



# J+S-Kids: Introduction au tchoukball – Leçon 10

## Défense collective II

### Auteur

Carole Greber Buschbeck, cheffe de discipline sportive J+S Tchoukball

### Conditions cadres

Durée de la leçon ≥60 minutes  
Niveau  simple  moyen  difficile  
Âge recommandé 8 à 9 ans  
Taille du groupe 12 (4 à 20)  
Env. du cours Cadres de tchoukball, ballons de tchoukball  
Aspects de sécurité Voir document de base

### Objectifs/But d'apprentissage

Acquérir quelques notions de placements au tchoukball (jeu sur deux cadres)

### Indications

Voir document de base

### Contenu

#### MISE EN TRAIN

Durée	Thème/Exercice/Forme de jeu	Organisation/Esquisse	Matériel
10'	Mise en train en musique	Différents exercices au choix du moniteur	Au choix du moniteur

#### PARTIE PRINCIPALE

Durée	Thème/Exercice/Forme de jeu	Organisation/Esquisse	Matériel
5'-7'	Quels sont les endroits pouvant être atteints par les tireurs?	6 essais: chaque joueur essaie de tirer à des endroits différents. Le moniteur met un signe distinctif (assiette de démarcation, cônes, etc.) à l'endroit où le ballon touche le sol. Tirs de l'aile gauche et de l'aile droite. Observation des différents lieux atteints -> discussion: ce sont les lieux où doivent se trouver les défenseurs.	Cadres de tchoukball, ballons de tchoukball, cônes en plastiques ou assiettes de démarcation
5'	Déplacements au ralenti sur un cadre	L'entraîneur/moniteur demande aux joueurs d'effectuer les déplacements en défense. Il se place alternativement à l'aile droite et à l'aile gauche comme s'il était un tireur.	Cadres de tchoukball, ballons de tchoukball
5'	Déplacements au ralenti sur deux cadres	Idem mais sur l'un ou l'autre des deux cadres.	Cadres de tchoukball, ballons de tchoukball
7'-10'	Déplacements sur une attaque partant du milieu du terrain	5 défenseurs (3 proches de la ligne et 2 derrière). Trois attaquants partant proche de milieu du terrain. Ils essaient de marquer un point après 3 passes.	Cadres de tchoukball, ballons de tchoukball
7'-10'	Déplacement pendant un petit match avec arrêt sur image	Les participants jouent au tchoukball avec les règles officielles. Le moniteur arrête le jeu lorsque les défenseurs sont bien placés en défense (vs. placés de manière peu judicieuse) pour en discuter.	Cadres de tchoukball, ballons de tchoukball

**PARTIE FINALE**

<b>Durée</b>	<b>Thème/Exercice/Forme de jeu</b>	<b>Organisation/Esquisse</b>	<b>Matériel</b>
15-20'	Jeu bipolaire: 5:5 Règles officielles ( <a href="http://www.tchoukball.org">www.tchoukball.org</a> )	Former plusieurs équipes de 5. On joue sur le terrain entier (env. 15x26m , un cadre sur chaque ligne de fond).	Cadres de tchoukball, ballons de tchoukball
5'	Retour au calme selon le choix du moniteur	Au choix du moniteur	Au choix du moniteur

