



# TCHOUKBALL



Coopérer ou s'opposer individuellement et collectivement par des :



*Jeux sportifs collectifs (type handball, basket-ball, football, rugby, volley-ball...) : coopérer avec ses partenaires pour affronter collectivement des adversaires, en respectant des règles, en assurant des rôles différents (attaquant, défenseur, arbitre).*

Socle commun : Compétence 6  
Compétence sociale et civique



*Appliquer les principes de l'égalité des filles et des garçons ;  
Respecter les règles de la vie collective, notamment dans les pratiques sportives ; Coopérer avec un ou plusieurs camarades ;*

Socle commun : Compétence 7  
Autonomie et initiative



*Respecter des consignes simples en autonomie ;  
Commencer à savoir s'auto-évaluer dans des situations simples ;  
S'impliquer dans un projet individuel ou collectif ;*

Acquisitions retenues



*Contrôle de la motricité spécifique (tirs, passes, réceptions) ;  
Mouvement vers la cible ;  
Choix stratégique individuel et/ou collectif.*

# LE TCHOUKBALL

## 1. HISTORIQUE



Dans les années soixante, un médecin orthopédiste genevois, le docteur Hermann BRANDT, élabore un jeu où la violence est exclue.

Durant sa carrière d'orthopédiste, ce médecin a eu l'occasion de soigner de nombreux athlètes blessés au cours de la pratique d'une activité. La plupart de ces traumatismes résultaient d'agressions survenues en cours de compétitions. L'idée lui est venue de proposer un sport moins « traumatisant », en limitant les agressions (contacts, chutes, etc. ...). Suite à ses recherches, il écrivit un livre "*De l'éducation physique aux sports par la biologie*". La conclusion formelle de ses recherches démontre que les activités physiques ne peuvent se trouver légitimées qu'en fonction de leurs possibilités éducatives.

Le Tchoukball fut créé pour engendrer une dynamique de l'équipe de telle sorte que chacun au sein du collectif s'engage au maximum de ses possibilités sans que pour autant violence et agression existent dans le jeu. Chacun en fonction de ses possibilités. Ce sport s'apparente alors à un sport non violent.

## 2. LE JEU ET SON PRINCIPE

Il s'agit d'un sport de balle pratiqué en équipe que l'on pourrait définir comme un mélange de la pelote basque (on récupère la balle après le tir), du hand ball (les principaux gestes sont les mêmes) et du volley ball (la cible étant le sol - la balle ne doit pas le toucher - tout contact entre les joueurs est interdit).

Contrairement au football et au handball, on doit laisser tirer l'adversaire en possession du ballon sans le contrer, sans le gêner de quelque façon que ce soit. La règle "pas d'obstruction" est la base même du jeu.

Nous pourrions définir la logique du jeu de la manière suivante :

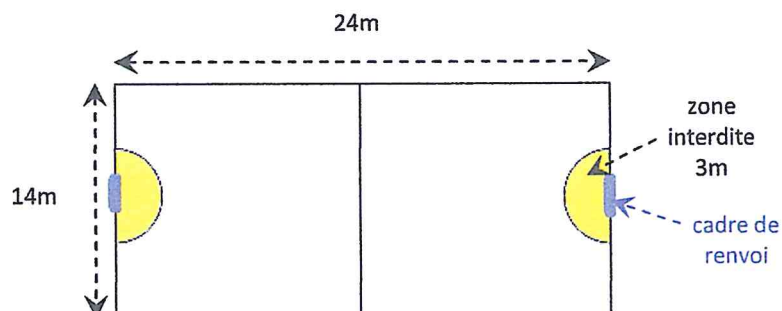
Jeu collectif au cours duquel il s'agit de faire progresser la balle en 3 passes maximum vers un cadre et de tirer de telle façon que le ballon tombe dans un endroit inoccupé du terrain pour ne pas être réceptionné par un joueur adverse.

### a. Le matériel

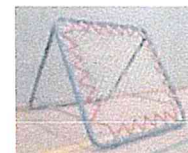
~ *Le terrain* : terrain de handball. Devant chaque cadre, une zone de 3 m de rayon. Cette zone est interdite à tous les joueurs, cependant il est possible d'y retomber après une suspension pour tirer ou passer à condition de s'être débarrassé du ballon avant la réception au sol et de ne pas gêner le jeu.

Ce jeu se pratique sur toute surface (herbe, parquet, etc. ...). Il existe donc une grande adaptabilité en fonction des conditions locales.

Autre possibilité intéressante : l'utilisation du jeu sur une seule grille et sur un demi-terrain c'est-à-dire la pratique du jeu « mono-polaire ». Dans ce cas, le jeu peut se pratiquer de : 1 contre 1, à : 6 contre 6.



- ~ Le *ballon* est un ballon de handball.
- ~ Le *cadre de renvoi* : cadre métallique carré de 1m/1m aux angles arrondis avec un filet de nylon en son centre qui permet le renvoi de la balle. L'inclinaison de la grille est de 55° par rapport au sol.



- b. Les équipes se composent de 9 joueurs et 3 remplaçants.  
Pas de gardien, tous sont joueurs. La rencontre se déroule en trois tiers temps de 15 minutes.

c. Les règles et la marque

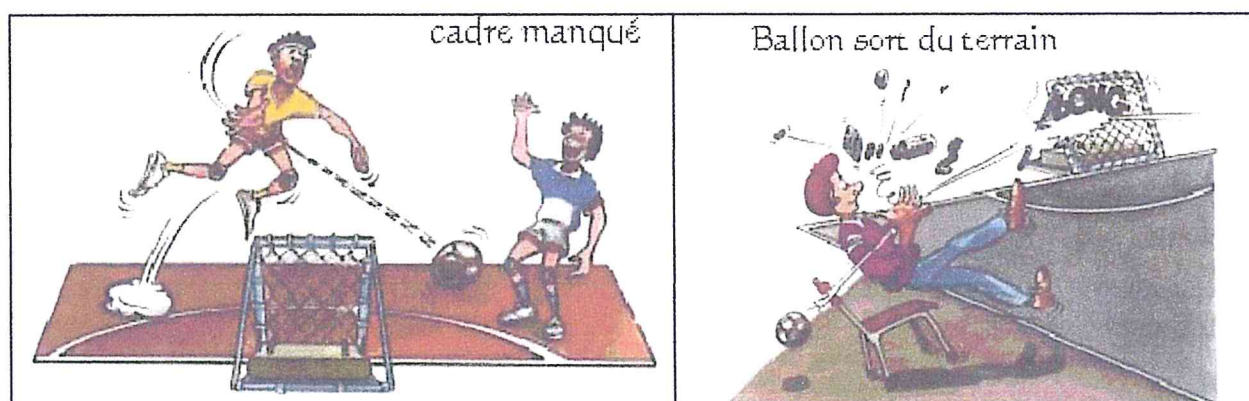
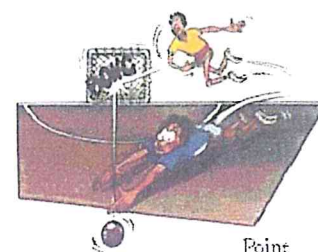
Le but du jeu consiste à tirer sur un cadre de renvoi et mettre la balle hors de portée de l'équipe adverse en restant dans les limites du terrain.

L'équipe qui tire marque un point si l'équipe adverse ne récupère pas la balle. En revanche, si celle-ci réceptionne la balle, le jeu continue dans la limite de 3 tirs consécutifs sur un même cadre.

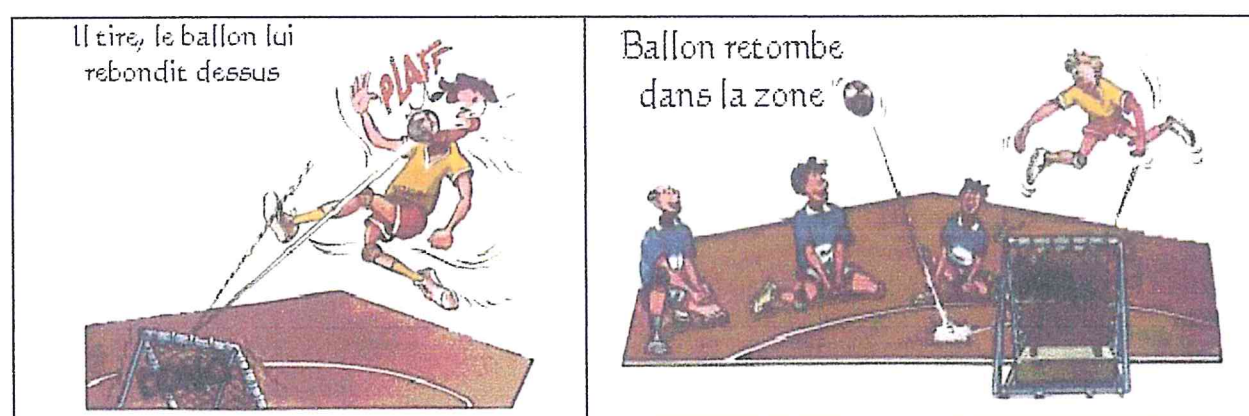
Lorsque le point est marqué, l'engagement se fait derrière le cadre de renvoi.

Un point est acquis à l'équipe adverse lorsque le joueur :

- ~ manque le cadre
- ~ lorsque sur le tir, le ballon sort des limites du terrain



- ~ tire sur le cadre et que le ballon rebondit sur lui-même
- ~ lance le ballon en rebond dans la zone interdite à l'aller ou au retour du lancer.

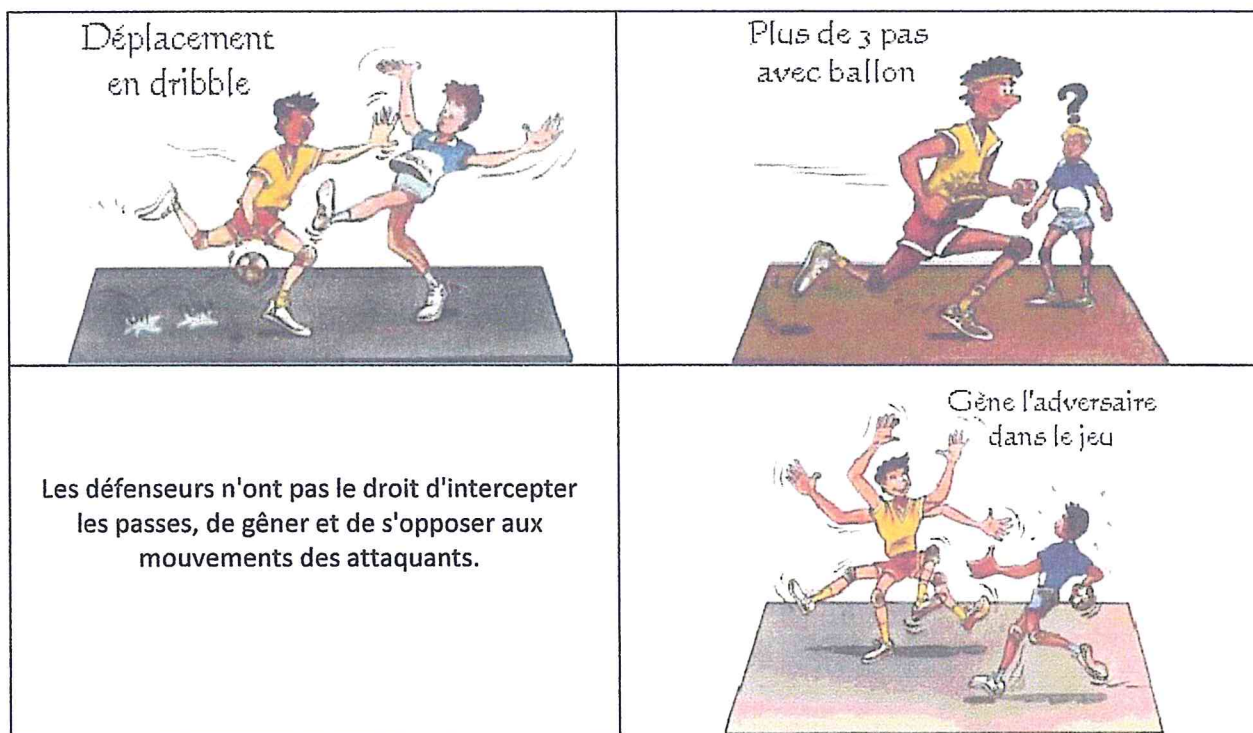


*Commentaire* : on perçoit à travers cette approche de la marque, le caractère stratégique du jeu. En effet, la gestion du couple « risque/sécurité » apparaît essentielle...

Chaque équipe dispose d'un capital de 3 passes autorisées pour se mettre en position de tir sur l'un ou l'autre des deux cadres de renvoi.

*Commentaire* : il n'y a pas de cadre approprié à chaque équipe, ce qui permet les changements d'orientation du jeu, les effets de surprise et les effets de rapidité.

Le joueur en possession de la balle ne doit pas : la laisser tomber au sol (pas de dribble) - la conserver plus de trois secondes - la toucher avec le bas du corps ou effectuer plus de deux pas ou 3 empreintes au sol.



*Commentaire* : il n'y a donc pas de défense avant le tir, mais après un shoot sur le cadre, l'équipe s'organise pour la réception. On ne doit gêner personne et toute **obstruction est sanctionnée**. Cette règle est **essentielle dans ce jeu**.

Les fautes entraînent la perte de balle au profit de l'équipe adverse. Le jeu reprend de l'endroit où s'est produite la faute.

En résumé, on peut retenir que le jeu s'organise autour de la règle de non-contact et autour de la règle des trois : 3 secondes, 3 empreintes au sol, 3 tirs, 3 passes.

### 3. CARACTÉRISTIQUES ET ENJEUX DU TCHOUKBALL

Le jeu est caractérisé par :

- ~ des changements de rythme
- ~ des courses rapides sur de courtes distances
- ~ des sauts
- ~ un nombre important de lancers et réceptions de balle

Les réceptions et lectures de trajectoires, le tir en suspension et les passes en mouvement constituent un des éléments fondamentaux que doivent posséder les joueurs.

Les différentes stratégies s'articulent autour des notions de :

- |                        |                                |
|------------------------|--------------------------------|
| ~ prise de vitesse     | } pour l'équipe attaquante     |
| ~ créativité (feintes) |                                |
| ~ solidarité           | } pour l'équipe « qui défend » |
| ~ combativité          |                                |
| ~ organisation         |                                |

Toutes les actions se construisent sur le gain et récupération de la balle. Chez les enfants, on peut remarquer une tendance à la différenciation des rôles (réceptionneurs ou tireurs) ; cette différenciation s'estompe au fur et à mesure que le niveau de jeu se perfectionne.

La tactique consiste à analyser le placement de l'équipe opposée et de jouer dans les espaces laissés "libres". Les changements de direction s'avèrent nécessaires pour prendre de vitesse une défense.

Les enjeux : ce qui caractérise le Tchoukball, c'est son souci de remettre en valeur l'éthique sportive. La règle "pas d'obstruction" est la base même du jeu. Enfin, cette activité se différencie par sa dimension de lutter contre la violence.

Si les accidents sont réels, ils ne sont pas imputables aux agressions.

#### 4. INTÉRÊT PÉDAGOGIQUE

Ce jeu de renvoi collectif à espace interpénétré peut se concevoir comme une pratique normale dans une approche transversale avec les autres sports collectifs. Il présente l'avantage d'une mise en place adaptée à différents lieux.

Pour l'enfant, ce jeu peut apporter outre son aspect ludique, des facilités dans la pratique dues au non-contact. L'absence de l'adversaire dans l'espace du porteur de balle est aussi un facteur favorable à la prise de décision. Ce jeu nécessite une approche centrée sur la **stratégie**. Sur le plan moteur, cette activité développe les capacités de réception et manipulation de balle, les capacités d'anticipation et de synchronisation.

Les compétences à développer seront similaires de celles que l'on recherche dans les autres sports collectifs à savoir : lire le jeu et apprécier le rapport de force, s'organiser collectivement pour un projet commun, multiplier et complexifier les alternatives du jeu etc.... Aussi plutôt que d'énumérer une liste de compétences à développer, je propose quelques repères caractéristiques de niveau de jeu.

L'évolution du jeu se caractérise par le passage :

- ~ d'un jeu de réaction à un jeu d'anticipation et de création d'espaces
- ~ d'un jeu statique à un jeu de mouvement; par la recherche d'une continuité du jeu et un enchaînement de plus en plus varié d'actions motrices et actions collectives par une augmentation des possibilités d'alternatives et de choix.

##### Niveau 1 :

L'ensemble des joueurs occupe un espace restreint (la grappe) ⇒ occupation de l'axe central. Les relations entre les joueurs sont minimales ⇒ le ballon et le cadre sont le centre d'intérêt ⇒ Nombreux points marqués, beaucoup de tirs hors cadre. Nombreuses pertes de balles.

*Objectifs* : mettre en place une structure collective en plusieurs lignes, aussi bien en attaque qu'en défense. Améliorer les passes et les tirs. Faire comprendre l'inutilité des tirs loin de la zone. Rendre les joueurs sans ballon acteurs du jeu.

##### Niveau 2 :

Le changement de cadre se fait plus fréquent ⇒ augmentation des relations entre joueurs, les pertes de balle sont moins fréquentes ⇒ plus de passes, moins de joueurs isolés, plus de joueurs relais etc....

Diminution du nombre de points marqués idem pour les tirs à côté du cadre.

Pertes de balle sur passe sont moins fréquentes ⇒ difficultés sur les passes longues.

L'espace de jeu reste central. Le jeu demeure global, statique (quelques phases de jeu en mouvement).

Meilleure organisation des défenses pour réceptionner la balle.

*Objectifs* : recherche de techniques de tir utilisant les angles et provenant des ailes. Induire des changements rapides de direction.

Amener le plus tôt possible le ballon à l'aile. Jouer en mouvement.

Utilisation optimale des trois appuis. Utiliser les milieux de terrains pour créer un surnombre offensif.

##### Niveau 3 :

Plus de points marqués dans les espaces « morts » (angles, côtés). Les tirs sont de plus en plus puissants.

Quelques combinaisons apparaissent, notamment au-dessus de la zone, les changements de cadre sont plus fréquents et rapides. Les passes sont mieux maîtrisées.

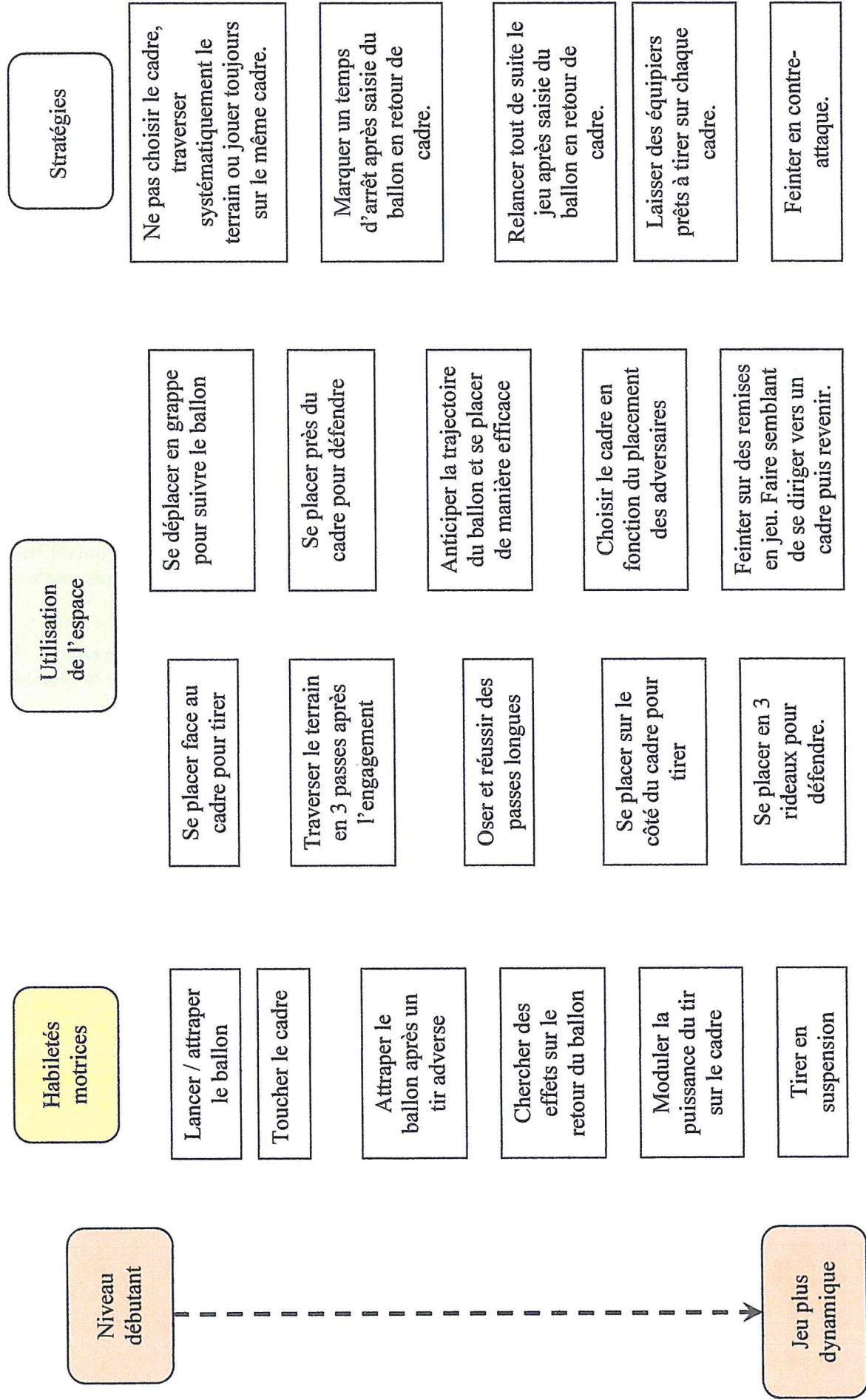
*Objectifs* : organisation axée sur la défense et en particulier la défense à genoux. Couvrir les angles. Savoir passer rapidement du rôle de défenseur à celui d'attaquant.

##### Niveau 4 :

Le tireur place son ballon en fonction du placement de la défense.

Le défenseur attend le dernier moment pour déterminer les trajectoires possibles du retour du ballon (regard fixé sur le bras du tireur). Le jeu s'organise autour de combinaisons en attaque.

## ÉVOLUTIONS DES PRATIQUES EN FONCTION DU NIVEAU DE JEU





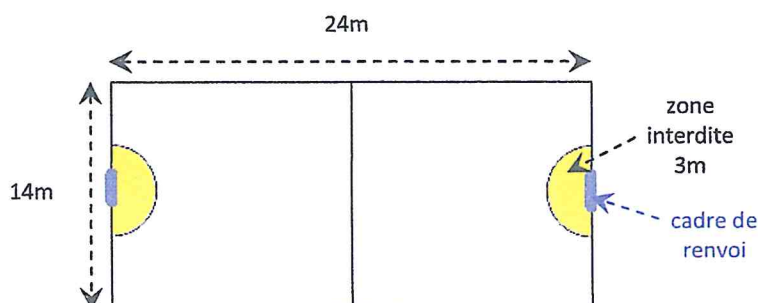
## EN RÉSUMÉ AU CYCLE 3

**Effectif** : 2 équipes de 6 ou 9 joueurs, tous joueurs pas de gardien.

**Matériel** : 1 ballon type handball, 2 cadres de tchoukball, 2 lots de chasubles, des plots « assiette » (pour délimiter l'espace : terrain et zones interdites)

**Lieu** : Gymnase, cour, préau

**Terrain** : 1/2 Terrain de Handball pour 9 joueurs et Basket pour 6 joueurs – pas de camp distinct.



**Temps de jeu** : Au temps ou au score

**But du jeu** : Marquer plus de points que l'équipe adverse.

### **Description du jeu** :

L'engagement se fait à côté de la cible. Les deux équipes n'ont pas de camp défini, c'est-à-dire que chaque équipe peut tirer sur n'importe quelle cible.

L'équipe qui possède le ballon dispose de 3 passes au maximum avant d'envoyer la balle sur un des cadres de renvoi. L'autre équipe cherche pendant ce temps à se placer de manière à récupérer le ballon après son rebond au cadre, avant qu'il ne touche le sol.

### **Contraintes** :

- ~ 3 passes maximum avant un tir sur la cible
- ~ pas de dribble
- ~ pas de jeu au pied
- ~ ne pas se déplacer avec le ballon
- ~ interdiction de gêner l'adversaire, d'intercepter le ballon, de pénétrer dans la zone interdite
- ~ changement de cible après 3 tirs consécutifs sur un même cadre

### **L'équipe qui tire marque un point** :

- ~ si la balle rebondit dans la surface de jeu avant que l'équipe adverse ne s'en saisisse
- ~ si la balle est rattrapée puis relâchée par un joueur de l'équipe adverse.
- ~ Si la balle est rattrapée par l'équipe adverse, il n'y a pas de point, le jeu continue.
- ~ Après chaque point marqué, l'engagement se fait derrière le cadre sur lequel a eu lieu le tir et le tir suivant se fait obligatoirement sur le cadre opposé.

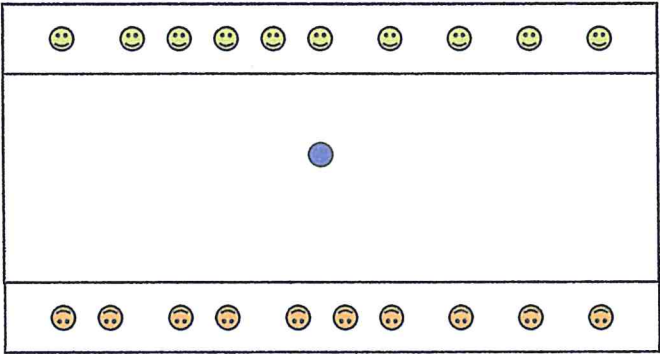
### **L'équipe qui tire donne un point à l'équipe adverse** :

- ~ si le tireur rate le cadre
- ~ si le ballon rebondit à l'intérieur de la zone interdite ou sur la ligne délimitant cette zone
- ~ si le ballon est touché (volontairement ou non) par un co-équipier

En cas de faute constatée, le ballon est remis à l'équipe adverse et il y a coup franc à l'endroit de la faute.

Si au cours du jeu, le ballon touche le sol, il est donné à l'équipe adverse à l'endroit du contact.

## TIR À LA CIBLE

<b>OBJECTIFS</b>	Etre capable d'ajuster son tir à la cible.
<b>BUT</b>	Pour chaque joueur, atteindre la cible proposée.
<b>ORGANISATION</b>	Classe partagée en 2, 2 camps, un espace vide au milieu où se trouve le ballon à repousser. Plusieurs ballons.
<b>DÉROULEMENT CONSIGNES</b>	<p><u>Pour entrer dans l'activité :</u></p> <p>"Vous devez envoyer le "ballon - cible" (en bleu) dans le camp de l'adversaire, en tirant avec un ballon (taille hand)". "Vous devez vous organiser en équipe pour vous rapprocher au plus près de la cible"</p> <p><i>Critère de réussite :</i> augmenter le nombre de tirs réussis.</p> <div style="text-align: center;">  </div>
<b>VARIABLES</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Plusieurs cibles</li> <li>• plusieurs balles</li> </ul>
<b>REMARQUES</b>	Augmenter le nombre d'ateliers pour avoir plus d'enfants en activité.

## BALLE MASSACRE

<b>OBJECTIFS</b>	Etre capable d'ajuster son tir à la cible.
<b>BUT</b>	Pour chaque équipe, faire tomber le plus rapidement possible tous les plots.
<b>ORGANISATION</b>	<p>Nombre d'équipes en fonction du nombre d'élèves dans la classe.</p> <p>Dispositif pour chaque groupe de 2 équipes (2 x 6 joueurs) : 2 bancs – 10 plots - Plusieurs ballons</p>
<b>DÉROULEMENT CONSIGNES</b>	<p>Respecter les règles du tchoukball. (maximum 3 appuis, 3 passes)</p> <p>Les joueurs restent toujours du même côté du banc.</p> <p>S'organiser pour tirer sur la cible et faire tomber les plots.</p> <p>"Vous devez vous organiser en équipe pour tirer sur la cible (plots) afin d'en faire tomber un maximum".</p> <div style="text-align: center;"> </div>
<b>REMARQUES</b>	Augmenter le nombre d'ateliers pour avoir plus d'enfants en activité.

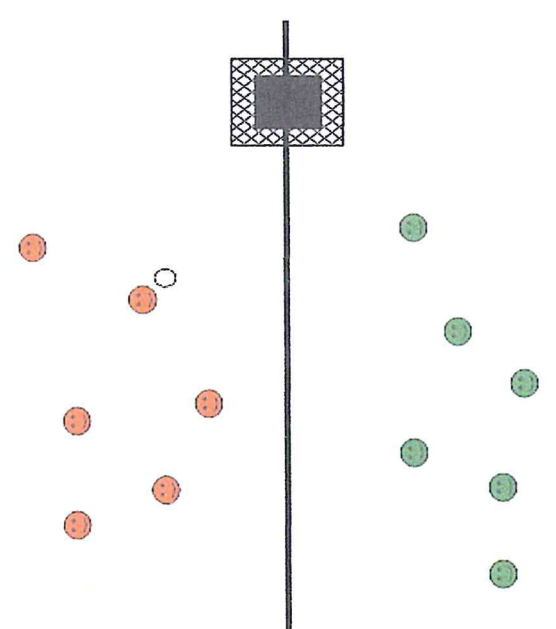
## BATAILLE DE BALLES

<b>OBJECTIFS</b>	Savoir tirer sur la cible.
<b>BUT</b>	Avoir le moins possible de balles dans son camp à la fin du jeu.
<b>ORGANISATION</b>	<p>Classe partagée en 2.</p> <p>Un nombre important de ballons dans une caisse au milieu entre les 2 camps</p> <p>2 cadres de renvoi inclinés au maximum.</p> <p>Temps de jeu : 5 minutes.</p>
<b>DÉROULEMENT CONSIGNES</b>	<p>"Pour gagner vous devez avoir le moins possible de balles dans votre camp".</p> <p>"Pour envoyer la balle dans l'autre camp vous devez utiliser le cadre de Tchouk. Le positionner au centre du terrain".</p> <p>"Vous pouvez ramasser les balles au sol et les renvoyer tant que le jeu n'est pas fini".</p>

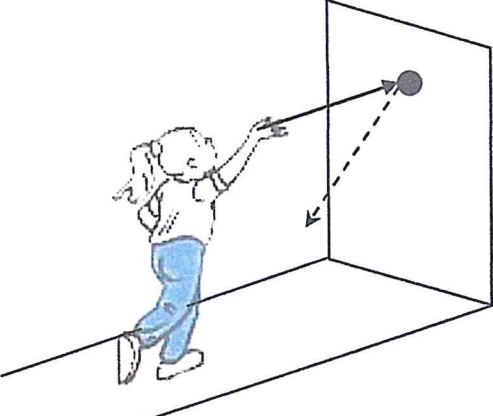
## BALLE BRÛLANTE

<b>OBJECTIFS</b>	Savoir tirer sur la cible et s'organiser.
<b>BUT</b>	Ne plus être en possession de la balle au coup de sifflet final.
<b>ORGANISATION</b>	<p>Terrain de handball partagé en 2 dans le sens de la longueur. 1 cadre de renvoi placé à une extrémité à cheval sur la ligne centrale..</p> <p>2 équipes s'affrontent en restant chacune dans son espace.</p> <p>L'arbitre décide avant le coup d'envoi du temps de jeu et garde ce temps secret.(2 à 5 min.)</p>
<b>DÉROULEMENT CONSIGNES</b>	<p>Une équipe engage en tirant au but de telle manière que la balle rebondisse vers le camp adverse. Après réception de la balle, il faut faire 3 passes et tirer au but en direction de l'autre camp.</p> <p>En cas de tir raté, l'équipe ayant tiré reprend la balle et refait 3 passes avant de retirer.</p> <p>Pour toute passe ratée, il faut tout recommencer.</p> <div style="text-align: center;"> </div>

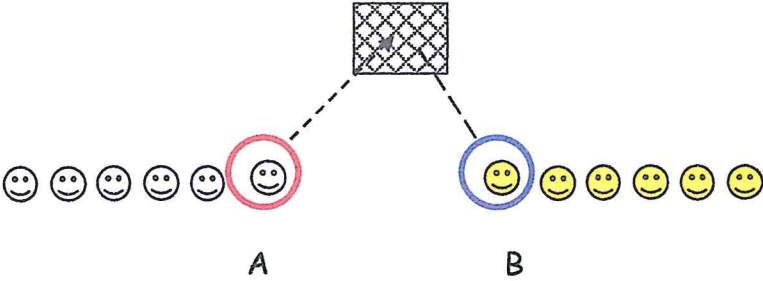
## BALLES BRÛLANTES

<b>OBJECTIFS</b>	Savoir tirer sur la cible et s'organiser.
<b>BUT</b>	Avoir le moins possible de balles dans son espace de jeu au coup de sifflet final.
<b>ORGANISATION</b>	Même disposition que pour la balle brûlante, chaque équipe est en possession de 5 balles. Temps de jeu : 5 minutes.
<b>DÉROULEMENT CONSIGNES</b>	<p>"Au signal de l'arbitre chaque équipe doit essayer de se débarrasser des balles présentes sur son terrain en les faisant rebondir sur le cadre de renvoi".</p> <p>Importance de l'organisation en équipe pour perdre le moins de temps possible et se débarrasser de toutes les balles.</p> 

## TIR AU MUR

<b>OBJECTIFS</b>	Etre capable de saisir une balle après un tir.
<b>BUT</b>	Réceptionner une balle après un tir.
<b>ORGANISATION</b>	1 joueur – 1 balle – 1 mur
<b>DÉROULEMENT CONSIGNES</b>	<p>"Tu tires sur le mur, tu dois rattraper la balle avant qu'elle ne touche le sol. Tu tires cinq fois, tu comptes le nombre de réceptions réussies".</p> 
<b>VARIABLES</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>~ Plusieurs cibles au mur</li> <li>~ Changer l'angle de tir.</li> <li>~ à 2 : l'un tire et l'autre essaie de rattraper la balle avant qu'elle ne touche le sol.</li> <li>~ Alternner les rôles.</li> <li>~ Relancer rapidement.</li> </ul>

## AMÉLIORER LE TIR


<b>OBJECTIFS</b>	Améliorer la précision, la profondeur et l'angle de tir.
<b>BUT</b>	Toucher le centre du filet. Contrôler la trajectoire retour de la balle.
<b>ORGANISATION</b>	Colonnes.
<b>DÉROULEMENT CONSIGNES</b>	 <p>A, tire sur la cible de manière à ce que B récupère la balle. A &amp; B changent ensuite de colonne.</p>
<b>VARIABLES</b>	Changer l'emplacement des cerceaux : angle, distance



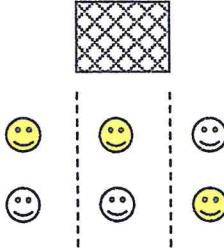
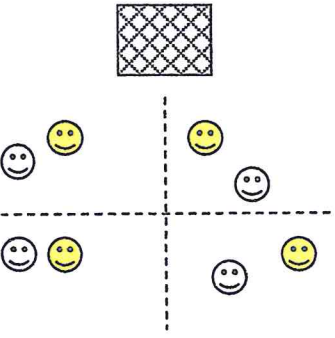
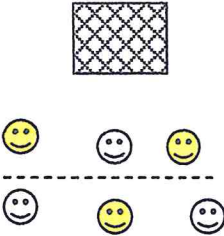
## PRÉCISION DU LANCER

<b>OBJECTIFS</b>	Précision du lancer
<b>BUT</b>	Envoyer le ballon dans le cadre de renvoi. Recevoir le ballon.
<b>ORGANISATION</b>	1 cadre - 1 balle.
<b>DÉROULEMENT CONSIGNES</b>	<p>~ En fille indienne devant la cible.</p> <p>~ + ou – loin.</p> <p>~ Envoyer la balle dans la cible pour que le suivant la réceptionne.</p> <div style="text-align: center;"> </div>
<b>VARIABLES</b>	Varier l'angle de tir
<b>REMARQUES</b>	Augmenter le nombre d'ateliers pour éviter l'attente.

## PRÉCISION DU TIR

<b>OBJECTIFS</b>	Précision du tir.
<b>BUT</b>	Affiner son tir.
<b>ORGANISATION</b>	3 cerceaux dans un but de hand.
<b>DÉROULEMENT CONSIGNES</b>	<p>Un passeur près des cibles.</p> <p>Les joueurs sur le côté, en face.</p> <p>1<sup>er</sup> joueur lance au passeur puis court dans la zone de lancer (matérialisée par un cerceau).</p> <p>Pendant la course, le passeur annonce la couleur et le tireur doit marquer dans le cerceau indiqué.</p> <div style="text-align: center;">  </div>
<b>VARIABLES</b>	<p>Variation de la distance entre la zone de lancer et les cerceaux.</p> <p>Variation de l'angle de tir.</p> <p>Variation de la taille des cerceaux.</p>

## DÉPLACEMENT

OBJECTIFS	Déplacements
<b>BUT</b>	Lutter contre l'effet grappe et favoriser la répartition des élèves.
<b>ORGANISATION</b>	Plots, 1 ballon, 1 cadre, chasubles.
<b>DÉROULEMENT CONSIGNES</b>	<p>1)</p>  <p>Toutes les règles du jeu sont appliquées mais les élèves ne doivent pas sortir de leur zone.</p> <p>2)</p>  <p>3)</p> 

## DÉPLACEMENT

<b>OBJECTIFS</b>	Précision en dynamique
<b>BUT</b>	Faire le plus de passes.
<b>ORGANISATION</b>	1 cadre, 1 balle pour un groupe de 3 joueurs.
<b>DÉROULEMENT CONSIGNES</b>	<p>Faire tourner la balle de joueur en joueur. Le dernier lance sur la cible.</p> <p>A chaque passe, le joueur prend la place du suivant. (<i>Passé et suit</i>)</p> <div style="text-align: center;"> </div>
<b>VARIABLES</b>	Travailler dans les 2 sens.

## QUELQUES JEUX SUPPLÉMENTAIRES

### Jeu de réception à 2

1 balle pour 2. On part du fond du terrain en direction du cadre de renvoi et on progresse vers lui en se faisant des passes. Dès que c'est possible l'un des joueurs tire et son coéquipier doit essayer de récupérer la balle.

Au 2<sup>ème</sup> passage on change de tireur.

### Jeu des prénoms

Ce jeu se pratique sur toute la surface du terrain. Il n'y a pas d'équipes.

Un joueur en possession de la balle appelle un joueur (son prénom) et tire sur le cadre. Le joueur appelé doit essayer de récupérer la balle. À son tour, il appelle quelqu'un et tire.

Variable en équipes (2 puis 4). On appelle une couleur d'une équipe au lieu d'un prénom.

Document élaboré à partir de :

- ~ Fédération Suisse de Tchoukball : <http://www.tchoukball.ch>
- ~ Pages de Ph. VERNAT, professeur EPS Limousin
- ~ Fiches faites lors d'un stage Usep93

