

2015 Trainer Event

EXERCICES D'HABILITÉ AU KIN-BALL

Présenté par Terry Gooding

tgooding@omnikin.com

Le Kin-Ball est un excellent jeu non-traditionnel pour les étudiants du primaire et du secondaire. Le seul équipement requis est un ballon officiel Kin-Ball de 40 ou 48 pouces.

Le train – Le format de l'activité consiste en deux lignes égales de joueurs (2 rails) se faisant face à environ 4 pieds de distance. Placez les élèves du plus grand au plus petit en commençant à la fin de la ligne. Placez le ballon à la fin d'une ligne et faites-le circuler au dessus des têtes d'un bout à l'autre de la ligne. L'objectif de cette activité est de s'habituer à manipuler le ballon et à le contrôler à l'aide des doigts et des mains. Pour un peu plus de défi, vous pouvez demander aux joueurs, au son du sifflet, d'inverser la direction du ballon. Une habileté avancée consiste à faire circuler le ballon de façon continue le long des rails et lorsqu'il passe les participants, ceux-ci tournent vers le devant des rails et doivent être en position afin de garder le ballon en mouvement jusqu'à passer une ligne d'arrivée désignée...ou le ballon touche le mur, renverse son mouvement et revient vers la ligne de départ. Minutez l'activité et tenir des registres (classe/niveau scolaire/dossier scolaire) afin de mettre au défi les étudiants. Si vous possédez deux ballons, vous pouvez faire une course.

Positions offensives et frappes – Formez des équipes de 4, avec 2 équipes se faisant face à 15-20 pieds de distance; l'équipe offensive installe son triangle (position offensive collective) avec un lanceur – **assurez-vous que les joueurs du triangle tiennent leurs mains ouvertes vers le haut, pouces vers l'extérieur sous le ballon (supination)** supportant le ballon, avec leur têtes tournées vers le sol afin d'éviter les blessures; l'équipe défensive a un receveur à l'avant qui fera le contact initial avec le ballon; le frappeur dit "Omnikin", noir (couleur des dossards de l'équipe adverse) **et entre en contact avec le ballon avec le dos de l'avant-bras (mains jointes dans une position fermée)**; le receveur contrôle le ballon avant qu'il ne touche le sol et le reste de l'équipe se joint à lui pour reformer le triangle pour le lancer suivant; les équipes frappent le ballon de l'une à l'autre, alternant frappeurs et



OMNIKIN®



2015 Trainer Event

receveurs; facilitez l'alternance en numérotant les joueurs d'une équipe de 1 à 4; une bonne activité stationnaire.

Bottés circulaires – Mouvoir le ballon à l'aide de ses pieds est une habileté avancée qui peut être utilisée lors d'une partie. Installez les participants (pas plus de 12) en cercle, et faites les pratiquer à botter le ballon avant qu'il ne touche le sol. Cette habileté demande au joueur de pointer le pied et de prendre contact avec le ballon entre ses orteils et son genou. Il est très important que le contact se fasse sur cette partie de la jambe. S'ils ne font que botter avec leurs pieds, ils peuvent se blesser à cause de la pesanteur et de la grosseur du ballon. Une bonne activité stationnaire.

Quatre coins/Couvrir le carré défensif –

1) Divisez le groupe en quatre groupes; numérotez chaque membre de groupe de 1 à 4; assignez un coin à chacun des membres des équipes, éloigné de 15 à 20 pieds du ballon Kin-Ball; le chef déplace le ballon sur le sol (roulé, transporté, lancé) et les groupes doivent se mettre en position afin de maintenir les 4 coins du carré autour du ballon

2) Introduction au Kin-Ball – formez 3 équipes de 4 (4 à 6 équipes de 4 si le groupe le permet); les équipes peuvent porter des dossards de différentes couleur si disponibles; avec de 4 à 6 équipes, aucun dossard n'est nécessaire, il suffit d'ajouter des couleurs; introduisez les stratégies offensives et défensives de base; procédez lentement à chaque étape et laissez l'équipe défensive ramener le ballon au centre de la surface de jeu et continuer le jeu

3) jouez le Kin-Ball règlementaire avec un placement relatif à l'endroit où le ballon est tenu par l'équipe défensive ** Utilisez un sifflet pour arrêter le jeu et commenter les mouvements et positions des quatre coins, procédures d'appel de couleur, positions des mains et du corps en offensive, technique de frappe, placement du ballon en offensive

Pour plus d'information visitez le www.omnikin.com



OMNIKIN®

