

Tchoukball: Phases de jeu

Lorsque les règles de base et l'esprit du tchoukball sont compris, il est possible de se diriger vers un jeu plus construit dans lequel les rôles diffèrent selon les phases. Présentation des éléments essentiels de l'attaque, de la défense et des transitions.



Photo: Stéphane Bruhin

Attaque

L'attaque est le moment où l'équipe dispose du ballon et dicte le jeu; elle se termine par le tir. L'objectif de l'attaque consiste à marquer des points. Pour cela, l'équipe doit pouvoir compter non seulement sur les compétences techniques de ses joueurs, mais encore sur un dispositif tactique commun (voir «[Positions et déplacements des joueurs](#)»).

L'équipe construit son attaque à l'aide de passes. Elle obtient un avantage lorsqu'un ou plusieurs de ses joueurs sont dans une position de tir optimale pour marquer un point.

L'attaque s'articule autour de trois fondamentaux techniques: lancer, attraper et tirer. Le contenu de l'enseignement pour cette phase est:

- l'amélioration et la pertinence des passes:
 - lancer en direction d'un objectif fixe, puis en mouvement (voir vidéo «[Lancer le ballon](#)»)
 - lancer à l'arrêt, puis en mouvement (voir vidéo «[Lancer le ballon](#)»)
 - attraper à l'arrêt, puis en mouvement (voir vidéo «[Attraper le ballon](#)»)
- l'amélioration et la pertinence des tirs:
 - viser le filet à l'arrêt, puis en mouvement, et finalement avec un saut en extension
 - varier la profondeur des tirs (voir vidéo «[Tir à 45° en première et deuxième zone](#)»)
 - viser le filet de face (tir frontal) puis en augmentant les angles d'élan et de tir (voir vidéo «[Tir le long de la ligne](#)»)
 - viser la cible
- le placement du plus grand nombre de joueurs en position favorable de tir

→ [Exercices «Attaque: Passes»](#)

→ [Exercices «Attaque: Tirs»](#)

Défense

La défense est la seule façon pour une équipe de récupérer le ballon, hormis les fautes commises par l'adversaire. L'objectif de l'équipe en défense consiste à occuper les zones pouvant être atteintes par le tireur en vue de récupérer le ballon après son rebond sur le cadre. Pour cela, l'équipe doit pouvoir compter non seulement

sur les compétences techniques de ses joueurs, mais encore sur un dispositif tactique commun (voir «[Positions et déplacements des joueurs](#)»).

Le contenu de l'enseignement pour cette phase est:

- l'amélioration de la saisie du ballon:
 - appliquer la bonne technique (amortir le ballon)(voir vidéos «[Défense à genoux](#)» et «[Défense debout](#)»)
 - adopter la bonne position (voir vidéos «[Défense à genoux](#)» et «[Défense debout](#)»)
- le placement du joueur pour réceptionner le ballon:
 - se déplacer correctement (voir vidéo «[Défense debout](#)»)
 - comprendre l'«effet miroir» du tir
 - se positionner «en miroir» du tireur
- l'occupation des cibles possibles en équipe:
collaborer avec ses coéquipiers

→ [Exercices «Défense: Technique individuelle»](#)

→ [Exercices «Défense: Organisation collective»](#)

Transitions

La transition de la défense à l'attaque se déroule après une défense bloquée. Le rôle des équipes s'inverse. L'attaquant devient défenseur et le défenseur devient attaquant. De par le nombre limité de passes avant le tir sur le filet (sauf à l'école, voir «[Quelques précisions](#)»), tous les joueurs de l'équipe doivent être actifs afin d'offrir le plus de possibilités au porteur du ballon (voir «[Positions et déplacements des joueurs](#)»). Les principes de cette transition sont rapidement assimilés par les enfants, car ils soutiennent leur envie de se porter à l'attaque et de tirer.

Le contenu de l'enseignement de cette phase est:

- le placement en position favorable de tir (tactique)

Lors de la transition de l'attaque à la défense, les joueurs doivent faire preuve de réactivité, car dans ce cas, c'est l'adversaire qui dicte le rythme de jeu. Il s'agit d'adopter rapidement une configuration de placement adéquate pour défendre le ballon («en miroir» du tireur) tout en observant le jeu adverse et décoder ses intentions (voir «[Positions et déplacements des joueurs](#)»). Cette phase de transition n'est pas naturelle chez les enfants et mérite par conséquent d'être exercée. Le risque est en effet grand qu'ils s'arrêtent de jouer au terme de leur attaque, alors que le jeu se poursuit si le ballon est attrapé par un défenseur.

Le contenu de l'enseignement pour cette phase est:

- la capacité à réagir rapidement
- les déplacements
- le placement en miroir du porteur du ballon (tactique)

→ [Exercices «Transitions»](#)

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



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Office fédéral du sport OFSPO