

FÉDÉRATION **AUBE**

la **ligue** de  
l'**enseignement**

un avenir par l'éducation populaire



# PROJET PEDAGOGIQUE

## POULL BALL



CYCLE3

# Sommaire

---

|  |                     |
|--|---------------------|
| <b>I. Qu'est-ce que le Poull Ball ? .....</b>          | <b>Page 3</b>       |
| <b>II. Pourquoi le Poull Ball à l'école ? .....</b>    | <b>Page 3</b>       |
| <b>III. Caractéristiques de l'activité .....</b>       | <b>Page 4</b>       |
| <b>IV. Les compétences à acquérir en cycle 3 .....</b> | <b>Page 5</b>       |
| <b>V. Tableau de progression .....</b>                 | <b>Page 6</b>       |
| <b>VI. Situations d'apprentissages .....</b>           | <b>Pages 7 à 12</b> |
| <b>VII. Feuille d'évaluation.....</b>                  | <b>Page 13</b>      |

# I. Qu'est-ce que le Poull Ball ?

---

Ce jeu a été inventé en Janvier 2009 par François Poull à l'internat Autonome de Virton. La première fois, ce sport a été joué uniquement par des étudiants garçons de la haute école Robert Schuman. Progressivement, le souhait de plusieurs joueurs était de rendre cette activité mixte, ce qui fut testé directement avec succès.

Le mardi 17 Février 2009, les créateurs ont présenté leur sport pour la première fois devant leurs collègues étudiants à Virton en les lieux de la salle de sports de la Haute Ecole Robert Schuman.

Lors des premières véritables vacances, plus d'un millier d'enfants ont eu l'occasion de se tester à ce nouveau jeu. Toujours la même conclusion : Effort, Plaisir et respect...

C'est alors qu'à commencer l'aventure scolaire. Très vite il s'est répandu d'écoles en écoles (Journée sportive, fête de l'école, Journée pédagogique...)

Aujourd'hui, le Poull Ball est au programme scolaire au même titre que les sports traditionnels comme le Volleyball, le football ou le Basketball...

Grâce aux valeurs qu'il véhicule, il a par ailleurs remporté le prix du fairplay du Panathlon pour la province du Luxembourg !

De nombreux recyclages "Poull Ball" sont programmés dans le courant des prochains mois en France et partout en Belgique.

Actuellement, c'est au tour de la Suisse et du Québec de manifester leur intérêt envers la formation de leurs moniteurs sportifs.

# II. Pourquoi le Poull Ball à l'école ?

---

Le Poull-Ball est un nouveau sport "Fair Play" qui a pour intention de donner à tous la chance de s'épanouir. C'est une activité mixte très accessible qui permet l'intégration de tous dans un jeu fluide et spectaculaire. Il n'y a pas de contact, ce qui facilite la prise de décisions en toute sécurité. La violence n'existe pas et est donc remplacée par le démarquage et un sens du placement. Le jeu se fait uniquement par passes, ce qui engendre une responsabilisation de l'ensemble des joueurs de l'équipe.

### III. Caractéristiques de l'activité

Le but du jeu est de renverser le Mousse (cube, carré vert sur le schéma ci-dessous) placé sur un des deux plinths (plateforme). On remporte alors un point, par contre, si le but est marqué de volée (lorsque l'attaquant marque sans contrôler la balle plus d'une seconde), l'équipe gagne deux points. La remise au jeu se fait au milieu de terrain par une passe entre équipiers. Les joueurs sont libres de se placer où ils le désirent sur le terrain excepté dans les cercles (zones infranchissables, cercle rouge sur le schéma ci-dessous).

Attention, il faut absolument 3 passes avant de pouvoir s'attaquer à la cible. Une déviation ne compte pas, par contre s'il y a interception, on recommence à zéro. Cette caractéristique impose une circulation de balle et responsabilise la majorité des joueurs de l'équipe. De plus, il n'y a pas de panier ou de goal attaché à chaque équipe. Effectivement, l'équipe est libre de s'attaquer à une cible ou l'autre.

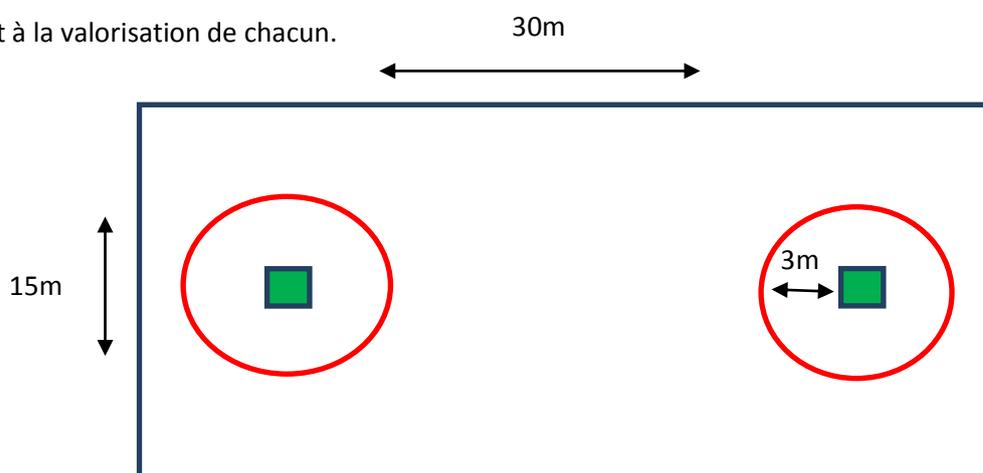
La progression de balle se fait par passes, le dribble étant laissé de côté. Le joueur ne peut pas rester plus de 5 secondes avec la balle en main et ne peut pas faire plus de 3 pas en possession de celle-ci. Il n'y a aucun contact, un défenseur ne peut pas lui subtiliser, il peut simplement le gêner sans le toucher, intercepter une passe ou contrer un shoot.

S'il y a une faute défensive sur un shoot, elle est sanctionnée d'un pénalty. Toute autre faute provoquera une rentrée en touche à la perpendiculaire de l'endroit de la faute.

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

Pour respecter le fair-play et pour le bon déroulement de la rencontre, en début et en fin de partie, les deux équipes sont alignées au centre du terrain, elles se croisent et se serrent la main.

Il est également demandé à l'ensemble des joueurs d'applaudir un essai marqué par tout autre joueur! Nous félicitons ainsi le beau geste, même s'il est réalisé par l'adversaire. Nous voulons ainsi sensibiliser les jeunes au respect et à la valorisation de chacun.



## IV. Les compétences à acquérir en cycle 3

### Coopérer ou s'opposer individuellement et collectivement

Développer des stratégies comme attaquant ou comme défenseur, comprendre qu'il faut attaquer tout en se défendant. Coopérer avec des partenaires pour affronter collectivement un ou plusieurs adversaires dans un jeu collectif : se reconnaître comme attaquant ou défenseur, développer des stratégies, identifier et remplir des rôles et des statuts différents dans les jeux pratiqués, respecter les règles.

#### En attaque

##### Conserver la balle :

- Passer la balle à un partenaire démarqué,
- se démarquer pour donner une solution de jeu au porteur de balle,
- recevoir la balle à l'arrêt ou en mouvement.

##### Progresser vers la cible :

- Trouver une solution de passe sans garder la balle plus de cinq secondes.
- effectuer des passes pour aller le plus rapidement possible pour tirer dans le but adverse.

##### Marquer :

- Choisir une stratégie permettant de tirer en position favorable en faisant une passe à un équipier qui est démarqué ou de tirer directement

#### En défense

##### Reprendre le ballon :

- Se placer activement sur les trajectoires des passes,
- occuper l'espace,
- reprendre la balle,
- changer très vite de statut (de défenseur à attaquant).

##### Ralentir la progression de l'adversaire :

- Gêner le porteur du ballon dans sa progression et dans ses tentatives de passe.

##### Empêcher de marquer :

- Monter sur le tireur dans l'axe de tir,
- se placer sur les trajectoires de passes aux attaquants en position de tir.

#### Au cours d'un match :

- Assurer alternativement les rôles d'attaquant, de défenseur et d'arbitre. Participer à la marque en coopérant avec ses équipiers, en s'opposant individuellement et collectivement à l'équipe adverse et en respectant les règles définies

## V. Tableau de progression

---

|   | <b>Manipulation<br/>Jeux éducatifs</b> | <b>Jeux à effectif réduit<br/>Jeu orienté<br/>(attaque/défense)</b> | <b>Situation de match avec<br/>règle progressive</b> |
|---|--|---|--|
| <b>Séance 1 et 2</b><br>Contrôler, lancer,<br>attraper la balle | Passes / Concours / Béret              | Passes à cinq   | Match simplifié                                      |
| <b>Séance 3 et 4</b><br>Se déplacer rapidement<br>avec la balle | Par 2 ou par 3 / Concours<br>vitesse   | Déplacement vers le but   | Match avec de nouvelles règles                       |
| <b>Séance 5 et 6</b><br>Tir                                     | Tir / Concours / Béret                 | Occupation espace de jeu  | Match  |
| <b>Séance 7</b>   | <b>TOURNOI</b>                         |   |  |

# VI. Situations d'apprentissages

---

## **Partager la séance en 3 temps :**

- a. Temps de manipulation et de jeu éducatif.
- b. Temps de jeu à effectif réduit ou temps de jeu orienté (attaque – défense) (phase de jeu).
- c. Temps de jeu avec les règles et arbitrage des élèves.

## **SITUATIONS D'APPRENTISSAGE TECHNIQUES :**

### **a. Contrôler, lancer, attraper la balle :**

✚ **Passes** : Faire deux colonnes où les élèves se mettent face à face. La colonne A lance la balle à la colonne B qui la rattrape en l'aire puis la relance aux joueurs A. S'il n'y arrive pas, il ramasse la balle au sol, puis la renvoie.

✚ **Concours passes** : exactement le même exercice que précédemment en ajoutant de la compétition. Deux équipes, en colonne face à face, doivent réaliser un nombre de passes sans que la balle touche le sol. Si la balle touche par terre, l'équipe repart à zéro.

La première équipe qui atteint son objectif marque un point.

✚ **Jeu du béret** : deux équipes, deux balles, chaque joueur d'une même équipe a un numéro différent. A l'appel du numéro, les joueurs de chaque équipe courent au milieu le plus vite possible. Le premier qui récupère sa balle et la lance à un joueur de son équipe marque un point.

### **b. Se déplacer rapidement avec la balle :**

✚ **Par 2 ou par 3** : 1 ballon par groupe de 2 ou 3, les enfants doivent emmener la balle de l'autre côté du terrain sans que celle-ci ne touche le sol. Une fois de l'autre côté, il passe la balle au prochain groupe et ainsi de suite.

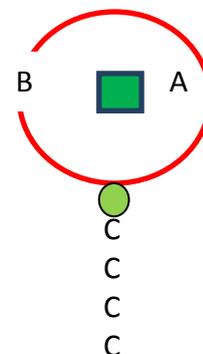
*Variantes :* Faire tomber le cube à la fin

Mettre un défenseur

**Concours** : exactement le même exercice que précédemment avec un concours de vitesse.

2 groupes se mettent sur la ligne de départ, la première équipe qui arrive de l'autre côté sans faire tomber la balle marque 1 point. Si la balle tombe au sol, l'équipe repart du début.

### c. Tirer



**Tir**

Le groupe se divise en 3 parties :

- Joueur A pour remettre le cube en place
- Joueur B pour récupérer la balle
- Joueur C en file indienne pour tirer

Le joueur C tire puis prend la place du joueur A.

Une fois que le joueur A a remis le cube, il prend la place du joueur B.

Le joueur B récupère la balle et remplace le joueur C.

Il est possible d'être plusieurs au poste C, dans ce cas le joueur B qui récupère la balle fait la passe au premier joueur du poste C.

**Jeu du béret** : deux équipes, chaque joueur d'une même équipe a un numéro différent. La consigne consiste, à l'appel de son numéro, à courir au milieu le plus vite possible. Le premier qui récupère sa balle et fait tomber le cube marque un point.

## DES SITUATIONS DE JEU

### • Passe à cinq :

Deux équipes. Au signal l'équipe qui a le ballon doit essayer de faire 5 passes de suite sans que l'autre équipe touche le ballon. Les joueurs n'ont pas le droit de se déplacer avec la balle dans les mains. Les passes se font obligatoirement en l'air. Chaque fois qu'une passe est faite l'équipe compte à haute voix (1, 2, 3, 4, 5) - quand une équipe est arrivée à 5 elle marque un point et donne le ballon à l'équipe adverse.

Si une équipe fait sortir le ballon de l'aire de jeu, il est redonné à l'équipe adverse. - une partie dure 5 minutes.

#### *Porteur :*

- Faire 5 passes avant l'adversaire
- Ne pas marcher avec la balle dans les mains
- Ne pas garder la balle plus de 5 secondes
- Se mettre en position de passe

#### *Partenaire du porteur :*

- Se démarquer
- Ne pas être collé les uns aux autres

#### *Adversaire :*

- Se placer pour intercepter
- S'organiser collectivement

#### *Variantes :*

- Nombre de joueurs
- Nombre de passes (5, 7, 10, 20...)
- Règlement
- Dimension du terrain

- **Déplacements vers le but :**

*Organisation* : 2 attaquants et 1 défenseur. A tour de rôle, les attaquants partent du milieu de terrain et doivent marquer un but.

*Variante* :

Donner une zone d'intervention limitée au défenseur

Ajouter un deuxième défenseur qui se situera à deux mètres derrière le premier attaquant qui doit ramasser la balle au sol avant de débiter le déplacement vers le but.

Définir des couloirs d'évolution pour les attaquants avec les deux défenseurs.

- **Occupation de l'espace de jeu :**

Comme un match, mais avec deux joueurs latéraux (qui ne seront pas gênés) qui n'appartiennent à aucune des deux équipes sur le terrain. Dans sa progression vers le but, chaque équipe doit faire impérativement une passe à l'un des deux joueurs latéraux.

# SITUATION DE MATCH

## **Matériel nécessaire :**

- Marquages au sol (languettes ou coupelles) pour délimiter le terrain et les 2 zones interdites.
- 1 ballon en plastique léger de 45 à 55 cm de diamètre.
- 2 dés en mousse (faces numérotées de 1 à 6).
- 2 supports (tables ou grandes poubelles à roues) sur lesquels sont posés les dés en mousse.
- 2 lots de 6 chasubles pour identifier les 2 équipes en jeu.
- 1 chronomètre / 1 tableau de marque

## **Règle du jeu :**

- Nombre de joueurs : 16 à 24.
- Terrain : 30 x 15 m environ
- Inscrire plus de points que l'équipe adverse.
- Pour l'équipe en possession du ballon : marquer des points en faisant tomber le dé en mousse au sol, en lançant le ballon dessus, à la main.
- Pour l'équipe qui n'a pas la possession du ballon : intercepter/récupérer le ballon pour tenter à son tour de faire le même enchaînement d'actions.

## **Avant de jouer :**

- Constituer les équipes
- Dans chaque équipe, désigner les 5 ou 6 joueurs qui débiteront le match (les autres joueurs seront remplaçants).
- Montrer les limites du terrain.

## **Déroulement du jeu :**

Dès que le ballon, lancé en l'air (par le meneur), est récupéré par les joueurs d'une équipe, ces derniers essayent de le faire progresser vers une des 2 cibles, à l'aide de passes. Les cibles ne sont attribuées à aucune équipe!

Le joueur en possession du ballon ne peut pas se déplacer. Tous les autres joueurs le peuvent. Il est interdit de dribbler (se déplacer en faisant rebondir le ballon au sol, comme au basket). Lors d'une passe (ballon lancé à la main par le porteur, en direction d'un de ses partenaires), le ballon peut rebondir au sol avant d'être réceptionné par un autre joueur. Une équipe marque des points si après au moins 3 passes, sans rentrer dans la zone interdite, un de ses joueurs arrive à faire tomber le dé en mousse au sol, en lançant le ballon à la main (lors d'1 tir, le ballon doit directement renverser le dé, avant de contacter le sol).

Le nombre de points inscrits correspond au nombre inscrit sur la face du dé orientée vers le ciel (ex - voir schéma ci-dessous : le dé s'est immobilisé avec la face du 6 orientée vers le ciel, l'équipe marque donc 6 points !). Quand un point est marqué, les 2 équipes applaudissent (= geste de Fair-play).

L'équipe qui a marqué remet le dé en place. L'autre équipe relance le jeu, en partant du centre du terrain. L'équipe non porteuse du ballon doit chercher à l'intercepter lors d'une passe entre 2 joueurs adverses. Dès l'interception, le nouveau porteur du ballon doit essayer de le faire progresser vers une des 2 cibles.

### ***Ce qui est interdit :***

- Tirer en direction du dé avant d'avoir effectué 3 passes (dans ce cas le ballon est rendu à l'équipe adverse, qui réengage à l'endroit de la faute).
- Garder le ballon en main plus de 3 secondes.
- Se déplacer, ballon en main / dribbler.
- Pénétrer dans une zone interdite (poser ne serait-ce qu'un pied dedans).
- Etre à moins d'1 m d'un adversaire, pour les défenseurs (équipe qui n'a pas le ballon).
- Prendre son temps pour remettre le dé en place, pour l'équipe qui vient de marquer.

### ***Où effectuer l'engagement en début de match et les réengagements ?***

- Engagement en début de match (par le meneur du jeu) : le ballon est lancé en l'air au centre du terrain, entre 2 adversaires qui essaient de le passer de volée à un de leur partenaire.
- Réengagement après qu'1 équipe ait marqué : au centre du terrain, le ballon est donné à un joueur de l'équipe qui n'a pas marqué de point. Dès lors, il peut transmettre le ballon à un partenaire.
- Réengagement après que le ballon soit sorti des limites du terrain : un joueur de l'équipe « non fautive » se place derrière la ligne, là où le ballon est sorti du terrain, et effectue une passe à un partenaire sur le terrain, puis rentre en jeu.
- Réengagement après une faute : remise en jeu par un joueur adverse à l'endroit de la faute. La défense recule de 3 pas. En fonction de la gravité de la faute, l'auteur peut-être exclu temporairement voire définitivement !

## VII. Evaluation

|                     |   |  |
|---------------------|---|---|
| Attaque             | <input type="radio"/> Je suis capable de faire des passes et des tirs avec précision        |   |
|                     | <input type="radio"/> Je parviens à progresser vers le but de l'autre équipe                |   |
|                     | <input type="radio"/> Je suis capable de coopérer avec les joueurs de mon équipe            |   |
|                     | <input type="radio"/> Je sais me démarquer pour avoir la balle                              |   |
|                     | <input type="radio"/> Je joue et sais prendre une décision rapidement                       |   |
| Défense             | <input type="radio"/> Je parviens à revenir en défense                                      |   |
|                     | <input type="radio"/> Je suis capable de marquer un joueur pour empêcher qu'il ait la balle |   |
|                     | <input type="radio"/> Je suis capable de gêner le tir                                       |   |
|                     | <input type="radio"/> Je respecte la règle de non contact et ne commet pas d'autre faute    |   |
| Contrôle émotionnel | <input type="radio"/> Je prends plaisir à jouer   |   |
|                     | <input type="radio"/> Je contrôle mes émotions  |   |
|                     | <input type="radio"/> Je parviens à m'intégrer dans le groupe                               |   |
|                     | <input type="radio"/> Je suis motivé et volontaire  |   |
| Autre               | <input type="radio"/> Je suis capable de reconnaître quand je suis en attaque ou en défense |   |
|                     | <input type="radio"/> Je suis fair-play   |   |

