

Ballon-échanges

Activité

Ressource:

Le mouvement pour les personnes ayant une déficience : soutien pour l'éducation physique inclusive

Année(s): 4e 5e 6e 7e 8e

Cycle(s): Moyen Intermédiaire

Catégorie de jeux : Jeux filet/mur

Type d'activité : Jeu pour grand groupe

L'activité

Les sports tels que le tennis en fauteuil roulant, le squash et le volleyball assis peuvent être classés dans la catégorie des jeux filet/mur. Dans ces sports, les participants envoient un objet dans l'espace libre de l'adversaire, cherchant à lui rendre difficile le renvoi de l'objet. Ces sports peuvent être pratiqués en utilisant des filets par-dessus lesquels les participants envoient un objet, ou en utilisant un mur comme surface de jeu. Des instruments peuvent parfois être utilisés pour envoyer l'objet. Dans cette activité, les participants travaillent en groupe pour s'envoyer mutuellement un objet dans une séquence afin de créer une série d'échanges.

Le saviez-vous?

- En tennis en fauteuil roulant, la balle peut rebondir deux fois avant d'être renvoyée. La compétition est composée de deux catégories sportives. La catégorie ouverte est pour les athlètes ayant une

déficience aux membres inférieurs, tandis que la catégorie quad est pour ceux qui ont aussi une déficience aux membres supérieurs.¹

- Le para tennis de table est un sport qui peut être pratiqué debout ou assis et est l'un des sports les plus populaires aux Jeux paralympiques. En para tennis de table, pour les joueurs en fauteuil roulant, la balle doit sortir de la table par les extrémités et non par les côtés.²
- Le handball des Jeux olympiques spéciaux propose une série de modifications optionnelles pour les participants. La longueur du terrain de handball peut être modifiée pour correspondre à celle d'un terrain de basketball réglementaire, et les joueurs moins habiles ont la possibilité d'utiliser une balle en mousse ou gonflable pour les compétitions.³

Matériel

- 1 objet à envoyer par participant (p. ex., balle ou ballon sonore, ballon utilitaire, balle de tennis, ballon de basketball, ballon de volleyball)
- Cerceaux, carrés en mousse ou ruban adhésif pour créer des cibles au sol
- Cônes ou ruban adhésif pour créer les limites de l'aire de jeu

Sécurité

Pour assurer la sécurité des participants, veuillez consulter la page sur [la sécurité des activités de mouvement pour les personnes ayant une déficience](#) ainsi que les instructions de l'activité avant de commencer.

Mise en place

- Jumelez les participants.
- Demandez aux participants de créer une cible au sol à l'aide de cerceaux, de carrés en mousse ou de ruban adhésif.
- Demandez aux participants de choisir un objet à envoyer (p. ex., balle ou ballon sonore, ballon utilitaire, balle de tennis, ballon de basketball, ballon de volleyball).

- Demandez aux participants d'utiliser des cônes, du ruban adhésif ou des lignes au sol pour délimiter leur aire de jeu.

L'apprentissage du jeu

- Un partenaire se place d'un côté de la cible et l'autre partenaire se place de l'autre côté, à l'intérieur des limites de leur aire de jeu.
- Au signal, les participants tentent d'envoyer et de recevoir l'objet pour créer un échange avec leur partenaire.
- L'objectif est qu'un partenaire fasse rebondir l'objet dans la cible et que l'autre partenaire le reçoive après le rebond pour réussir un échange.
- Invitez les participants à se placer à des distances variées de la cible pour se familiariser avec la force nécessaire pour envoyer et recevoir l'objet.

Les façons de jouer

- Avec l'ensemble du groupe, créez une liste de façons possibles d'envoyer un objet pour maintenir un échange. Par exemple :
 - Envoyer l'objet avec la main dominante/non dominante.
 - Utiliser plus d'un objet en même temps.
 - Jouer en position debout ou assise.
 - Utiliser une cible surélevée, comme une boîte à l'envers.
 - Recevoir l'objet différemment, par exemple en utilisant un panier ou en laissant l'objet atterrir sur les genoux.
 - Autoriser des rebonds additionnels avant la réception de l'objet.
- Divisez les participants en groupes de quatre (4).
- Demandez aux groupes de créer un grand carré à l'aide de cônes ou de ruban adhésif pour délimiter les limites de leur aire de jeu. Invitez-les également à utiliser des cerceaux, du ruban adhésif ou des carrés en mousse pour créer une cible au sol au milieu du carré.

- Chaque participant se place à un endroit quelconque à l'intérieur du carré, mais à l'extérieur de la cible au sol.
- Au signal, les participants travaillent ensemble pour créer un échange. Chaque participant doit faire rebondir l'objet une fois avant qu'il atteigne la cible et qu'il soit ensuite reçu par un autre participant.
- Après avoir envoyé leur objet, les participants doivent toucher une ligne de délimitation de l'aire de jeu ou un cône avant de reprendre le jeu.
- Invitez les participants à explorer diverses modifications des limites, des cibles et des règles de l'activité pour rendre plus facile ou plus difficile la réussite d'un échange, tout en veillant à leur sécurité et à celle des autres participants.

Le jeu pour tous

- Invitez les participants à explorer la liste créée de manière collaborative de la section « Les façons de jouer » pour découvrir diverses façons d'envoyer un objet lors de cette activité.
- L'activité a pour objectif que les membres des groupes travaillent ensemble pour maintenir un échange.
- Les participants continuent à jouer en groupes de quatre (4) et forment deux équipes : A et B.
- Au signal, les participants travaillent ensemble pour maintenir un échange en groupe.
- Un participant de l'équipe A doit faire rebondir l'objet une fois avant qu'il atteigne la cible et qu'il soit ensuite reçu par un participant de l'équipe B.
- Seul un participant de chaque équipe peut être à l'intérieur de l'aire de jeu. Après qu'un participant a envoyé l'objet, il doit sortir de l'aire de jeu et son coéquipier peut entrer pour recevoir l'objet envoyé par l'équipe adverse.

La réflexion sur le jeu

Utilisez les questions suivantes tout au long de l'activité pour encourager les participants à réfléchir et à appliquer les habiletés, les concepts et les stratégies utilisés dans l'activité.

- Décrivez ce que vous avez dû faire pour envoyer avec succès l'objet afin d'aider votre partenaire à le recevoir avec succès.

- Décrivez ce que vous devez faire et le positionnement de votre corps lors de la réception de l'objet.
- En quoi consiste la communication positive lorsque vous jouez en groupe et de quelle façon contribue-t-elle au maintien d'un échange?
- Quelles modifications pouvez-vous apporter à l'activité pour la rendre plus difficile (p. ex., modifier les limites, changer les accessoires ou les objets)?
- Quelles modifications pouvez-vous apporter à l'activité pour être plus efficace dans le maintien d'un échange plus long avec votre groupe (p. ex., modifier la distance à partir de laquelle vous envoyez l'objet, utiliser un objet différent pour qu'il soit plus facile à envoyer et à recevoir)?
- Quelles stratégies pouvez-vous utiliser ensemble lorsque vous jouez avec votre groupe pour améliorer vos occasions de succès dans le maintien d'un échange?
- Décrivez d'autres sports, jeux et activités qui font appel aux mêmes habiletés, concepts et stratégies que ce jeu de la catégorie filet/mur.

¹Contenu adapté de : Comité paralympique canadien (2023). Tennis en fauteuil roulant. Repéré au :

<https://paralympique.ca/sports-paralympiques/tennis-en-fauteuil-roulant>

²Contenu adapté de : ParaSport Ontario (2023). Table Tennis. Repéré au :

<https://parasportontario.ca/sports/table-tennis> (en anglais)

³Contenu adapté de : Special Olympics (2023). Sport Fact Sheet: Handball. Repéré au :

<https://media.specialolympics.org/resources/sports-essentials/fact-sheets/FactSheet-Handball.pdf> (en anglais)