

Plan de leçon #5

Objectif de la semaine : Améliorer la vitesse de jeu partie 1

Étant donné que la **vitesse** est l'une des stratégies les plus efficaces en sport KIN-BALL® voici comment améliorer leur habileté à effectuer leur transition attaque-défense plus rapidement. Au cours d'une partie, l'équipe désignée pour récupérer la frappe a 10 secondes pour relancer le ballon à une autre équipe.

- L'équipe a 5 secondes après une remise en jeu (après les deux coups de sifflet).
- L'équipe a 10 secondes lorsque le premier joueur de l'équipe en défensive entre en contact avec le ballon.

Ce temps peut être utilisé pour faire un déplacement ou une passe pour ramener le ballon au centre du terrain afin d'avoir plus de possibilités au moment de la frappe. C'est une bonne stratégie mais surprendre les autres équipes en immobilisant le ballon où il est attrapé en est souvent une meilleure.

Vous trouverez les détails à propos de la règle des 5 et 10 secondes dans votre livre « *Règlements officiels du sport KIN-BALL®* » à la page 24.

Jeux modifiés :

Afin d'encourager les participants à utiliser cette habileté en situation de jeu, vous pouvez utiliser l'un des deux jeux modifiés décrits ci-dessous.

Le **premier** jeu modifié consiste à donner un point bonus à l'équipe chaque fois que l'équipe est en mesure d'effectuer la relance, suite à une réception, en moins de 5 secondes. De façon à faciliter l'apprentissage de cette habileté, l'enseignant devra faire un décompte de 5 secondes à haute voix pendant que le jeu se déroule afin que les joueurs sachent combien de temps il leur reste pour frapper. Le décompte doit débuter au moment où le premier joueur de l'équipe en défense à toucher le ballon, fait contact avec celui-ci.

Vous pouvez ajuster la vitesse de votre décompte au niveau de jeu des participants.

En travaillant ainsi, l'équipe démontrant la meilleure maîtrise de ce critère recevra davantage de points et sera d'autant plus impliquée dans le jeu que les deux autres. Afin d'éviter que ce soit toujours la même équipe qui se fait attaquer, nous vous recommandons de bien équilibrer vos équipes et vous suggérons de remettre les points à zéro toutes les deux minutes.

Ce jeu modifié est plus efficace si vos participants sont plus jeunes (de niveau primaire).

Pour le **second** jeu modifié vous aurez à faire un décompte de cinq secondes à haute voix qui débutera au moment où le premier joueur en défense fera contact avec celui-ci. Au cours du jeu modifié, chaque fois qu'une équipe prendra plus de 5 secondes pour relancer le ballon à une autre équipe, vous sifflez et leur donnerez une « faute de temps ». Vous trouverez le signal d'arbitrage dans votre manuel « *Règlements officiels du sport KIN-BALL®* » à la page 33.

Vous remarquerez alors que le nombre de lancers récupérés par les équipes en défense chutera. Vous pourrez alors faire remarquer à vos participants qu'ils doivent toujours se dépêcher de reprendre leur position défensive collective suite à une frappe afin d'éviter se faire prendre de vitesse.

De façon à vous assurer que le jeu modifié porte ses fruits, nous vous recommandons à nouveau de vous assurer que les équipes sont équilibrées.

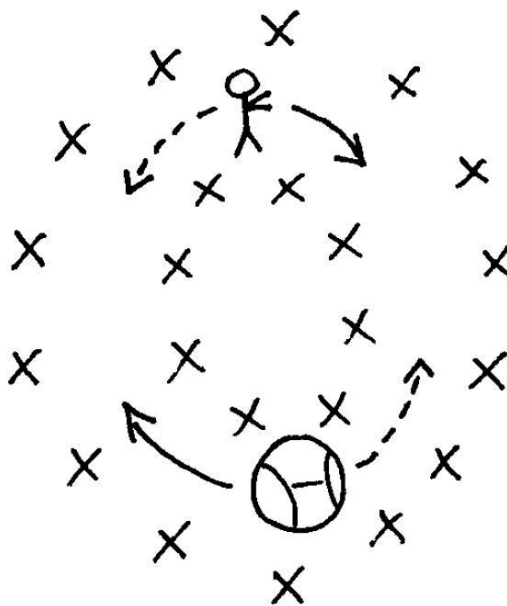
Ce jeu modifié est plus efficace si vos participants sont plus âgés (de niveau secondaire).

RAPPEL : L'utilisation d'un jeu modifié ne devrait pas se faire pour la totalité du temps alloué au jeu. Vous ne devriez utiliser ce jeu que pour un maximum de 10 minutes si votre activité dure une heure.

Jeu de la semaine

Le chasseur de planètes

Les joueurs forment un grand cercle extérieur et un plus petit cercle à l'intérieur. Les 2 cercles se font face et sont séparés par la largeur du ballon. Tous les joueurs poussent le ballon avec leurs mains, entre les 2 cercles. Un joueur est désigné comme étant le chasseur de planète devra être au centre de la piste et tentera d'attraper (de toucher) au ballon. Pour commencer, le joueur doit se placer au point le plus éloigné du ballon. Le ballon ainsi que le coureur peuvent changer de direction à tout moment. Lorsque le chasseur de planète réussit à toucher au ballon ou lorsqu'il est à bout de souffle, un autre volontaire prend sa place.



Consigne de sécurité :

Afin d'éviter les blessures, assurez-vous que vous indiquez à vos joueurs que le ballon doit toujours être en contact avec le sol et qu'ils ne doivent pas utiliser leurs pieds.

Merci de votre intérêt pour ce sport, contactez-nous si vous avez quelques questions que ce soit!

Pierre-Julien Hamel
Directeur général FIKB
+1-514-252-3210
info@kin-ball.com