

# LE GOALBALL, DISCIPLINE SPÉCIFIQUE POUR LES SPORTIFS DÉFICIENTS VISUELS

PAR SYLVAIN DELANGLE

#10 < RETOUR D'EXPÉRIENCE >

OCTOBRE 2020



Responsable formation de l'activité goalball, coach-adjoint de l'équipe de France et enseignant en activités physiques adaptées, Sylvain Delangle a fait ses premières gammes dans l'univers goalball en 2016, lorsque le projet de création a été lancé. Durant ses études, il a notamment découvert le torball, discipline jumelle qui l'a mené à s'intéresser et à s'investir chaque jour un peu plus dans le goalball. Retour sur ce jeune sport qui regorge de secrets et de spécificités.

## SOMMAIRE

- Le parcours
- Les spécificités de la pratique
- La communication au cœur du jeu
- Le terrain et ses tactiques

## 1/ LE PARCOURS

### > Pouvez-vous retracer votre parcours au sein de l'activité goalball Handisport ?

La première prise de contact a été faite par la fédération en octobre 2016 pour savoir si un poste de sélectionneur national au cœur d'une nouvelle discipline pourrait m'intéresser. J'ai rapidement accepté car je connaissais les attentes autour d'un tel poste et par la suite, la fédération via Charly Simo a mis en place une formation en décembre 2016 à destination des coachs des équipes de France féminine et masculine. Nous n'avions à l'époque aucun passif sur la discipline au niveau national, il était donc primordial de passer par la case formation à l'aide d'anciens joueurs et coachs internationaux. On s'est largement appuyés sur l'expérience torball pour composer l'équipe de France. Courant 2017, des rassemblements et des tournois ont été proposés et en septembre, l'équipe a participé à ses premiers championnats d'Europe. Le niveau international a été une véritable découverte pour tout le monde et on a pu faire nos premières armes à Ciorescu (Moldavie).

## 2/ LES SPÉCIFICITÉS DE LA PRATIQUE



### > Quelles sont les particularités du rôle d'un coach ?

Nous sommes dans une période de développement de la discipline, ce qui implique tout d'abord que le coach de l'équipe nationale a des missions dans sa mise en lumière et dans son développement. Par ailleurs, il est essentiel d'avoir des capacités managériales, des connaissances techniques et tactiques de la discipline. Au niveau international, les relations que l'on forge avec d'autres nations sont primordiales, notamment pour découvrir comment ça se passe ailleurs et pour enrichir l'apprentissage. Savoir se montrer fédérateur également, surtout pour une jeune discipline comme le goalball.

Enfin, faire en sorte que les joueurs prennent du plaisir sur le terrain et qu'ils aient de l'ambition pour aller le plus haut possible et pour cela, on a un vrai rôle à jouer dans les formations dispensées en club.

### > Quels sont les bienfaits de la pratique du goalball pour les personnes déficientes visuelles ?

C'est un sport collectif qui favorise la cohésion d'équipe et l'envie de travailler ensemble. Au niveau individuel, je dirais que ça favorise les capacités d'orientation et de repérage dans l'espace. L'un des aspects les plus importants sur le terrain est d'apprendre à se repérer au milieu de ses coéquipiers. Les aides tactiles, principalement situées au sol, dont bénéficient les joueurs rappellent celles qu'on peut retrouver dans certaines villes, ce qui crée une passerelle intéressante avec la vie quotidienne des personnes déficientes visuelles. Dans ce repérage, il y a aussi une forte notion d'entraide puisque c'est aussi aux coéquipiers d'indiquer leur position sur le terrain. La communication est le point de départ de tout.

### > Quelles sont les principales règles d'un match de goalball ?

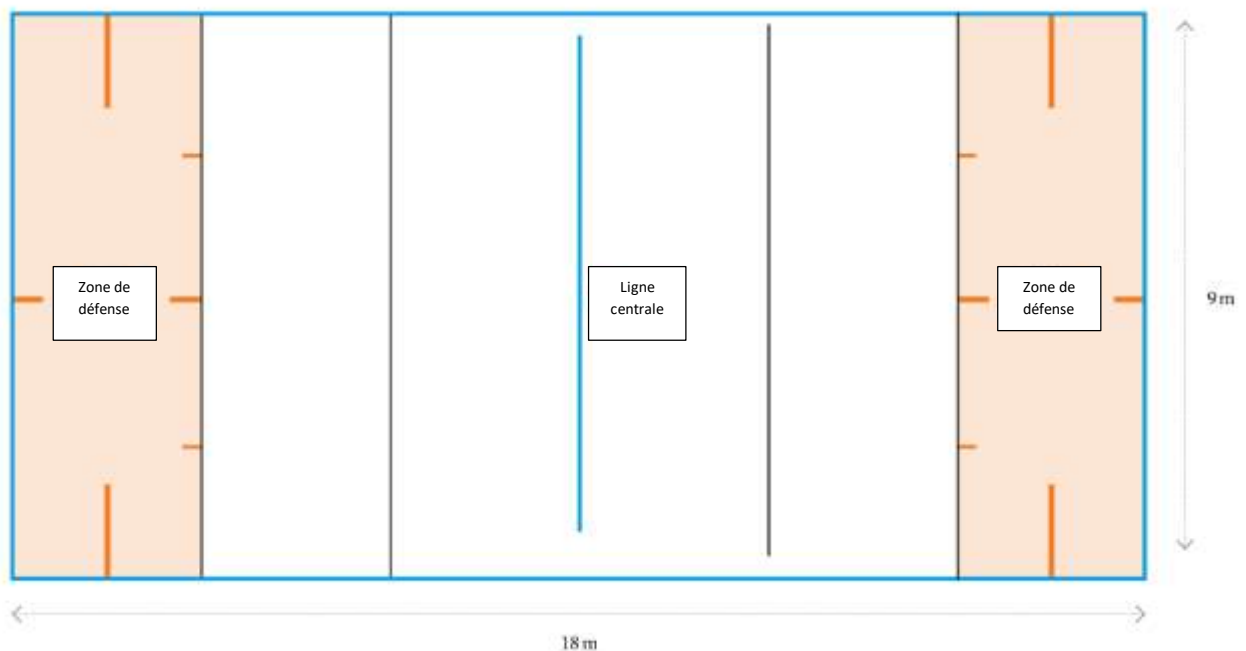
Tout d'abord, le goalball fait partie de ces rares sports qui n'ont pas été adaptés à partir d'un sport valide, ce qui implique une multitude de règles non connues du grand public. Les matchs se déroulent en 3 contre 3 (tous les joueurs portent un masque occultant qu'ils peuvent ajuster après accord de l'arbitre), avec un ballon à grelot, moulé (1kg250) et ce dernier doit être uniquement envoyé par la main en direction de la cage adverse. Le terrain mesure 18 mètres de long sur 9 mètres de large et

l'objectif est bien entendu de marquer plus de but que son adversaire. Chaque équipe doit occuper son propre camp durant toute la durée du match (2x12 minutes de jeu réel, le chrono s'arrêtant dès que le ballon n'est plus en jeu : s'il sort des limites du terrain ou s'il y a une faute, un but, un temps-mort, un remplacement, etc.) et à l'instar du volley-ball, il est interdit pour les joueurs de pénétrer dans la partie du terrain adverse. Dès que le ballon est en jeu, l'arbitre demande le silence à tous les acteurs qui entourent les joueurs (entraîneurs, remplaçants, spectateurs), pour ne pas parasiter le bruit du ballon et la communication entre les joueurs. Eux-seuls sont autorisés à faire du bruit, lorsqu'ils sont en phase défensive. En attaque, à partir du moment où le tireur prend son élan, ils n'ont plus le droit de faire de bruit. Les entraîneurs, quant à eux, peuvent uniquement donner des consignes à leurs joueurs lorsqu'il y a un arrêt de jeu (sortie de but, temps mort, etc.).

Comme dans la majorité des sports collectifs, il y a des fautes sanctionnables et elles sont de deux types pour le goalball. La faute individuelle, avec par exemple un joueur qui va faire du bruit au moment de son tir ou qui va toucher son masque sans avoir demandé l'autorisation à l'arbitre, ou encore sur un tir où le ballon ne touche pas la zone défensive et la zone neutre. Si une phase d'attaque dure plus de 10 secondes (entre le moment où le ballon a touché la défense jusqu'au moment où il dépasse la ligne médiane), ce sera une faute collective et l'équipe en question concédera un pénalty (phase d'attaque classique, mais présence d'un seul défenseur pour l'équipe sanctionnée). En cas de retard sur le terrain ou de la communication d'un coach pendant la phase de silence, un pénalty sera aussi sifflé. Le goalball est un sport très strict donc la moindre petite erreur peut être pénalisée !



### Terrain de goalball



### > Faut-il des qualités particulières pour pratiquer cette discipline ?

Pour atteindre un bon niveau dans cette discipline, il faut tout d'abord avoir des qualités d'explosivité pour lancer le ballon, de la coordination au niveau de la motricité et du physique pour la puissance. La répétition du geste en phase offensive fait qu'il faut être solide sur ces éléments. Défensivement, l'explosivité est aussi un paramètre important car pour stopper la balle et évaluer la bonne trajectoire du ballon, il faut plonger au tout dernier moment. L'écoute également est essentielle puisqu'elle permet de "sentir" la trajectoire du ballon et où sont situés ses différents rebonds. On ne s'en rend pas forcément compte mais la concentration doit être de tous les instants car les phases de jeu sont intensives et elles ne permettent pas de détacher son esprit du jeu trop longtemps.



### > Comment se passe l'accompagnement des sportifs pour les entraînements et les déplacements (notamment au niveau de l'autonomie) ?

Le goalball peut être pratiqué par des personnes non-voyantes mais aussi par des malvoyants. Chacun a un degré d'autonomie dans le déplacement qui est différent. Certains non-voyants vont rapidement se déplacer tout seul, cerner le terrain et le gymnase, d'autres auront besoin d'avoir un guide de manière permanente. Les joueurs sont tout de même habitués et

ils évoluent dans la plupart des cas deux par deux. Lorsqu'on rentre sur le terrain, c'est souvent en file indienne avec un membre du staff qui ouvre la marche. Quand on arrive dans un gymnase que l'on ne connaît pas, c'est important de prendre le temps d'en faire le tour avec les joueurs pour leur montrer où sont les vestiaires, le terrain, les toilettes, afin qu'ils acquièrent le plus rapidement possible une certaine autonomie. Lors des déplacements sur des tournois, on fixe des binômes et on essaye de faire en sorte que chaque membre du duo sache où est son partenaire. Grâce à ce système, on évite le danger d'un possible oubli d'horaire ou de perte d'une personne quelque part. Il y a énormément d'entraide chez les personnes déficientes visuelles et ce qui est vrai sur le terrain se retranscrit également à l'extérieur !

## 3/ LA COMMUNICATION AU COEUR DU JEU

### > Au niveau de la communication, comment les joueurs se coordonnent et échangent entre eux ?

La communication peut être verbale, à travers des mots, elle peut aussi être sonore, à travers des bruits ou encore tactile en fonction de la manière dont les joueurs vont se mouvoir sur le terrain. Cette dernière peut être une méthode de communication pour mettre en place une tactique particulière ou une stratégie d'équipe. En fonction du placement de chaque joueur, chacun peut deviner ce qu'il va faire et se placer de manière à favoriser un tir d'attaque ou à contrer un tir défensif. La cohésion d'équipe et les habitudes de jeu pèsent beaucoup sur la communication car plus une équipe joue ensemble, plus les automatismes seront présents et donc, plus la communication sera aisée. La mise en place de combinaisons par le biais de l'oralité, à l'aide de chiffres, de noms ou de numéros est aussi un élément important de la communication. Le but étant de trouver des signes verbaux et non-verbaux que l'adversaire ne connaît pas, afin de masquer ses tactiques.

### > Comment le coach de l'équipe peut-il faire passer au mieux ses tactiques ?

La causerie d'avant-match tout d'abord, pour avoir une première idée de ce qu'on veut mettre en place en fonction de l'adversaire. Pendant le match, il est possible de rester plusieurs minutes sans pouvoir parler à ses joueurs, sauf si on demande un temps mort (4 par matchs d'une durée de 45 secondes) ou un remplacement (4 également). Hormis ces moments-là, on est obligé d'attendre que le ballon sorte des limites du terrain pour pouvoir passer des consignes. Le banc et le staff sont les yeux des joueurs, c'est donc hyper important de mettre en place un système de communication qui soit clair et compris de tout le monde car on dispose de très peu de temps pour faire passer les messages. Il faut être capable, en deux trois mots ou combinaisons, de se faire comprendre par l'ensemble des joueurs. Le travail se fait en amont lors des entraînements pour être parfaitement coordonnés lors des matchs. Ce qui est intéressant, c'est d'inculquer à son équipe une véritable identité et une philosophie de jeu pour n'avoir qu'à s'adapter à l'équipe adverse le jour J.



## 4/ LE TERRAIN ET SES TACTIQUES

### > Quelles sont les phases de jeu importantes à travailler ?

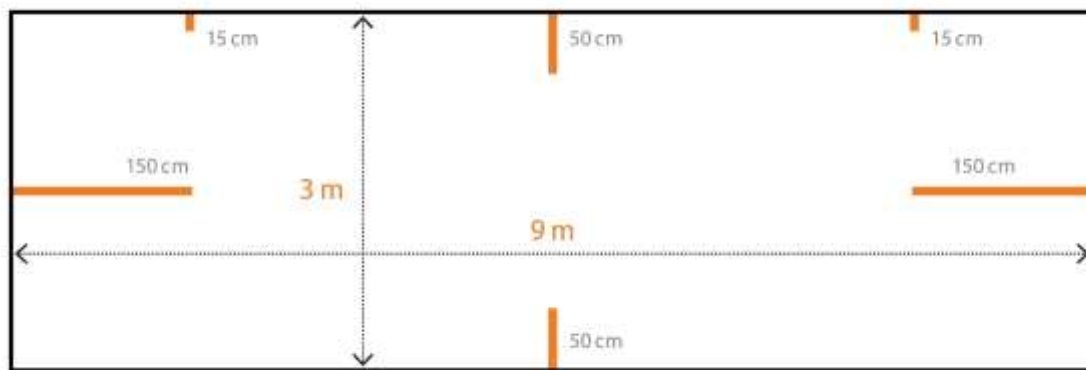
C'est un sport très vivant où il y a tout le temps de l'action. A l'inverse du football par exemple, il n'y a pas de construction d'action pour se rapprocher du but adverse et l'attaque-défense ne s'arrête presque jamais. La première chose à faire est bien sûr de ne pas encaisser de buts et d'être efficace défensivement. Le placement individuel doit être le plus parfait possible, le bloc doit être lui aussi à la hauteur. Les phases de jeu se répètent toutes les 15 à 20 secondes donc il est nécessaire pour une équipe d'être hyper sérieuse et concentrée. Evidemment, le but étant de marquer plus que l'adversaire, il faut réussir à coupler précision et puissance dans un tir qui doit toucher les deux zones du terrain. La dernière phase importante est la réalisation du pénalty qui défensivement, doit faire intervenir l'expérience et la tactique pour ne pas encaisser de but. Offensivement, c'est beaucoup de travail pour essayer de placer le ballon sur la meilleure trajectoire car c'est une réelle chance de marquer. Certains matchs se jouent sur les pénaltys donc c'est primordial d'en faire une vraie arme !

### > Quels sont les repères des joueurs sur le terrain ?

La cage en premier lieu. Elle se situe derrière les joueurs, cela leur fournit donc un bon indice sur l'orientation du terrain. Des lignes tactiles à relief sont scotchées au sol pour délimiter la largeur du terrain et il y a également une zone d'orientation composée de plusieurs ficelles de différentes longueurs qui permettent d'orienter les joueurs dans chaque secteur du terrain. On parle de la communication, on peut aussi citer les coéquipiers comme point de repères. Ils ont le droit de se toucher et de se parler (hors phase d'attaque) ou même de taper au sol pour indiquer leur position lors d'un tir par exemple.



### Zone de défense



Une corde tressée est scotchée sur toutes les lignes (sauf celle du but) pour donner des repères tactiles aux joueurs.

### > Comme se déroule une phase offensive ? Une phase défensive ?



La phase défensive est celle qui demande énormément de concentration. Les joueurs sont quasiment en position assise et défendent en s'allongeant. En fonction du tir adverse, il y a toute une analyse à faire pour savoir où a été lâché le ballon, où se situe le deuxième rebond et à quel moment le ballon arrivera au niveau du joueur. Tous ces éléments cumulés permettent à la défense de savoir à quel endroit plonger, ce qui est l'essence même de la phase défensive. Sur les phases offensives, on retrouve beaucoup de combinaisons mais le plus important, c'est que chaque partenaire sache ce que le tireur va faire. Le joueur qui a le ballon peut se déplacer avec ou le donner à un partenaire, en essayant de faire le moins de bruit possible pour masquer la tactique à l'équipe adverse. Il existe pléthore de combinaisons, ce qui rend un match de goalball très dynamique et enivrant !

// Propos recueillis par S.Grandol - Crédits photo : Grégory Picout (2017)