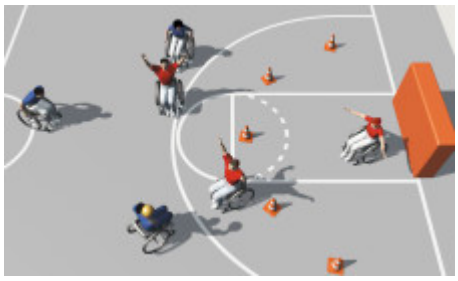
Sport en fauteuil roulant – Exercices de base pour jeux d'équipe: Balle au but

Ce jeu dynamique est une forme de handball en fauteuil roulant sans contact physique. L'exercice se conclut par un tir au but.



Principe du jeu: L'équipe attaquante essaie de lancer la balle dans le but adverse (par exemple un gros tapis posé verticalement contre le mur) sans que le gardien parvienne à l'intercepter.

Marquage des points: Un point est marqué si un attaquant parvient à lancer la balle dans le but en étant hors de la zone du gardien.

Terrain: Le terrain est délimité par les lignes extérieures une surface de but dans laquelle seul le gardien peut se trouver.

Nombre de joueurs: 3-4 joueurs et un gardien par équipe

Règles

1. Le joueur qui détient le ballon sur ses cuisses n'a plus droit qu'à deux poussées de roues; il doit ensuite dribbler. Cette combinaison peut être répétée à volonté.
2. Hormis l'effleurement sur le haut du corps, tout contact physique ou de fauteuil doit être évité.
3. Il est interdit d'arracher la balle à l'adversaire ou de frapper la balle qu'il tient entre ses mains.
4. Si la balle sort du terrain, elle revient à l'équipe adverse (exception: les balles qui rebondissent dans le terrain après avoir touché un mur).
5. Après l'obtention d'un point, la balle est remise en jeu par l'équipe adverse au milieu du terrain.

Matériel: Ballon

Source: Karin Suter-Erath, Sport suisse en fauteuil roulant

Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Office fédéral du sport OFSPO