

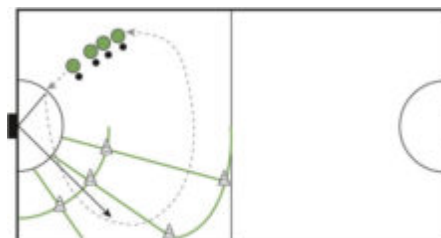
Tchoukball – Attaque/Tirs: Combinaison

Ici, les joueurs doivent combiner les deux aspects du tir appris dans les exercices «[Angles de tir](#)» et «[Profondeurs de tir](#)».

Sur un demi-terrain, former une colonne de joueurs sur une aile. Disposer des objets (tapis, cerceaux, etc.) dans les trois zones de défense que les joueurs doivent toucher avec le ballon après un tir sur le filet. Ils récupèrent ensuite leur ballon et courent se mettre derrière la colonne.

Remarques

- Adapter la taille des objets à viser en fonction du niveau des joueurs.
- Effectuer également les tirs depuis l'autre aile.



Légende

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

Cliquer sur l'illustration pour l'agrandir.

Variantes

- Attribuer le rôle d'objet à toucher à un défenseur, à l'enseignant ou au tireur de l'action précédente.
- Avec des défenseurs dans les cerceaux. Tirer de manière qu'ils ne parviennent pas à toucher ni à attraper le ballon.

Matériel: Un cadre, un ballon par joueur, divers objets (tapis, cerceaux, etc.)

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



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Office fédéral du sport OFSPO