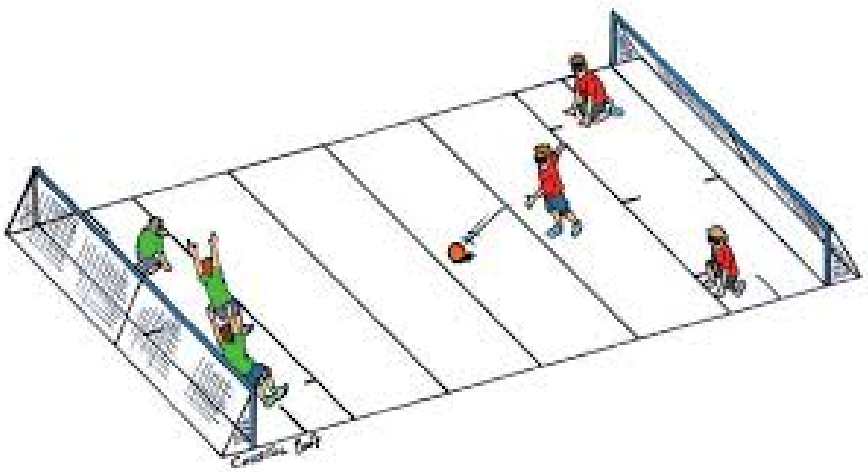
### Installation

CONSEILS : *Pour gagner du temps à la mise place du terrain : utilisez des tapis de sol très fins, ainsi ils ne pourront pas gêner la trajectoire de la balle.*

- Les plots seront mis en place pour représenter les buts.
- Les masques pour mettre tous les joueurs sur un plan d'égalité
- Le ballon est l'outil à lancer pour marquer.

Les buts sont face à face.
Les espaces des joueurs en quinconce devant chaque but. *(Dans les règles, le goalball se joue à 3 contre 3. Pour augmenter le temps moteur de chacun, et selon la place dont vous disposez, 4 contre 4 ou 5 contre 5, en faisant attention à la longueur du but.)*

ASTUCE : *si vous ne disposez pas de suffisamment de place : ne faites qu'un but et ne mettez en place que des défenseurs d'un côté et des attaquants de l'autre puis inversez les rôles.*



# GOALBALL

# DEROULEMENT DE LA SÉANCE

## Echauffement - 5mn

Un échauffement articulaire sera utile pour la séance.

## Situation 1 - 15mn

- **Exercice** : Travail du Tir

***Consignes***

2 joueurs face à face, à distance d'un tapis de gym ou plus loin, 1 ballon pour 2 :
Les élèves se lancent le ballon par alternance. Celui qui lance a le masque sur les yeux, l'autre réceptionne la balle sans masque, **puis** avec masque pour le lanceur.

- Définir les règles :

- Le ballon doit rouler, rebonds interdits.
- Le lancer est toujours par alternance d'équipe : A puis B (Joueur A1 > Joueur B1 > A Joueur 2 > Joueur B2 >…).
- Les joueurs sont assis à leur emplacement.
- Le joueur A1 lance le ballon et s'assoit.
- Les arbitres font respecter le silence "Quiet please !", puis récupèrent le ballon et le donne au tour du joueur suivant.

- Expliquer la technique :

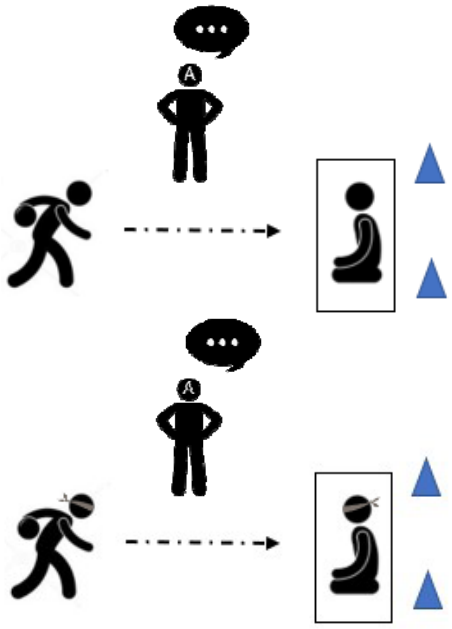
- Pour lancer la balle, les joueurs doivent s'imaginer lancer une boule de bowling.

# GOALBALL

## Situation 2 - 15mn

- **Exercice** : Travail du Blocage

***Consignes***



2 joueurs face à face, à distance d'un tapis de gym, ou plus loin, 1 ballon pour 2 :

Un élève doit marquer des buts et le deuxième élève doit arrêter la balle afin d'empêcher l'adversaire de marquer. Temps de 2 minutes par rôles. Toutes les deux minutes, les élèves changent de rôle.

- Définir les règles :
- Le ballon doit rouler, les rebonds sont interdits pour l'attaquant.
- Le défenseur ne doit pas se lever mais uniquement se coucher sur la droite ou sur la gauche pour bloquer la balle.
- La première manche est sans masque et la deuxième avec masque.

- Expliquer la technique :

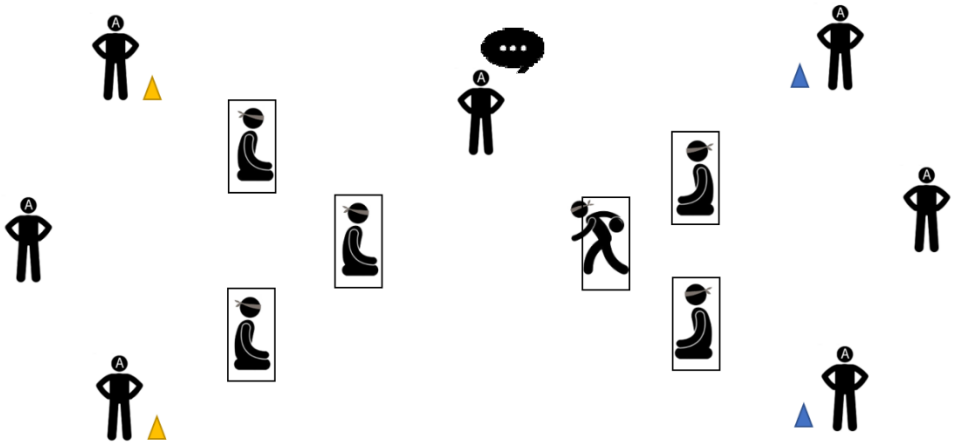
- Pour stopper la balle les joueurs en défense lors du tir doivent s'allonger sur le côté, tendre les jambes et les bras, attention à bien placer et tourner la tête derrière les bras

## Situation 3 - 15mn

- **Exercice** : Matchs

Si vous avez la place de mettre les buts face à face, jouez sous forme de match avec, au moins, autant d'arbitres que de joueurs.

Si vous ne disposez pas d'assez de place : utilisez un seul but et faites-en sorte que tous les joueurs soient attaquants puis défenseurs. Par exemple :
3 minutes en attaque et
3 minutes en défense, ceux qui ont marqué le plus de points auront gagné.



# GOALBALL

## BILAN - 10mn

Faire un retour au calme et poser des questions :

- Qu'est ce que vous avez appris aujourd'hui ?
- Avez-vous aimé la séance ?
- Quelles difficultés avez-vous rencontrées dans les différentes situations proposées ?
- Avez-vous envie de découvrir une autre activité en situation de Handicap ?

# GOALBALL

## REGLEMENT

**Le jeu consiste à lancer un ballon pour inscrire un but.** Les joueurs adverses en position d'attente, debout ou à genoux sans qu'une partie supérieure du corps ne touche le sol, attendent le tir de l'attaquant pour pouvoir déclencher leur position de défense, très souvent caractérisée par un plongeon pour faire opposition à la balle. Une fois le ballon maîtrisé, l'équipe défensive devient attaquante et dispose de temps contraint pour relancer le ballon.

- Les dimensions du terrain sont de 9 x 18 mètres (terrain de volleyball présent dans tous les gymnases)
- Chaque équipe voit sa moitié de terrain subdivisée en trois parties égales. Ces trois zones occupent chacune la largeur du terrain. La première qui se trouve près des buts et avance jusqu'à 3 mètres vers la ligne centrale est appelée zone d'équipe. La deuxième appelée zone de tir prend les 3 mètres suivants la zone d'équipe. Enfin, la zone neutre, est la troisième partie restant (3 mètres) allant de la zone de tir à la ligne centrale.
- Toutes ces zones sont délimitées par des lignes. Toute ligne sur le terrain doit être décelable tactilement c'est-à-dire qu'une ficelle est fixée sous du ruban adhésif au centre de chaque ligne pour pouvoir être détectée par les joueurs.
- Cette détection n'a pas qu'une utilité de repérage et de guidage, mais correspond au respect de certaines règles.
- Par exemple, un joueur ne peut défendre le ballon que dans sa zone d'équipe (au premier contact avec la balle), un tireur doit obligatoirement faire rebondir le ballon dans la zone de tir (6 premiers mètres) avant d'aller chez l'adversaire, un défenseur pourra être sanctionné s'il ne fait rien pour empêcher le retour du ballon dans la zone neutre, etc.