

Sport handicap

APSCA



BOCCIA

FLECHETTES
PENDULAIRES

SARBACANES

TORBALL

BOCCIA

FLÉCHETTES PENDULAIRES



Boccia

La **boccia** est un sport de boule apparenté à la [pétanque](#). Elle est pratiquée par les valides et par les handicapés en [handisport](#).

Au début du match, un tirage au sort désigne l'équipe qui aura les boules rouges et celle qui aura les boules bleues. L'équipe rouge commence la partie en lançant une boule blanche appelée « jack ». L'objectif de chaque équipe est d'envoyer ses boules le plus près possible de la boule blanche. Le sportif en [fauteuil roulant](#) peut lancer ses six boules avec la main, le pied ou à l'aide d'un appareil. Les parties sont mixtes et peuvent se dérouler individuellement, en couples ou en équipes de trois joueurs. La durée d'une

Flechettes pendulaires

La fléchette pendulaire est une activité de visée adaptée de la fléchette traditionnelle pratiquée à la Fédération depuis plusieurs années et plus particulièrement au sein des départements Jeunes et Adultes. L'objectif de cette activité est de libérer par l'intermédiaire d'un fil, une fléchette qui oscille au dessus d'une cible posée horizontalement au sol.

Torball

Le torball est un sport de ballon qui est pratiqué par des sportifs déficients visuels (malvoyants ou non-voyants). Il est très populaire en France et cherche à se promouvoir au niveau international. Le torball ne fait pas partie des sports paralympiques car le goalball, autre sport collectif de ballon pratiqué par des sportifs malvoyants, est déjà reconnu. Le torball respecte les règles établies par l'Association des sports pour non-voyants (International Blind Sport Association), qui tiennent compte du handicap des joueurs. Chacune des deux équipes est composée de trois joueurs. Chaque partie est divisée en deux mi-temps de cinq minutes chacune, avec une pause entre les deux. Le but du jeu est de marquer le plus de buts possible.

Sarbacane

La sarbacane sportive est un sport de tir de dards sur cible à points. La sarbacane moderne est un tube en aluminium avec une embouchure, qui propulse par le souffle du tireur 5 petits dards en acier. La cible officielle est une simple feuille A4 imprimée et fixée sur un support en carton. Pour l'enseignement en milieu scolaire, les mini-blasons de tir à l'arc seront utilisés (avec 5 couleurs allant de la périphérie jusqu'au centre : blanc, noir, bleu, rouge et jaune). La pratique de la sarbacane est non seulement très simple et surprenante, mais a aussi des effets bénéfiques sur la santé (muscles pectoraux et abdominaux, respiration, oxygénation du sang, concentration, antistress) et peut être encadrée dès l'âge de 6 ans.

