

## Cahier pratique 69: Kin-Ball

Le Kin-Ball possède des règles uniques qui facilitent son apprentissage et mettent rapidement les participants en situation de succès. Il privilégie la coopération, la santé et l'esprit sportif. Nul doute que cette activité fera fureur dans les écoles suisses dans un proche avenir.



Le Kin-Ball a été créé au Québec, en 1986, par Mario Demers, professeur d'éducation physique. Il est aujourd'hui pratiqué dans une douzaine de pays à travers le monde et compte plus de 3,8 millions de joueurs. Il dispose de son propre championnat du monde ainsi que d'un championnat d'Europe.

Il suscite non seulement un enthousiasme croissant chez les initiés, mais il pique également la curiosité des profanes. Partout où il passe, ce jeune sport suscite l'effervescence.

### Tous égaux

Le Kin-Ball se joue avec un ballon géant de 1,22 m de diamètre pesant environ 1 kg, ce qui lui confère un caractère aussi amusant que sécuritaire et le rend accessible aux participants de tous niveaux et de tous âges. Sa pratique est en outre régie par une Charte de l'esprit sportif qui ne tolère aucun contact physique ni violence verbale.

Le risque de blessure est ainsi limité. Tous les joueurs sont égaux! Les règles, contrairement à celles d'autres sports de balle, contraignent chaque joueur à participer au jeu, que cela soit en phase offensive ou en phase défensive. Le système de pointage, lui, fait en sorte que toutes les équipes marquent des points. Le Kin-Ball s'inscrit donc parfaitement dans le programme scolaire et se prête idéalement à la composi- Kin-Ball ton d'équipes mixtes.

Grâce à l'utilisation de surfaces réduites, les élèves peuvent être nombreux à jouer simultanément (p. ex. 3:3:3 sur une moitié de terrain). Le système cardiovasculaire est sollicité de façon ludique et les gestes techniques très simples et faciles à maîtriser permettent aux élèves, après quelques minutes, de se plonger dans ce jeu passionnant.

### Apprendre en jouant

Qu'allez-vous découvrir dans ce cahier pratique? les règles importantes et les gestes techniques de base qui permettront à chacun de se lancer dans cette discipline, une multitude de petits et grands jeux connus, accommodés à la sauce «Kin-Ball», des exercices et des formes de jeu visant à développer les différents gestes techniques. Enfin, quelques stratégies sont dévoilées afin que les classes les plus douées puissent s'approcher de la forme de compétition du Kin-Ball.

[Cahier pratique 69: Kin-Ball](#) (pdf)



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

**Office fédéral du sport OFSPO**