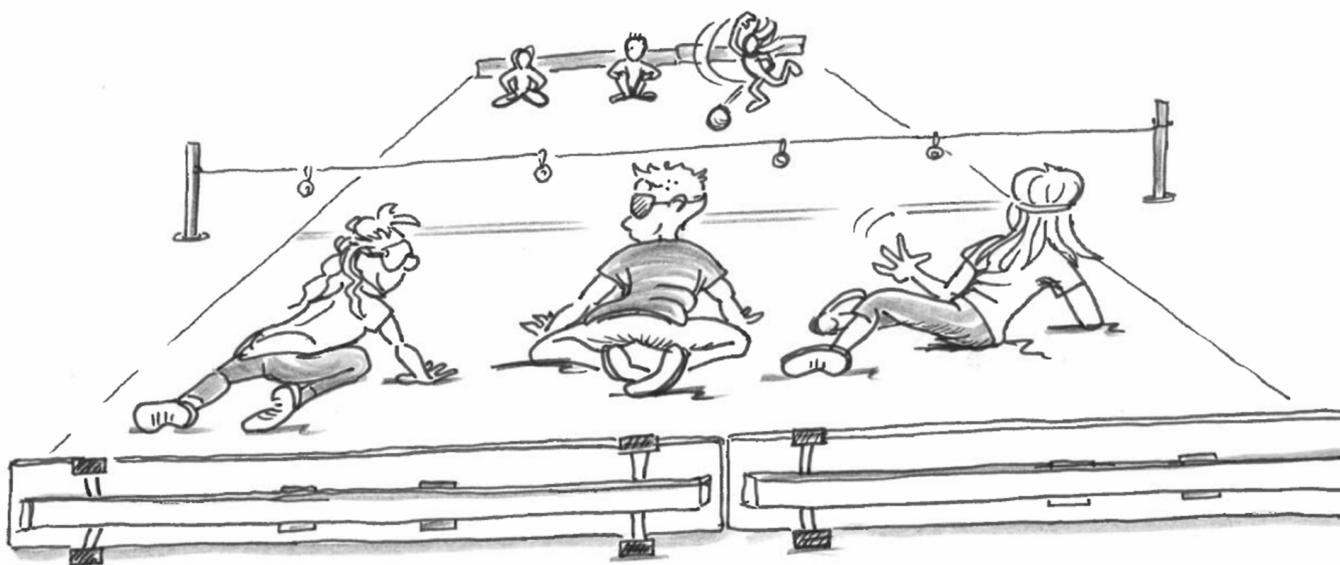


# Simplement inclure – Bonnes pratiques / Disciplines sportives: Goalball

Le goalball, sport collectif pour les personnes aveugles et malvoyantes, est une discipline paralympique. Le but du jeu consiste à loger la balle sonore dans le filet adverse et à protéger ses buts en s'interposant avec son corps.



Dans la version pratiquée en compétition, deux équipes de trois joueurs s'affrontent sur un terrain de volleyball (9 x 18 mètres). Les buts, d'une hauteur de 130 cm, sont placés sur la ligne de fond et s'étendent sur toute la largeur du terrain. Le match se déroule en deux mi-temps de cinq minutes.

**Remarque:** A l'école, deux bancs suédois, surfaces d'assise côté terrain, remplacent avantageusement les buts officiels.

## Éléments stimulés

- Sensibilisation aux autres sens pour compenser celui de la vue.
- Ouverture en pratiquant un sport inconnu

## Points à surveiller

- En compétition, des cordes avec grelots sont tendues pour limiter la hauteur des balles. Pour l'enseignement, seules les balles roulées sont autorisées.

## Adaptations pour les situations de handicap

- Composition de groupes tenant compte des personnes présentant des troubles des interactions sociales (p. ex. autisme) pour renforcer la confiance.

## Variante

- Afin de délimiter clairement l'espace, chaque joueur/euse prend place sur un tapis qu'il ou elle ne doit pas quitter.

**Matériel:** Quatre bancs suédois et un ballon sonore par terrain. S'il reste des bancs, les utiliser pour mieux délimiter les terrains. Lunettes teintées (p. ex de PluSport) ou bandeaux pour masquer les yeux.

---

## Paralympic Sport A-Z: Le goalball

Source: [Swissparalampic](#)



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

**Office fédéral du sport OFSPO**