



In collaboration with  
Canadian Tchoukball  
Association

**Manuel d'introduction  
au**

# **TCHOUKBALL**

Une innovation unique au niveau sportif



Un manuel de base pour enseigner le tchoukball à l'école.

**TCHOUKBALL.COM EDITIONS**

# Table des matières

Qu'est-ce que le tchoukball.....	3
Histoire du tchoukball.....	3
Équipement.....	4
Comment tracer les lignes du terrain de Tchoukball.....	5
Terrain.....	6
Comment faire un point.....	7
Règlements de base.....	8
Règlements spécifiques.....	10
Fautes - Récapitulations.....	19
Arbitrage et gestes.....	21



## Qu'est ce que le tchoukball

Le tchoukball est un sport d'équipe accessible à tous, qui a pour valeurs principales la non-agressivité, le respect de l'autre et le fair play. Un des avantages de ce sport est qu'il n'entraîne aucune exclusion des plus faibles et des personnes moins mobiles. Le tchoukball permet justement la participation de tous et évite que ces personnes soient mises de côté. En ce qui concerne le but du jeu, il pourrait se résumer ainsi : une équipe à l'offensive qui peut marquer d'un côté ou de l'autre du terrain en lançant le ballon sur le tchouk, et une équipe en défensive qui doit se préparer à attraper le ballon suite à son rebond sur le tchouk pour empêcher l'équipe à l'offensive de marquer un point. De plus, le tchoukball ressemble sensiblement au volleyball car lorsqu'une équipe prépare un jeu offensif, l'autre équipe prépare son placement défensif sans interférer dans le déroulement du jeu de l'autre équipe. Le tchoukball ressemble aussi au handball pour son jeu de passes, toutefois sans gardien de but, sans interception et sans dribble.

## Histoire du tchoukball

Depuis son invention en 1968 par le docteur Suisse Hermann Brandt, le tchoukball a pris de l'expansion et se pratique maintenant dans plusieurs pays, notamment la Taïwan, la Suisse, l'Angleterre, le Brésil, le Japon, la France, le Canada, l'Italie, l'Autriche, et la Belgique. Des rencontres internationales ont lieu chaque deux ans dans différents pays hôtes et les équipes se disputent le titre de champion mondial.

# Équipement

Une paire de buts de tchouks approuvés par l'Association Canadienne de Tchoukball



Genouillères



Ballon



Cônes et ruban adhésif



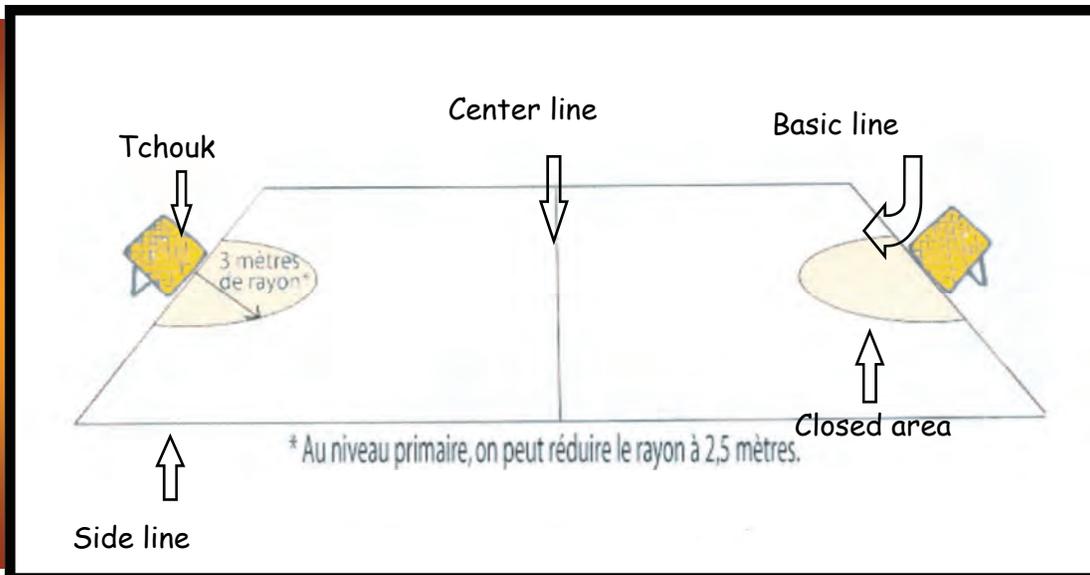
## Comment tracer les lignes du terrain de tchoukball

En gymnase, il est possible d'utiliser les lignes de contour déjà tracées qui servent normalement à d'autres sports. La dimension du terrain n'a pas d'importance, il est possible de l'ajuster selon le nombre de joueurs et leur âge. La ligne médiane doit être perpendiculaire aux lignes de côté et traverser le terrain en son centre. Les tchouks doivent être placés à chaque extrémité du terrain en plein centre, le devant du tchouk sur la ligne de fond.

Pour tracer les lignes qui délimitent les zones interdites, on utilise une ficelle mesurant 3 mètres ou 2,5 mètres au niveau primaire. Une personne tient un bout de la ficelle au centre du tchouk alors que l'autre personne tend la ficelle et trace une ligne au sol à l'aide d'un crayon marqueur ou d'une craie au bout de la ficelle tendue en effectuant un demi-cercle. Par la suite, la personne colle un ruban adhésif de gymnase sur la ligne de crayon préalablement tracée.

Sur gazon on peut tracer le demi-cercle à la peinture ou poser des minis-cônes pour délimiter la zone. Sur sable, on utilise les minis cônes pour délimiter les zones interdites. Pour les lignes de contour, on peut utiliser un cordage (comme au beach volley) ou poser plusieurs minis cônes sur les lignes. La ligne médiane peut être simplement tracée à l'aide d'un pied. Le terrain tracé, vous êtes maintenant prêt à jouer.

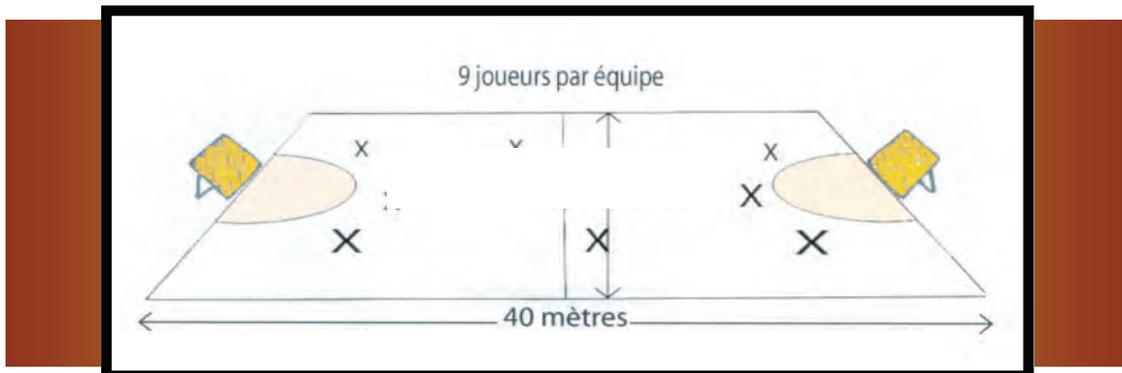
# Terrain



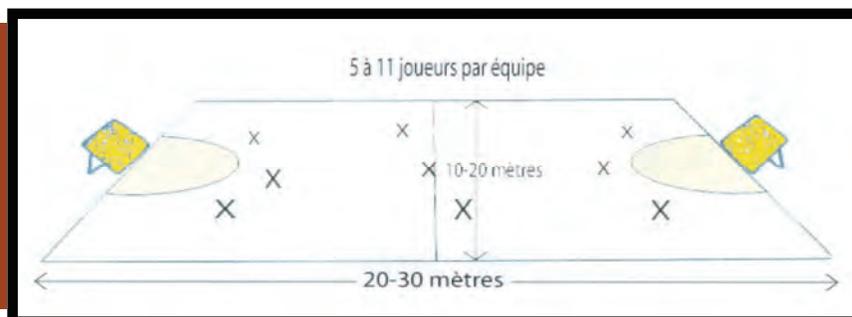
**Les dimensions du terrain sont très variables.** On peut enseigner le tchoukball peu importe les dimensions du gymnase. On pourra, selon la grandeur du gymnase, ajouter ou enlever des joueurs afin de favoriser au maximum l'engagement.

## NIVEAU INTERNATIONAL

### Intérieur



## NIVEAU PRIMAIRE ET SECONDAIRE



## Comment faire un point?

Le ballon lancé sur le tchouk (surface rebondissante) rebondit et tombe sur la surface de jeu sans être attrapé par un joueur de l'équipe adverse.



Un point est marqué pour l'équipe à l'offensive dans les 3 situations suivantes:

-  Le ballon touche la surface de jeu sans que l'équipe en défensive attrape le ballon.
-  Le ballon touche un joueur défensif qui le fait dévier à l'extérieur des limites du terrain.
-  Le ballon touche un joueur en défensif sous les genoux.

**Un point est marqué pour l'équipe en défensive dans les situations suivantes: (au niveau primaire, cette situation ne s'applique pas; on reprend plutôt le ballon comme une faute)**

-  Le joueur offensif manque le tchouk lors de son lancer.
-  Le ballon tombe dans la zone interdite ou à l'extérieur des limites du terrain suite au lancer sur le tchouk.
-  Le joueur offensif lance le ballon sur le tchouk et se fait toucher par son propre ballon suite au rebond.

# Règlements

## Règle des «zones»

Chaque équipe peut marquer des points sur les 2 tchouks. Il n'y a pas de «zone» pour chaque équipe, le terrain appartient aux 2 équipes.

Choice 1

Choice 2

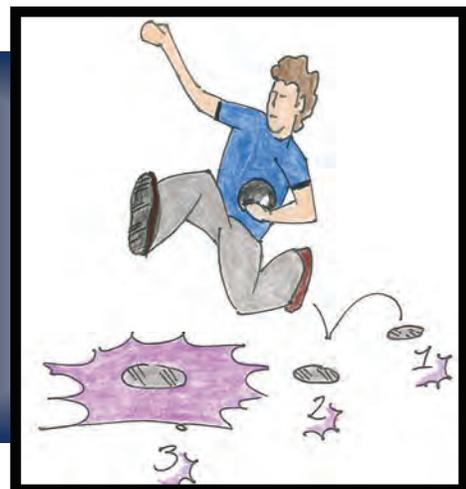


## INTERCEPTIONS

Les joueurs n'ont pas le droit d'intercepter une passe de l'adversaire ni d'entraver ou de bloquer son lancer au tchouk.

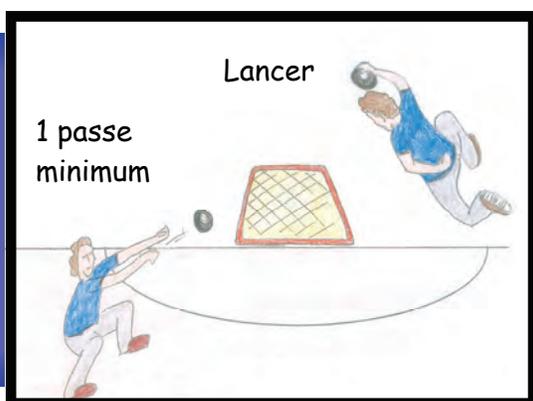
## Règle des 3 empreintes

Les joueurs peuvent faire au maximum 3 empreintes lorsqu'ils sont en possession du ballon. Dribbler est interdit.



## Zone interdite

Une zone interdite de 3 mètres de rayon se situe en avant de chaque tchouk. Les joueurs ne peuvent pas y pénétrer lorsqu'ils sont en possession du ballon.

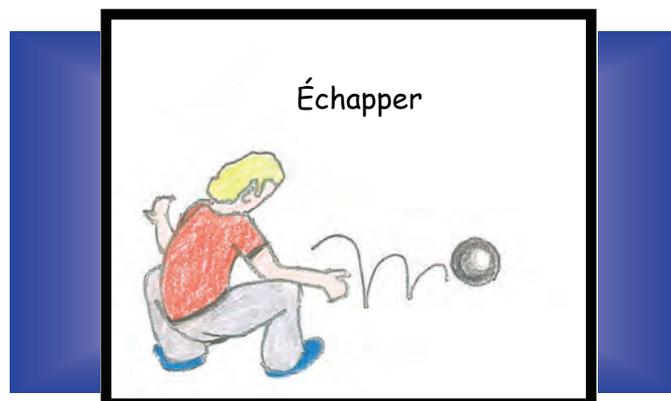


## RÈGLE DES 3 PASSES

Il est obligatoire de faire au moins une passe et au maximum 3 passes avant de lancer au tchouk.

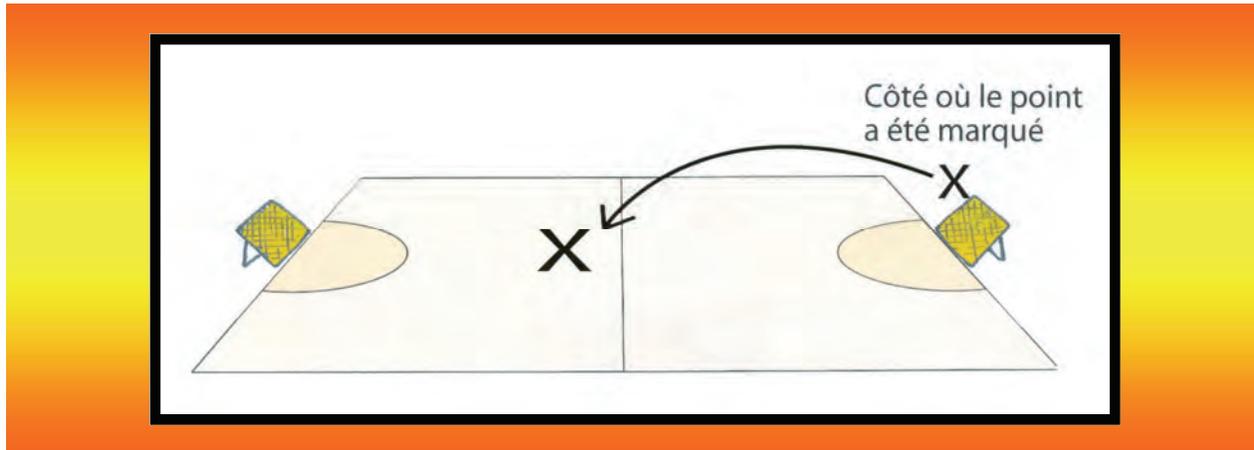
## FAUTES

Chaque fois qu'un joueur échappe le ballon ou commet une faute, l'équipe adverse prend possession du ballon à l'endroit de la faute.

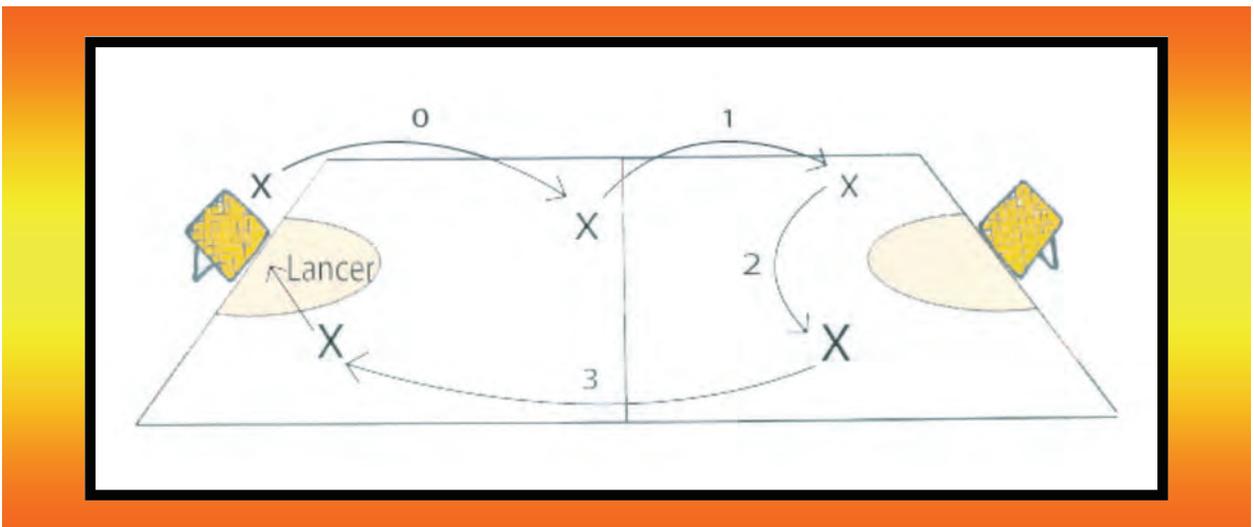


## Règlements spécifiques

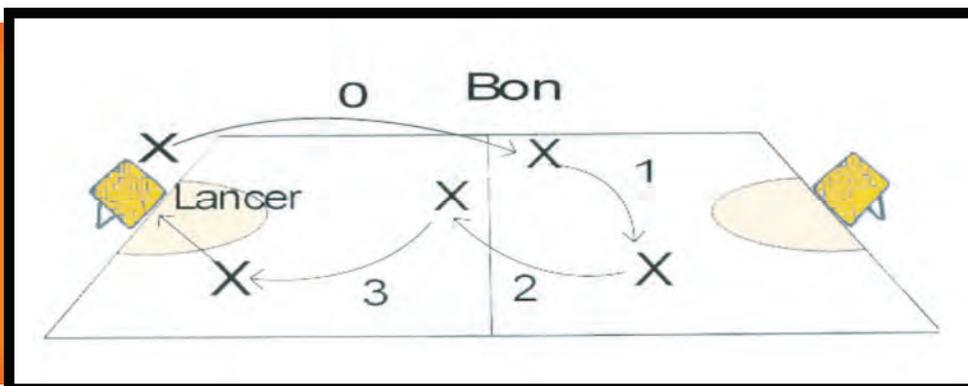
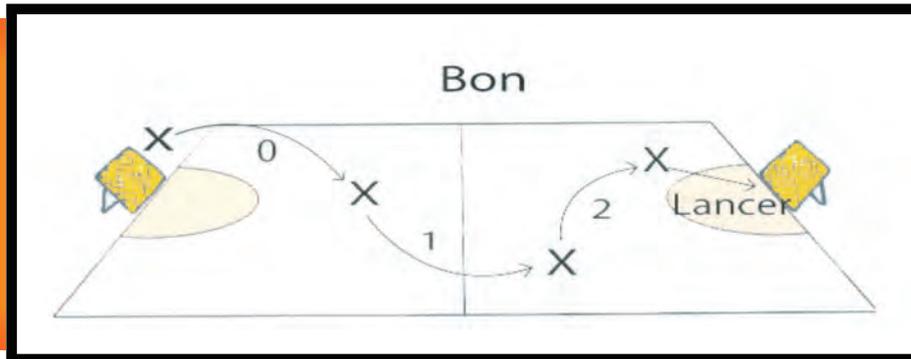
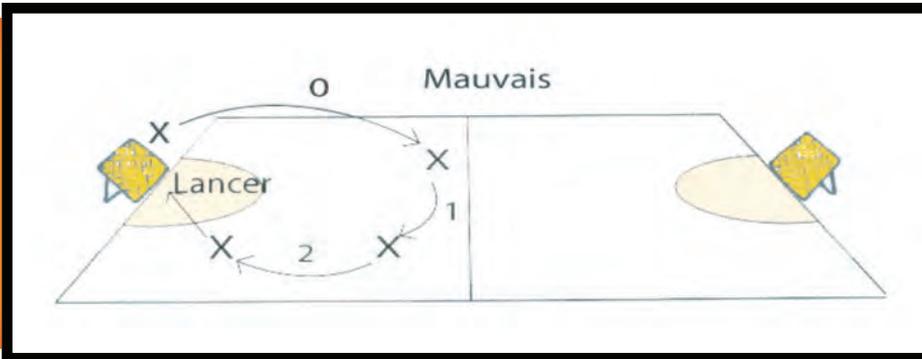
Suite à un point par l'équipe A, le ballon est repris par l'équipe B derrière la ligne de fond du côté où le point a été marqué.



Suite à un point, la remise en jeu du ballon (la touche) ne compte pas comme une passe. Le joueur qui attrape la touche ne peut lancer au tchouk, il doit absolument faire une passe à un coéquipier. Donc, après la touche, l'équipe peut encore faire entre une et 3 passes avant de lancer au tchouk.



Suite à un point, l'équipe qui met le ballon en jeu doit absolument franchir la ligne médiane avant d'effectuer un lancer sur l'un ou l'autre des tchouks.

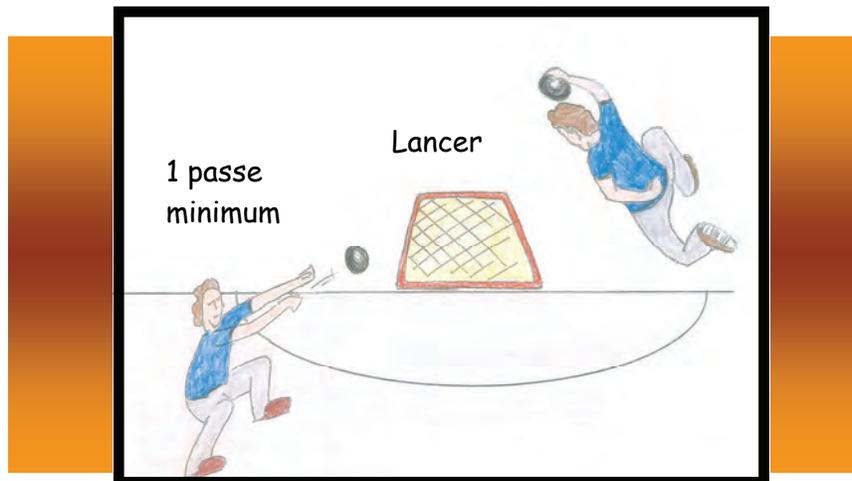


## LORS D'UNE FAUTE

**1** Lors d'une faute, l'équipe adverse remet le ballon en jeu à l'endroit où la faute a été commise en touchant le ballon au sol avec les 2 mains sur le ballon.



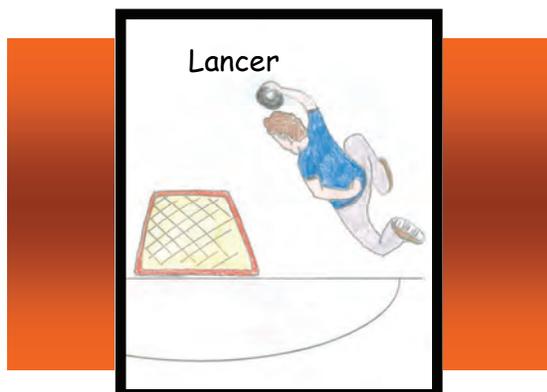
**2** Lors d'une faute, il est obligatoire de faire un minimum une passe avant de lancer le tchouk.



**\*Consultez la liste des fautes dans la récapitulation à la fin du manuel.**

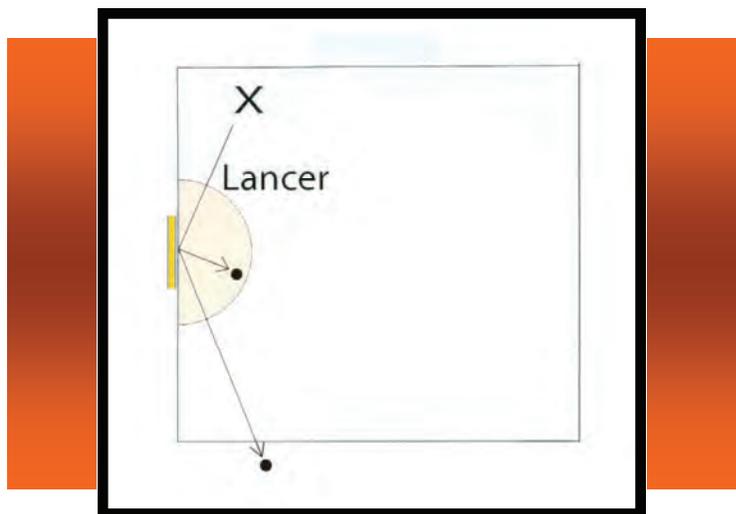
## ZONE INTERDITE

- 1 Un joueur ne peut pénétrer dans la zone interdite ni marcher sur la ligne de 3 mètres lorsqu'il est en possession du ballon.



Par contre, pour effectuer un tir, il est possible de sauter avant la ligne de 3 mètres et d'effectuer un lancer en suspension avant de retomber dans la zone interdite.

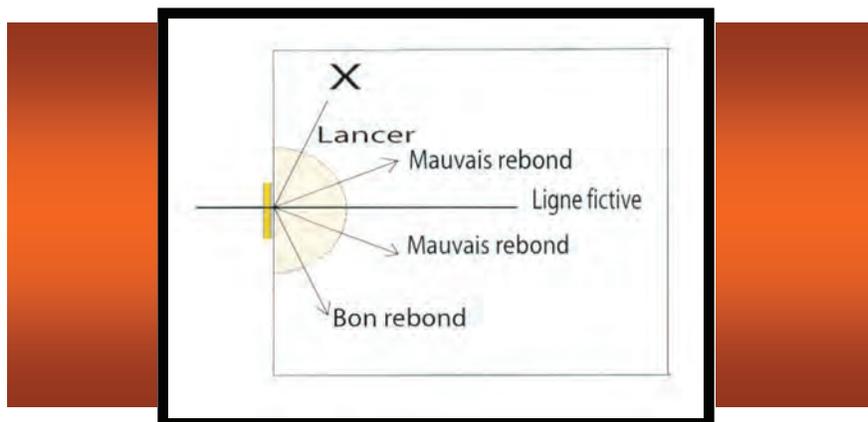
- 2 Lors d'un lancer au tchouk, le ballon doit retomber sur la surface de jeu. Un ballon qui tombe dans la zone interdite ou à l'extérieur des limites du terrain suite à un lancer au tchouk donne un point à l'adversaire.



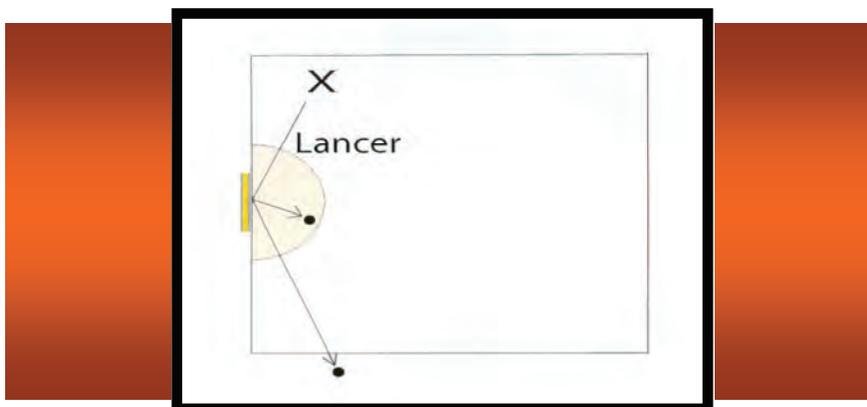
Au niveau primaire, une équipe ne peut JAMAIS donner de points à l'adversaire, le ballon est donc repris comme une faute à l'endroit où le tir a été fait.

## CADRE ET MAUVAIS REBOND

- 1** Lors d'un lancer au tchouk, une faute est commise si le ballon touche la structure de métal du tchouk ou si le ballon effectue une trajectoire qui va à l'encontre de l'effet miroir.



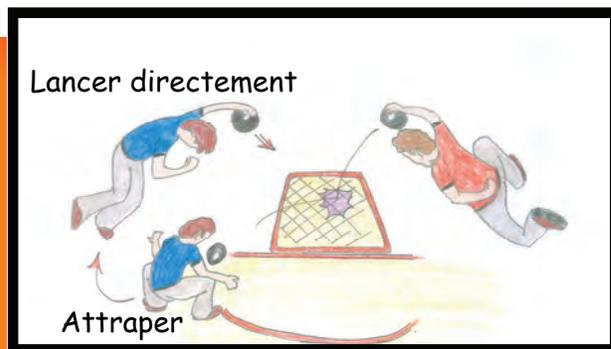
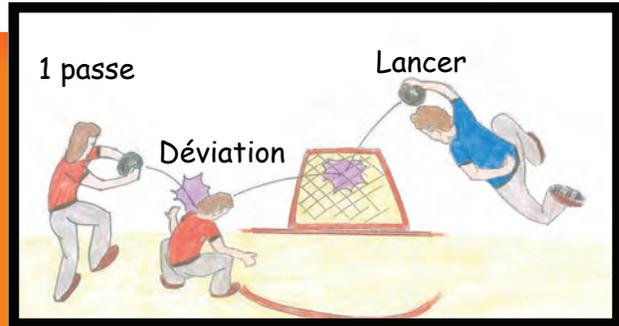
- 2** Suite à un cadre ou un mauvais rebond, si le ballon tombe dans la zone interdite ou à l'extérieur du terrain, un point est accordé à l'équipe adverse.



- 3** Suite à un cadre ou un mauvais rebond, si le ballon tombe à l'intérieur du terrain et n'est pas attrapé par un joueur en défensive, le ballon est repris par l'équipe adverse à l'endroit où le ballon est tombé.
- 4** Suite à un cadre ou un mauvais rebond, si le ballon est attrapé, le jeu continue comme s'il n'y avait pas eu de cadre ou de mauvais rebond.

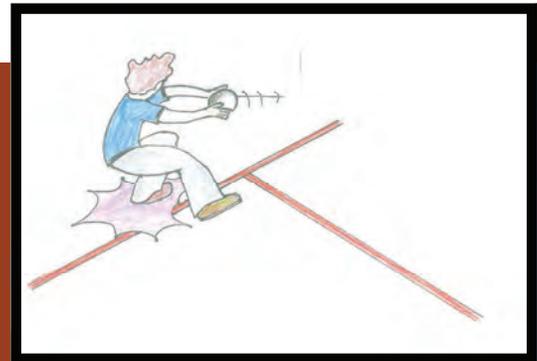
## RÈGLE SUR LA DÉFENSIVE

- 1** En défensive, lorsque le ballon est dévié par un joueur et attrapé par son coéquipier, on compte une passe.



- 2** Un joueur qui attrape le ballon en défensive peut relancer directement sur le tchouk sans faire de passe.

- 3** Un joueur en défensive doit attraper le ballon dans les limites du terrain. Si le joueur a un pied dans la zone interdite ou à l'extérieur du terrain lors de l'attrapé du ballon, le point est accordé à l'équipe offensive.



- 4** En défensive, si le ballon touche au joueur sous le genou, le point est accordé à l'équipe offensive.

## INTERFÉRENCE

Il y a interférence à chaque fois qu'un joueur se fait nuire dans son action par un joueur de l'équipe adverse, même si l'interférence est accidentelle, que cela nuise à l'attaque comme à la défense.

**Voici des exemples d'interférence:**



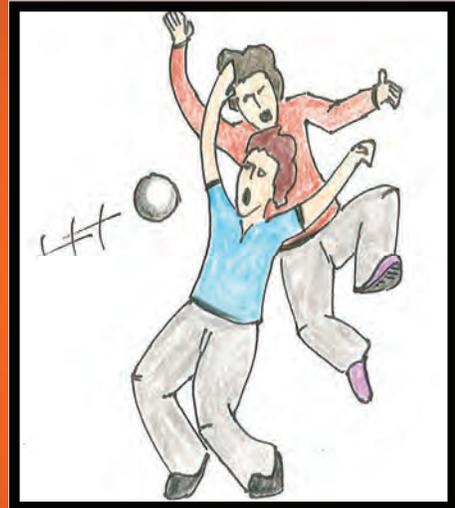
Un joueur bloque le déplacement de son adversaire.



Un joueur en défense feint d'intercepter ou attrape une passe de l'équipe offensive



Un joueur bloque la vue d'un autre joueur.



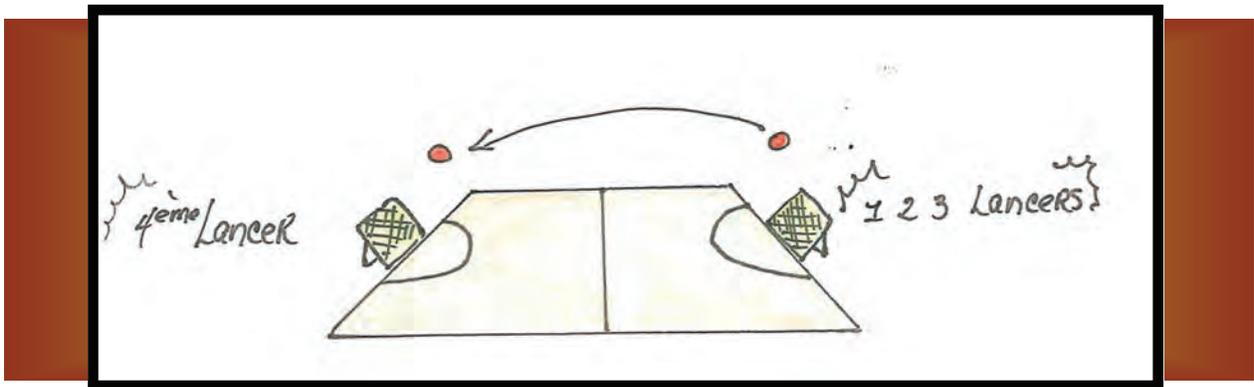
**Bref, tous les joueurs doivent faire en sorte que le jeu de l'autre équipe se déroule sans aucune nuisance.**

## LANCERS SUR LE MÊME TCHOUK

Il ne peut pas y avoir plus de 3 lancers de suite sur le même tchouk, dans une même phase de jeu.

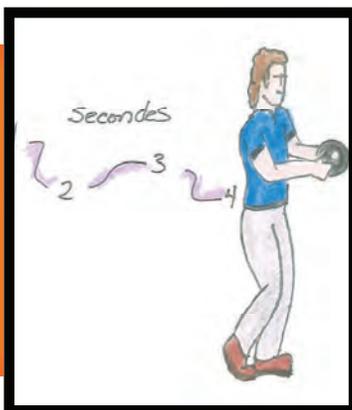
### Exemple:

Un joueur de l'équipe A lance au tchouk et le ballon est attrapé par un joueur de l'équipe B. Ce dernier passe à son coéquipier qui lance sur le même tchouk et le ballon est attrapé par un joueur de l'équipe A qui relance directement sur le même tchouk. Si l'équipe B attrape encore le ballon, elle devra absolument effectuer son lancer sur l'autre tchouk sinon elle commettra une faute.



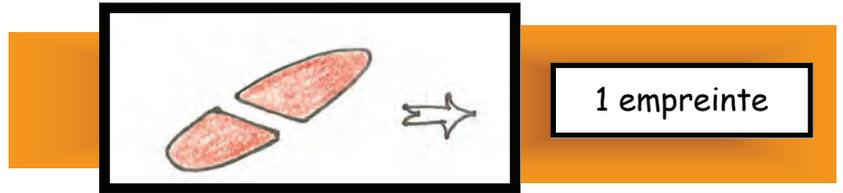
## POSSESSION DU BALLON

Un joueur ne peut garder le ballon en sa possession plus de 3 secondes.

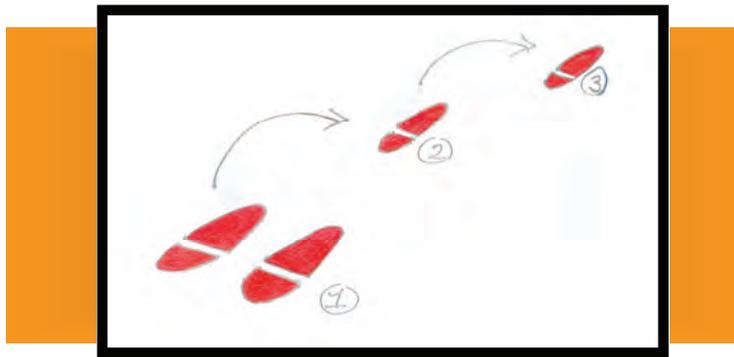


## RÈGLE DES 3 EMPREINTES

1 empreinte = 1 marque au sol



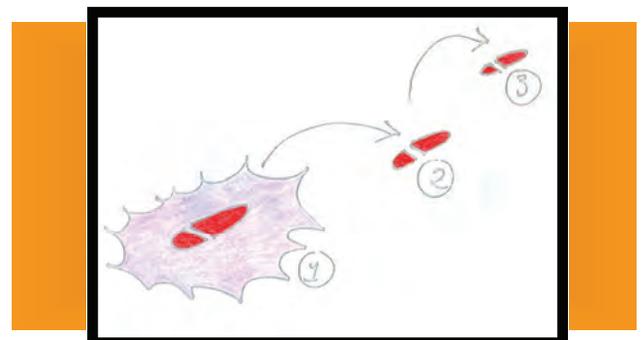
**1** Si le joueur attrape une passe les 2 pieds au sol, on compte une seule empreinte. Il peut donc faire encore 2 empreintes.



**2** Si le joueur attrape une passe en suspension et retombe les 2 pieds au sol, on compte 2 empreintes. Il peut donc faire seulement une autre empreinte.



**3** Si le joueur attrape une passe en suspension et retombe sur un seul pied, on compte une empreinte. Il peut donc faire encore 2 empreintes.



## Fautes - Récapitulation

Voici la liste des fautes pouvant être commises au tchoukball. Lors d'une faute, le ballon est remis en jeu par l'équipe adverse à l'endroit décrit dans chaque énoncé:

- 1 Faire plus de trois empreintes en possession du ballon.



Le ballon est repris à l'endroit de la faute.  
( voir exemple page 18 )



- 2 Faire plus de trois passes avant de lancer au tchouk (la touche ne compte pas).



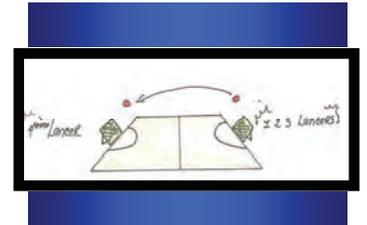
Le ballon est repris au point de départ de la quatrième passe.  
( voir exemple page 10 )



- 3 Faire un quatrième lancer sur le même tchouk dans la même séquence de jeu.



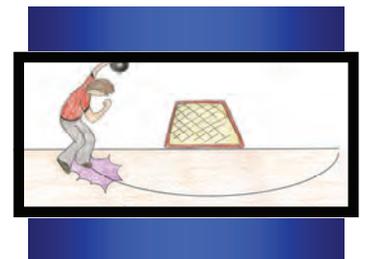
Le ballon est repris à l'endroit où le quatrième lancer a été effectué.  
( voir exemple page 17 )



- 4 Pénétrer dans la zone interdite en possession du ballon ou marcher sur la ligne de trois mètres.



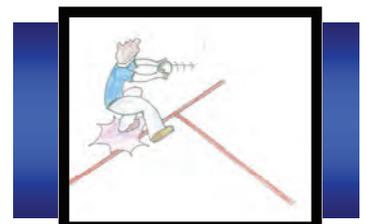
Le ballon est repris à côté de la ligne de trois mètres où la faute a été commise.  
( voir exemple page 13 )



- 5 Marcher à l'extérieur du terrain en possession du ballon.



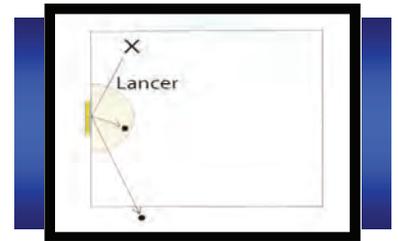
Le ballon est repris près de la ligne de contour à l'endroit de la faute.



- 6** Le ballon touche le cadre ou fait un mauvais rebond lors d'un lancer au tchouk et retombe à l'intérieur des limites du terrain.



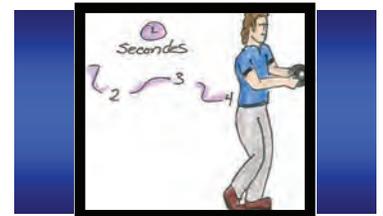
Le ballon est repris à l'endroit où le ballon a touché le sol.  
( voir exemple page 14 )



- 7** Posséder le ballon plus de trois secondes.



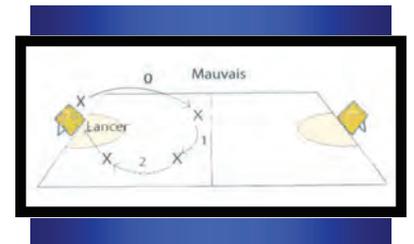
Le ballon est repris à l'endroit de la faute.  
( voir exemple page 17 )



- 8** Le ballon ne franchit pas la ligne médiane suite à un point de l'adversaire.



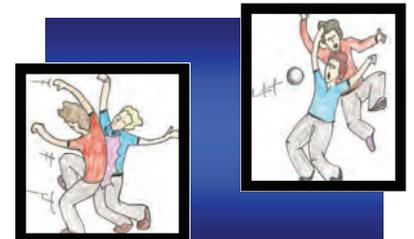
Le ballon est repris à l'endroit du lancer au tchouk.  
( voir exemple page 11 )



- 9** Interférer un joueur de l'équipe adverse.



Le ballon est repris à l'endroit de la faute.  
( voir exemple page 16 )



- 10** Le ballon est échappé lors d'une passe à un coéquipier.



Le ballon est repris à l'endroit où il touche le sol.  
( voir exemple page 9 )



- 11** Un joueur de l'équipe offensive touche au ballon suite au lancer sur le tchouk de la part de son coéquipier.



Le ballon est repris où le joueur est touché par le ballon.

# Arbitrage et gestes



Point en faveur de l'équipe à l'offensive



Point pour l'équipe à la défensive



Pénétrer dans la zone interdite



Plus de 3 passes



Plus de 3 empreintes





**Plus de 3 secondes en possession du ballon**



**Marcher sur la ligne de 3 mètres**



**Cadre ou mauvais rebond**



**Interférence**



**Ligne médiane non traversée**





**Plus de 3 lancers sur le même tchouk,  
dans la même séquence de jeu**



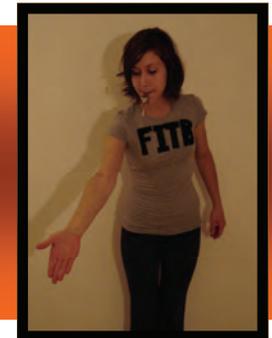
**Marcher à l'extérieur des limites du  
terrain, en possession du ballon**



**Le ballon touche un joueur en bas du genou**



**Désignation de l'emplacement de la  
reprise du ballon suite à une faute**



---

## NOTES

---

## REMERCIEMENTS

Nos plus sincère remerciements à vous tous qui avez contribué à la réalisation du manuel d'introduction au tchoukball, dont Marianne Melanson, Nicolas Brisebois, Francis Melanson, ainsi que Mylène Reid.