



## Avez-vous déjà joué au foot dans le noir ?

### Information pratique

**Durée de l'animation** : 10 minutes (5 minutes d'action – 5 minutes de réflexion)

**Nombre de participant·e·s** : 2 à 5

**Nombre d'animateur·rice·s** : 2

**Matériel** : une balle, matériel pour bander les yeux, 4 plots/matériel pour délimiter un terrain, sifflet (optionnel)

**Public** : Tout public

**Disposition de l'espace** : en extérieur ou en intérieur. Il faut un terrain plat et sans obstacles de +/- 4x4m délimité à l'aide de plots. Un.e animateur.ice sera à l'intérieur du terrain et l'autre à l'extérieur de ce dernier afin de s'occuper du moment de débrief.

### Objectifs de l'animation

L'objectif de l'animation est simple et se résume en deux points. Premièrement, elle a pour but de sensibiliser le public au sport pour les personnes en situation de handicap (PSH), spécifiquement pour les PSH exerçant le foot. Deuxièmement, l'animation a pour but de faire découvrir le cécifoot auprès du grand public. Le cécifoot est une pratique sportive, qui consiste à adapter le foot aux personnes aveugles ou malvoyantes, un exemple serait avec un ballon de foot sonore ou des guides.

### Résumé de l'animation

Dans un premier temps, il faudra installer un terrain avec le matériel disponible pour respecter les mesures de sécurité. Une fois le terrain installé, l'animation consiste à faire jouer les participant.e.s à une version rudimentaire du cécifoot. Ils doivent bander leurs yeux et essayer de se faire des passes entre eux, à l'aide de l'animateur.ice dans la zone de jeu. Le but est de les sensibiliser et de leur faire découvrir les aménagements mis en place pour les PSH, dans le cadre de cette animation, par le biais du foot. Enfin, l'objectif est de permettre aux participant.e.s de vivre cette expérience du foot, également d'avoir un moment de discussion entre elles.eux, et un débrief.

### Déroulé de l'animation

L'animation se déroule en plusieurs étapes :

1. Les animateur.ice.s mettent en place l'équipement et la zone d'animation ;



2. Un.e animateur.ice. aborde des personnes dans la rue, l'idéal est d'en avoir au moins 2 ;
3. L'animateur.ice demande aux participant.e.s s'ils souhaitent se bander les yeux ou simplement les fermer pour prendre en compte la sensibilité des participant.e.s et les invite à faire des passes avec une balle entre eux ;
4. L'animateur.ice doit rester à côté pour s'assurer que les participant.e.s sont en sécurité et pour donner des indications à propos du lieu de la position de la balle si jamais le jeu devient compliqué ;
5. Les participant.e.s restent entre 3 et 5 minutes sur le terrain ;
6. Une fois que l'activité physique est finie, les participants passent à un moment de débrief avec l'autre animateur.ice. Pendant ce moment plusieurs questions seront abordées :
  - a. Comment avez-vous perçu l'expérience ?
  - b. Qu'est-ce qui aurait pu améliorer la partie ?
  - c. Donner une définition de PSH
  - d. Parler du cécifoot
  - e. Qu'est-ce que l'initiative vous a apporté et comment pouvez vous l'appliquer dans votre vie quotidienne ?
  - f. Si vous étiez politicien/politicienne, quelles mesures prendrez-vous pour rendre plus accessibles les infrastructures pour les PSH ?

Toutes les questions ne doivent pas forcément être abordées. Il s'agit surtout d'adapter les questions à chaque expérience unique vécue en jeu, sur le moment et de voir les réactions.

## Debrief

Pour le debrief, la discussion avec tous les participant.e.s est cruciale, pour avoir un retour d'expérience après l'animation. Il sera donc important de sensibiliser les participant.e.s sur les PSH, notamment dans le sport et sa pratique, sans oublier le fait que des avancés sont toujours nécessaires dans le secteur sportif pour les PSH.

## Annexes

-Pancarte document " Avez-vous déjà joué au foot dans le noir ?" pour attiser la curiosité des participant.e.s

## Des ressources pour aller plus loin

Ce jeu permet une initiation rapide au Cécifoot, mais le temps de debrief est voué à sensibiliser aux difficultés que peuvent rencontrer les personnes en situation de handicap dans la pratique d'un sport. Il est donc recommandé que des ressources soient partagées et utilisées par l'animateur.ice.

## Les ressources

### Site officiel du Ceci foot France

Le cécifoot (« blind football » en anglais) est une discipline paralympique, c'est l'adaptation du football pour les personnes déficientes visuelles. En France, la Fédération Française Handisport assure la gestion des sportifs licenciés et des compétitions.

Les joueurs s'affrontent par équipes de cinq (quatre joueurs déficients visuels et un gardien) et évoluent dans deux catégories distinctes suivant leur niveau de handicap visuel :

La catégorie B1 (Blind 1) : pour les joueurs non-voyants ou ayant une faible perception visuelle. Tous les pratiquants de cette catégorie seront placés à égalité en jouant avec un bandeau opaque sur les yeux et des patchs oculaires occultants. Le gardien, quant à lui, est voyant.

La catégorie B2/B3 (Blind 2 / Blind 3) : pour les joueurs mal-voyants. Le gardien peut être voyant ou malvoyant. Quant aux joueurs, leur acuité visuelle du meilleur œil, après correction, ne doit pas dépasser 1/10ème (tolérance au niveau national jusqu'à 2/10ème) ou excéder 20° de champ visuel. Pour plus de détails, un joueur classifié B2 a une acuité visuelle maximale de 1/20ème et un champ visuel maximal de 5°. Un joueur B3, quant à lui, possède une acuité visuelle comprise entre 1/20ème et 1/10ème et un champ visuel compris entre 5° et 20°.



France vs  
Chine, Jeux Paralympiques de Londres 2012  
Source photo : Flickr Handisport, G Picout, France Paralympique, Tous droits réservés

Au niveau national et international, cette classification est déterminée par un médecin ophtalmologiste spécialiste après un examen officiel qui peut être définitif ou à réévaluer en fonction des constatations médicales.

NB : seule la catégorie B1 est représentée aux Jeux Paralympiques, tous les quatre ans.

#### La naissance du cécifoot

Il paraît difficile de situer avec précision la date d'apparition de cette adaptation du football pour les déficients visuels. D'après le Comité International Paralympique, il semblerait que dès les années 1920, en Espagne, de jeunes joueurs s'amusaient déjà à jouer au football dans les cours de récréation des écoles spécialisées pour enfants atteints de cécité.

C'est au Brésil, dans les années 1960, que l'on doit la réelle formalisation de ce sport. Le pays sud-américain instaure les règles de base et le format à « cinq contre cinq », toujours d'actualité à notre époque. Il faudra cependant attendre 1974 pour voir un premier championnat national être organisé au Brésil. Peu à peu, d'autres pays emboîtent le pas et développent la discipline, l'Espagne notamment.

#### L'arrivée du cécifoot en France

C'est en 1987 que la cécifoot arrive en France sous l'impulsion de Monsieur Julien Zéléla. Il crée l'Association Sportive Cécifoot Saint-Mandé qui marque le début de la structuration de ce sport dans notre pays. Ce club historique, situé non loin de Paris dans le Val de Marne, est toujours en activité et possède un des palmarès les plus fournis au niveau national.

Un tout premier championnat de France de cécifoot a pu débiter officiellement à la fin de l'année 1998 tandis que la première Coupe de France a eu lieu en l'an 2000. Ces événements se tiennent dorénavant chaque année.

## La reconnaissance internationale

En 1996, la Fédération Internationale des Sports pour déficients visuels (IBSA : « International Blind Sports Association ») reconnaît officiellement le cécifoot comme une discipline sportive. Cette démarche aura pour but principal de fédérer toutes les différentes pratiques de ce sport, pouvant varier d'un pays à l'autre, en instituant des règles communes, valables dans le monde entier. Il s'agissait là d'un premier pas vers une harmonisation obligatoire à la réalisation de futures rencontres internationales.

Dès l'année suivante, en 1997, l'IBSA organisa le premier championnat d'Europe de cécifoot à Barcelone, en Espagne, et le premier championnat du continent américain à Asuncion, au Paraguay.

Les événements s'accéléchèrent encore avec, dès 1998, le tout premier championnat du monde de cécifoot au Brésil. Le pays hôte remporta d'ailleurs cette édition inaugurale. Le Brésil conservera plusieurs années cette domination sur le monde du cécifoot en remportant la plupart des titres de « champion du monde », cédant parfois face à son principal rival, l'Argentine.

## France Olympique

Des fiches d'activités sont mises à disposition sur le site officiel des JO 2024, où il est décrit comment jouer au Cécifoot et comment adapter la pratique de ce sport en fonction des publics.

Vidéo de présentation du comité paralympique sportif français (disponible sur youtube): [Football à 5](#)





# AVEZ-VOUS DÉJÀ JOUÉ AU FOOT DANS L'ENNOIR ?





## 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)