

Kin-Ball: Règles pour l'école

But

Une équipe sert le ballon à l'une des équipes adverses préalablement désignée de façon à ce que cette dernière ne puisse le saisir avant qu'il ne touche le sol. Pour l'équipe désignée à la réception, le but est donc de relever le ballon avant que celui-ci ne touche le sol.

Partie

Une partie se termine lorsqu'une équipe a remporté trois périodes (total de sept périodes maximum). Celles-ci sont prolongées tant qu'il n'y a pas de gagnant. La durée d'une période est de sept minutes. Chez les juniors, une partie se joue en trois périodes de dix minutes. Les points sont additionnés d'une période à l'autre et le gagnant est celui qui a le plus de points au terme de la troisième période.

Équipes

Trois équipes s'affrontent simultanément. Quatre joueurs de chacune d'entre elles sont sur le terrain en même temps (douze joueurs en tout). Les autres joueurs sont sur le banc pour les changements. À l'école, il est possible de jouer sur chacune des moitiés de terrain avec des équipes composées de trois joueurs (18 joueurs en tout).

Terrain

Toute la surface de la salle de sport constitue la surface de jeu (dimension maximale: 21 m × 21 m). Les murs, le plafond et les objets fixes (paniers de basketball, anneaux, etc.) de la salle ne font pas partie du jeu et sont considérés «hors limites». Pour les débutants, il est conseillé de laisser le jeu se poursuivre lorsque la balle touche la paroi suite à un contact défensif. Aucun filet ou but n'est requis pour jouer au Kin-Ball.

Déroulement

L'équipe au service détermine quelle sera l'équipe qui devra réceptionner le ballon. Le serveur, avant de frapper, crie «Omnikin» et énonce la couleur de l'équipe à la réception. Il frappe alors le ballon

avec un ou deux bras (à deux bras pour les débutants); la trajectoire est obligatoirement ascendante ou horizontale et le point de chute du ballon se situe à plus de 1,8 mètre de distance du lieu de la frappe. L'équipe à la réception doit contrôler le ballon avant qu'il ne touche le sol. Ce contrôle peut se faire avec n'importe quelle partie du corps, sans toutefois emprisonner le ballon entre les bras ni le tenir par l'encolure. Si, au moment de la réception, seuls un ou deux joueurs touchent la balle, ceux-ci ont le droit de se déplacer en gardant le ballon en main ou en se faisant des passes, ce qui leur permet de déjouer les défenses adverses lors de la prochaine remise en jeu. Dès qu'un troisième joueur touche la balle, l'équipe est contrainte de s'immobiliser immédiatement et devra exécuter la prochaine remise en jeu à cet endroit-là. Le jeu se poursuit ainsi. Lorsqu'une faute est commise, l'arbitre siffle et arrête le jeu. L'arbitre replace le ballon à l'endroit où la faute a été commise et le redonne à l'équipe fautive.

Points

- Si l'équipe à la réception ne saisit pas le ballon, les deux autres équipes marquent chacune un point.
- Si l'équipe au service (ou le serveur lui-même) commet une faute, les deux autres équipes marquent un point.

Fautes

Il y a faute lorsque:

- le frappeur sert le ballon directement hors des limites du terrain, vise le plafond ou tout autre objet de la salle (panier de basketball, lampe, banc, etc.);
- le ballon est servi avec une trajectoire descendante;
- le ballon est servi mais ne parcourt pas la distance suffisante de 1,8 mètre;
- un joueur sert le ballon deux fois de suite;
- un ballon frappé n'est pas soutenu par trois joueurs au moment de la frappe.

Six règles d'or pour l'école

Nombre de joueurs: Commencer avec des cellules de trois joueurs. La compréhension au sein de celles-ci en est simplifiée.

Surface de jeu: Avec des débutants, il est conseillé de poursuivre le jeu lorsque le ballon touche la paroi suite à un contact défensif.

Règles: Pour garantir le bon déroulement du jeu, ne pas imposer trop de règles au départ et être tolérant quant à leur interprétation.

Dynamisme: Le jeu s'avère passionnant lorsqu'il est rythmé et les interruptions brèves. À ce titre, il convient de faire respecter dès le début la règle des dix et cinq secondes qui stipule que les joueurs ont dix secondes après la réception du ballon pour se placer et que le frappeur dispose de cinq secondes supplémentaires pour frapper celui-ci.

Calcul des points: L'enseignant doit rapidement, au cours des différents jeux, indiquer les points de chaque équipe pour amener un petit esprit de compétition.

Ecole primaire: La couleur adverse et le nom du joueur qui doit frapper peuvent être annoncés par l'enseignant.

Kin-Ball: Formes de frappe

Formes de frappe

La trajectoire du ballon est obligatoirement ascendante ou horizontale et le ballon doit parcourir plus de 1,8 mètre de distance à partir du lieu de la frappe.



Pousser à deux mains.



Frapper avec les deux mains liées, en coup droit ou en revers en «traversant» le ballon (tel un joueur de tennis).

Position sous le ballon

Trois joueurs d'une même équipe s'accroupissent sous le ballon et le supportent avec les mains. Le quatrième joueur est le serveur. A l'instant où le serveur frappe le ballon, celui-ci doit obligatoirement être soutenu ou touché par trois joueurs.



Position correcte du joueur qui soutient le ballon:

- un genou au sol;
- fesses sur le talon;
- poitrine collée sur le genou supérieur;
- bras en extension complète et au-dessus de la tête;
- menton contre la poitrine;
- mains en supination (paumes vers le haut).



Etoile de mer

Comment? Former trois colonnes de joueurs, disposées en étoile avec un ballon de Kin-Ball placé au centre. L'enseignant numérote les joueurs de chaque colonne. Il dit ensuite un numéro et les joueurs concernés doivent courir et passer derrière toutes les colonnes (sens à définir) avant de finalement toucher le ballon. L'élève qui touche en premier le ballon offre un point à son équipe.

Variantes:

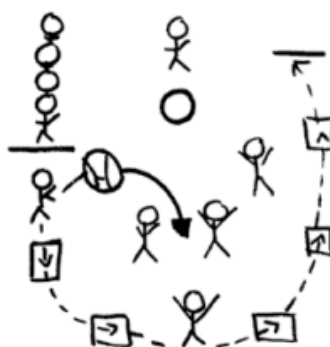
- Les élèves doivent tourner uniquement autour de leur colonne avant de toucher le ballon.
- Au lieu d'un numéro, attribuer une couleur aux élèves (p. ex. les 1 sont bleus). L'enseignant montre un objet d'une certaine couleur (assiettes, etc.) pour donner le signal du départ.

Pourquoi? Réaction, aspects auditif et visuel, vitesse d'exécution.

Balle brûlée

Cet exercice se base sur le jeu fort connu de la «balle brûlée». Les élèves doivent toutefois s'habituer à la grandeur du ballon de Kin-Ball et aux conditions de jeu quelque peu différentes.

Diviser la classe en deux équipes, l'une à l'attaque, l'autre en défense. Les uns après les autres, les joueurs de l'équipe offensive lancent le ballon dans le terrain de l'équipe défensive. Après l'envoi, ils courent d'une base à l'autre et peuvent s'arrêter sur l'une d'entre elles pour éviter d'être «brûlés». Un joueur est «brûlé» lorsque l'équipe défensive a attrapé le ballon et l'a posé dans le cerceau alors qu'il n'était pas sur une base. Chaque tour effectué rapporte un point.



Quilles

Diviser la classe en 4. Jouer dans 2 1/2 salles. Disposer l'équipe A autour d'un carré ou d'un rectangle. Disposer l'équipe B au centre. L'équipe A fait rouler la balle le plus rapidement possible afin de toucher les joueurs de l'équipe B.

Variantes

- Equipe défensive: faire trois passes avant de poser le ballon dans le cerceau.
- Brûler les bases (baseball).
- Pour plus d'intensité dans le jeu, s'élancer à plusieurs joueurs.
- Frapper le ballon au lieu de le lancer (cellule formée par deux joueurs).



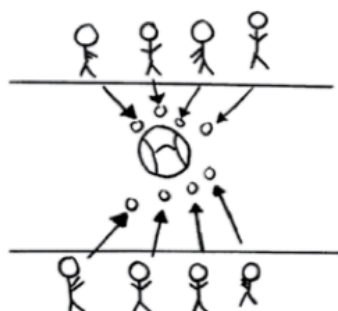
Chasseur de planète

Comment? Les joueurs forment un grand cercle extérieur et un plus petit à l'intérieur. Ils constituent ainsi un couloir dans lequel un joueur (le chasseur) et le ballon de Kin-Ball (la planète) circulent. Les joueurs formant les deux cercles se font face à une distance d'environ deux mètres et campent sur leur position. Ils font circuler (rouler) la planète dans un sens ou l'autre de façon à ce que le chasseur, qui poursuit la planète, ne puisse pas la toucher.

Variantes:

- Inverser les rôles: le ballon (la planète) poursuit le joueur.
- Les joueurs formant les deux cercles doivent se passer le ballon en l'air au lieu de le rouler.

Pourquoi? Vitesse de réaction, anticipation, collaboration.



Rollmops

Comment? Deux équipes face à face, un ballon de Kin-Ball au centre de la salle. Les joueurs essaient de toucher le ballon à l'aide de projectiles (balles en mousse, ballons de volley, etc.) afin que celui-ci franchisse la ligne adverse. Si un joueur récupère un projectile dans le terrain, il a l'obligation de revenir dans sa zone de tir avant de relancer.

Pourquoi? Stimulation et découverte du ballon géant.

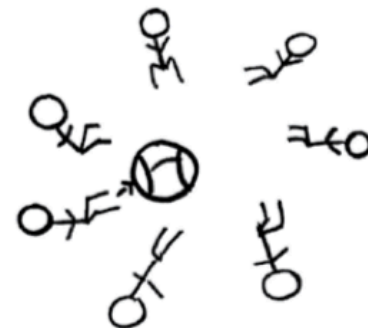
Machine à pop-corn

Comment? Les joueurs, couchés sur le dos, forment un grand cercle. L'enseignant lance le ballon au centre du cercle et les élèves essaient de le maintenir en l'air le plus longtemps possible uniquement avec leurs pieds.

Variantes:

- Avec deux ballons.
- Sous forme de petit concours entre deux cercles.

Pourquoi? Apprendre à utiliser les pieds, coopération.



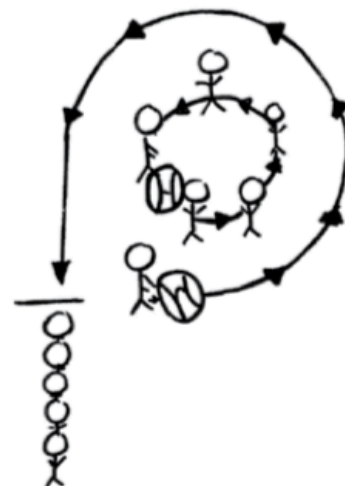
Horloge

Comment? Des joueurs forment un cercle, les autres une colonne. Le cercle et la colonne disposent chacun d'un ballon géant. Au signal, les joueurs de la colonne (l'horloge) effectuent à tour de rôle le tour du cercle le plus rapidement possible, en poussant ou en roulant le ballon, tandis que les joueurs du cercle se font des passes en l'air et comptent le nombre de tours (un tour = un point) qu'ils parviennent à effectuer avec le ballon. Lorsque tous les coureurs sont revenus à la case départ, l'équipe formant le cercle comptabilise ses points. Les rôles sont ensuite inversés. Quelle équipe marque le plus grand nombre de points?

Variantes:

- Pousser le ballon à deux autour du cercle.
- Effectuer deux tours d'horloge avant de comptabiliser les points.

Pourquoi? Concours, familiarisation avec le ballon.



Passes en cercle

Comment? Les élèves forment un cercle, le moniteur se trouve au centre avec le ballon. Celui-ci adresse à tour de rôle une passe aux élèves qui doivent tenter de contrôler le ballon – position stable entre les deux bras – et de le renvoyer au centre le plus rapidement possible.

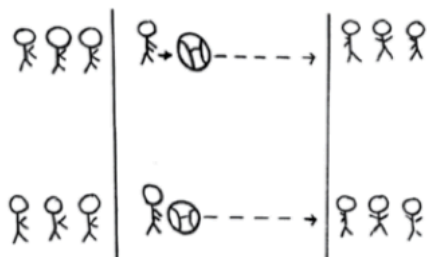
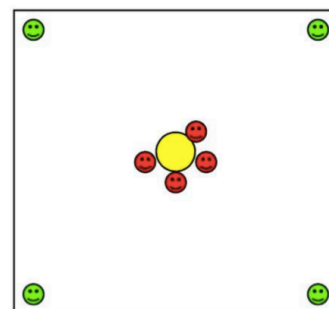
Variantes:

- Un élève prend la place de l'enseignant au centre du cercle.
- Les élèves se font des passes en cercle.
- Les élèves font l'exercice en mouvement (course en rond).

Pourquoi? Apprendre à faire des passes et à stabiliser le ballon.

Consignes :

- L'équipe au centre lance la balle de kinball le plus haut possible et va le plus rapidement prendre la place des joueurs de l'équipe qui occupe les coins du carré (un seul joueur à chaque coin).
- Pendant ce temps celle-ci va au centre du carré réceptionner la balle, la contrôler puis la relancer. Et ainsi de suite.
- Chaque réception réussie apporte 1 point à l'équipe



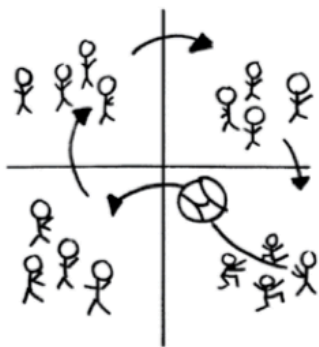
Estafettes

Comment? Former deux équipes divisées en deux groupes se faisant face. Au signal de l'enseignant, le premier joueur de chaque équipe s'élance en roulant le ballon et le donne à un coéquipier du groupe opposé qui part à son tour. Etc.

Variantes:

- Transport du ballon en l'air et à deux joueurs (le ballon ne doit pas toucher le sol).
- Transport du ballon en l'air et en solo.
- Passes d'une colonne à l'autre.

Pourquoi? Concours, contrôle du ballon et déplacement.



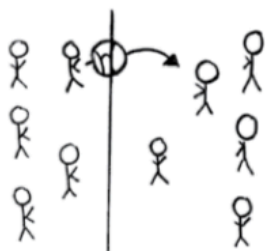
Quatre coins

Comment? Former quatre équipes de quatre joueurs ou plus et diviser la salle en quatre. Le ballon est frappé d'une équipe à l'autre (dans le sens des aiguilles d'une montre). Au moment de la frappe, trois joueurs touchent le ballon et un quatrième le dégage. Une équipe marque un point lorsque le ballon touche le sol dans la zone adverse.

Variantes:

- Jouer avec deux ballons.
- L'équipe en possession du ballon peut décider où envoyer le ballon.
- Annoncer la couleur de l'équipe à la réception (voir encadré ci-contre).

Pourquoi? Position de la cellule, défense en équipe, placement des joueurs sous le ballon.



Volley géant

Comment? Principe de jeu identique au volleyball, mais sans filet. Les équipes ont droit à deux passes avant d'envoyer le ballon dans le camp adverse. La trajectoire du ballon est toujours horizontale ou ascendante. A chaque fois que le ballon touche le sol adverse, l'équipe marque un point.

Variante: Foot-tennis: le ballon est uniquement touché avec les pieds et la tête.



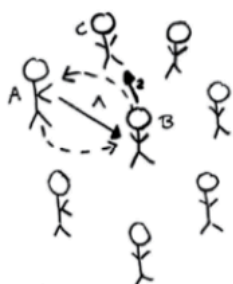
A la chaîne

Comment? Les élèves constituent trois à quatre cellules de trois ou quatre joueurs. Les cellules sont placées à 3-4 mètres de distance les unes des autres et forment une chaîne. Au signal de l'enseignant, la première cellule frappe le ballon en direction de la cellule suivante et va se placer à l'autre bout de la chaîne. Etc. Les joueurs changent régulièrement de position au sein de leur cellule respective.

Variantes:

- Utiliser deux ballons pour former deux chaînes. Eventuellement sous forme de concours.
- Varier le type de frappe.

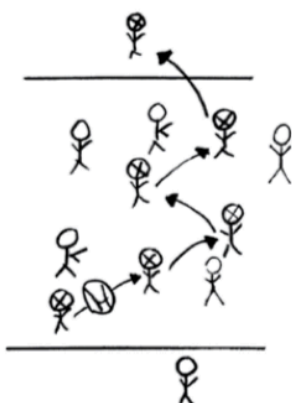
Pourquoi? Déplacement de la cellule, position des joueurs sous le ballon, frappe et défense.



Passe et va

Comment? Former un cercle avec un élève au centre. Un joueur extérieur (a) adresse une passe au joueur central (b) et prend la place de celui-ci. Pendant ce temps, le joueur central renvoie le ballon à un autre joueur extérieur (c) et prend la place du passeur précédent (a), etc.

Pourquoi? Contrôle du ballon et passe, occupation de l'espace.



Balle derrière la ligne

Comment? Diviser la classe en deux équipes. Pour marquer un point, les équipes doivent lancer le ballon à leur gardien respectif situé dans une zone opposée. Pour progresser, les joueurs se font des passes sans se déplacer (trois pas au maximum). L'équipe défensive essaie, elle, d'intercepter les passes de l'équipe adverse. Attention: interdiction de se saisir du ballon lorsqu'il est dans les mains d'un adversaire. Aucun joueur n'a le droit de pénétrer dans la zone des gardiens.

Variantes:

- Pour faciliter le jeu, introduire des jokers qui jouent toujours avec l'équipe en possession du ballon.
- Placer les gardiens sur des bancs suédois (balle au roi).