Tchoukball: Tir le long de la ligne

Le tir le long de la ligne se caractérise par un mouvement de balancier du bras en extension parallèlement au filet et à l'aplomb de la ligne de fond. L'épaule est le point de rotation du bras. La course d'élan se termine parallèlement et proche de la ligne de fond.

La course d'élan est parallèle et proche de la ligne de fond.

Pour préparer le tir, le bras est tendu ou presque. Il effectue un mouvement de balancier vers l'arrière, l'épaule étant le point de rotation.

Le saut est haut et court.

Au début du mouvement de tir, le ballon est au-dessus de la ligne de fond.

Le bras fait un mouvement de balancier vers l'avant. La paume est en direction du filet.

Le lâcher du ballon se fait en avant et à la hauteur des hanches.

Le ballon suit une trajectoire quasi superposée à la ligne de fond.

Le point d'impact du ballon sur le filet se situe dans le coin supérieur près du tireur.

Différences techniques entre l'aile droite et l'aile gauche

Selon qu'il effectue un tir depuis l'aile droite ou l'aile gauche, le joueur devra modifier certains éléments dans sa technique de tir pour viser la même cible. La trajectoire du ballon devant être identique entre le lâcher du ballon et le filet, il faut donc adapter principalement la course d'élan, le mouvement du bras/du poignet ainsi que la position du corps.

Source: Sommer Vorpe, M. (2016). Tchoukball: Comprendre et enseigner. Macolin: Office fédéral du sport OFSPO.

Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Office fédéral du sport OFSPO