

# J+S-Kids: Introduction au tchoukball – Leçon 4

## Tirs: varier l'angle

### Auteur

Carole Greber Buschbeck, cheffe de discipline sportive J+S Tchoukball

### Conditions cadres

Durée de la leçon ≥60 minutes  
 Niveau  simple  moyen  difficile  
 Âge recommandé 7 à 10 ans  
 Taille du groupe 12 (4 à 20)  
 Env. du cours Cadres de tchoukball, ballons de tchoukball  
 Aspects de sécurité Voir document de base

### Objectifs/But d'apprentissage

Varié l'angle du tir sur le cadre, de la droite et de la gauche.

### Indications

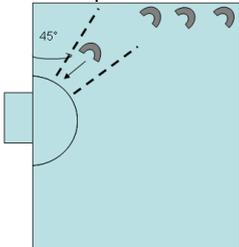
Voir document de base

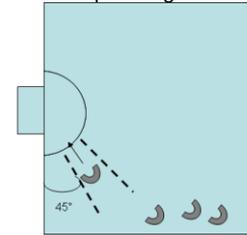
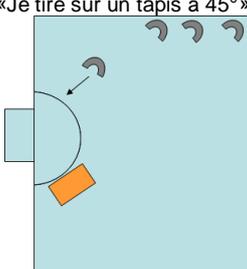
### Contenu

#### MISE EN TRAIN

Durée	Thème/Exercice/Forme de jeu	Organisation/Esquisse	Matériel
7-10'	Mise en train: groupe de 4-5 élèves avec 1-2 ballons	Différents exercices au choix du moniteur	Au choix du moniteur
5-8'	Passes à 5	Deux équipes dans le terrain. Le but de chaque équipe est de parvenir à réaliser 5 passes consécutives sans que le ballon ne touche le sol. L'équipe qui n'est pas en possession du ballon peut l'intercepter, mais pas le prendre des mains de l'adversaire. Si la balle tombe par terre (accidentellement ou lors d'une interception), le ballon est donné à l'équipe qui ne l'a PAS touché en dernier. Faire plusieurs terrains avec de petites équipes afin de maximiser le nombre de fois qu'un participant peut toucher le ballon.	Ballons de tchoukball, chasubles

#### PARTIE PRINCIPALE

Durée	Thème/Exercice/Forme de jeu	Organisation/Esquisse	Matériel
5-7'	«Je tire depuis la droite» 	On place deux colonnes, une à gauche et l'autre à droite à 6-7 mètres du cadre. Les participants de la colonne de droite ont chacun une balle, ceux de gauche n'en ont pas. Le premier de la colonne de droite tire sur le cadre et son coéquipier à gauche rattrape le ballon. Les joueurs changent de colonne dès qu'ils ont tiré ou rattrapé le ballon. Pour faciliter une prise d'élan adaptée, il est possible de placer des petits cônes montrant au joueur la prise d'élan «idéale».	Cadres de tchoukball, ballons de tchoukball

5-7'	<p>«Je tire depuis la gauche»</p> 	Idem à l'exercice précédent, mais le ballon part de la gauche.	Cadres de tchoukball, ballons de tchoukball
10-12'	<p>«Je tire sur un tapis à 45°»</p> 	De la droite, puis de la gauche, chaque participant à un ballon. Proche de la zone interdite, chacun essaie à son tour de tirer sur un tapis, placé à 45° de la ligne de fond, proche de la zone interdite.	Cadres de tchoukball, ballons de tchoukball, tapis de sol

#### PARTIE FINALE

Durée	Thème/Exercice/Forme de jeu	Organisation/Esquisse	Matériel
15-20'	Tchoukball: 3:3 sur un cadre (monopolaire)	Former plusieurs équipes de 3. On joue sur une seule moitié de terrain (15x13m). Après un point gagné par une équipe, l'autre équipe engage depuis le milieu du terrain Jeu avec règles simplifiées: les fautes faites par une équipe ne rapportent pas de point à l'autre équipe (voir document de base).	Cadres de tchoukball, ballons de tchoukball, chasubles
5'	Retour au calme selon le choix du moniteur	Au choix du moniteur	Au choix du moniteur