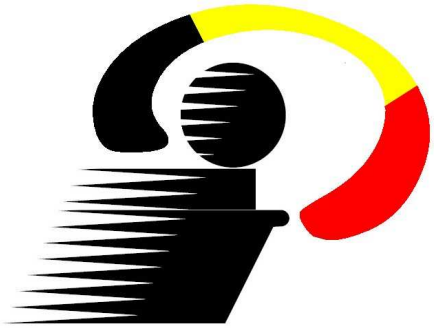
Poull Ball

Une activité nouvelle pour tous !

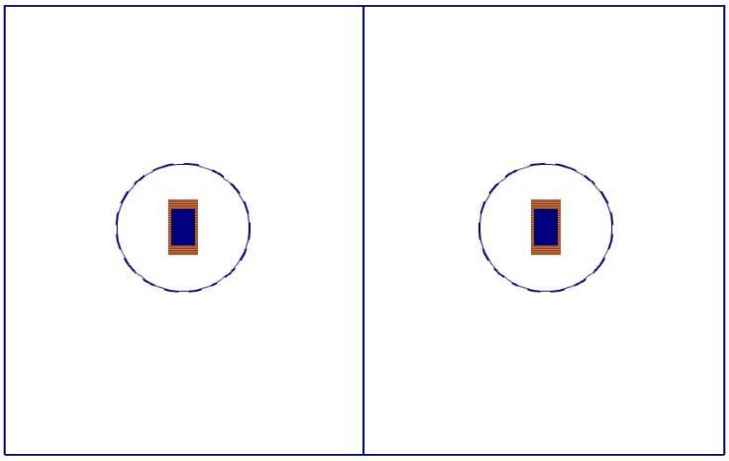
Intérêt et particularité de l'activité



- Règles simples
- Adaptable en fonction des différents publics
- Privilégie le placement et la réflexion plutôt que le contact et la violence
- Acquisition rapide du jeu et des techniques de base
- La mixité ne pose pas de problème
- Responsabilise un maximum de joueurs dans la tâche
- Néglige toutes formes d'individualisme
- Renforce le démarquage par un mouvement incessant

Organisation pratique de l'activité

- Un terrain de basketball avec ses cercles des raquettes



- Un ballon en plastique léger de 45 à 55cm de diamètre
- Deux socles immobiles (plinths) sur lesquels sont posées les cibles (dés en mousse)
- Marques au sol si votre terrain ne possède pas de cercle
- Chasubles pour définir les équipes

But du jeu

- Inscrire plus de points que l'adversaire.
- Un joueur inscrit un point pour son équipe si, sans rentrer dans la zone circulaire, il renverse le mousse en y envoyant sa balle. Si ce tir est réalisé de volée, il donne 2 points.
    - Sur une déviation par « tape »
    - En réceptionnant et renvoyant la balle en suspension avant de retomber au sol

- Chaque équipe a le droit d'attaquer la cible de son choix

- Dans le scolaire, il vous est également permis de remplacer le mousse par un dé. Le but du jeu est le même et c'est la face du dé qui désignera le nombre de points attribués au lancé.

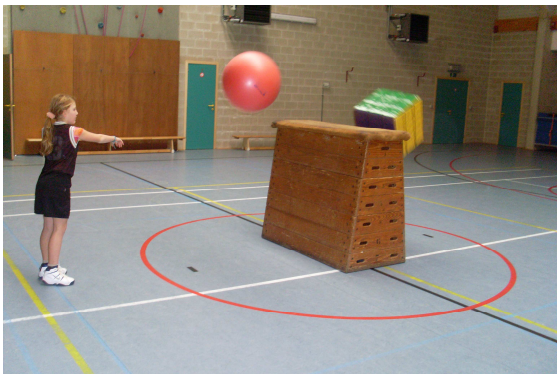
Principales limites des actions et sanctions

A terme, il serait intéressant que les joueurs s'auto-arbitrent.
Le joueur qui fait une faute serait amené à signaler son erreur et son geste serait félicité.
L'arbitre deviendrait alors un simple garant du respect des règles.

1/ Comment marquer ?

Une équipe remporte :

1 point lorsqu'elle a renversé un mousse situé sur un des deux plinths.
2 points si le mousse est renversé de volée (prime de risque) :



La technique de tir est libre :
- A une ou deux mains
- En manchette ou passe avant haute
- Par déviation

2/ La remise en jeu se fait du centre après avoir marqué un but. Les joueurs sont dispersés vu que chaque équipe n'a pas son propre camp à défendre.

3/ Les rentrées se font de l'endroit où la balle est sortie.

4/ Circulation de la balle et progression :

- Obligatoire : 3 passes avant de tirer vers une cible, maximum 5 secondes balle en main
- Autorisé : 3 pas, balle en main (changer une fois de pied pivot)
- Interdit : Le dribble volontaire, la pénétration des zones infranchissables (cercles)

5/ Fautes

Fautes sanctionnées par une rentrée :
- Non-respect des 3 pas
- Non-respect des 3 passes
- Dribble volontaire
- Possession personnelle du ballon plus de 5 secondes

Fautes sanctionnées par un penalty :
---) Faute ayant un impact sur une occasion de but

Un défenseur contre le tir dans la zone interdite = +1 ou 2 point(s) aux adversaires (le tir compte)
Un défenseur touche la cible et l'empêche de tomber = +1 ou 2 point(s) aux adversaires (le tir compte)

Tout contact est interdit !

- Contact sur le porteur de balle : Rentrée latérale à la perpendiculaire
- Contact au moment du tir : Penalty

6/ Les remplacements

- La mixité doit être respectée à tous moments
- Le nombre de remplacements est illimité
- Le remplacement doit obligatoirement se faire lors d'un arrêt de jeu

7/ Le penalty

Il se joue du milieu de terrain. Les pieds du tireur sont face à la cible opposée, il est donc dos à la cible qu'il doit faire tomber par un lancer sans pouvoir pivoter.

8/ La marque

Lorsque les équipes marquent un ou deux points, l'ensemble des joueurs est amené à applaudir le geste quelle que soit l'équipe concernée. Remplaçants, coachs et responsables y compris.

9/ Fin de match

Une équipe remporte la rencontre lorsqu'elle a gagné 3 sets de 7 points.

10/ Début et fin de partie

Les deux équipes sont alignées au centre du terrain, se croisent et se serrent la main.

Cheminement dans l'établissement des règles

Principes préliminaires indispensables au jeu

- Réflexion quant aux problèmes récurrents de fair-play
- Savoir lancer et réceptionner ce mobile inhabituel
- Etre capable d'éviter tout contact avec l'adversaire
- Se démarquer en fonction de la balle, des deux cibles et des espaces libres.

Chronologie de l'installation des autres règles

- Sensibiliser les joueurs au Fair-Play et au respect des autres.
- Prise de contact avec le mobile nouveau.
- Jeux de réactions
- Jeux de coopérations de type : « La poule », « trésor », « cibles à abattre »
- Jeux de démarquage de type : « Jeux des 10 passes », « balles chasseur (par touche) »
- Placer les enfants rapidement dans les limites officielles (zones infranchissables…)
- Interdire directement tout contact déjà via des situations d'apprentissage de base.
- Orienter le jeu vers une circulation périphérique autour d'une cible puis progressivement amener les enfants à utiliser tout l'espace et donc les deux cibles.

Dispositions tactiques de base

- Pousser les équipes à changer régulièrement de cibles.
- Conscientiser les joueurs à une circulation de balle rapide et un démarquage quasi permanent.
- En fonction du public et des qualités techniques, introduire la passe aveugle et la feinte.
- En défense, responsabiliser chaque joueur à une défense individuelle stricte.

Liens, bibliographies et infos

Théorie technique « sports nouveaux » 2ème régence en Education Physique
Site internet : http://www.Poull-Ball.be
Blog officiel : http://www.poull-ball.skyrock.com
Contact ou renseignement : f.poull@hotmail.com
Fournisseur de matériel sportif : http://www.idemasport.com
Reportage télé « RTBF » : http://www.youtube.com/watch?v=XyHnBXiZgW0
Presse écrite du groupe « Vers l'avenir » :
http://www.actu24.be/article/sports/regionsed/vv/le_poullball,_dabord_le_respect/332859.aspx
Presse écrite du groupe « Dernière heure les sports »
Revue de l'éducation physique « FEP »