

# J+S Sport des enfants: Introduction au tchoukball - Leçon 1

## Le poulailler

### Auteur

Muriel Sommer Vorpe, Cheffe de sport J+S tchoukball

### Conditions cadres

Durée de la leçon ≥45 minutes  
 Niveau  simple  moyen  difficile  
 Âge recommandé 5, 6 et 7 ans  
 Taille du groupe 6 - 20  
 Env. du cours En salle de sport, en extérieur sur un terrain en gazon ou en dur  
 Aspects de sécurité Utilisation de balles souples. Attention aux balles qui roulent au sol, veillez à ranger les balles superflues (chariot, filet).

### Objectifs/But d'apprentissage

Lancer et attraper. Découvrir l'effet du rebond du cadre de tchoukball.

### Indications

Utiliser les règles de jeu du tchoukball en fonction du niveau vert. Fiches « aide méthodologique niveau vert » à télécharger en suivant ce lien : <http://tchouk.ch/sde>

**Organisation :** cette leçon se réalise avec 3 ou 4 cadres au centre de la salle, les filets dirigés vers l'extérieur. Les exercices sont proposés sous forme de « ronde » autour des cadres.

**L'histoire :** l'espace entre les cadres forme le poulailler, les enfants sont des poules qui manient des œufs. Les œufs sont très fragiles il faut en prendre soin donc les attraper avec les mains et ne pas les laisser tomber par terre...

**Rituels :** un coup de sifflet signifie que les poules font les statues (bec fermé, yeux et oreilles grandes ouvertes). Le moniteur qui fait un « toit » avec ses bras par-dessus sa tête signifie que toutes les poules doivent rentrées dans la cabane (espace entre les cadres).

### Contenu

#### MISE EN TRAIN et PARTIE PRINCIPALE

Durée	Thème/Exercice/Forme de jeu	Organisation/Esquisse	Matériel
10'	<p><b>Objectif :</b> « lancer » et viser le filet afin que le ballon « revienne ».</p> <p><b>Organisation :</b> sous forme de ronde, quand un enfant arrive devant un cadre il lance son « œuf » et court pour le « suivre » et l'attraper avec les mains. Il se déplace au cadre suivant et ainsi de suite. A chaque passage devant le chariot à balles, l'enfant choisit une autre sorte d'« œuf ».</p> <p><b>Variations :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- les déplacements : à pieds joints, en sautant sur un seul pied, en marche arrière, en driblant...</li> <li>- les lancer : fort, doucement, main droite et gauche, par le bas, par le haut</li> <li>- le sens de rotation de la « ronde ».</li> </ul>		4 cadres, 2 tapis, différentes sortes de ballons (en tout cas un par enfant), 1 « bac » pour ranger les ballons,
10'	<p><b>Objectif :</b> « attraper » le ballon (des objectifs différents peuvent être donnés fonction des différentes capacités des enfants : attraper le ballon après son rebond sur le filet ou après un rebond au sol ou encore avant qu'il ne sorte de l'enclos...).</p> <p><b>Organisation :</b> exercice identique au précédent ajouter un enclos au poulailler (cercle pointillé rouge dans le schéma ci-contre) par exemple des lignes au sol, des cônes... Les « poules » ne peuvent pas aller chercher leur œuf hors de l'enclos au risque de se faire attraper/manger par le/les renard/s. Le moniteur ou quelques enfants jouent les renards autour de l'enclos.</p>		des cônes pour marquer l'enclos du poulailler

10'	<p><b>Objectifs</b> : différencier les rôles attrapeur/lanceur et découvrir l' « effet miroir » du cadre</p> <p><b>Organisation</b> : mise en place identique au premier exercice mais par groupe de 2 avec 1 balle par groupe. Mettre un cerceau par cadre sur le sol (en augmentant progressivement l'angle du lancer par rapport au filet, voir schéma ci-contre). Le lanceur se positionne dans le cerceau pour lancer la balle sur le filet. L'attrapeur se met en « miroir » du ballon, quand il a la balle en main, il va au cadre/cerceau suivant et devient le lanceur. Ainsi de suite.</p> <p><b>Variation</b> : sous forme de concours, sur 2 tours, qui a attrapé le plus de ballons (individuel) ? quelle duo a fait le plus de lancer/attraper consécutifs (par équipe) ou en tout ?</p>		Cerceaux
10'	<p><b>Objectifs</b> : jouer, marquer et compter les points. Eventuellement former des groupes en fonctions des capacités des enfants et fixer des objectifs différents dans chaque groupe. Par exemple, le point est marqué par le lanceur si :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- le ballon après son rebond sur le filet tombe au sol dans la zone de jeu</li> <li>- le ballon après son rebond sur le filet tombe plus d'une fois au sol dans la zone de jeu</li> <li>- le ballon après son rebond sur le filet sort de l'enclos.</li> </ul> <p><b>Organisation</b> : mise en place identique au premier exercice mais sans « ronde ». Former 1 groupe par cadre, 1 balle par groupe. Chaque groupe joue sur « son » cadre. Mettre un cerceau au sol par cadre, former une colonne de « lanceurs » derrière le cerceau. Le « lanceur1 » prend la balle et tir depuis le cerceau. L' « attrapeur1 » se met en miroir du « lanceur ». Le lanceur marque un point si : voir objectifs!</p> <p>Le « lanceur1 » devient « attrapeur2 » et l' « attrapeur1 » passe le ballon au « lanceur2 » qui s'est positionné à son tour dans le cerceau. L' « attrapeur1 » va en queue de colonne.</p>		

#### PARTIE FINALE

Durée	Thème/Exercice/Forme de jeu	Organisation/Esquisse	Matériel
5'	<p>Les enfants s'asseyent en rond, les pieds touchant un pied de chaque voisin. Le dernier œuf, le seul rescapé (pas cassé) de la leçon, roule d'un à l'autre. Quand un enfant reçoit et relance l'œuf, il se couche et ferme les yeux. Quand toutes les « poules » dorment, le moniteur échange le dernier œuf avec le poussin et demande aux enfants de rouvrir les yeux sans faire de bruit pour ne pas faire peur à la « surprise du poulailler » ! La peluche fait un tour et chaque enfant peut faire un câlin à la peluche avant d'aller dire au revoir au moniteur !</p>		Un ballon et une peluche poussin ou une image de poussin