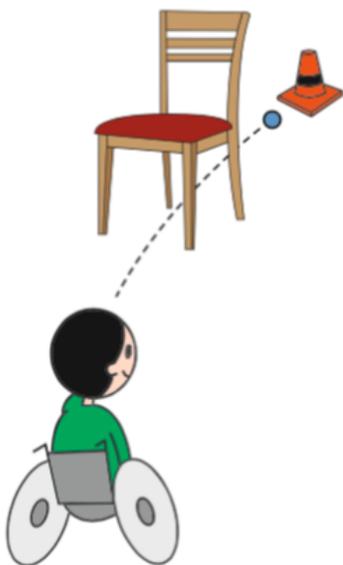


## Perceuse: Visée et Angles

Objectif: Les joueurs s'entraîneront à viser une cible avec un obstacle la bloquant.

Équipement: Cible (i.e. pylon, boîte couché sur le côté), obstacle (i.e. chaise), balle(s) (ou chaussettes en boule, balles de tennis, balles de mousse)

Instructions: Définir un cible avec un obstacle (i.e. chaise). Obstacle devrait être entre le joueur et le cible. Essayez de lancer la balle entre les jambes de chaise pour toucher la cible ou entrer dans la boîte. Comptez combien de fois de suite vous pouvez atteindre la cible!



Voulez-vous plus  
d'information?

Allez sur le sites web de  
[Boccia Canada](#) et [OCPSA!](#)



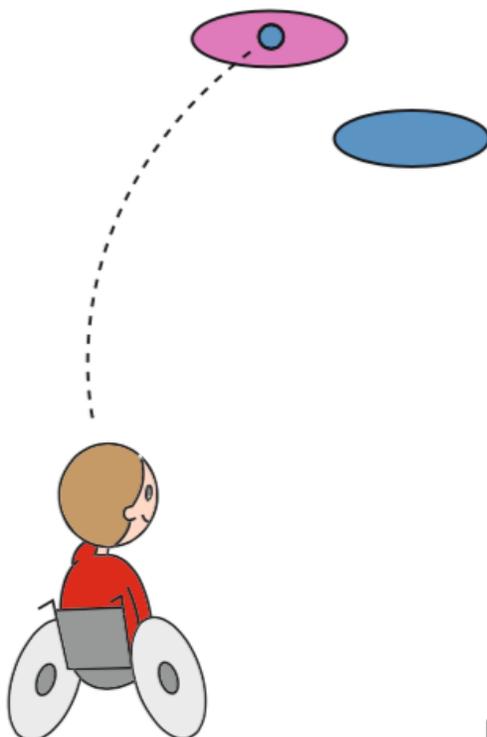
**#TakeTheShot**  
**ÉDITION PARIS EDITION**  
**#àtoidejouer**

## Jeu: Zones

Objectif: Essayez de lancer des balles pour qu'ils atterrissent à différents endroits de la pièce

Équipement: Papier, ciseaux, balle(s) (ou chaussettes en boule, balles de tennis, balles de mousse)

Instructions: Découper 3 ou 4 cercles de papier. Mettez les sur le plancher à différents endroits de la pièce. Restez en un place et essayez de lancer les balles sur les cercles. Pour rendre la tâche plus difficile, éloigner la distance ou ajouter des obstacles!



Voulez-vous plus d'information?

Allez sur les sites web de [Boccia Canada](#) et [OCPSA](#)!



**#TakeTheShot**  
**ÉDITION PARIS EDITION**  
**#àtoidejouer**



Do you like these activities and want some more? Download this manual from Ontario Cerebral Palsy Sports Association, an organization that helps people with a wide variety of abilities get involved in sports and recreation. They specialize in creating programming for children and adults with cerebral palsy. Check out their website for more information!

Avez-vous aimé ces activités, en voulez-vous plus? Téléchargez ce manuel de l'Association d'Ontario de sports pour Paralytiques Cérébraux, un organisme qui aide les gens avec une grande variété de capacités à s'impliquer dans les sports et les loisirs. Ils se spécialisent dans la création de programmes pour enfants et adultes atteints de paralysie cérébrale. Pour plus d'information, consultez leur site web.



**#TakeTheShot**  
**ÉDITION PARIS EDITION**  
**#àtoidejouer**

