

Sport des enfants J+S: Introduction au Tchoukball - Leçon n°2

Niveau Bleu

Auteur

Emile Guinand, expert J+S tchoukball sport des jeunes

Conditions cadres

Durée de la leçon ≥60 minutes
 Niveau simple moyen difficile
 Âge recommandé 7, 8 et 9 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 Veiller à enlever les éventuelles balles inutilisées se trouvant le sol.

Objectifs/But d'apprentissage

Acquérir les règles et principes de jeu du tchoukball correspondant au niveau bleu du « Concept tchoukball sport des enfants ».

Indications

Utiliser les règles de jeu du tchoukball en fonction du niveau bleu. Fiches pratiques à télécharger en suivant ce lien : <http://tchouk.ch/sde> FicheMethodeNiveauBleu.pdf et FicheOrganisationTournoiNiveauBleu.pdf

Contenu

MISE EN TRAIN

Durée	Thème/Exercice/Forme de jeu	Organisation/Esquisse	Matériel
10'	<p>NE LA LAISSE PAS TOMBER Chaque enfant a une balle. Les quatre cadres sont placés, sur chaque côté de la salle. L'enfant passe d'un cadre à l'autre dans le sens horaire. A chaque fois qu'il arrive près d'un cadre, il a une tentative pour essayer de lancer sa balle dessus et de la rattraper sans qu'elle ne touche le sol (= 1 pt).</p> <p><u>Variante:</u> - Imposer différents modes de déplacement entre chaque cadre. (pas chassés, course en arrière, etc.) - Lancer avec l'autre main - Attraper à une main / assis / etc.</p>		Balles 4 Cadres
10'	<p>L'OEUF VOLANT Par 2, les enfants partent depuis un tapis et doivent amener la balle (« l'œuf ») sur le tapis de l'autre côté de la salle (largeur) sans qu'elle ne tombe au sol. Les enfants n'ont pas le droit de se déplacer avec la balle (introduction de la règle du « marcher »).</p> <p><u>Variantes :</u> - Un point par traversée réussie (premier à X pts) - Attraper la passe sur une jambe (travaille la précision) - Modifier le type de passe</p>		Petits tapis Balles

PARTIE PRINCIPALE

Durée	Thème/Exercice/Forme de jeu	Organisation/Esquisse	Matériel
15'	<p>L'EFFET MIROIR Les enfants doivent essayer de tirer sur les cibles (petits tapis placés à 60°).</p> <p>Tirer depuis le côté du cadre. Récupérer sa balle, faire un aller-retour en courant au milieu puis aller tirer sur l'autre cadre. Signaler aux élèves le tapis qu'ils doivent viser (le plus proche ou le plus éloigné) et changer plusieurs fois durant l'exercice.</p> <p>Discussion pour ressortir les stratégies de chacun. Explication de la stratégie efficace (course d'élan depuis</p>		Balles 2 Cadres 4 Petits tapis

	<p>l'aile opposée).</p> <p>Même exercice avec course d'élan imposée par une ligne de cônes</p> <p>Discussion sur l'amélioration de la réussite dans l'exercice</p>		
15'	<p>ATTAQUE – DÉFENSE EN COLLABORATION</p> <p>Disposer 6 cerceaux au sol : quatre à proximité de la zone aux angles de 50° et 80° de chaque côté. Deux en 2e défense à 65° de chaque côté.</p> <p>En duo avec une balle.</p> <p>Le joueur qui n'a pas la balle se place dans un des cerceaux. L'autre doit tirer sur le cadre de façon à ce que le premier attrape le tir sans que la balle ne touche le sol. Le réceptionneur doit obligatoirement rester dans le cerceau pour valider le point.</p> <p>Au tir suivant les rôles s'inversent et le réceptionneur doit obligatoirement choisir un autre cerceau.</p> <p><u>Variante :</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - L'animateur désigne le cerceau pour le réceptionneur - La première équipe qui marque un point avec chaque cerceau. 		<p>Balles</p> <p>6 cerceaux</p> <p>Cadre</p>
15'	<p>Attaque – Défense</p> <p>Par 2, les enfants partent depuis le cône et doivent se faire des passes puis tirer sur le cadre de telle sorte que la balle rebondisse en dehors de la zone. (introduction du principe du point et du fonctionnement de la zone).</p> <p>Un autre groupe de 2 vient défendre l'attaque en se plaçant en dehors de la zone de tir.</p> <p>L'équipe qui a défendu va dans la colonne d'attaque et l'équipe qui attaquait va dans celle de défense</p>		<p>Cadres</p> <p>Balles</p> <p>Cônes</p>

PARTIE FINALE

Durée	Thème/Exercice/Forme de jeu	Organisation/Esquisse	Matériel
25'	<p>JEU 2 C 2 SELON LES RÈGLES DU NIVEAU BLEU</p> <p>Auto arbitrage par les élèves → si une situation n'est pas claire, les élèves arrêtent le jeu et appellent l'enseignant.</p> <p>Tournoi avec des matchs de 3'.</p>		<p>Balles</p> <p>Cadres</p>