

# Quiz Boccia : "Manche 1" (niveau 1)

*Objectif: découvrir les bases du règlement sportif Boccia*

*Les réponses sont en dernières pages!*



YouTube

## Initiation à la bocci

C'est une discipline marquante des Jeux paralympiques. La boccia s'apparente à



# Questions 1 à 3: Les Balles

1

Quelle est la couleur des deux jeux de balles en Boccia ?

Rouge et bleue

Rouge et verte

Jaune et bleue

Noire et blanche

2

Combien de balles de couleur possède chaque joueur en individuel, pour le match?

4

5

6

8

3

Comment s'appelle la balle blanche utilisée comme cible ?

La cible

La blanche

Le jack

Le pion



# Questions 4 à 6: Un match

4

Combien de manches  
comporte un match de  
Boccia individuel ?

2

4

6

8

5

Vrai ou Faux :

Le but du jeu est de lancer la  
balle blanche le plus près  
possible des lignes latérales.

6

Comment est attribué le  
nombre de point à la fin  
d'une manche ?

\* Un point par balle plus proche du jack que  
celles de l'adversaire

\*Un seul point au vainqueur de la manche

\*Deux points si on touche le jack

\* Aucun point si le jack sort du terrain



Videos

Videos From how to play Boccia to Strengthening exercises! Check out our  
YouTube Channel for more content. Like and subscribe to keep up to date.



# Questions 7 à 9: Le terrain

7

**Quelle est la longueur totale du terrain de Boccia ?**

- \*8 m
- \*10 m
- \*12,5 m
- \*15 m

8

**Où se situent les aires de lancement?**

\*Dans le carré central

\*Dans des rectangles intégrés au terrain

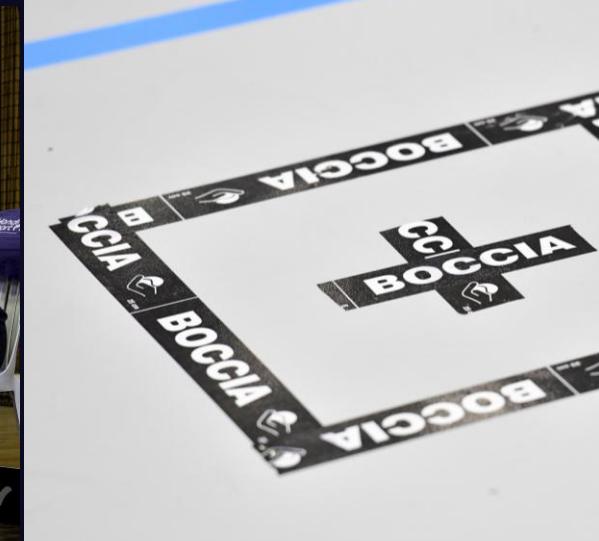
\*À côté de l'arbitre

\*En dehors du terrain

9

**Vrai ou Faux:**

Une balle qui touche une ligne de délimitation de terrain est considéré comme dans le jeu.



# Questions 10 à 12: Catégories de jeu

**10**

**Vrai ou Faux :**

En Boccia, il est possible de jouer en individuel, en double ou en équipe.



**11**

**Vrai ou Faux :**

En Boccia, les joueurs peuvent lancer avec la main, le pied ou une rampe: Ils ne jouent pas dans la même catégorie de jeu en compétition.



**12**

**Quelle catégorie regroupe les joueurs qui utilisent une rampe et sont assistés par un partenaire ?**

BC1

BC2

BC3

BC4



# Questions 13 à 15: Jeu

**13**

**Qui commence à jouer la première manche ?**

\*Le joueur bleu.

\*Celui qui gagne le tirage au sort.

\*Le joueur rouge.

\*Le plus jeune.

**14**

**Vrai ou Faux :**

Le Jack est commun aux 2 joueurs  
(en individuel)

**15**

**Vrai ou Faux :**

L'opérateur de rampe du joueur  
peut regarder le terrain  
pendant les lancers.



# Réponses : Questions 1 à 5

Nº	Question	Réponse	Explication / Rappel
1	Quelle est la couleur des deux jeux de balles en Boccia ?	 Rouge et bleue	Les joueurs utilisent des balles rouges et bleues.
2	Combien de balles de couleur possède chaque joueur pendant une manche ?	 6	Chaque joueur dispose de 6 balles de couleur par manche.
3	Comment s'appelle la balle blanche utilisée comme cible ?	 Le jack	Le jack est la balle blanche servant de cible.
4	Combien de manches comporte un match de Boccia individuelle ?	 4	Un match individuel se joue généralement en 4 manches.
5	Le but du jeu est de lancer la balle blanche le plus près possible des lignes latérales.	 Faux	Il faut placer ses balles le plus près du jack (balle blanche).

# Réponses: Questions 6 à 10

Nº	Question	Réponse	Explication / Rappel
6	Comment est attribué le point à la fin d'une manche ?	 Un point par balle plus proche du jack que celles de l'adversaire	Le score dépend du nombre de balles plus proches du jack.
7	Quelle est la longueur totale du terrain de Boccia ?	 12,5 m	Le terrain mesure 12,5 m de long sur 6 m de large.
8	Où se situent les aires de lancement ?	 Dans des rectangles intégrés au terrain	Chaque joueur dispose d'une "box" de lancer.
9	Une balle qui touche une ligne de délimitation de terrain est considérée comme dans le jeu.	 Faux	Une balle est « Out » « dès » elle touche une partie de la ligne ou toute la ligne
10	En Boccia, il est possible de jouer en individuel, en double ou en équipe.	 Vrai	Trois formats existent : individuel, paire, équipe.

# Réponses: Questions 11 à 15

Nº	Question	Réponse	Explication / Rappel
11	En Boccia, les joueurs peuvent lancer avec la main, le pied ou une rampe: Ils ne jouent pas dans la même catégorie de jeu en compétition	 Vrai	Il existe 8 catégories de jeu (4 en BC; 4 en NE)
12	Quelle catégorie regroupe les joueurs utilisant une rampe avec un partenaire ?	 BC3	C'est la seule catégorie où les joueurs pratiquent avec une rampe
13	Qui commence à jouer la première manche ?	 Le joueur rouge	Le/les Rouges commencent toujours le match, que ce soit en individual ou en équipe
14	Le Jack est commun aux 2 joueurs (en individuel)	 Faux	Chaque joueur a son propre Jack.
15	L'opérateur de rampe du joueur peut regarder le terrain pendant les lancers.	 Faux	C'est une faute, (pénalité qui sera attribuée)

## 🏁 Barème:

- ⚛ 0-5 bonnes réponses → "Je teste!"
- 🟡 6-10 bonnes réponses → "Je progresse!"
- 🟥 11-15 bonnes réponses → "J'adhère!"

[RÈGLEMENT SPORTIF – Commission fédérale de la Boccia](#)

