

ATELIER de PRATIQUE EPS

LE TCHOUK-BALL

Ce jeu a été élaboré par un médecin suisse dans les années soixantes pour lutter contre la violence : le docteur HERMANN BRANDT. 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 résultant 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...). Ce sport s'apparente alors à un sport non violent.

Le Tchouk ball 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.

Plus d'infos sur le site : www.tchoukball.free.fr

PROGRESSION au cycle 3

Le Tchouk-ball permet une pratique en sports collectifs particulièrement axée sur le tir sur cible, la réception, et la passe sans que la conquête du ballon ne permette d'opposition entre les 2 équipes.

Celles-ci n'ont pas de territoire, ni de but à défendre ce qui les conduit à une organisation spatiale réfléchie.

Compétences transversales

Respecter une règle, vivre ensemble, se situer dans un espace.

Compétences disciplinaires

Tirer, passer, réceptionner, anticiper.

Echauffement / Mise en train

Un tchouk / une colonne de joueurs / 2 ballons

- découverte du tchouk

Le 1er tir, récupère son ballon et le transmet au 3ème tandis que le 2nd tir...

JEU DES BALLE BRÛLANTES

Matériel :

2 cadres de Tchouk installés de part et d'autre d'une ligne médiane, avec un grand nombre de balles réparties également.

Consigne :

Au signal les joueurs tirent dans le cadre et laissent rouler les balles quand elles sont à terre et qu'elles vont jusqu'au camp adverse. Par contre, ils s'emparent des balles qui pénètrent sur leur territoire pour les renvoyer grâce à leur cadre, dans le camp adverse. A la fin du jeu l'équipe qui a le plus de balles sur son territoire a perdu.

(moduler l'emplacement des cadres en fonction de la force des joueurs.)

<i>But à atteindre</i>	<i>Effet à produire</i>	<i>Modalités d'action</i>	<i>Evaluation régulation</i>
Faire retomber le ballon sur le terrain de l'équipe adverse	Donner au ballon une trajectoire suffisamment longue pour le porter au but	Utiliser une force adaptée Viser la partie du cadre qui produira l'effet attendu (le centre)	Observer le point de chute du ballon

Invariants :

- le rebond au cadre est proportionnel à la force du tir.
- la partie centrale du cadre est plus efficace pour renvoyer le ballon.

Situation évoluée :

1 cadre Tchouk / terrain coupé ligne médiane / 1 tireur à tour de rôle / tous les joueurs en réception

LA PELOTE BASQUE

Matériel :

- 1 cadre par section
- 1 ballon par section
- 5 plots pour la séparation

Consigne : Celui qui a le ballon B tire sur le cadre, le suivant A doit le rattraper.

- Cette situation de base peut se jouer en coopération :
Le binôme réussit quand A récupère le ballon.
- Cette situation de base peut se jouer en opposition :
B réussit quand A ne récupère pas le ballon. A réussit quand il récupère le ballon.

Bilan :

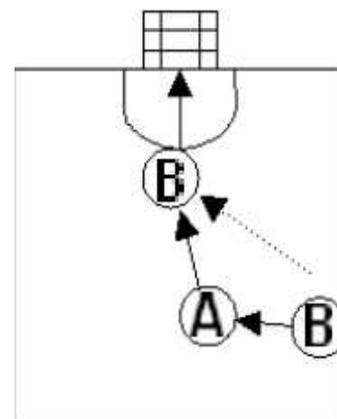
Mettre en évidence la position de l'adversaire et le type de tir à effectuer pour marquer :

- Adversaire loin du cadre, le tir doit être faible.
- Adversaire proche du cadre : tir puissant pour obtenir une trajectoire longue.

Pour aller plus loin

PASSE, VA, TIRE ET RECUPERE

Un cadre de Tchouk / Joueurs pas 2 A et B / 3 cerceaux



- 1- A qui n'a pas le ballon va se placer dans le 2nd cerceau
- 2- B placé dans le 1er cerceau, lui passe le ballon et va se placer dans le 3^{ème} cerceau.
- 3- A passe le ballon à B qui tire au cadre.
- 4- A récupère le ballon avant qu'il ne touche le sol.

Cette situation impose des emplacements, une passe et peut se jouer comme précédemment en coopération et en opposition.

Match en jeu monopolitaire

Deux équipes de 3, 4 ou 5 joueurs s'affrontent sur un demi terrain. Un seul cadre est utilisé. L'engagement se fait au centre du côté opposé au cadre.

Cette situation permet de faire se confronter de joueurs de niveau proche. L'arbitrage est assez facile donc réalisable rapidement par les élèves. Les stratégies d'utilisation de l'espace sont limitées mais ceci permet aux élèves d'intégrer plus facilement les règles du jeu.

<i>Buts à atteindre</i>	<i>Modalités d'actions</i>
Défendre la cible Empêcher le ballon de tomber au sol	Suivre le circuit du ballon Anticiper la trajectoire du rebond Se placer
Amener le ballon dans la zone de marque	Identifier le tireur efficace Passer
Attaquer la cible Tirer au cadre pour envoyer le ballon au sol	Repérer le placement des adversaires Se placer Moduler la force de son tir

Attaque - défense sur un seul cadre

Une équipe de 4 joueurs défend le terrain, face aux attaques successives de 2 ou 3 équipes de 4 joueurs. On reproduit le principe du jeu monopolitaire, avec les aménagements suivants :

- Les attaquants sont obligés de faire 3 passes.
- Les équipes en attaque enchaînent, tour à tour, des séries de 5 attaques.
- Les défenseurs restent en défense tout au long de la série. Ils ne doivent pénétrer sur le terrain que lorsque la deuxième passe des attaquants est réalisée.
- 1 point est marqué par les attaquants si le ballon va au sol, après rebond au cadre.
- 1 point est marqué par les défenseurs s'ils récupèrent le ballon.

Match en jeu bipolaire

Forme achevée du jeu, la dimension stratégique prend ici toute son importance. Toutefois ces stratégies, sources de plaisir autant pour les joueurs que pour les spectateurs, ne se mettent en place qu'à partir du moment où un **minimum d'adresse** est acquis par les joueurs. Ceci suppose que des moments **d'entraînement à la manipulation du ballon** (*habiletés motrices*) ont été prévus en amont.

L'arbitrage peut être assuré par les élèves (éventuellement, 1 arbitre par ½ terrain), assistés par des "juges de cadre" qui confirmeront la validité des points marqués. Si on choisit d'appliquer la règle d'un maximum des 3 tirs consécutifs sur un même cadre, ces juges devront lever la main au 3^{ème} tir pour indiquer qu'il faut changer de cadre.

Dans un premier temps, les élèves ont tendance à reproduire le comportement type du handball (s'ils sont habitués à ce jeu) : ils vont pour tirer au cadre, en passant par les ailes. Au bout des trois passes, ils sont trop loin du cadre pour pouvoir tirer avec suffisamment de chances de réussite. La solution du problème étant à leur portée, les tentatives suivantes sont modifiées en conséquence : ils vont droit au but. Il est important de laisser aux élèves **le temps et la possibilité de construire leurs propres réponses** aux problèmes rencontrés, le Tchouk s'y prêtant remarquablement bien car la pression exercée par l'adversaire n'est pas de même nature que dans les jeux à espaces interpénétrés (hand, foot,...)

La hiérarchie des buts à atteindre pourrait s'énoncer ainsi :

- Amener le ballon dans la zone de marque (près du cadre).
- Tirer pour atteindre le cadre. Les tireurs se placent face au cadre, le plus près possible.
- Produire un rebond difficile à récupérer pour les adversaires. A ce stade, le choix des modalités d'action est multiple :
 - Moduler la force du tir.
 - Effectuer un tir croisé.
 - Inverser le sens du jeu.

Annexes : (documents pdf)

Des situations d'ateliers :

- ateliers de tirs
- ateliers de saisie de balles
- ateliers de sauts en suspension

Evolutions de certaines réponses motrices en fonction du niveau de jeu

Règles adaptées du Tchouk ball pour les rencontres USEP (document USEP 91)

Sources :

Enseigner le tchouk à l'école primaire

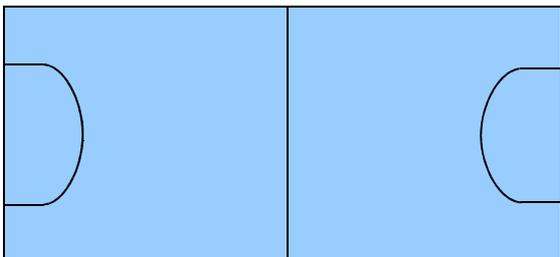
Pierre DUC, instituteur, TR-ZIL de la circonscription d'Albertville, cadre national UFOLEP

<http://ecoles.ac-rouen.fr/montivi/eps/tchouk.htm> Jean-Roland Ono-dit-Biot, conseiller pédagogique

<http://www.usep91.org/reglements-sportifs/regles-usep-pour-jouer-au-tchouk-ball-3.html> site USEP 91

Caractéristiques du jeu, règles

- Le tchouk ball se joue avec un ballon, à la main.
- Les deux équipes adverses peuvent être constituées de 5 ou 6 joueurs.
- Il se pratique sur un terrain proche de celui du handball ; les buts sont des cadres qui renvoient le ballon.



- Une zone (*demi-cercle de 1,5 m de rayon*) à l'intérieur de laquelle les joueurs n'ont pas le droit de pénétrer doit être matérialisée.
- Au bout d'un maximum de 3 passes (*sans compter l'engagement*), le ballon doit être tiré sur le cadre ou posé à terre et laissé aux adversaires.
- Quand une équipe possède le ballon, les adversaires n'ont pas le droit de l'intercepter ni de faire obstruction au jeu.

- Les joueurs peuvent tirer sur le cadre de leur choix, il n'y a pas de "camp".
- Si le tireur **manque le cadre** ou si le ballon touche le sol **hors de l'espace de jeu** (*hors du terrain ou dans la zone*) ou si le ballon rebondit **sur le tireur**, le **point est donné à l'équipe adverse**.
- L'engagement est réalisé par l'équipe qui vient de tirer.
- Lorsque le ballon **touche le cadre en dehors du filet** (*sur le cadre métallique*), le tireur a commis une faute. Aucun point n'est marqué, le ballon est donné à l'équipe adverse, la remise en jeu se fait sur la ligne.
- Lorsque le ballon **rebondit sur le filet**, deux cas de figure sont possibles :
 - 1° Le ballon touche ensuite le sol à l'intérieur de l'espace de jeu, alors un **point est marqué par l'équipe attaquante**. L'engagement est réalisé par l'équipe adverse.
 - 2° Le ballon **est récupéré par l'équipe adverse** sans avoir touché le sol. **Le jeu continue**, l'équipe qui vient de récupérer le ballon devient attaquante. Le joueur qui a récupéré la balle ne peut pas tirer directement, il faut faire au moins une passe.
- A chaque point marqué, l'engagement est réalisé devant le but visé. Pour avoir le droit de tirer sur le cadre, le ballon doit traverser, au moins une fois, la ligne médiane du terrain.
- *Après trois tirs consécutifs sur le même cadre, les joueurs doivent tirer sur l'autre cadre. (règle à introduire seulement lorsque le niveau de jeu est évolué)*
- Le ballon ne doit jamais toucher le sol ni sortir du terrain.
- Un joueur ne peut pas :
 - dribbler
 - prendre plus de 3 appuis, avec le ballon en main
 - garder le ballon plus de 3 secondes
 - jouer avec les pieds ou les jambes
 - effectuer une 4ème passe
 - récupérer un ballon tiré au but par un de ses coéquipiers.
- Après une faute (*obstruction, interception, marcher...*), le ballon est remis en jeu par les adversaires qui disposent de 3 passes pour aller au but, depuis l'endroit où la faute a été

commise. Au moins une passe doit être faite avant le tir.

Pour conduire les séances, l'enseignant peut jouer sur les paramètres suivants :

- Formes du jeu,
- Matériel,
- Utilisation et aménagement de l'espace,
- Gestion de l'effectif et rôles tenus par les élèves.
- Aménagement des règles.