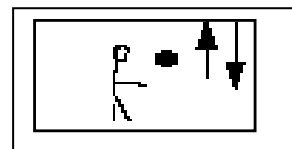


INTRODUCTION AU TCHOUKBALL

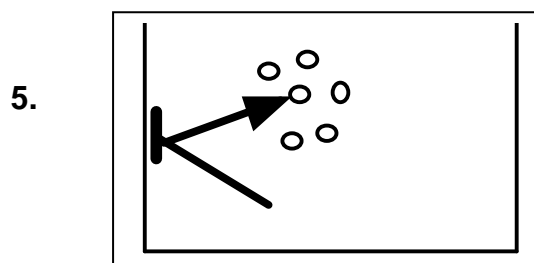
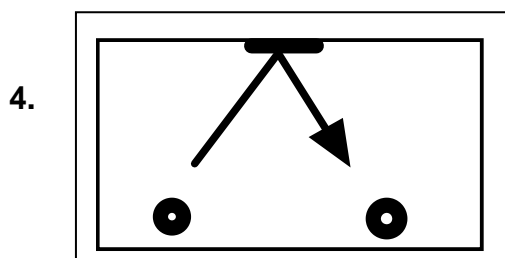
Le tchoukball est un jeu qui fait appel à la perception des trajectoires et à l'anticipation ainsi qu'au lancer et à la réception du ballon.

S'il est peut-être prématuré de jouer à la forme finale du tchoukball en 3P, le cadre de tchouk peut s'utiliser pour divers exercices ou jeux préparatoires.

1. **Lancer - recevoir** un ballon à la verticale. Le but est d'arriver progressivement à attraper le ballon sans rebond.



2. Idem contre un mur avec la même consigne.
3. Idem par deux ou plus, en colonne; A lance, B rattrape après 1 rebond ou dès que c'est possible sans rebond (en 4P).
4. **Viser une cible.** Placer diverses cibles dans la salle (cadre de tchouk, couvercle de caisson incliné, tremplin reuther incliné, etc....) idem ci-dessus, par 2 ou plus, en colonne.



5. Atteindre un cible (cerceaux, quilles, etc...) après le rebond contre le cadre. Cet exercice permet de mieux percevoir les trajectoires et les angles de rebond possibles.

6. Le tchoukball

Principe: 2 contre 2; une équipe lance le ballon contre le cadre et l'équipe adverse doit rattraper le ballon.

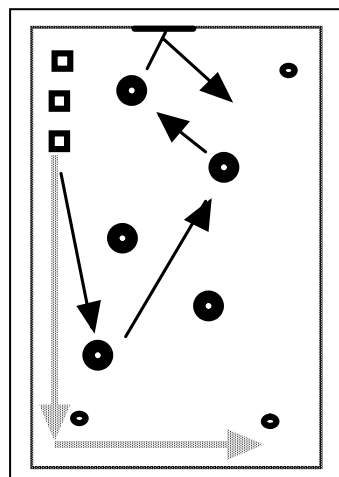
on a le droit: - de faire une passe à son coéquipier.

on n'a pas le droit: - d'empêcher l'équipe adverse de faire une passe.
- d'empêcher l'équipe adverse de tirer contre le cadre.
- de marcher avec le ballon.

on marque un point: - lorsque l'équipe adverse n'arrive pas à reprendre le ballon.
- lorsque l'équipe adverse a manqué son tir (à côté ou sur le coin du cadre).

7. Jeux préparatoires ou complémentaires

la balle brûlée: variante de la forme classique. Le rôle des lanceurs reste le même. Les receveurs doivent faire trois passes (sans que le ballon tombe par terre) et tirer contre le cadre. La course des lanceurs est stoppée lorsque le ballon ressort de la surface du cadre de renvoi.

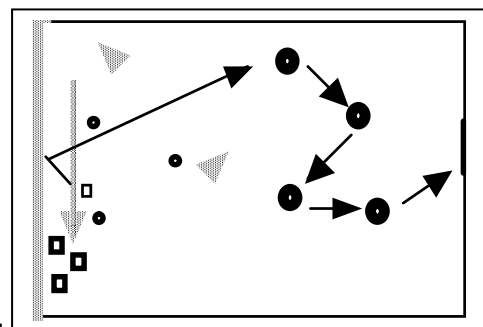


8. la course en triangle:

une équipe de receveurs et une de tireurs-coueurs. (groupes de 3-4 avec un tireur). Le tireur lance le ballon contre le cadre et tout le groupe tourne autour de 3 piquets dès que le ballon a touché le cadre.

L'équipe de receveurs réceptionne le ballon, fait 3 passes et tire au cadre; à ce moment, les coureurs doivent s'arrêter.

Le nombre de piquets franchis donne le nombre de points. Changement de rôles lorsque tous les coureurs ont tiré.



9. la balle au mur: idem exercice 3 ci-dessus mais par équipe 2 contre 2.

références: - revue "espaces pédagogiques" septembre 98
d'après un mémoire de P.Erard
- revue "Macolin" juillet 98

Anim. Péd. Aigle, JMBo,2000