

# LES SPORTS-COLLECTIFS

## Organisation

- Trois équipes par classe soit 7 ou 8 joueurs par équipe plus remplaçants.
- Deux ou trois équipes par terrain pour les matches.
- Dans le cas où trois équipes, celle qui ne joue pas est sur un jeu adapté.

## LE TCHOUK BALL

- Né en Suisse à la fin des années 60, le Tchouk-ball est un sport praticable par tous sur tous les terrains et un jeu à **fonction éducative : combativité mais non agressivité, fair-play, anticipation, occupation de l'espace-jeu.**
- Les règles officielles sont précisées sur la fiche numérisée jointe.

- Lors de la rencontre, les règles officielles seront adaptées. Ainsi :

**Faire plus de trois passes sera autorisé**

**Manquer le cadre donnera seulement la balle à l'équipe adverse**

**La remise en jeu après un point marqué se fera du milieu de terrain**

**La durée d'un match sera comprise entre 10 et 15 minutes**

- **Jeu adapté** : relais par équipe avec progression à deux par passes successives puis tir sur cadre par un joueur pour réception par le partenaire et retour au départ pour transmission aux deux suivants...

## L'ULTIMATE

- **Jeu de fair-play avec auto – arbitrage.**
- **Voir fiche technique numérisée jointe.**
- **Règles « simplifiées » :**

**Objectif** : pour marquer un point, réceptionner, dans la zone adverse, le disque lancé par un co-équipier

**Forme** :

- jeu de passes : le disque ne doit pas toucher le sol
- les joueurs peuvent se déplacer librement sur tout le terrain (même les zones).
- le porteur du frisbee n'a pas le droit de se déplacer

**Fautes** : - marcher  
- disque gardé plus de 5 secondes  
- passe manquée : contact avec un adversaire  
- réception manquée : contact avec le sol.

**Après une faute, le disque revient à l'équipe adverse à l'endroit de la faute.**

**Remise en jeu** : Après un point marqué, l'équipe qui a marqué se place sur la ligne de but et remet en jeu en direction de l'équipe adverse.

- **Jeu adapté** : Tir sur cibles au sol