

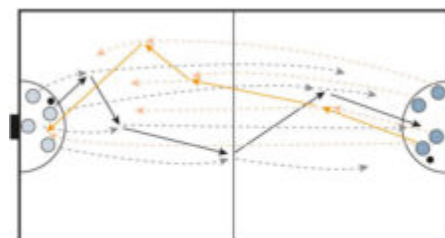
Tchoukball – Attaque/Passes: Ultimate tchoukball

Cet exercice invite les joueurs à collaborer pour transporter le ballon d'un côté à l'autre du terrain de manière efficace.

Sur un terrain, former deux équipes de trois à sept joueurs (selon leur âge et leur niveau) chacune avec un ballon.

Depuis leur zone interdite respective, elles transportent leur ballon jusque dans la zone interdite opposée en effectuant au moins trois passes et conformément aux [règles du tchoukball à l'école](#) (pdf) (pas plus de deux pas avec le ballon, ne pas le laisser tomber sur le sol, aucune obstruction, etc.).

La première équipe dont le ballon parvient à un de ses joueurs situé dans la zone interdite marque un point. Toute passe manquée doit être refaite.



Légende

	Attaquant		Cône
	Attaquant avec ballon		Piquet
	Défenseur		Cercneau
	Joueur		Banc suédois
	Joueur avec ballon		Caisson
	Déplacement		Tapis
	Passe		
	Tir		

Cliquer sur l'illustration pour l'agrandir.

Variantes

- Pour valider le point, chaque joueur doit avoir reçu au moins une fois le ballon pendant la traversée du terrain.
- Pour valider le point, tous les joueurs de l'équipe doivent se trouver dans la zone interdite.

plus difficile

- Jouer avec trois ou quatre équipes:
 - Sur un terrain rectangulaire avec une zone interdite sur les deux lignes de fond = une zone pour deux équipes.
 - Sur un terrain carré avec une zone interdite par côté = une zone par équipe.

Matériel: Un ballon par équipe

Source: Muriel Sommer Vorpe, cheffe de sport J+S Tchoukball



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Office fédéral du sport OFSPO