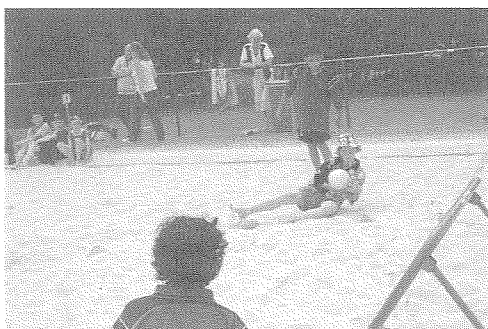


Du tchoukball au beach tchoukball : révolution ou simple changement de surface ?



Défense plongeante près de la ligne

Dans le précédent numéro du Suisse Tchoukball, Carole Greber nous a présenté les origines et les règles de base des versions « beach » des principaux sports collectifs comme le volleyball, le handball ou encore le football. Ce tour d'horizon des vastes étendues sableuses du sport moderne nous a conduit à comprendre comment et pourquoi est né le beach tchoukball. Nous vous proposons dans ce numéro de nous intéresser de plus près aux caractéristiques de cette nouvelle discipline, en cherchant notamment à comprendre ce qui différencie le beach tchoukball de son frère aîné, le tchoukball « classique », qu'on appellera ici « tchoukball en salle ».

La question : Qu'est-ce qui change ?

Il y a trois réponses possibles, que nous vous proposons d'étudier tour à tour.

La première réponse : « tout »

Ceux qui ont déjà mis les pieds dans le sable pour chatouiller le cadre de renvoi sous un soleil radieux en savent quelque chose. La sensation indescriptible du sable qui file entre les orteils, le confortable atterrissage des plongeurs les plus spectaculaires, le plaisir de jouer dehors, sous le soleil ou sous la pluie, mais toujours dans des conditions qui rendront la journée ou la rencontre unique, ne se rencontrent que sur sable, et nulle part ailleurs. Et que dire de ce sentiment particulier qui naît chez le défenseur après avoir bloqué le ballon seul

Bref, jouer au beach tchoukball, c'est l'adopter.



Tir le long de la ligne permettant de prendre la défense de première zone de vitesse.

face à un attaquant ? Ou de cette motivation particulière apparaissant chez l'attaquant qui vient conclure une action dans laquelle chaque joueur de l'équipe (ou presque) a participé à la construction ? Bref, jouer au beach tchoukball, c'est l'adopter. Et seules les rigueurs de l'hiver helvétique convaincront les plus mordus de chauffer leur savattes le temps de laisser fondre la neige...

La deuxième réponse : « rien »

Le tchoukball reste le tchoukball, peu importe la surface. La philosophie qui a donné naissance à ce sport ne se laisse pas éroder par les grains de sable, le bonheur d'évoluer librement, sans agression ni entrave, traverse les murs des salles sans contrainte. Et le principe même du tchoukball, le rebond, moment clé où le ballon passe de l'attaquant au défenseur par un mouvement de miroir, est absolument identique quelle que soit la surface, le climat ou le nombre de joueurs. Bref, jouer au beach tchoukball, c'est comme jouer au tchoukball : peu importe le sol, pourvu qu'on ait l'ivresse !

La troisième réponse : « un subtil mélange de tout et de rien »

Evidemment, cette réponse est plus circonstanciée... et un peu plus détaillée. Pour mieux étudier la question, commençons par exposer les changements objectifs : les règles du jeu. Par défaut, les règles du beach tchoukball sont les mêmes que celles du tchoukball en salle. Les exceptions notables à cela sont les suivantes :

Nombre de joueurs : le beach tchoukball se joue à cinq joueurs par équipe au lieu de sept, voire neuf, au tchoukball en salle. Conséquence directe, le terrain de beach est plus petit que le terrain en salle : d'une longueur d'environ 20 mètres pour 11 à 13 mètres de largeur, la surface à défendre, ou la surface pour placer le ballon en attaque selon le point de vue adopté, est environ deux fois plus petite au beach que dans le jeu à sept, et plus de trois fois plus petite que dans le jeu à neuf ! Si l'on excepte quelques règles mineures, en particulier celles relatives à la délimitation de la ligne centrale et de la zone interdite, nous avons déjà fait le tour des modifications des règles du jeu. C'est vraiment tout ? Presque... Car la vraie

différence, celle qui change « tout », c'est la surface. Le sable. Il rend les appuis difficiles, les sauts moins aériens, la course plus pénible. Et pourtant il permet un jeu plus spectaculaire, où personne ne rechigne à plonger pour défendre une balle, où le contre-pied, et donc le tir en finesse, devient plus efficace que le tir en force, et où, à cause justement des sauts moins

performants, les défenseurs prennent plus souvent le pas sur les attaquants qu'en salle, ce qui confère au jeu plus de fluidité et de continuité. Le jeu devient encore plus palpitant, pour le plus grand plaisir des joueurs et des spectateurs.

Ces principales différences étant exposées, étudions leurs conséquences, qui peuvent schématiquement être classées en trois catégories : techniques, tactiques et physiques.

La technique

Si on veut garder un minimum de solutions tactiques en attaque (volantes, changements de cadre, etc.), il est nécessaire de disposer de minimum trois mais idéalement de quatre attaquants. Si on veut défendre au moins à deux défenseurs en première zone sur chaque

cadre, il est également impératif de disposer de quatre défenseurs de première zone... Quatre attaquants, quatre défenseurs, mais seulement cinq joueurs sur le terrain ! La polyvalence technique devient primordiale. Contrairement au jeu à neuf, où les joueurs sont aujourd'hui extrêmement spécialisés (attaquants, défenseurs de première zone et défenseurs de deuxième zone), le jeu sur sable ne propose que des postes où il est nécessaire de placer des joueurs sachant attaquer, défendre, distribuer... **En attaque**, il est souvent très efficace sur sable de chercher à placer la balle le long de la ligne de fond, car il est d'usage que la défense de première zone ne soit constituée que de

Le sable permet un jeu plus spectaculaire, où personne ne rechigne à plonger pour défendre une balle, où le contre-pied, et donc le tir en finesse, devient plus efficace que le tir en force, et où, à cause justement des sauts moins performants, les défenseurs prennent plus souvent le pas sur les attaquants

le tchoukball avance vite!
restez informé!

Inscrivez-vous à la newsletter par e-mail de la FSTB
Il suffit d'aller inscrire son adresse e-mail sur le site www.tchoukball.ch



Tir en extension pour s'approcher du cadre.

deux défenseurs, qui ne peuvent occuper le même espace que s'ils étaient trois. Il

En attaque, il est souvent très efficace sur sable de chercher à placer la balle le long de la ligne de fond.

subsiste donc généralement des espaces au centre (face au cadre de renvoi), mais ces espaces sont difficiles à atteindre car ils demandent un long saut, et des espaces le long de la ligne de fond,

beaucoup plus faciles à trouver même sans élévation. Un entraînement spécifique, basé en particulier sur la vitesse d'exécution et visant à éliminer les erreurs lors de tir à la ligne (point perdu, mauvais rebond) est donc conseillé en attaque. **En défense**, la première qualité requise pour combler les espaces créés par l'absence d'un troisième défenseur est une bonne mobilité latérale. En second lieu, on entraînera la prise de balle sur les tirs à mi-hauteur. Ce type de défense permet en effet aux joueurs devant couvrir la deuxième zone de se placer quelques mètres plus en arrière, et ainsi de s'économiser physiquement. Le mur constitué par une première défense mobile et défendant également les balles à mi-hauteur constitue de plus une pression mentale sur l'attaquant qui ne manquera pas de faire effet dans les moments clé du match ! Les défenseurs veilleront également à entraîner les prises

En défense, la première qualité requise pour combler les espaces créés par l'absence d'un troisième défenseur est une bonne mobilité latérale.



Bonne coordination entre les défenseurs pour couvrir toute la surface à défendre

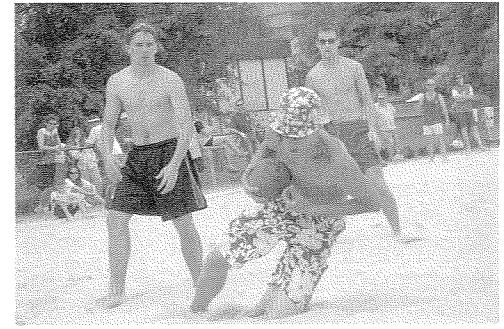
de balles latérales, par exemple en plongeant sur les tirs de seconde zone, car les appuis fuyants rendent difficile le positionnement du corps derrière le ballon, en particulier lorsque la balle est déviée par la défense de première zone. Enfin, dans la **construction du jeu**, des passes précises et rapides permettront plus qu'en salle de créer des espaces dans la défense, et en particulier dans la deuxième ligne.

La tactique

En attaque, le positionnement de base est un 2-1-2, soit deux joueurs sur chaque cadre et un distributeur-défenseur de deuxième zone au centre du terrain. En défense, le positionnement de base est un 2-2-1, soit 2 joueurs en première zone, 2 en deuxième et 1 en troisième. Naturellement, si l'équipe en attaque effectue une passe sur le cadre opposé, les positions doivent rapidement être modifiées pour transformer le 2-2-1 en 1-2-2 ! Certaines équipes préféreront un positionnement défensif asymétrique en 3-2. Cette option tactique permet de renforcer un cadre en première zone. En revanche, elle exige une meilleure condition physique pour couvrir la deuxième zone et impose en attaque des passes moyennes à longues au lieu des passes courtes possibles lorsqu'un relais se trouve au centre du terrain.

Une des composantes essentielles de la tactique du tchoukball, mais qui se révèle être encore plus fondamentale au beach tchoukball, est de faire courir la défense pour se créer des espaces et pour, au fil du match, fatiguer l'adversaire. Pour cela, des passes longues et précises d'un cadre à l'autre sont particulièrement efficaces. Il en va de même des volantes, qui sont toutefois plus difficiles à effectuer qu'en salle car le sable ne permet pas des sauts aussi élevés, et donc aussi longs (en temps) qu'en salle. Une excellente coordination (*timing*) est donc indispensable pour tenter des attaques en volantes.

La dernière grande option tactique concerne la gestion des changements. En effet, en plus de cinq joueurs présents sur le terrain, deux remplaçants peuvent se trouver sur le banc. Utiliser intelligemment ces remplaçants, par exemple par des changements fréquents permettant aux joueurs de récupérer leur souffle régulièrement, peut procurer un avantage physique intéressant. Des



Défense en mi-hauteur

changements trop fréquents peuvent en revanche perturber l'équipe. Chacun cherchera donc son taux de rotation préféré en plaçant ces deux arguments contradictoires dans la balance.

Le physique

Il ne fait aucun doute que courir dans le sable sous le soleil est plus pénible que de courir sur un revêtement ferme dans une salle climatisée. A durée de match égale, la condition physique est appelée à jouer un rôle clairement plus important sur sable qu'en salle. Il va donc de soi qu'une préparation physique rigoureuse constitue un atout important, qui peut s'avérer déterminant en fin de match. Le jeu sur sable, bien qu'issu d'un mouvement cherchant plus le plaisir du jeu dans une ambiance décontractée que l'effort physique pur et dur et la rigueur tactique d'un sport de salle, demeure donc un sport à part entière, dans lequel le sérieux et la qualité de la préparation physique ont un poids aussi important, si ce n'est plus, que dans le jeu en salle ! Un entraînement spécifique en résistance (efforts intenses de courte à moyenne durée mais fréquemment répétés) constitue à ce titre un excellent complément à une bonne endurance de base.

Une des composantes essentielles de la tactique du tchoukball, mais qui se révèle être encore plus fondamentale au beach tchoukball, est de faire courir la défense pour se créer des espaces et pour, au fil du match, fatiguer l'adversaire.

Et la recette miracle dans tout ça ?

Probablement le joueur polyvalent, mobile et lucide, bien entraîné physiquement, qui... Ou peut être tout simplement l'équipe qui saura trouver l'alchimie délicate consistant à créer à partir de sept individus un groupe soudé et solidaire... Rien de très différent du tchoukball en salle, somme toute ? Peut-être... Mais peut-être quelque chose de tout différent... Pour le savoir, rendez-vous du 5 au 10 juillet sur la place du Rhône à Genève, pour applaudir et encourager les équipes venues de Suisse, d'Autriche, de Belgique, du Brésil, du Canada, de France, de Grande-Bretagne, de Hongrie et de République de Chine ! Place au jeu... au beau jeu... et au soleil !

Michel Thomann