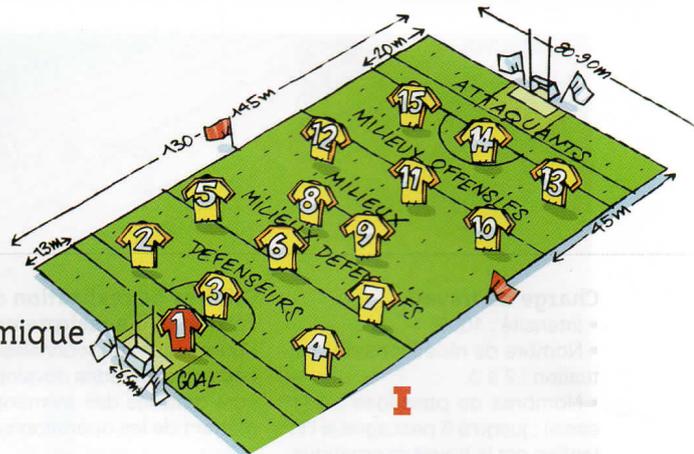


DÉCOUVRIR L'ACTIVITÉ

Apparu en France il y a une dizaine d'années, le football gaélique est inscrit dans la liste académique des APSA en Bretagne depuis la rentrée 2008.



Très populaire en Irlande, le football gaélique est l'un des quatre sports affiliés à l'association athlétique gaélique (GAA), la plus importante association irlandaise tant par le nombre de ses membres que par son influence. Particulièrement spectaculaire, ce sport sollicite des qualités techniques et athlétiques très diverses. Il favorise un jeu rapide et offensif tout en protégeant l'intégrité physique des joueurs, puisque contrairement à son cousin le football australien, les contacts y sont très limités.

Deux équipes de 15 joueurs s'opposent en jouant à la main et/ou au pied avec un ballon semblable à celui utilisé au football en un peu plus petit. Les dimensions ainsi que les tracés de lignes des terrains de football gaélique sont spécifiques à ce sport. Il n'existe pas de « vrais » terrains en France. Nous pratiquons donc sur des terrains de football ou de rugby (plus petits). De ce fait, le football gaélique se joue en France à 11 contre 11. Les conventions citées ci-dessous doivent donc être adaptées aux tracés du terrain utilisé.

Règlement simplifié

Le but du jeu est d'inscrire plus de points que l'adversaire en atteignant une cible dont la partie basse est défendue par un gardien de but.

La marque

La cible est en forme de H, semblable aux poteaux de rugby (2,50 m de haut et 6,50 m de large).

On peut marquer au pied ou à la main. Pour marquer à la main, on peut voler le ballon ou le lancer en utilisant la technique de la passe longue : balle tenue puis frappée avec le poing.

- 3 pts, lorsque le tir passe sous la barre transversale. Si le ballon est joué à la main, le but n'est accordé que si le ballon est repris de volée (type smash ou passe de volley-ball).
- 1 pt, lorsque le ballon passe entre les poteaux, au-dessus de la barre transversale.

Les principales contraintes

La passe à la main : le ballon doit être tenu dans une main et frappé de l'autre main.

La progression

Elle peut se faire aussi bien ballon porté dans les mains ou en dribble avec les pieds.

- Lorsque le joueur évolue ballon au pied, il peut se déplacer sans contrainte sur tout le terrain.

- Lorsque le joueur se déplace avec le ballon dans les mains, il doit le libérer tous les 4 appuis : c'est un *solo*. Il effectue alors, soit un dribble au sol (type basket-ball ou handball), soit un jonglage au pied pour lui-même. Il est interdit d'effectuer 2 dribbles à la main de suite. Si le porteur de balle fait plus de 4 pas sans avoir réalisé de *solos*, l'arbitre siffle un marcher et accorde un coup franc pour l'équipe adverse.
- Lorsque le ballon est au sol et qu'il ne

