

Tchoukball



Historique

Après ses multiples recherches sur l'évolution de l'aspect éducatif des sports populaires, le docteur **Hermann Brandt crée le Tchoukball dans les années 70.**

Rendre le sport éducatif pour le plus grand nombre d'individus tel est l'objectif du Tchoukball.

L'absence de contact physique et la suppression de toute forme d'agressions corporelles sont aussi une volonté d'Hermann dans le but de protéger les sportifs de tout type de blessures.

Sport collectif de ballon, le Tchoukball est reconnu pour ses valeurs de respect de l'adversaire et d'humilité.

Mélange étonnant **de Handball, de Volleyball et de Squash**, le Tchoukball à la particularité de sanctionner toutes formes de contacts corporels, laissant la pratique ouverte à des équipes mixtes et intergénérationnelles.

Les règles



Pratiquer le tchoukball

- 1 terrain de handball et un ballon de Tchoukball
- 2 équipes de 7 joueurs / joueuses
- 2 cadres dans des zones interdites de 3m de rayon



Temps de jeu

- Hommes : 3 tiers-temps de 15 minutes (pauses de 5 minutes)
- Femmes : 3 tiers-temps de 12 minutes (pauses de 5 minutes)
- Jeunes : 3 tiers-temps de 10 minutes (pauses de 5 minutes)

Le terrain :

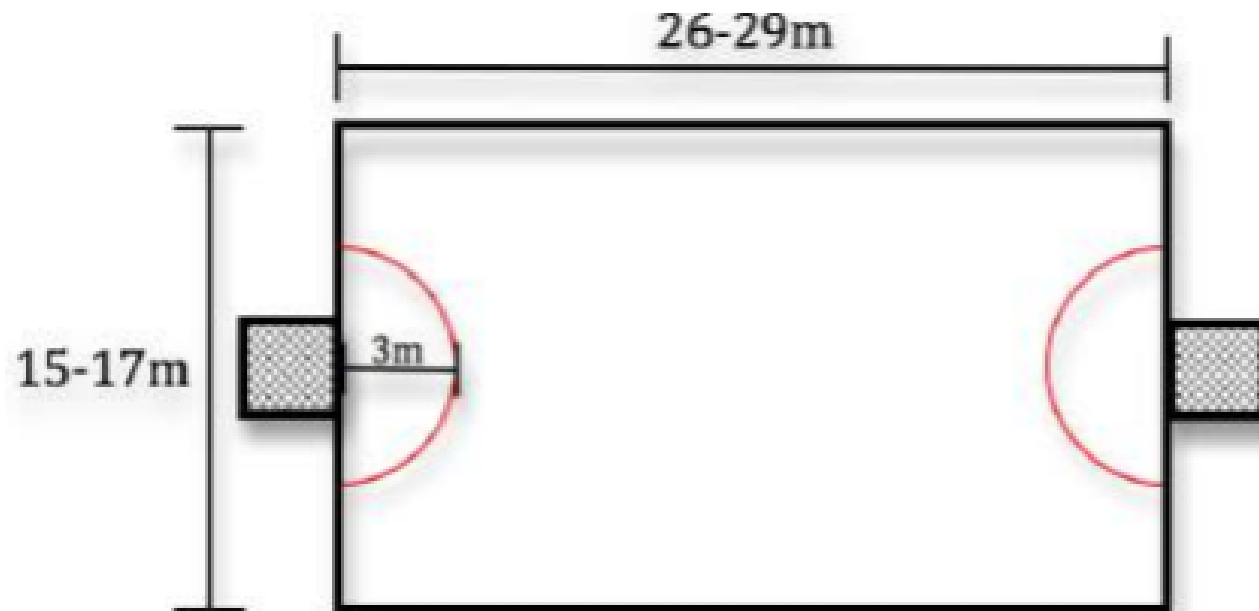


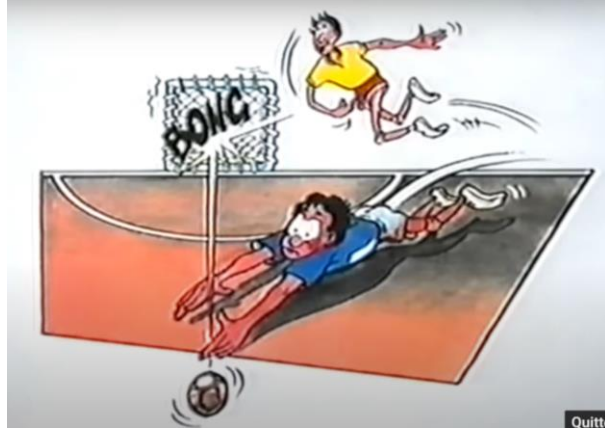
Fig. 1 Terrain de tchoukball

Terrain de jeu partagé mais on ne défend pas une cible mais une surface de terrain

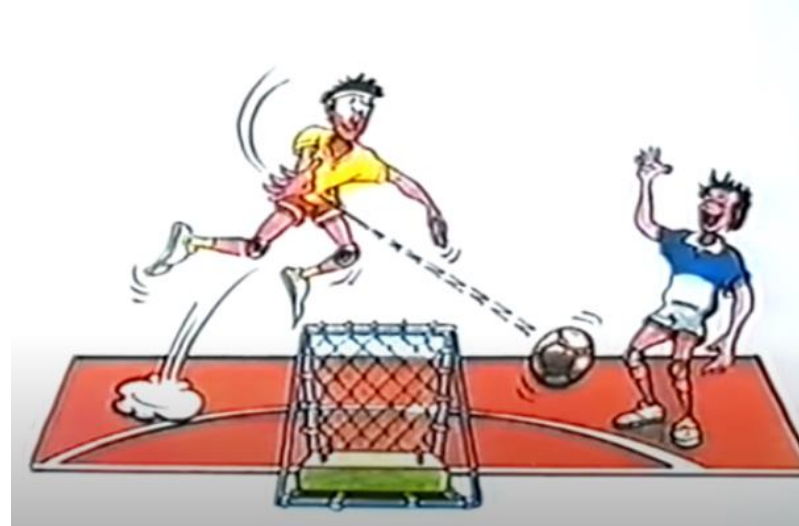


Dans les autres sports collectifs interpénétrés =
défense d'une cible
Défense sur un adversaire

1Pt est attribué à l'équipe adverse, si....



La balle touche le sol après tir dans le cadre



Le joueur tire et manque le cadre



La balle tombe dans la zone interdite

1Pt est attribué à l'équipe adverse, si....



La balle rebondit sur le joueur après tir au cadre



La balle sort du terrain après tir au cadre

Il y a faute, quand...



Le joueur dribble avec la balle



Le joueur faire plus de 3 appuis



Le joueur effectue + de 3 passes avant le tir au cadre

Il y a faute, quand...



Le joueur laisse tomber la balle
lors d'une passe



Le joueur gêne l'adversaire

Il y a faute, quand...



Le joueur pénètre dans la zone interdite
balle à la main



Quand le tir, touche le cadre

Les remises en jeu

1- Là où la faute a été commise

2- Remise en jeu à côté du cadre où le point a été marqué , vers l'autre ½ terrain

<https://www.youtube.com/watch?v=D0VWFK8PGWQ>

https://www.youtube.com/watch?v=_sqjYLnOI0Q

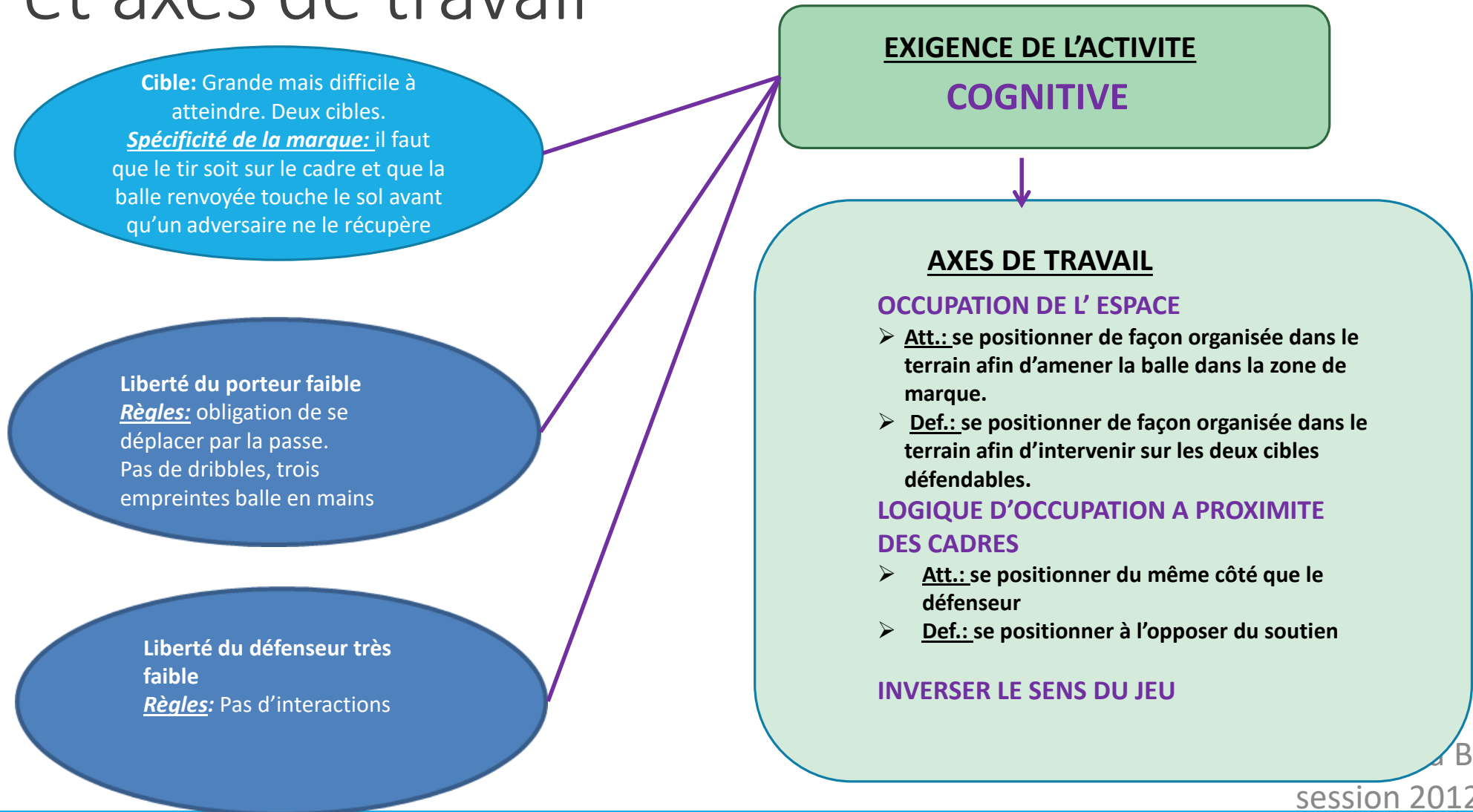
Les bases du Tchoukball

La passe

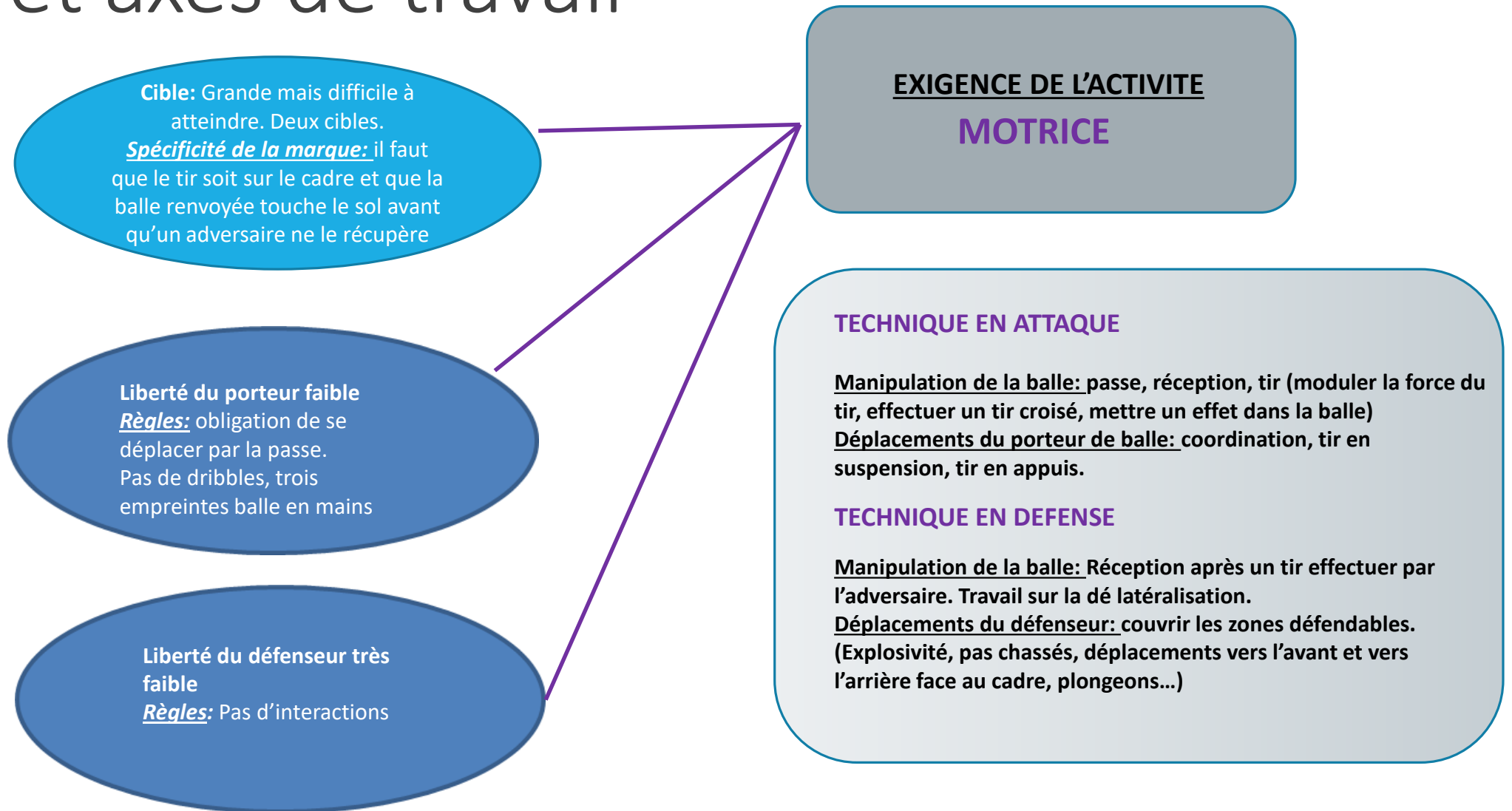
Le tir

La réception de la balle

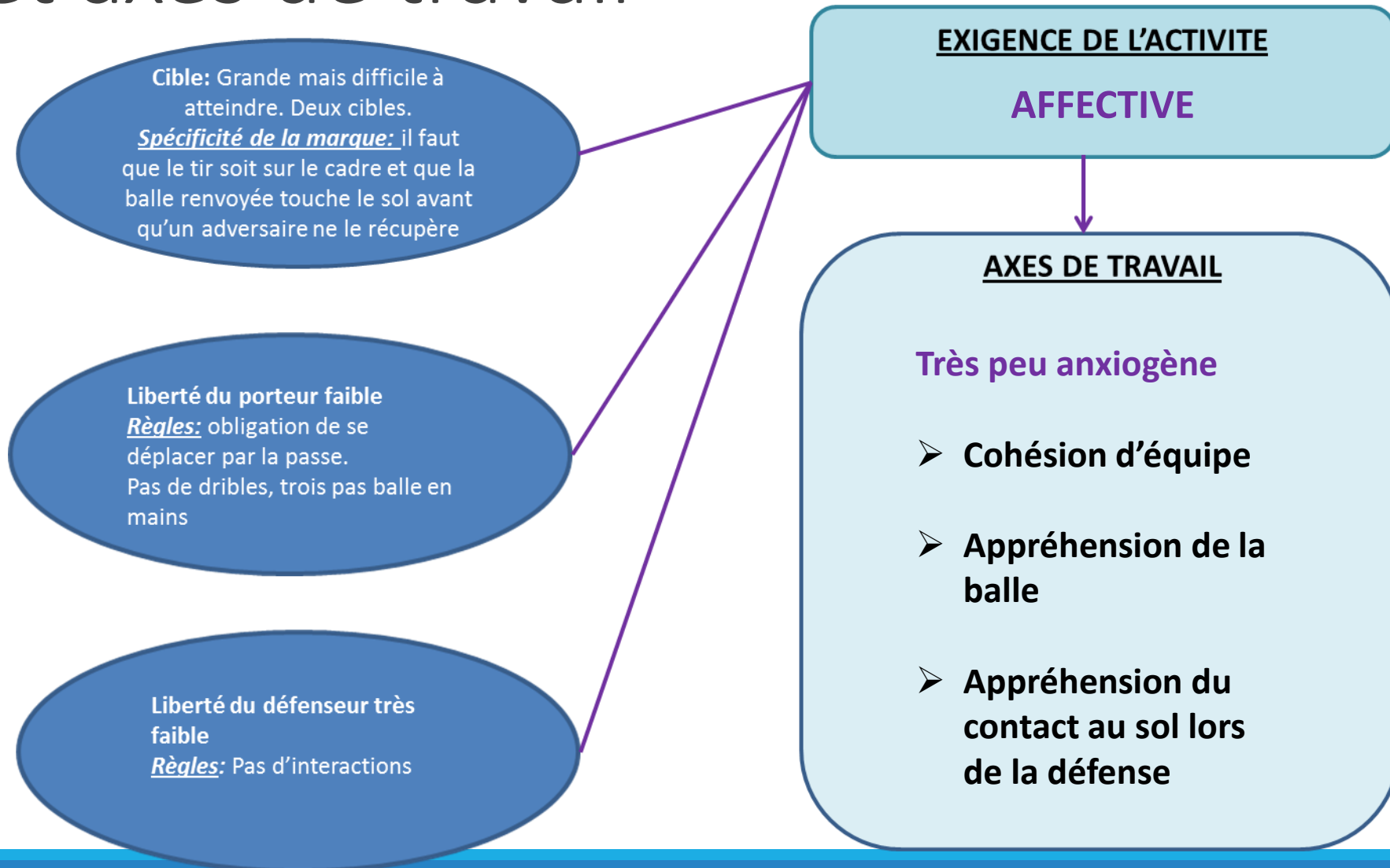
Logique interne de l'activité et axes de travail



Logique interne de l'activité et axes de travail



Logique interne de l'activité et axes de travail



Le niveau débutant

COMPORTEMENTS OBSERVABLES

Jeu en grappe
Fixation sur le ballon
Pas d'interprétation des deux cibles
Précipitation pour passes et tirs-> maladresses
Interactions défenseurs/attaquants
Mauvaise appréciation des trajectoires de balle
Difficultés aux placements et déplacements

COMPORTEMENTS ATTENDUS

Occupation de l'espace
Décentrer de la balle
Prendre son temps pour manipuler la balle
Placement face au cadre
Préparation à la réception du défenseur
Respecter la liberté de l'attaquant

Axes de travail

En défense:

Cognitif	Affectif	Moteur
Perception espace	Contact avec ballon	Réception balle
Perception trajectoires aériennes	Contact avec sol	Placement / Déplacement
Représentation des cibles		
Occupation de l'espace (coopération)		

Axes de travail

En attaque:

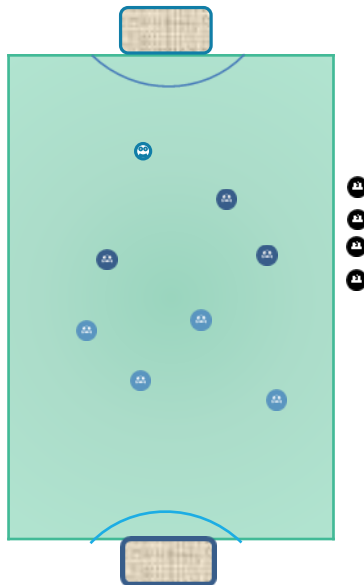
Cognitif	Affectif	Moteur
Perception espace	Contact avec ballon	Réception balle
Représentation des adversaire	Contact avec sol	Placement / Déplacement
Représentation des cibles		Techniques passes
Occupation de l'espace (coopération)		Techniques tirs

Aménagement des règles

Objectifs	Aménagements
Améliorer technique de passe	<ul style="list-style-type: none">- 4 (ou +) passes autorisées- Accorder passes si balle touche le sol- Pas de limite de temps de possession- Réduction espace
Améliorer technique de tir	<ul style="list-style-type: none">- Possibilité de 5 tentatives consécutives sur la même cible- Pas de limite de temps de possession- 1 cible pour les 2 équipes
Améliorer perception trajectoires aériennes	<ul style="list-style-type: none">- Inclinaison du Cadre- 1 cible par équipe- 1 cible pour les 2 équipes
Améliorer réception passe	<ul style="list-style-type: none">- 4 (ou +) passes autorisées- Mauvaise réception = perte de balle
Améliorer occupation de l'espace pour défendre	<ul style="list-style-type: none">- 1 cible par équipe- Réduction espace- 1 cible pour les 2 équipes

Situation de référence

MATCH :



Matériel :

- 2 trampolines
- 3 jeux de 4 chasubles
- Lattes ou coupelles
- 1 tchouk

But:

Att :

- faire rebondir la balle sur le trampoline afin qu'elle touche le sol (pas dans la zone) = 1 point

Consignes :

Att:

- maximum 4 passes (si maladresse le jeu continu) pour aller marquer
- Le Pdb n'a pas le droit de bouger

Def :

- Récupérer la balle de ses adversaires avant qu'elle ne tombe par terre

Def :

- Pas de contact, gêne, interception de la balle
- Peut tirer directement après réception

Variables:

+ ou - de passes

Sanctionner la maladresse

Exercices et situation d'apprentissage

Balle Brûlante:

Disposition :

1 terrain séparée d'une ligne médiane

2 Cadres de part et d'autre du terrain

2 équipes (5 ou 6 membres)

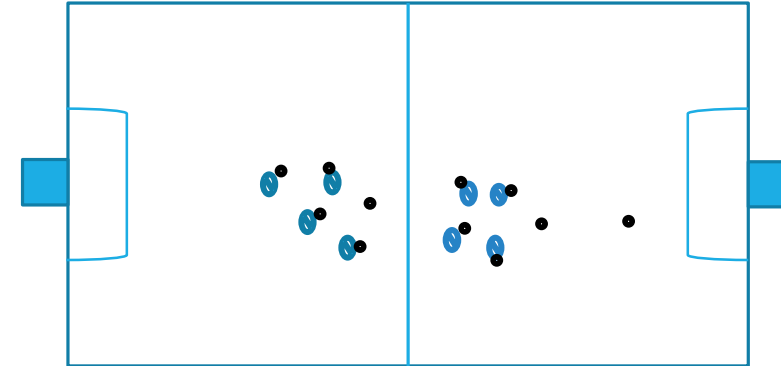
6 ballons par équipe

But: Avoir au moins 1 ballon de moins dans sa moitié de terrain que l'équipe adverse .

Consignes : Envoyer les balles dans terrain adverse à l'aide du cadre.

Récupérer les balles qui sont dans son espace de jeu.

Durée de jeu : 1min



Exercices et situation d'apprentissage

Match monopolaire

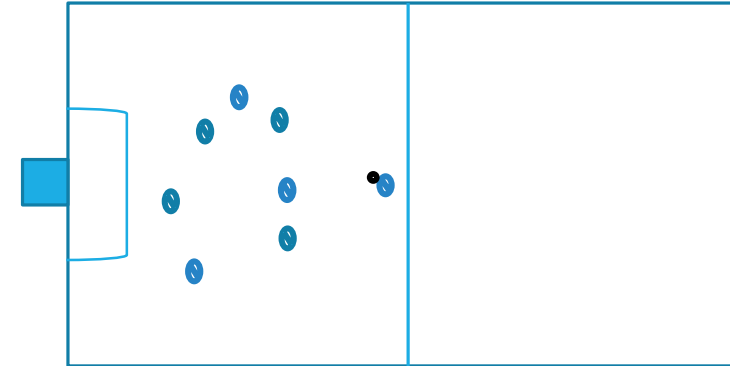
Disposition :

1 demi terrain

1 Cadre

2 équipes (de 3 à 6 membres)

1 ballon



But: Marquer plus de points que l'adversaire

Consignes : Faire tomber la balle dans terrain à l'aide du cadre.

Engagement à l'opposé du cadre

Pas de déplacement avec la balle

Durée de jeu : au temps (1min) ou au nombre de points (1^{er} à 5pts)

Exercices et situation d'apprentissage

Kinball tchouk'

Disposition :

1 demi terrain

1 Cadre

3 équipes de couleurs différentes (de 3 à 6 membres)

1 ballon

But: Marquer plus de points que les adversaires

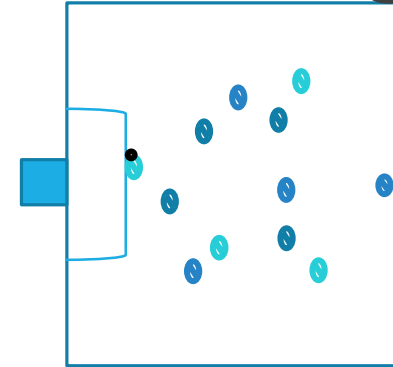
Consignes : Faire tomber la balle dans terrain à l'aide du cadre.

Tireur doit annoncer la couleur de l'équipe qui doit défendre au moment du tir.

Pas de déplacement avec la balle. 3 passes maximum avant le tir.

Si échec de la défense les deux autres équipes marque le point.

Durée de jeu : au temps ou au nombre de points



Atelier de travail individuel

Travail de répétitions en intégrant principes d'efficacités pour améliorer:

- Technique de tirs
- Technique de passes/réceptions
- Réceptions défensives

Quelques vidéos

<https://www.youtube.com/watch?v=uwyj9zd6T88>

<https://www.youtube.com/watch?v=i2msLq8V5NU>

<https://www.youtube.com/watch?v=tm58BPMvlvw>