



Cofinancé par  
l'Union européenne



**AGIR POUR  
UN SPORT  
INCLUSIF ET  
ECOLOGIQUE**

## Ressources pour évaluer des activités sportives

Financé par l'Union européenne. Les points de vue et opinions exprimés n'engagent que leurs auteurs et ne reflètent pas nécessairement ceux de l'Union européenne ou de l'Agence exécutive européenne pour l'éducation et la culture (EACEA). Ni l'Union Européenne ni l'EACEA ne peuvent en être tenues pour responsables.

NUMÉRO DU PROJET: 101132985



CEIPES





## Table des matières

<b>Introduction .....</b>	<b>3</b>
<b>Découvrir les Jeux traditionnels et les jeux sportifs : .....</b>	<b>5</b>
<b>La classification des jeux traditionnels et sportifs .....</b>	<b>5</b>
<b>Une méthode pédagogique pour promouvoir des jeux plaisants et adaptés.....</b>	<b>6</b>
<b>Le Programme d'éducation physique et sportive au lycée.....</b>	<b>8</b>
<b>Un exemple d'évaluation d'un sport collectif.....</b>	<b>11</b>
<b>Exemple d'une grille d'évaluation pour l'encadrant.....</b>	<b>13</b>
<b>Le modèle-type d'évaluation des activités sportives d'AGISEC .....</b>	<b>14</b>
<b>Exemple du para-badminton .....</b>	<b>15</b>
<b>Exemple d'une grille d'auto-évaluation pour le joueur.....</b>	<b>20</b>
<b>Ressources .....</b>	<b>24</b>

## Introduction

Les activités sportives proposées dans le cadre du projet AGISEC ciblent la découverte d'une multitude de sports pratiqués par des personnes en situation de handicap.

Réalisées dans le champ de l'éducation non formelle, elles n'ont pas vocation à être évaluées dans les mêmes buts que ceux d'un établissement scolaire ou d'un club sportif.

Néanmoins, nous pouvons nous aider du référentiel de compétences officiel établi dans le champ de l'éducation formelle et actuellement appliqué dans les lycées français. Ce référentiel est pertinent pour notre démarche dans la mesure où il répond aux compétences clés de l'Union européenne.

En outre, les évaluations que nous visons dans le cadre de ce projet ont pour objectif de permettre aux participants (NEETS et adultes en situation de handicap) d'acquérir des bases techniques du sport en question tout en développant des compétences transversales liées aux compétences clés.

Au-delà des compétences techniques, il est donc possible d'évaluer l'activité sur d'autres critères tels que l'animation du jeu, la sécurité, les acquis au sens large, l'approche environnementales et les éco-gestes....

Rappelons que l'ensemble des activités sportives que nous proposons à nos participants français et italiens sont des mises en situation de handicap.

De même, parce que nous nous engageons à répondre aux besoins et aux attentes des participants, il est indispensable de recueillir leurs points de vue et leurs ressentis sur les activités proposées. Cela nous permet de réajuster nos modalités d'intervention et ainsi d'améliorer nos pratiques en les corrigeant, en les modifiant ou, à l'inverse, en les consolidant. La récolte de ces informations se fait aussi à travers une grille d'évaluation.

C'est le modèle-type que nous proposons dans ce document. Il n'est pas une fin en soi, mais un outil qui a vocation à être modifié, complété en fonction des besoins de l'utilisateur.

Ce document pédagogique a aussi pour but de familiariser l'utilisateur avec la classification des jeux et activités sportives afin de pouvoir diversifier les pratiques en fonction des compétences visées. Ces informations constituent la première partie de ce document.

Elles sont à relier avec le référentiel de compétences en éducation physique et sportive des lycées français qui est présenté en deuxième partie.

La troisième partie présente un exemple de grille d'évaluation élaborée pour une session de handball réalisée en établissement scolaire.

Enfin, la dernière partie présente la grille d'évaluation des activités sportives élaborée dans le cadre de ce projet.

**Note :** L'écriture est au masculin qui revêt un sens générique, c'est-à-dire qu'il englobe le masculin et le féminin à la fois.



## Découvrir les Jeux traditionnels et les jeux sportifs :

Ces informations sont issues du livre de Jean-Claude Marchal (voir partie « Ressources »).

### La classification des jeux traditionnels et sportifs

Thèmes	Symboles	Références sportives	Exemples
Le voyage	Le labyrinthe, l'expédition, l'exploration, les déplacements risqués, organisés, les rendez-vous.	Le cross-country, les courses athlétiques, cyclistes, nautiques, les relais, les rallyes sportifs, touristiques, les expéditions, les aventures...	Parcours, pistes, jeux d'orientation Rallyes Relais
La chasse	La poursuite et la fuite, l'approche, la dissimulation et la surprise, le tir et l'esquive, le bond dans un espace libre.	Les lancers athlétiques et le tir sous ses nombreuses formes renvoient aux jeux/cibles. Mais poursuivre pour toucher, esquiver une balle, se cacher dans la nature ne sont pas des conduites reprises dans les sports.	Approche, cachette, recherche Poursuite Esquive-ballon Investissement de territoires
Les épreuves initiatrices	L'aléa, la descente aux enfers, les états féériques, l'admission dans le cercle des élus,	La virtuosité des gymnastes, l'intrépidité des parachutistes, la prise de risque des escaladeurs, le défi des spéléologues, les codes, les gestes conventionnels, le look, le vocabulaire, la hiérarchie...	Acrobaties, précision, manipulations adroites Réflexes et rythmes Cibles
L'animation	La vie est symbolisée par la balle au destin incertain qu'il faut faire vivre chez soi, sacrifier chez l'autre.	Le jeu de paume, le tennis, le volley-ball, la pelote basque, le base-ball, le cricket.	Balle au mur Renvoi, symétrie, séparation Batteurs-trimeurs
La bataille	L'affrontement direct, la mise à bas de son adversaire, l'idéologie de L'équipe.	Le football, basket ..., le hockey, le rugby, le jeu à 13, la boxe, la lutte, le judo, le karaté, le fleuret.	Combats, prises Balle au but envoyée Balle au but portée
La comédie	Le simulacre, le jeu de rôle, le mime, les clowneries, la représentation.	Gymnastique, natation, ski, plongeon, patinage artistique.	Taquinerie Expression corporelle



## Une méthode pédagogique pour promouvoir des jeux plaisants et adaptés

### Agir sur les variables spatiales, c'est jouer sur

- la familiarité et l'incertitude du milieu physique, par exemple eau calme-eau vive, le terrain de sport, la pleine nature ;
- la nature du sol, par exemple la terre battue, la prairie, le sable, l'eau, le plancher, la neige, le tapis...
- la forme des itinéraires : rectiligne, circulaire, en étoile...
- la présence ou non d'obstacles à franchir, à contourner...
- l'horizontalité et la verticalité, les distances, les dénivellations et les directions.

### Agir sur les variables temporelles, c'est changer

- le statut du temps dans le jeu. Le temps peut être libre, relatif à la réussite de l'épreuve (ex : parcours d'orientation où le but est d'obtenir toutes les balises, peu importe le temps mis) ou à la rapidité de la victoire (ex : jeu où il faut aller le plus vite possible), fixé à l'avance et on compte autre chose (ex : les activités doivent être réalisées dans un délai précis chronométré) ou mesuré et déterminant (ex : le temps pour réaliser l'activité) ;
- les rythmes et les durées, introduire des pauses ou des accélérations.

### Agir sur les variables corporelles, c'est solliciter

- d'autres parties du corps, d'autres positions;
- d'autres types d'équilibres (appuis hauts, changeants, fuyants...);
- d'autres sens (comme le toucher, l'écoute, l'odorat, la kinesthésie);
- une conscience du corps différente par l'introduction de véhicules ou d'engins prolongeant le corps (raquettes, skis, clubs, vélos, patins...), d'objets à manipuler ou de projectiles et balles à lancer et à jongler.





### **Agir sur les variables relationnelles, c'est intervenir**

- sur le nombre des joueurs et leur groupement : jeux solitaires, à deux, en un groupe ou plusieurs, en équipes;
- la coopération et l'opposition par la création (ou non) de partenaires, d'adversaires, de nécessités tactiques de concertations...
- le nombre et la stabilité des statuts et des rôles privilégiant ou non l'exclusivité ou les changements, permutations, fluctuations, incertitudes et ambivalences;
- les enjeux qui peuvent être sérieux, angoissants, légers, dérisoires.

### **Agir sur les systèmes de scores, c'est provoquer autrement les motivations des joueurs.**

Le système peut ou non souligner :

- le simple plaisir moteur de l'habileté, de l'aisance, de la communication avec le milieu ;
- le défi à soi-même et la recherche de sa performance ;
- l'effet du hasard et la sollicitation de la chance ;
- le goût du risque, de la vitesse, du vertige et de la glisse ;
- l'affrontement des autres dans la compétition ;
- la fantaisie des relations ambivalentes ;
- le besoin de simulacre, d'esthétisme ou de communiquer du rire.

### **Agir sur les variables pédagogiques, c'est inviter l'adulte à**

- animer le jeu avec entrain et bonne humeur,
- légiférer, manager, arbitrer;
- laisser les joueurs libres ou jouer avec eux, si possible comme eux, sans privilège, dans un souci d'autogestion du groupe;
- aider les joueurs à organiser la préparation et le déroulement d'un jeu complexe comportant plusieurs postes.

## Le Programme d'éducation physique et sportive au lycée

Nous présentons ce programme car il peut être une base de travail pour l'animateur. Il permet de connaître les compétences attendues dans le cadre d'activités sportives. Ce point est d'autant plus important que ce programme est établi dans le respect du cadre européen des 8 compétences clés qui ont vocation à être acquises par tous, tout au long de la vie.

Comme le disent les textes officiels, « *L'éducation physique et sportive vise à former, par la pratique physique, sportive, artistique, un citoyen épanoui, cultivé, capable de faire des choix éclairés pour s'engager de façon régulière et autonome dans un mode de vie actif et solidaire.* »

L'éducation physique et sportive doit permettre à chaque élève :

- **de développer sa motricité**

Par son engagement dans des activités physiques sportives et artistiques diversifiées et approfondies, l'élève enrichit sa motricité.

Il s'investit dans des apprentissages quels que soient son niveau d'expertise, sa condition physique et son degré d'inaptitude ou de handicap.

- **de savoir se préparer et s'entraîner**

Par son engagement dans les apprentissages, l'élève apprend à gérer sa pratique physique, seul et avec d'autres.

Ainsi, l'élève, habitué à être « entraîné par », devient « un élève qui sait s'entraîner de façon autonome ».

Il apprend à se connaître, à faire des choix, à se préparer, à conduire et réguler ses efforts.



- **d'exercer sa responsabilité individuelle et au sein d'un collectif**

Par son engagement dans les activités physiques et sportives et dans différents rôles (adversaire, partenaire, observateur, arbitre, juge, conseil, aide, etc.), l'élève construit des comportements sociaux.

La solidarité se développe dans les pratiques physiques grâce aux échanges entre les élèves qui apprennent ainsi à agir ensemble, à se connaître, à se confronter les uns aux autres, à s'aider, à se respecter quelles que soient leurs différences.

Au sein de la classe et dans un contexte propice, la prise de responsabilité permet à l'élève de faire des choix et à les assumer, tout en comprenant et en respectant l'intérêt de règles communes pour tous.

- **de construire durablement sa santé**

Par son engagement dans la pratique physique, l'élève apprend à développer durablement sa santé. En développant ses ressources physiologiques, motrices, cognitives et psychosociales, il améliore son bien-être, pour lui et pour les autres.

L'Education Physique et Sportive permet à l'élève d'assurer sa sécurité et celle des autres, de construire une image et une estime de soi positives.

Grâce aux efforts consentis, aux progrès réalisés et constatés, l'élève éprouve le plaisir de pratiquer une activité physique raisonnée et régulière tout au long de la vie.

- **d'accéder au patrimoine culturel**

Les diverses activités physiques sportives et artistiques vécues par les lycéens leur permettent d'accéder à un patrimoine culturel dans lequel l'élève peut se situer en tant que pratiquant mais aussi spectateur ou critique.

Pour atteindre ces objectifs généraux, l'élève suivra un processus pédagogique décliné en 5 objectifs spécifiques :

- **Réaliser une performance motrice maximale**

L'élève s'engage et se dépasse de manière délibérée pour aller plus vite, plus haut, plus loin, de façon unique ou répétée.

Ex : Courses, sauts, lancers, natation vitesse.

- **Adapter son déplacement à des environnements variés ou incertains**

L'élève prévoit, s'engage et régule son déplacement pour partir et revenir, en analysant l'environnement et en préservant sa sécurité et celle des autres.

Ex : Escalade, course d'orientation, sauvetage aquatique, VTT.

- **Réaliser une prestation corporelle destinée à être vue et appréciée**

L'élève s'exprime corporellement devant un public ou un jury

-réalisations corporelles expressives conduisant à une chorégraphie ;

-réalisations de formes corporelles codifiées conduisant à un enchaînement ou une composition.

Ex : Danse(s), arts du cirque, acrosport, gymnastique.

- **Conduire et maîtriser un affrontement pour gagner**

L'élève s'engage avec lucidité dans un affrontement, seul ou en coopération, pour faire basculer le rapport de force en sa faveur.

Ex : Badminton, tennis de table, boxe française, judo, basket-ball, football, handball, rugby, volley-ball.

- **Réaliser une activité physique pour s'entretenir**

L'élève s'engage de façon lucide et autonome dans le développement de ses ressources à partir d'un thème d'entraînement choisi.

Ex : Course en durée, musculation, natation en durée, step, yoga

## Un exemple d'évaluation d'un sport collectif

L'évaluation élaborée devrait permettre de faire une appréciation des joueurs sur leur comportement adopté en situation de match de handball. L'élaboration des critères de qualité pour l'évaluation du comportement en jeu tient compte du rôle de l'individu dans une équipe et des aspects collectifs d'un match. Il s'agit d'élaborer des facteurs de comportement qui sont souhaités chez les joueurs et qui semblent pertinents pour un match. Pour faciliter l'évaluation, l'encadrant doit avoir sa feuille de notation avec lui et n'observer qu'une équipe et ses joueurs à la fois. Il est pertinent de permettre aux joueurs de s'auto arbitrer afin de vérifier leurs connaissances des règles et d'observer certains critères liés à l'attitude et la communication.

Selon Grädel Roman (voir partie « Ressources »), il est possible de construire un tableau d'évaluation qui se compose de trois catégories :

- 1) critères individuels,
- 2) critères collectifs
- 3) Auto-évaluation

### 1) Les critères individuels peuvent être classés en 5 thèmes :

- **Conduite de balle** : La conduite de balle tient compte de l'aisance du joueur à manier la balle lors du match. Il doit être sûr dans ses déplacements avec la balle, tout comme dans ses gestes techniques (tirs, passes, réceptions).
- **Déplacements** : Le joueur est actif dans ses déplacements. Il se place en fonction du jeu et essaie de créer des opportunités grâce à ses mouvements.

- **Attitude** : Le joueur se comporte de façon active dans son jeu. Il offre des opportunités à ses équipiers ou il défend lorsqu'il le faut. Il se comporte de manière fair-play envers ses adversaires, l'arbitre et l'encadrant.

Si le comportement est inadéquat et anti-sportif, l'évaluation est « zéro ».

- **Tactique** : Le joueur fait souvent le bon choix durant les situations de jeu et il ne répète pas les mêmes erreurs.




- **Fautes techniques** : Les fautes techniques concernent les erreurs spécifiques à la discipline (non-respect des limitations de terrains, double dribbles, déplacements non conformes...)

Certains critères sont identiques dans tous les sports collectifs comme la communication et le démarquage.

## 2) Les critères collectifs

- **Position offensive** : La position de l'attaque est effectuée selon les exemples vus lors des séances de découverte et d'apprentissage.
- **Position défensive** : La position de défense est effectuée selon les exemples vus lors des séances de découverte et d'apprentissage.
- **Contre-attaque** : L'équipe part en contre de manière efficace et structurée. Le ballon n'est pas perdu lors du contre.
- **Retour en défense** : Si la défense récupère le ballon, l'équipe retourne dans sa zone et organise la défense pour la contre-attaque.

En plus, l'encadrant peut ajouter une évaluation globale sur le joueur :




3 points		2 points		1 point	
Le joueur est engagé et donne tout.		Le joueur ne sort pas de sa zone de confort.		Le joueur est passif et reste en retrait.	





































### 3) L'auto-évaluation

L'auto-évaluation proposée par Grädel Roman est destinée à des enfants de 8 ans c'est pourquoi il n'est pas pertinent de la partager dans ce document.

### Exemple d'une grille d'évaluation pour l'encadrant

Nom du joueur : .....

Evaluation de l'implication dans le match					
3 points		2 points		1 point	
Le joueur est engagé et donne tout.		Le joueur ne sort pas de sa zone de confort.		Le joueur est passif et reste en retrait.	

Critères individuels			Critères collectifs		
Liste des critères	  	Points / note	Liste des critères	  	Points / note
Conduite de balle	  		Position offensive	  	
Déplacements	  		Position défensive	  	
Attitude	  		Contre-attaque	  	
Tactique	  		Retour en défense	  	
Fautes techniques	  				
Implication dans le match	  				

## Le modèle-type d'évaluation des activités sportives d'AGISEC

Rappelons que les Jeux Paralympiques de Paris 2024 se tiendront du 28 août au 8 septembre. Durant douze jours le monde entier célébrera les performances hors normes de ces athlètes d'exception.

Les Jeux, c'est du sport, mais tellement plus encore... Une combinaison de rendez-vous culturels, de programmation artistique, et de performances diverses qui créent une expérience unique en son genre.

Les Jeux, c'est un festival populaire et multiculturel qui s'adresse au monde entier. C'est une aventure qui va embarquer la France entière pour une expérience inédite.

Cet été les jeux paralympiques de Paris 2024 accueilleront 22 sports et 23 disciplines pour 549 épreuves, réparties sur 269 sessions et onze jours de compétition. 4400 athlètes et 278 guides participeront à cette rencontre internationale sur 19 sites de compétition.

3,4 millions de spectateurs et 3000 journalistes seront présents.

Les sports proposés sont les suivants : Basket fauteuil, boccia, cécifoot, escrime, fauteuil, goal-Ball, para-athlétisme, para-aviron, para-badminton, para-canoé, para-cyclisme sur route, para-cyclisme sur piste, para-équitation dressage, para-haltérophilie, para-judo, para-natation, para-taekwondo, para-tennis de table, para-tir à l'arc, para-tir sportif, para-triathlon, rugby fauteuil, tennis fauteuil, volleyball assis.

Pour soutenir ces Jeux Paralympiques dans le cadre de notre projet AGISEC, nous organiserons un événement ouvert au grand public lors de la semaine olympique et paralympique qui aura lieu en France, du 2 au 6 avril 2024. L'objectif consistera à présenter différentes activités et jeux handisports comme l'handiboxe, le para tir à l'arc, le cécifoot, etc



## Exemple du para-badminton

Nous présentons ci-dessous un exemple d'activité sportive pour sensibiliser nos participants au para-badminton. Cette initiative a pour but de mettre en lumière les Jeux Paralympiques de Paris 2024 et de sensibiliser les jeunes à l'handisport. Nous souhaitons promouvoir notre engagement en leur proposant des sports adaptés qui seront présents aux Jeux Paralympiques.

L'inclusion et l'handisport sont le socle commun de notre projet.

### Les règles et les objectifs :

Le para-badminton se joue sur une moitié de terrain de badminton, sans la zone au pied du filet mais avec les couloirs. Le filet, lui, reste à la même hauteur, 1,55m. La discipline compte plusieurs catégories de handicap. Celle qui nous intéresse est la catégorie WH1, dans un fauteuil roulant avec une inaptitude du tronc, donc sans abdominaux. Le but est de leur faire découvrir une expérience assez exceptionnelle.

Effectivement, nos jeunes ont pour la plupart jamais utilisé de fauteuil roulant. Le but est qu'ils apprennent à gérer les roues, avancer et reculer et qu'au fur et à mesure des séances. Ainsi ils s'habitueront à cette façon de jouer et prendront conscience du handicap et des difficultés qui se présentent à eux mais également des capacités exceptionnelles des joueurs de haut niveau qui seront présent aux Jeux Olympiques de Paris. A la fin de chaque séance et une fois descendu de leur fauteuil roulant, chaque jeune devra réfléchir à des questions pour préparer la prochaine rencontre. En effet cette activité se déroule sur 4 séances.

A travers ce cycle nous souhaitons leur faire vivre une réflexion sur ces séances qui leur permettront de découvrir une nouvelle pratique sportive, son histoire, ses règles et son vocabulaire.



*FICHE DE SEANCE Para badminton en fauteuil*

<i>Séance N°1</i>		<i>Objectif de la séance : Apprendre à gérer l'espace et son déplacement et dans l'aire de jeu</i>			
<p><b>Objectifs :</b></p> <p><b>Découverte de l'activité.</b></p> <p><b>Apprendre à se déplacer et à maîtriser le fauteuil.</b></p> <p><b>Apprendre à se servir de la raquette dans une situation différente.</b></p> <p><b>Prendre du plaisir lors des différents exercices.</b></p> <p><b>Être à l'écoute et concentré.</b></p> <p><b>Développer l'entraide et la solidarité</b></p>	<p><b>Exercice 1</b> Echauffement : spécifiques à base de rotations articulaires au niveau des épaules, des bras, du buste, de la tête et des poignets.</p> <p><b>Exercice 2</b> Se familiariser avec le fauteuil roulant et apprendre à se déplacer dans l'air de jeu</p> <p><b>Exercice 3</b> a) Commencer à se renvoyer le volant sous forme d'échanges tout en se déplaçant. b) Petit match de 5 points gagnant.</p> <p><b>Exercice 4</b> Retour au calme, exercice respiratoire, étirements, assouplissements,...</p>	<p><b>Matériels</b></p> <p>Fauteuil roulant, raquettes de badminton, volants, terrains de badminton, filets, balles, plots,...</p>	<p><b>Variantes</b></p> <p><b>Exercice 1 :</b></p> <p>Changement de rythme, augmentation du rythme cardiovasculaire.</p> <p><b>Exercice 2 :</b></p> <p>Changement de direction et de sens, travail sur la droite et sur la gauche.</p> <p><b>Exercice 3</b></p> <p>Echange d'abord sur place puis par la suite avec déplacement latérale, avant et arrière, Changement d'adversaire...</p> <p><b>Exercice 4 :</b></p> <p>Travail basé sur la respiration alternée (ventrale et pulmonaire), Etirements et assouplissement afin de garder une bonne élasticité des muscles.</p>	<p><b>Durée des exercices</b></p> <p><b>Ex 1 : 10 minutes</b></p> <p><b>Ex 2 : 15 minutes</b></p> <p><b>Ex 3 : 15 minutes</b></p> <p><b>Ex 4 10 minutes</b></p>	<p><b>Comportements attendus</b></p> <p>Sur cette séance le comportement attendu sera en lien avec les objectifs de séance, à savoir :</p> <p>Plus d'autonomie dans le jeu, découverte de nouvelles sensations, prise de conscience de la difficulté et des contraintes liées au handicap.</p> <p>Investissement dans la séance et lors des phases de jeux libre.</p> <p>Développement de l'esprit de solidarité et du fairplay</p>
<p><b>But Validation Evolutions,...</b></p>	<p>Trouver le bon timing lors du signal pour le changement de direction. Apprendre à se déplacer vers l'avant et vers l'arrière sur l'aire de jeu. Apprendre à gérer son corps en lien avec l'engin (fauteuil) et le matériel (raquettes). Petit à petit, être capable de se déplacer dans l'aire de jeu en renvoyant le volant à l'endroit souhaité ou demandé. Au fur et à mesure être capable de maintenir les échanges plus longtemps en envoyant le volant à l'endroit désiré.</p>				



*FICHE DE SEANCE Para badminton en fauteuil*

<i>Séance N°2</i>		<i>Objectif de la séance : être capable de maintenir les échanges en renvoyant le volant dans la zone souhaité</i>			
<p><b>Objectifs :</b></p> <p><b>Se déplacer d'un point A à un point B.</b></p> <p><b>Travailler sur le revers et le coup droit.</b></p> <p><b>Apprendre à se servir de la raquette tout en se déplaçant.</b></p> <p><b>Prendre du plaisir lors des différents exercices.</b></p> <p><b>Être à l'écoute et concentré.</b></p> <p><b>Développer l'entraide et la solidarité</b></p>	<p><b>Exercice 1</b> A) Echauffement : spécifiques à base de rotations articulaires au niveau des épaules, des bras, du buste, de la tête et des poignets. B) Déplacement dans toutes la zone de jeu avec accélérations.</p> <p><b>Exercice 2</b> Être capable d'aller récupérer le volant en partant du centre du terrain. Celui-ci est lancé par l'autre joueur.</p> <p><b>Exercice 3</b> Maintenir les échanges sur le coup droit et sur le revers</p> <p><b>Exercice 4</b> Retour au calme, exercice respiratoire, étirements, assouplissements,...</p>	<p><b>Matériels</b></p> <p>Fauteuil roulant, raquettes de badminton, volants, terrains de badminton, filets, balles, plots,...</p>	<p><b>Variantes</b></p> <p><b>Exercice 1 :</b></p> <p>Changement de rythme, augmentation du rythme cardiovasculaire.</p> <p><b>Exercice 2 :</b></p> <p>Changement de direction, de sens, travail sur la droite, sur la gauche, en avant et en arrière. Lancé du volant à la main puis avec la raquette.</p> <p><b>Exercice 3</b></p> <p>Echangé d'abord sur place puis en mouvement,...</p> <p><b>Exercice 4 :</b></p> <p>Travail basé sur la respiration alternée (ventrale et pulmonaire), Etirements et assouplissement afin de garder une bonne élasticité des muscles et du tronc.</p>	<p><b>Durée des exercices</b></p> <p><b>Ex 1 : 10 minutes</b></p> <p><b>Ex 2 : 15 minutes</b></p> <p><b>Ex 3 : 15 minutes</b></p> <p><b>Ex 4 10 minutes</b></p> <p><b>Durée totale de la séance : 50 minutes</b></p>	<p><b>Comportements attendus et observés</b></p> <p>Suite à la première séance, nous attendons de la part des jeunes plus d'autonomie et de facilité dans les mouvements de déplacement avec une meilleure coordination ségmentaires au niveau des bras. Egalement une meilleure utilisation de l'engin et des outisl de jeu (fauteuil, racquette et volant) :</p> <p>Plus d'autonomie dans le jeu en utilisant les conseils données lors de la première séances. Auto-correction dans les mouvements de déplacements et dans les frappes. Apprendre à gérer sa force pour atteindre la cible souhaité en respectant les zones de jeux et les lignes du terrain.</p> <p>Investissement dans la séance et lors des phases de jeux libre. Développement de l'esprit de solidarité et du fairplay</p>
<p><b>But Validation Evolutions,...</b></p>	<p>Être en lien avec le fauteuil afin de ne faire qu'un avec son corps. Être capable de maîtriser sa force dans la globalité (frappes, déplacements,...). Apprendre à gérer son corps en lien avec l'engin (fauteuil) et le matériel (raquette). Maîtrise du freinage pour ne pas sortir de la zone de jeu. Être maintenant capable de se déplacer dans l'aire de jeu avec plus de facilité et en maintenant les échanges. Au fur et à mesure être capable d'analyser les distances en anticipant les coups adverse.</p>				



*FICHE DE SEANCE Para badminton en fauteuil*

<i>Séance N°3</i>		<i>Objectif de la séance : être capable de joué des petits match en respectant les règles du jeu. Augmenter l'envie de se surpasser.</i>			
<p><b>Objectifs :</b></p> <p>Développer des stratégies de jeu.</p> <p>Maîtrise de son déplacement.</p> <p>Être capable de renvoyer le volant dans différentes zones de jeu en maintenant au maximum les échanges pour remporter le point.</p> <p>Être capable de frapper dans différentes positions malgré les gênes occasionnée par le fauteuil.</p> <p>Savoir gérer la raquettes et le fauteuil pour pouvoir frapper le volant dans les meilleures conditions.</p> <p>Connaître les règles du jeu et le décompte des points.</p>	<p><b>Exercice 1</b></p> <p>A) Echauffement : Articulaire, musculaire et cardiovasculaire.</p> <p><b>Petit jeux :</b> le but est de récupérer le maximum de volants étalés sur la surface de jeu en les posant sur ses genoux. Le joueur qui en aura récupéré le plus sera déclaré vainqueur.</p> <p><b>Exercice 2</b></p> <p>Mise en place : Sous forme de relais, deux équipes A et B auront pour objectif de renvoyer les volants lancés par l'équipe adverse.</p> <p><b>L'équipe A</b> à pour objectif de renvoyer les volants dans la zone de jeu adverse. Les volants sont lancés par <b>l'équipe B</b>.</p> <p>L'équipe qui réussi à renvoyer le plus de volant dans la zone adverse remporte la partie.</p> <p><b>Exercice 3</b></p> <p>Montante / descendante : Les joueurs sont face à face et doivent remporter plusieurs petits matchs. Ils ne sont plus en équipe et chacun joue pour soi. La partie se fera dans un temps déterminé. <b>Au TOP</b>, chaque vainqueur montera d'une place et chaque vaincu descendra d'une place. Le but est d'atteindre le <b>terrain n° 1</b> et <b>d'y rester le plus longtemps possible</b>.</p> <p><b>Exercice 4</b></p> <p>Retour au calme, exercice respiratoire, étirements, assouplissements,...</p>	<p><b>Matériels</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Fauteuil roulant,</li> <li>- raquettes de badminton,</li> <li>- chronomètre,</li> <li>- volants,</li> <li>- terrains de badminton,</li> <li>- filets,</li> <li>- balles,</li> <li>- plots,...</li> </ul>	<p><b>Variantes</b></p> <p><b>Exercice 1 :</b></p> <p>Changement de rythme, augmentation du rythme cardiovasculaire. Changement de la main récupératrice.</p> <p><b>Exercice 2 :</b></p> <p>Les lancés se feront d'abord à la main, puis avec la raquette. Sur la totalité du terrain puis par la suite dans des cerceaux qui seront positionnés à différents endroits sur la zone de jeu.</p> <p><b>Exercice 3</b></p> <p>Changement d'adversaire à chaque fin de partie.</p> <p><b>Exercice 4 :</b></p> <p>Travail basé sur la respiration alternée (ventrale et pulmonaire), Etirements et assouplissement afin de garder une bonne élasticité des muscles et du tronc.</p>	<p><b>Durée des exercices</b></p> <p><b>Ex 1 :</b> <b>10 minutes</b></p> <p><b>Ex 2 :</b> <b>15 minutes</b></p> <p><b>Ex 3 :</b> <b>15 minutes</b></p> <p><b>Ex 4 :</b> <b>10 minutes</b></p> <p><b>Durée totale de la séance :</b> <b>50 minutes</b></p>	<p><b>Comportements attendus et observés</b></p> <p>Les participants devront maintenant présenter plus de facilités dans le jeu.</p> <p>La maîtrise de de la surface de jeu, du fauteuil et de la raquette doivent désormais être en harmonie pour que le jeu soit plus fluide.</p> <p>Investissement dans la séance et lors des phases de jeux libre. Développement de l'esprit de solidarité et du fairplay.</p>
	<p><b>But Validation Evolutions,...</b></p>	<p>Petit à petit aller vers des matchs en oppositions. Appliquer et respecter les règles du jeu. Être plus à l'aise avec le fauteuil. Être capable de mettre en place des stratégies technico-tactiques et tactico-techniques pour remporter la partie.</p>			












*FICHE DE SEANCE Para badminton en fauteuil*

<i>Séance N°4</i>					
<b>Objectif de la séance : Maîtriser toutes les caractéristique de ce sport : «Le para-badminton»</b>					
<p><b>Objectifs :</b></p> <p>Développer des stratégies de jeu.</p> <p>Maîtriser son déplacement, le fauteuil et la raquettes dans l'aire de jeu.</p> <p>Être capable d'organiser ses attaques et de créer des situations de contre attaque favorable.</p> <p>Maîtriser la puissance de frappe pour envoyer le volant dans la zone souhaité.</p> <p>Être plus fluide et plus souple dans sont jeu.</p>	<p><b>Exercice 1</b></p> <p>A) Echauffement : Articulaire, musculaire et cardiovasculaire.</p> <p><b>Petit jeux :</b> Parcours de motricité composé d'un slalom. Le but de l'exercice est de slalomer entre les plots posés au sol. Par la suite les participants devront se rendre sur le plot de la couleur demandé le plus rapidement possible sans se toucher.</p> <p><b>Exercice 2</b></p> <p>Match en simple puis en double.</p> <p><b>Exercice 3</b></p> <p>Retour au calme, exercice respiratoire, étirements, assouplissements,...</p>	<p><b>Matériels</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Fauteuil roulant,</li> <li>- raquettes de badminton,</li> <li>- chronomètre,</li> <li>- volants,</li> <li>- terrains de badminton,</li> <li>- filets,</li> <li>- balles,</li> <li>- plots,</li> <li>- cerceaux...</li> </ul>	<p><b>Variantes</b></p> <p><b>Exercice 1 :</b></p> <p>Changement de rythme, augmentation du rythme cardiovasculaire. Changement de direction.</p> <p><b>Exercice 2 :</b></p> <p>Les joueurs seront d'abord en simple puis en double sur les parties suivantes.</p> <p><b>Exercice 3 :</b></p> <p>Travail basé sur la respiration alternée (ventrale et pulmonaire), Etirements et assouplissements afin de garder une bonne élasticité des muscles et du tronc.</p>	<p><b>Durée des exercices</b></p> <p><b>Ex 1 :</b> 10 minutes</p> <p><b>Ex 2 :</b> 40 minutes</p> <p><b>Ex 3 :</b> 10 minutes</p> <p><b>Durée totale de la séance :</b> 60 minutes</p>	<p><b>Comportements attendus et observés</b></p> <p>Plaisir à jouer, coopération et convivialité lors des matchs en double.</p>
<p><b>But Validation Evolutions,...</b></p>	<p>Être capable de jouer en étant le plus à l'aise possible dans ses déplacements. Savoir mettre en place des situations de contre attaque favorable. Être capable d'organiser son jeu en travaillant sur les points faibles de l'adversaire</p>				

## Exemple d'une grille d'auto-évaluation pour le joueur

Nom du joueur .....

Sur une échelle de 1 à 5, notes chaque question ci-dessous (en cochant la case correspondante à ton choix) : 1 = « Pas du tout » et 5 « Oui, totalement ».

Questions	1  	2 	3 	4 	5  
<b>Animation</b>					
Les joueurs ont créé eux-mêmes leur équipe					
Les joueurs ont choisi un nom d'équipe					
Les objectifs et les règles du jeu sont clairement expliqués					
Le déroulement du jeu se passe dans de bonnes conditions					
Les joueurs sont respectueux envers les adversaires					
Les joueurs sont respectueux envers l'animateur/l'arbitre et ses décisions					
Les joueurs respectent le matériel et l'environnement					
L'animateur a une communication adaptée aux joueurs (on comprend ce qu'il dit)					





L'animateur est à l'écoute et respectueux de tous les joueurs					
L'animateur fait appliquer les règles du jeu sans favoritisme					
L'animateur a un comportement exemplaire					
<b>Sécurité</b>					
Le rythme de l'activité respectait les capacités des participants (pas trop intense et pas trop difficile)					
Le lieu de l'activité (en salle ou en extérieur) sont sécurisés, il n'y a pas de danger					
Les règles de sécurité de l'activité ont été présentées aux participants					
Le matériel est bon état et on peut l'utiliser sans danger					
<b>Apprentissage / acquisition de compétences</b>					
J'ai découvert un nouveau sport					
J'ai appris de nouvelles techniques et tactiques, des nouveaux gestes et comportements					
J'ai appris de nouveaux mots ou expressions					



J'ai compris les difficultés rencontrées par une personne en situation de handicap					
J'ai trouvé cette activité difficile					
Je préfère les sports collectifs					
<b>Démarche éco-responsable</b>					
Le respect de l'environnement c'est trop compliqué pour le mettre en place					
Penser à l'écologie ce n'est pas ma priorité					
J'ai été informé des écogestes à respecter (tri des déchets...)					
J'ai appris de nouvelles choses pour plus respecter l'environnement					
J'ai utilisé un transport respectueux de l'environnement pour me rendre à l'activité (bus, vélo, trottinette, roller, à pied)					
<b>Ressenti / expérience personnelle</b>					
J'ai eu des craintes, des peurs au départ					
Je suis satisfait de moi-même et de mon investissement dans l'activité					



Je suis déçu car je n'ai pas pu jouer comme je le voulais					
Je me suis senti exclu dans l'activité					
J'aimerais bien refaire cette activité					
Je me suis bien amusé					
J'étais fatigué à la fin de l'activité					
J'aimerais bien découvrir de nouveaux sports en situation de handicap					

**Quel est ton meilleur souvenir durant l'activité ?**

**Quel est ton pire souvenir durant l'activité ?**

**Quels sont tes conseils pour améliorer cette activité ?**

## Ressources

AEFA - Coordination française (2016), Guide d'évaluation des compétences transversales.

[aefa\\_guide\\_webversion.pdf \(europa.eu\)](#)

Commission européenne (2018), [Les compétences clés pour l'éducation et la formation tout au long de la vie](#)

Grädel Roman ( juin 2019), [L'évaluation durant les jeux collectifs en cours d'éducation physique et sportive.](#)

Marchal, Jean-Claude (2000), Jeux traditionnels et jeux sportifs.

[preface.pdf \(free.fr\)](#)

[6\\_entrees.pdf \(free.fr\)](#)

[variantes\\_jeux.pdf \(free.fr\)](#)

Ministère français de l'Education nationale (2029), [Le programme d'éducation physique et sportive au lycée.](#)



2024. *Ressources pour évaluer des activités sportives*, de l'USSAP, Aux couleurs du DEBA et CEIPES est mis à disposition selon les termes de la licence Creative Commons Attribution - Pas d'Utilisation Commerciale - Partage dans les Mêmes Conditions 4.0 International.



Cofinancé par  
l'Union européenne



**Merci!**