

Tchoukball – Jeux préparatoires: Balle brûlée

Cet exercice s'inspire du jeu de la balle brûlée en y ajoutant les spécificités du tchoukball. Le tireur doit envoyer sa balle le plus loin possible afin de pouvoir finir le parcours.

Les tireurs expédient la balle dans le camp après l'avoir tirée contre le cadre de renvoi (avec ou sans élan). Ils effectuent ensuite leur parcours. Les défenseurs essaient de réceptionner la balle et de la transmettre au gardien le plus vite possible. S'ils la rattrapent sans qu'elle touche le sol («fly»), tous les coureurs sont brûlés.



Indication: Adapter les règles selon le niveau des élèves (grandeur de la zone, technique de tir, etc.).

Série d'images: Tirs

Source: Cahier pratique «mobile» 7/2005, Carole Greber, Daniel Buschbeck, Véronique Keim



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Office fédéral du sport OFSPO