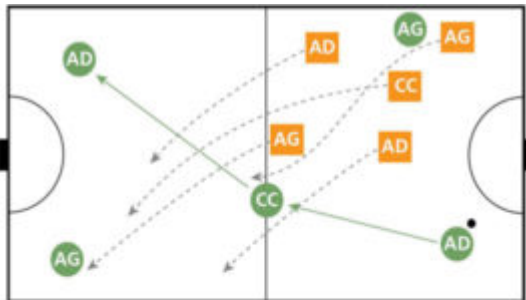


# Tchoukball – Défense/Organisation collective: Défendre en situation de jeu continu

Cet exercice consiste à couvrir, avec ses coéquipiers, toutes les cibles possibles de l'adversaire.



## 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.

Sur un terrain, jouer à 3:3 jusqu'à 7:7 selon les [règles du tchoukball à l'école](#) (pdf). Pendant une durée définie, les rôles sont toutefois fixes. Lorsque les défenseurs attrapent le ballon après son rebond sur le filet, ils le posent sur le sol et les attaquants entament une nouvelle action.

## Variante

- Sous forme de concours: quelle équipe marque le plus de points?
- Avec moins d'attaquants qu'il n'y a de défenseurs (par exemple 4:7). Un nombre réduit d'attaquants augmente leur engagement dans le jeu.

## plus facile

- Selon un schéma préalablement établi (voir «[Positions et déplacements des joueurs](#)»).
- Limiter à trois passes au maximum et ne pas sanctionner les pertes de ballon. Cette forme de jeu permet aux défenseurs de bénéficier d'un plus grand nombre d'occasions d'attraper le ballon.

**Matériel:** Deux cadres, un ballon

---

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



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

**Office fédéral du sport OFSPO**