



## Cécifoot ou football à 5

#Solidarité#Engagement#Technique#Combat

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 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

### 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.
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



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



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.



## Mise en place ateliers techniques Cécifoot

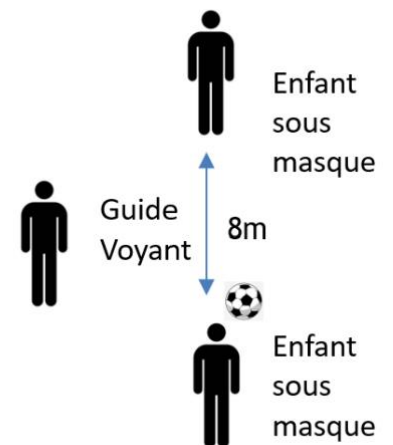
### 3 ateliers : Passe – Conduite – Tir au but

3 personnes référents à chaque atelier  
 3 rotations : Chaque ateliers durent entre 12 et 15 minutes.  
 Découverte des 3 ateliers pour tous les élèves.  
 Maximum de répétition en activité sur les différents ateliers (temps d'engagement moteur)

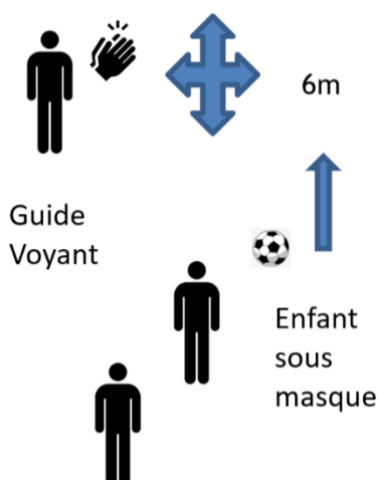


### Atelier 1 : La passe

1 groupe de 3 enfants : 2, en activité, se font des passes face à face et 1 joueur en guide qui aide et permet un repère pour les enfants sous bandeaux (source de balle au niveau du guide).  
 Changer les rôles régulièrement (3 rotations de 4min)



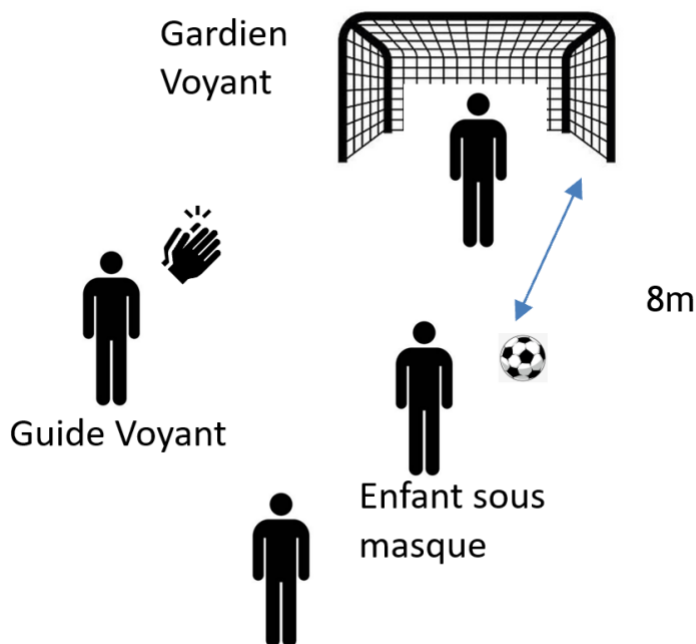
### Atelier 2 : La conduite



1 groupe de 3 enfants : 1 joueur démarre en conduite de balle pour rejoindre la zone des 6 mètres, 1 joueur en guide qui aide en donnant des consignes (taper des mains pour guider, être proche du joueur) qui permettra au joueur d'avoir un repère sonore (possible d'indiquer les directions droit, gauche, avant, arrière, etc...)  
 Changer les rôles régulièrement (1 tour = 2 cerceaux, puis changement de guide).



## Atelier 3 : Le Tir au But



Un guide qui annonce oralement l'axe du but puis annonce le poteau gauche puis droit en tapant sur les poteaux métalliques pour faire du bruit et revient se placer dans l'axe du but afin que le joueur puisse tirer.

- Le gardien est voyant
- Le tireur est sous le masque avec le pied sur le ballon prêt à tirer après l'annonce du guide.
- Changer les rôles régulièrement (2 tirs par élèves)

### 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

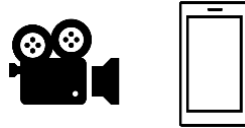
Cette phase de débriefing a pour objectif de faire verbaliser aux élèves ce qu'ils ont appris de l'activité qu'ils viennent de réaliser. Exemples de questions à se poser sur cette phase :

- 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

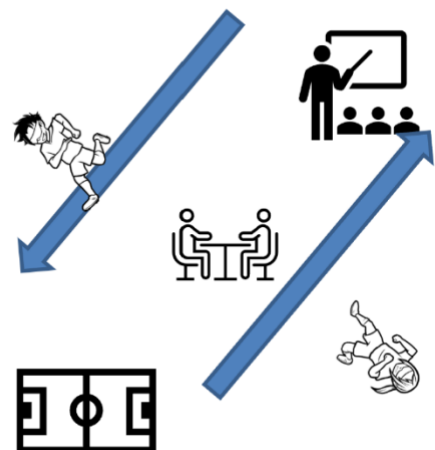
#### Reportage

#### *Reportage dans la peau d'un joueur de cécifoot*



Quiz-reportage/émission "dans la peau d'un joueur cécifoot" en les orientant sur des questions\*, jeu d'interview et en filmant la pratique (de la classe au vestiaire à la pratique et au retour sur place). Les élèves choisissent le format qu'ils souhaitent dans une logique écologique. S'appuyer sur un club de cécifoot en local serait un réel plus pour le reportage (Les compétitions nationales - Cécifoot France (cecifoot-france.fr)). Format 3min max.

- **Sensation sur le trajet ?**
- **Difficultés ?**
- **Plaisirs et émotions à quel moment ?**





## 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

