



J+S-Kids: Introduction au tchoukball – Leçon 6

Réception de tirs avec déplacement latéral

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 8 à 9 ans

Taille du groupe 12 (4 à 20)

Env. du cours Cadres de tchoukball, ballons de tchoukball

Aspects de sécurité Voir document de base.

Certains enfants ont peur de la balle, en particulier à proximité de la zone interdite. Il faut les aider à dépasser cette peur!

Objectifs/But d'apprentissage

Réception de tirs après déplacement autour de la zone interdite (déplacements latéraux)

Indications


Cf. document de base

Contenu

MISE EN TRAIN

Durée	Thème/Exercice/Forme de jeu	Organisation/Esquisse	Matériel
10'	Brousse	Différents exercices au choix du moniteur, en racontant un voyage dans la brousse (mimant différents animaux rencontrés et différentes situations, par exemple passer sous un tronc, sauter dans une rivière, etc.).	Au choix du moniteur
10'	Balle assise	Les joueurs sont dispersés dans le terrain. Leur but est de toucher les autres joueurs en leur lançant le ballon dessus. Si le joueur bloque la balle, il n'est pas touché. Les joueurs touchés (= qui n'ont pas pu bloquer le ballon) peuvent se libérer en attrapant le ballon s'il passe vers eux ou en touchant un camarade qui n'a pas de ballon et ce en se déplaçant d'une certaine façon: <ul style="list-style-type: none">• crocodile: en rampant• petit chien: en marchant à 4 pattes• flamant rose: en sautant sur une jambe	Ballon en mousse

PARTIE PRINCIPALE

Durée	Thème/Exercice/Forme de jeu	Organisation/Esquisse	Matériel
7-10'	«Je me déplace de tapis en tapis pour prendre les ballons» 	La moitié des joueurs ont une balle (les tireurs) et se trouvent face à l'autre moitié des joueurs, chacun sur un tapis de sol (les défenseurs). Ensemble, chaque tireur lance sa balle au défenseur qui lui fait face. Pendant quelques minutes, les joueurs restent sur place. Ensuite, après chaque tir, les défenseurs se décalent d'une place. Le défenseur qui est sur le dernier tapis de la rangée doit courir pour remonter tous les tapis et se poser sur le premier tapis.	Tapis de sol, ballons de tchoukball
7-10'	«Je pars de la droite du cadre et rattrape mon tir» «Je pars de plus en plus proche de la ligne de fond»	Les porteurs du ballon se placent sur l'aile droite. Le premier tire son ballon sur le cadre et essaie de le rattraper avant qu'il ne rebondisse sur le sol (en dehors de la zone interdite). S'il réussit, il prend une course d'élan un peu plus proche de la ligne de fond lors de son prochain tir.	Cadres de tchoukball, ballons de tchoukball
7-10'	«Je pars de la gauche du cadre et rattrape mon tir» De plus en plus à l'extrême	Idem à l'exercice précédent, mais le porteur du ballon part de l'aile gauche.	Cadres de tchoukball, ballons de tchoukball
7-10'	Le moniteur varie l'angle de ses tirs. Les participants chacun à tour de rôle cherche à rattraper le ballon. Le moniteur tire de sorte que le participant doive se déplacer latéralement	En étant plus ou moins proche de la ligne de fond, le moniteur varie son angle de tir. Il tire de sorte que le joueur en défense proche de la zone interdite doive se déplacer pour rattraper le tir (déplacement à gauche ou à droite). Il s'adapte aux capacités physiques de chaque joueur.	Cadres de tchoukball, ballons de tchoukball

PARTIE FINALE

Durée	Thème/Exercice/Forme de jeu	Organisation/Esquisse	Matériel
20-25'	Jeu bipolaire: 5:5	Former plusieurs équipes de 5. On joue sur le terrain entier (env. 15x26m, un cadre sur chaque ligne de fond). Après un point gagné par une équipe, l'autre équipe engage à côté du cadre où le point a été marqué. 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 au choix du moniteur	Au choix du moniteur	Au choix du moniteur

