



2^{ème} édition

TOUS FOOT A 5

Dépasse tes limites

Samedi 18 janvier 2020 au Z5

Pôle d'Activités d, Aix 205 Avenue Du 11

Novembre La Galette Du Var,

13290 Aix-en-Provence

provence.fff.fr



Rassembler les personnes valides et les personnes en situation de handicap → Découverte de la pratique du Foot à 5

Valeurs du Programme Educatif Fédéral : développer le football, en rassemblant les deux publics conviés



*Renforcer les liens entre les différents acteurs, en luttant contre **les inégalités** et **les différences**, par une accessibilité à la pratique pour tous*

*Aider les joueurs **dans le développement et le déploiement du football adapté** dans un environnement approprié, afin que les pratiquants puissent se rencontrer et partager des valeurs communes*



TOUS FOOT A 5

Dépasse tes limites

Présentation du partenariat

District de Provence & Comités Départementaux Handisport et Sport Adapté

Conclu le 14 septembre 2015, ce partenariat, souhaite établir une réelle coopération au service des personnes atteintes d'un handicap physique, sensoriel, mental et/ou psychique

Favoriser la promotion et le développement du football pour les personnes en situation de handicap et de permettre de pratiquer le football dans les meilleures conditions de mixité via les clubs ou sections affiliés aux comités

Promouvoir une pratique du football dans une perspective de santé, de bien-être physique, mental et social, et dans une perspective d'intégration



TOUS FOOT A 5

Dépasse tes limites

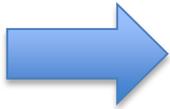
Présentation des comités



Le District de Provence de Football a notamment pour objet de contrôler, d'organiser et de développer le football sur son territoire et de créer un lien entre les clubs de son ressort. Il exerce son action en organisant toutes les épreuves qu'il jugera utile à la diffusion du football



Le Comité Départemental Handisport 13 a pour objet l'organisation, le développement, la promotion, la coordination et le contrôle des activités physiques et sportives, au profit des personnes en situation de handicaps physiques et sensoriels



Le Comité Départemental de Sport Adapté 13 a également pour objet l'organisation, le développement, la promotion, la coordination et le contrôle des activités physiques et sportives, au profit des personnes en situation de handicaps physiques mentaux et/ou psychiques



TOUS FOOT A 5

Dépasse tes limites

Historique



La 1ère édition de TOUS FOOT était lancée au **Complexe de la Plaine des Sports à Châteauneuf-les-Martigues**. Après une démonstration de foot fauteuil dans la matinée au sein du gymnase, les licenciés ont participé aux ateliers ainsi qu'aux matches mixtes dans une ambiance festive (+50 participants).



Le 29 avril 2017, c'était au tour de la ville de **Gardanne** d'accueillir toujours autant de passionnés dans le cadre de la 2e édition au **Stade Victor Savine**. Parcours techniques, ateliers éducatifs, Cécifoot et matches mixtes étaient notamment mis en place pour permettre à tout le monde de dépasser ses limites. Les sourires des joueurs du District de Provence, du Comité Départemental Handisport et du Comité Départemental du Sport Adapté étaient au rendez-vous.



La 3e édition de Tous Foot a eu lieu quant à elle au **Stade Pierre Becchini à Septèmes-les-Vallons**, sur les installations du club du SO Septèmes. Plus de 100 participants ont participé aux ateliers mis en place et aux matches dans la joie et la bonne humeur.



La 4^{ème} édition de Tous Foot a été organisée au **Complexe Sportif de Fontainieu**, plus de 100 participants étaient au rendez-vous, les comités départementaux et clubs confondus (Saint-Henri FC, USC Grande Bastide et la Section Cécifoot de l'USM Endoume Catalans).



Le 10 novembre 2018 avait lieu la **1ère édition** de « **Tous Foot à 5** » au sein des installations du partenaire du District de Provence : **le Z5 d'Aix-en-Provence**. Plus de 60 licenciés des différents comités qui se sont intéressés à cette nouvelle pratique et ont répondu présent à l'opération « Tous Foot » à 5



TOUS FOOT A 5

Dépasse tes limites

Des sourires et du jeu



TOUS FOOT A 5

Dépasse tes limites

Un vrai plaisir ?

« C'est une ouverture vers le milieu valide, c'est ce qui est important. On ne parle plus d'intégration, mais plutôt d'inclusion [...], sur le terrain on ne voit pas de différence » -

Scarlett Giuliano, Présidente du Comité 13 Sport Adapté

« J'en suis très heureux, et je ne valorise pas seulement le District, mais tout le groupe qui travaille là-dessus, car ce qui est fait, est phénoménal » -

Michel Gau, Président du District de Provence de Football

« Que l'on soit atteint d'un handicap, d'une cécité, du moment où l'on a des bras et des jambes, on peut tous jouer au foot. On est tous les mêmes, on est TOUS FOOT ! » -

Joueuse du St-Henri FC

« Ce genre de manifestation a notamment pour but de montrer que nos sportifs ont des capacités. Sur cette journée, on arrive à gommer les différences et à montrer qu'on fait du foot comme tout le monde »

- Caroline Vassail, Agent de développement Comité Départemental 13 Sport Adapté



TOUS FOOT A 5

Dépasse tes limites

Le Programme de la Journée



- **9h30** : Accueil & petit déjeuner
- **10h** : Ateliers
- **12h30 - 14h00** : Pause déjeuner
- **14h** : Début des rencontres avec des équipes mixtes
- **15h30 – 16h** : Gouter & remise des récompenses



TOUS FOOT A 5

Dépasse tes limites

Initiation FOOT EN MARCHANT

Comment on s'organise?

- ❑ **Sur un terrain** : Atelier découverte de la pratique & rencontre Foot en marchant

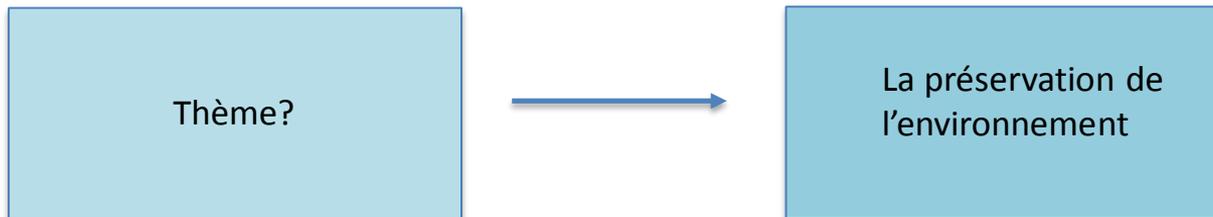
 - ❑ **Sur un ½ terrain** : Atelier technique pour améliorer la maîtrise du ballon et découvrir les spécificités de la marche sportive.
 - ❑ Même atelier sur l'autre ½ terrain
- Ensuite les 2 groupes feront un match de Foot en marchant pendant le reste du temps imparti.



TOUS FOOT A 5

Dépasse tes limites

Atelier éducatif



Cet atelier va permettre de sensibiliser les joueurs au *tri des déchets* par l'intermédiaire d'un parcours technique:

- Un type de déchet va être annoncé et le joueur va devoir réussir le parcours technique puis passer dans la porte de couleur correspondante. Si par la suite il passe par la bonne porte et qu'il marque un but à la suite, le point compte double



TOUS FOOT A 5

Dépasse tes limites

Atelier CECIFOOT



L'atelier va se réaliser sous forme de **parcours technique** (conduite de balle + tir).

L'exercice se réalise par **binôme**, un joueur avec le bandeau sur les yeux et l'autre qui le guide durant le parcours.

Dans un premier temps, le joueur va devoir rejoindre 2 des 3 zones placées sur le terrain. Dès lors que c'est réussi le joueur peut valider l'exercice en marquant dans le but.



TOUS FOOT A 5

Dépasse tes limites



Ateliers techniques

- **Sur ½ terrain** : *Mini golf* → Un parcours est tracé au sol. Le joueur doit réaliser des passes afin que le ballon ne sorte pas du circuit. Le but est de réaliser le circuit en faisant le moins de passe possible .
- **Sur ½ terrain** : Exercice de passe + contrôle orienté + tir au but
Le joueur reçoit une passe dos au but. Il choisit de pivoter à droite ou à gauche (entre les plots), puis va tenté de marquer .



TOUS FOOT A 5

Dépasse tes limites

Jeux Ludiques

- **Le jeu du Loup Garou** : 4 zones sont tracées au sol. Les joueurs doivent conduire le ballon, puis au coup de sifflet se diriger vers une des zones sans se faire prendre le ballon par le Loup (un nombre limité de joueurs par zones) Si le joueur perd son ballon (touche un mur) le Loup devient chasseur.
- **Les Balles brulantes** : Il y a 2 équipes, chacune dans sa partie de terrain. Il est défini un nombre de ballons par équipes. En un temps imparti (2min), il faut faire en sorte d'avoir le moins de ballon possible dans sa zone. Et donc en envoyer le plus possible chez l'adversaire.



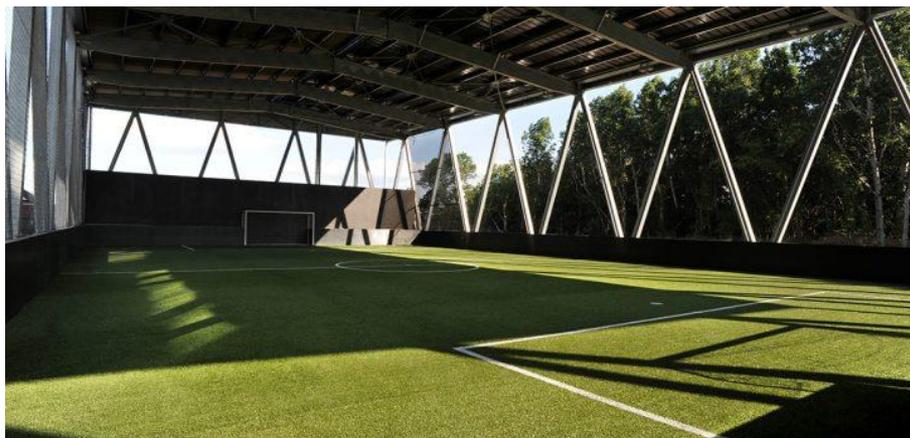
TOUS FOOT A 5

Dépasse tes limites

Présentation du complexe



Le Z5 Aix compte **7 terrains** de foot à 5 (3 couverts et 4 extérieurs) de grande qualité.



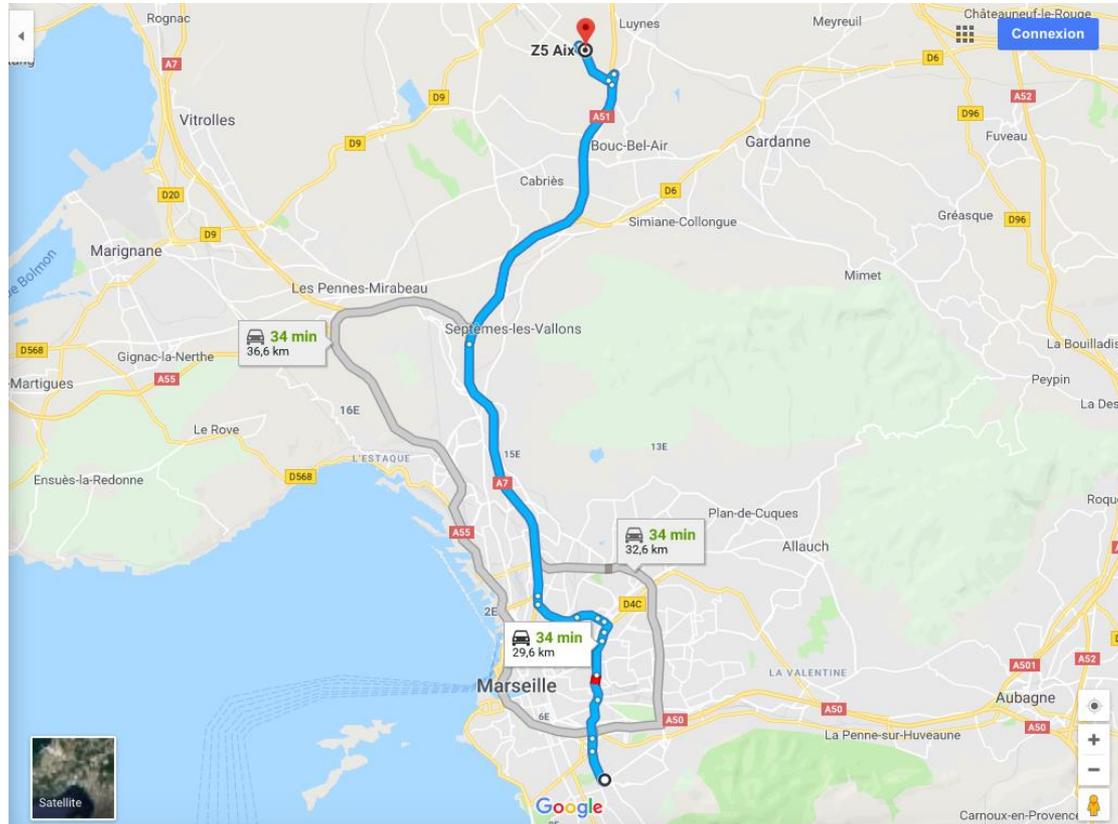
Pôle d'Activités d, Aix 205 Avenue Du 11
Novembre La Galette Du Var,
13290 Aix-en-Provence



TOUS FOOT A 5

Dépasse tes limites

Plan d'accès



TOUS FOOT A 5

Dépasse tes limites