



# RÈGLES OFFICIELLES

## CHALLENGES & MINI-JEUX

# SOMMAIRE

<b>LA FÉDÉRATION SPORTIVE HOME BALL®</b> .....	<b>2</b>
<b>LA GÉNÈSE</b> .....	<b>3</b>
<b>LES RÈGLES COMMUNES DES PRATIQUES</b> .....	<b>5</b>
<b>HOME BALL® FOOT</b> .....	<b>7</b>
<b>HOME BALL® HAND</b> .....	<b>9</b>
<b>HOME BALL® HAND FAUTEUIL</b> .....	<b>11</b>
<b>CONTENU PÉDAGOGIQUE</b> .....	<b>13</b>
Home Ball® Max One	15
Duel Home Ball® Max One Cible 2	17
Home Ball® Tour Challenge	19
Jeu des numéros en équipes	21
Relais de tirs en équipes	23
Jeu du taureau	25
Home Ball® Foot Billard One	27
Home Ball® Foot Billard Two	29
Home Ball® Hand Billard Two	31
Match Adapté Zéro Contact	33
<b>FICHES DE SCORE CHALLENGES</b> .....	<b>35</b>
Fiche de score - Home Ball® Max One & Tour Challenge	36
Fiche de score - Jeu des numéros en équipes	37
Fiche de score - Relais de tirs en équipes	38
<b>FICHES DE SCORE MATCH ET TOURNOIS</b> .....	<b>39</b>
Fiche de score match officiel Home Ball®	40
Fiche Phase de Poule - 3 équipes	41
Fiche Phase de Poule - 4 équipes	42
Fiche Phase de Poule - 5 équipes	43
Fiche 8 <sup>èmes</sup> de finale	44
Fiche Quarts de finale à finales	45



## DOMINIQUE DESBOUILLONS, FONDATEUR

Tout a commencé avec de simples cibles en tubes PVC pour amuser ses neveux après leurs activités sportives. Rapidement, l'engouement dépasse le cercle familial et les cibles faites maison évoluent pour s'intégrer dans une cage en filet... **le Home Ball® prend vie.**

Les pratiques développées dans cet équipement sont avant tout conviviales et accessibles à tous, qu'importe ses capacités physiques et ses sensibilités sportives: **le Home Ball® rassemble.** Fédérer autour de ces sports est une évidence et donne naissance à une nouvelle communauté, celle des *Homeballeurs*.

**Toi aussi, rejoins notre famille !**

La **Fédération Sportive Home Ball® (FSHB)** a été créée en octobre 2018 pour promouvoir, développer et encourager au niveau national et international la pratique du Home Ball® sous toutes ses formes et dérivés.

## NOTRE IDENTITÉ ET NOS VALEURS : PLUS FORT ENSEMBLE !

La mixité, l'intergénération et l'inclusion sont au cœur du Home Ball®. Notre volonté est de collaborer avec la famille sportive au sens large : « *Créer du lien entre les individus. Des fédérations multi-sports au sport scolaire, en passant par le sport adapté, le handisport, le handball, le football, le basket... Accompagner tous ces acteurs dans la découverte et le développement du Home Ball® auprès de leur public.* »



### COMPÉTITIONS OFFICIELLES

Chaque année depuis 2015, des championnats de France de Home Ball® Foot & Hand sont organisés. **Plus qu'un équipement, un mouvement sportif !**

### LA F.S.H.B VOUS ACCOMPAGNE

Créez votre club ou section Home Ball®  
Intégrez du Home Ball® à vos temps forts  
Organisez un évènement officiel  
Devenez partenaire de la fédération

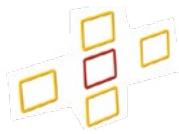
## NOS PARTENAIRES



## NOS COLLABORATIONS



# LA GENÈSE DU HOME BALL®



## CIBLES MULTIPLES

- Vision du jeu
- Exploitation des cotés
- Choix multiples : prise de décision
- Beaux gestes
- Beaucoup de buts
- Précision
- Frappe d'instinct
- Temporisation
- Challenges multiples
- Visuellement attractif : capte l'attention du public



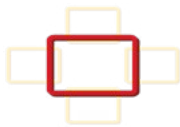
## TEMPS DE JEU : 5 MIN

- Adapté à tous les niveaux
- Jeu dynamique
- Matches intenses
- Facilité d'organisation des tournois



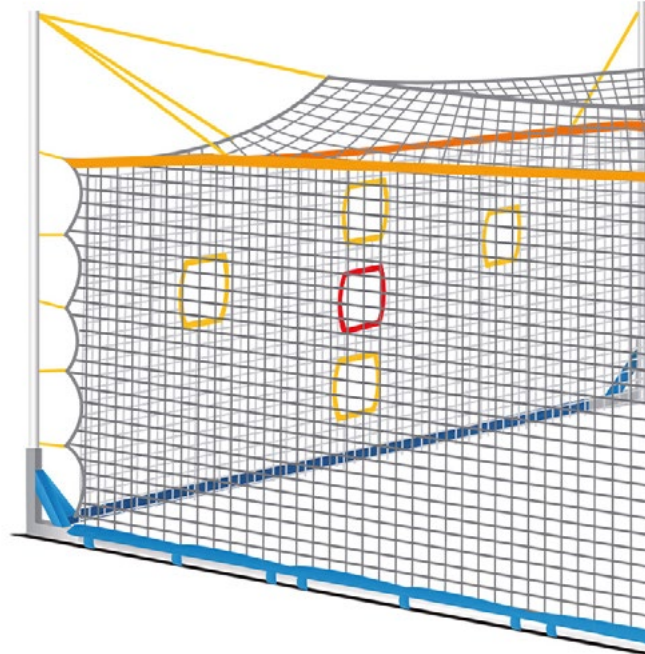
## NOMBRE DE JOUEURS LIMITÉS

- Tout le monde est acteur sur le terrain
- Beaucoup de ballons touchés : progression
- Impossible de se cacher sur le terrain
- Consignes faciles à donner
- Analyse aisée



## CIBLE ROUGE

- Persévérance
- Suspense
- Fair-play : le sport est un jeu
- Respect de l'adversaire
- Concentration
- Gestion des risques
- Ambiance
- Cohésion



HOME BALL® FOOT



HOME BALL® HAND

3 PRATIQUES &

- Développement de compétences techniques
- Variation des exercices
- Ouverture d'esprit

## SPORT POUR TOUS

- Sportifs / Non-sportifs
- Débutants / Confirmés / Pro
- Toutes générations
- Mixte
- Handisport
- Sport adapté

## MULTI-DISPOSITIF

- Scolaire
- Entreprise
- Loisir
- Compétition

Mixité

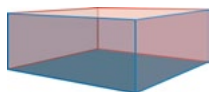
Accessibilité

Intergénération

# POURQUOI CES CHOIX ?

● INTÉRÊT POUR L'ENCADRANT

● INTÉRÊT POUR LE JOUEUR



## TERRAIN CLOS (BALLON TOUJOURS EN JEU)

- Jeu dynamique : pas de temps mort
- Sécurité pour les pratiquants et les spectateurs (pas de sortie de balle)
- Sentiment d'échec minime : *Prise de confiance* → évolution → épanouissement
- Promotion du sport en tous lieux
- Idéal pour les jeunes, débutants et non-sportifs
- Intégration

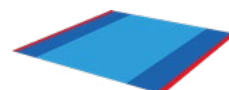
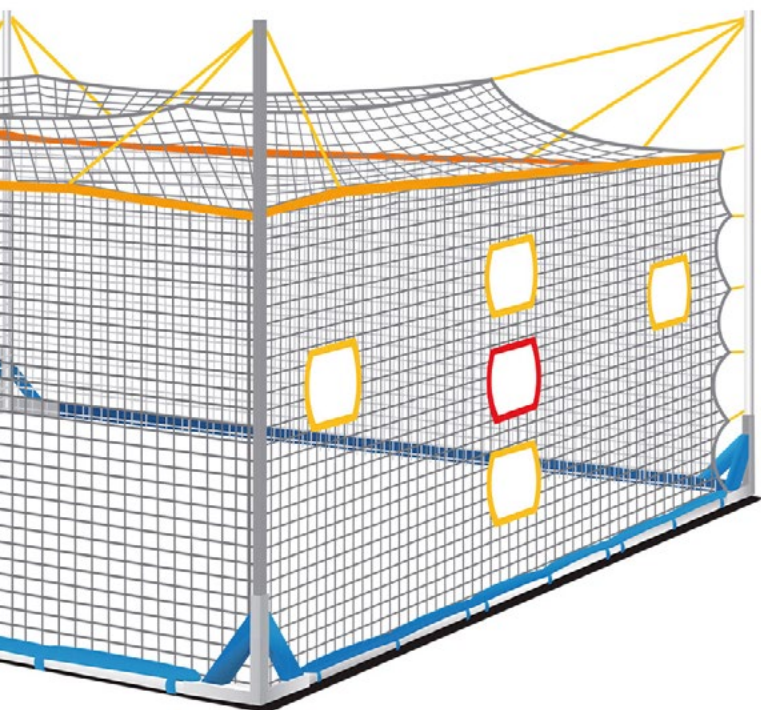
4M X 4M

6M X 6M

8M X 8M

## SURFACE DE JEU RESTREINTE

- Placement (gestion)
- Beaucoup de ballons touchés
- Jeu dynamique
- Évite les contacts violents (joueur emporté par son élan)
- Facilite l'intégration
- Accessible à tout âge
- Accessible à tous, même aux non-sportifs



## MARQUAGE AU SOL

- Limite l'excès d'engagement
- Apprentissage de la notion de zone
- Évite l'anti-jeu
- Fluidifie le jeu



## DES MINI-JEUX



HOME BALL® HAND FAUTEUIL



HOME BALL® ADAPTÉ

- Ambiance
- Suspense
- Sensibilisation auprès de nouveaux publics

## SPORTIF

- Santé
- Vacances
- Adapté
- Famille

## SPORTS EN TOUS LIEUX

- Terrain de sport intérieur
- Bitume / béton
- Sable
- Terrain de sport extérieur
- Sol naturel (herbe...)
- Tous sols non abrasifs

Convivialité

Intégration

Ouverture

# RÈGLES COMMUNES DU HOME BALL®

## HOME BALL® FOOT



## HOME BALL® HAND



## HOME BALL® HAND FAUTEUIL



### BUT DU JEU

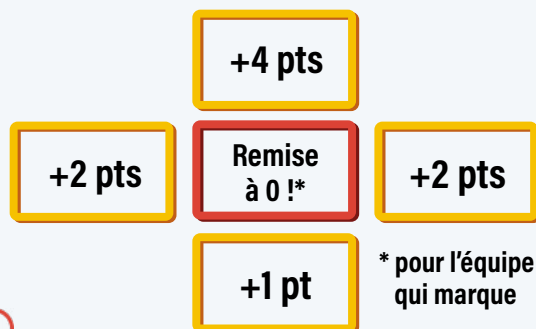
Deux équipes s'affrontent. L'objectif est de gagner son match en marquant le plus de points possible dans les **cibles jaunes** du camp adverse. Mais attention, si un joueur marque dans une **cible rouge**, le score de son équipe revient à 0.

! Les contacts physiques volontaires sont interdits.

### DURÉE D'UN MATCH : 5MIN

PREMIÈRE PÉRIODE	MI-TEMPS	DEUXIÈME PÉRIODE
2'30	1'	2'30

### 5 CIBLES PAR CAMP

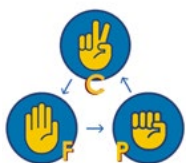


! Attention aux déviations de ballon car c'est le dernier joueur qui touche le ballon qui est sanctionné.

## ENGAGEMENT

### COUP D'ENVOI 1<sup>ÈRE</sup> PÉRIODE

Au début de la première période du match, l'équipe qui remporte le P.F.C (Pierre, Feuille, Ciseau) choisit son côté de terrain et gagne le coup d'envoi.



### COUP D'ENVOI 2<sup>ÈME</sup> PÉRIODE

Les équipes changent de camp et le coup d'envoi est réalisé par l'équipe qui ne l'avait pas effectué en première période.



### A CHAQUE COUP D'ENVOI ET ENGAGEMENT :

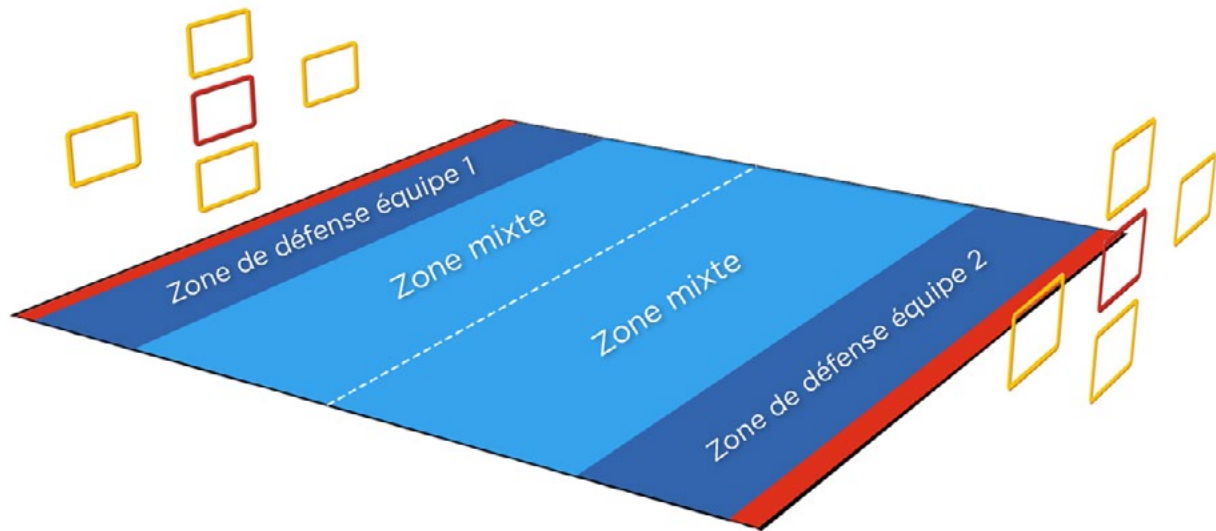
- Tous les joueurs doivent se trouver dans leur moitié de terrain
- Une passe est obligatoire avant de tirer

### ENGAGEMENT PENDANT LE MATCH

- Quand une équipe marque, c'est l'équipe adverse qui procède à un nouvel engagement.
- Quand l'arbitre attribue un coup franc à une équipe.

Si les équipes sont à égalité à la fin du temps réglementaire, deux possibilités : but en or (la première équipe qui marque dans une cible jaune gagne) ou tirs au but.

# PLACEMENT ET RÔLES DES JOUEURS



## ZONES DE JEU

### ZONE MIXTE

Les joueurs sont libres de se déplacer où ils veulent dans cette zone.

### ZONE DE DÉFENSE

Les joueurs de l'équipe adverse ne peuvent pas pénétrer dans cette zone.

### ZONE INTERDITE

Interdiction de pénétrer dans cette zone lorsqu'elle influence une phase de jeu.



Attention, un but est refusé si le tireur pénètre dans la zone de défense adverse avant ou après son tir. Cette règle permet d'éviter un excès d'engagement.

## RÔLES DES JOUEURS

2 RÔLES POSSIBLES

**JOUEUR LIBRE :** Il ne peut pas pénétrer dans la zone de défense adverse. Son espace de jeu est sa zone de défense (bleu foncé) + la zone mixte (bleu clair).

**PIVOT :** Il ne peut pas pénétrer dans les zones de défense. Son espace de jeu est uniquement la zone mixte (bleu clair).

*Jusqu'à 2 contre 2, tous les joueurs sont des joueurs libres. À partir de 3 contre 3, les joueurs supplémentaires sont des joueurs pivots (explication en détail dans les pages dédiées à nos pratiques).*

**Remplaçants :** Ils se placent à l'extérieur du terrain, côté opposé à l'arbitre, du même côté que leur équipe. L'entrée en jeu des joueurs remplaçants n'est autorisée qu'à la mi-temps ou pour remplacer un joueur blessé.

**Arbitre :** Il se place à l'extérieur du terrain devant la porte d'entrée. S'il le souhaite, l'arbitre peut faire appel à un/des arbitre(s) assistant(s) qui seront en charge du comptage des points et de la surveillance des zones de jeu.

# HOME BALL® FOOT

RÈGLES OFFICIELLES

Scannez-moi



Cardio | Technique | Précision | Dribble | Feintes | Jeu réduit





	TERRAIN 4M50 X 4M50	TERRAIN 6M50 X 6M50	TERRAIN 8M50 X 8M50
PRATIQUE COMPÉTITIVE	<p><b>1 VS 1</b></p> <p><b>1 JOUEUR LIBRE</b> par équipe</p>	<p><b>2 VS 2</b></p> <p><b>2 JOUEURS LIBRES</b> par équipe</p>	<p><b>3 VS 3</b></p> <p><b>2 JOUEURS LIBRES + 1 PIVOT</b> par équipe</p>
PRATIQUE LOISIR	<p><b>2 VS 2</b></p> <p><b>2 JOUEURS LIBRES</b> par équipe</p>	<p><b>3 VS 3</b></p> <p><b>2 JOUEURS LIBRES + 1 PIVOT</b> par équipe</p>	<p><b>4 VS 4</b></p> <p><b>2 JOUEURS LIBRES + 2 PIVOTS</b> par équipe</p>

## RÈGLEMENT COMPLÉMENTAIRE

- L'objectif est de **marquer le plus de points possible dans les cibles jaunes du camp adverse** avec les pieds, la tête et les genoux. Utilisation des mains et des bras interdite.
- **Tir dans la zone de défense adverse** : le tir est autorisé si le pied du tireur ne rentre pas en contact avec le sol de la zone de défense.
- **Grattage de ballon** : le joueur peut récupérer un ballon qui est au sol dans la zone de défense adverse s'il entre en contact uniquement avec le ballon, sans que son pied ne touche le sol. Quand un ballon est gratté, le joueur doit faire une passe ou repasser par sa zone de défense avant de pouvoir tirer de nouveau.
- Le joueur peut se servir du filet sur les côtés du terrain pour passer le ballon ou tirer.

## INTERDICTIONS DANS LE JEU

INTERDICTIONS	SANCTIONS	<b>COUP FRANC INDIRECT</b>	
		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Contact (pressing corps à corps)</li> <li>• Jouer à terre</li> <li>• Rentrer dans la zone de défense adverse</li> <li>• Pénétrer dans une zone de jeu interdite par son poste</li> <li>• Conserver le ballon plus de 10s dans sa zone de défense</li> </ul>	<p>Chaque joueur repart dans sa moitié de terrain et l'équipe qui a subi la faute engage.</p>
		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Toucher le ballon avec les mains ou les bras</li> <li>• Tenir ou pousser son adversaire</li> <li>• Tacler son adversaire</li> <li>• S'accrocher ou se jeter dans les filets</li> <li>• Effectuer un pied haut</li> </ul>	<p><b>PENALTY</b></p> <p>Le joueur ayant subi la faute / son partenaire se positionne au centre du terrain pour tirer sans opposition.</p> <p><b>ATTENTION!</b> Si le tireur envoie le ballon dans la cible rouge, le score de son équipe revient à 0.</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Anti-jeu à répétition</li> <li>• Manque de respect à l'arbitre ou aux joueurs</li> <li>• Gestes trop dangereux</li> <li>• Non respect des consignes de sécurité</li> </ul>	<p><b>DÉFAITE ARBITRALE</b></p> <p>L'équipe sanctionnée perd instantanément sur le score de 10 à 0.</p>		

# HOME BALL® HAND

RÈGLES OFFICIELLES

Scannez-moi



Rapidité | Vision de jeu | Précision | Feintes | Tir à la hanche



	TERRAIN 4M50 X 4M50	TERRAIN 6M50 X 6M50	TERRAIN 8M50 X 8M50
PRATIQUE COMPÉTITIVE	<p><b>2 VS 2</b></p> <p><b>2 JOUEURS LIBRES</b> par équipe</p>	<p><b>3 VS 3</b></p> <p><b>2 JOUEURS LIBRES + 1 PIVOT</b> par équipe</p>	<p><b>4 VS 4</b></p> <p><b>2 JOUEURS LIBRES + 2 PIVOTS</b> par équipe</p>
PRATIQUE LOISIR	<p><b>3 VS 3</b></p> <p><b>2 JOUEURS LIBRES + 1 PIVOT</b> par équipe</p>	<p><b>4 VS 4</b></p> <p><b>2 JOUEURS LIBRES + 2 PIVOTS</b> par équipe</p>	<p><b>5 VS 5</b></p> <p><b>3 JOUEURS LIBRES + 2 PIVOTS</b> par équipe</p>

## RÈGLEMENT COMPLÉMENTAIRE

- L'objectif est de **marquer le plus de points possible** dans les cibles jaunes du camp adverse avec les mains. Utilisation des pieds interdite.
- Le porteur du ballon n'a pas le droit de marcher ou de dribbler.
- Il est interdit de tirer en extension.
- Si un joueur récupère le ballon après avoir manqué son tir sans que l'adversaire ne l'ait touché, il est obligé de faire une passe à un coéquipier avant de pouvoir tirer de nouveau.

## INTERDICTIONS DANS LE JEU

<b>INTERDICTIONS</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Marcher (pour le porteur du ballon)</li> <li>• Dribbler / Jouer à terre / Tirer en extension</li> <li>• Rentrer dans la zone de défense adverse</li> <li>• Pénétrer dans une zone de jeu interdite par son poste</li> <li>• Conserver le ballon plus de 5s</li> </ul>	<b>SANCTIONS</b>	<p><b>COUP FRANC INDIRECT</b></p> <p>Chaque joueur repart dans sa moitié de terrain et l'équipe qui a subi la faute engage.</p>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Toucher le ballon avec les pieds volontairement</li> <li>• Tenir ou pousser son adversaire</li> <li>• Jeu dangereux et anti-jeu</li> <li>• S'accrocher ou se jeter dans les filets</li> <li>• Défendre dans la zone rouge</li> </ul>		<p><b>PENALTY</b></p> <p>Le joueur ayant subi la faute / son partenaire se positionne au centre de sa zone de défense pour tirer sans opposition.</p> <p><b>ATTENTION!</b> Si le tireur envoie le ballon dans la cible rouge, le score de son équipe revient à 0.</p>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Anti-jeu à répétition</li> <li>• Manque de respect à l'arbitre ou aux joueurs</li> <li>• Gestes trop dangereux</li> <li>• Non respect des consignes de sécurité</li> </ul>		<p><b>DÉFAITE ARBITRALE</b></p> <p>L'équipe sanctionnée perd instantanément sur le score de 25 à 0.</p>

# HOME BALL® HAND FAUTEUIL

RÈGLES OFFICIELLES

Scannez-moi



Déplacement | Précision | Passes rapides | Feintes | Jeu réduit



	TERRAIN 4M50 X 4M50	TERRAIN 6M50 X 6M50	TERRAIN 8M50 X 8M50
PRATIQUE COMPÉTITIVE	<p><b>1 VS 1</b></p> <p><b>1 JOUEUR LIBRE</b> par équipe</p>	<p><b>2 VS 2</b></p> <p><b>2 JOUEURS LIBRES</b> par équipe</p>	<p><b>3 VS 3</b></p> <p><b>2 JOUEURS LIBRES + 1 PIVOT</b> par équipe</p>
PRATIQUE LOISIR	<p><b>2 VS 2</b></p> <p><b>2 JOUEURS LIBRES</b> par équipe</p>	<p><b>3 VS 3</b></p> <p><b>2 JOUEURS LIBRES + 1 PIVOT</b> par équipe</p>	<p><b>4 VS 4</b></p> <p><b>2 JOUEURS LIBRES + 2 PIVOTS</b> par équipe</p>

## RÈGLEMENT COMPLÉMENTAIRE

- L'objectif est de **marquer le plus de points possible dans les cibles jaunes du camp adverse** avec les mains.
- Quand un joueur récupère le ballon ou reçoit une passe, il doit stopper son déplacement.
- Le porteur de ballon n'a pas le droit de se déplacer ou de dribbler (les autres joueurs peuvent se déplacer librement).
- La passe et le tir s'effectuent à l'arrêt à l'exception du «tir à la volée» qui peut s'effectuer en mouvement car le tireur ne capte pas la balle (déviée par une tape brève). **Attention : si le joueur marque et termine son action dans la zone de défense adverse, le but est refusé.**
- Si un joueur récupère le ballon après avoir manqué son tir sans que l'adversaire ne l'ait touché, il est obligé de faire une passe à un coéquipier avant de pouvoir tirer de nouveau (sauf en 1vs1).

## INTERDICTIONS DANS LE JEU

<b>INTERDICTIONS</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Avancer (pour le porteur du ballon)</li> <li>• Dribbler</li> <li>• Rentrer dans la zone de défense adverse</li> <li>• Pénétrer dans une zone de jeu interdite par son poste</li> <li>• Conserver le ballon plus de 5s</li> </ul>	<b>SANCTIONS</b>	<p><b>COUP FRANC INDIRECT</b></p> <p>Chaque joueur repart dans sa moitié de terrain et l'équipe qui a subi la faute engage.</p>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Toucher le ballon avec les pieds volontairement</li> <li>• Tenir ou pousser son adversaire</li> <li>• Jeu dangereux et anti-jeu</li> <li>• S'accrocher ou se jeter dans les filets</li> <li>• Défendre dans la zone rouge</li> </ul>		<p><b>PENALTY</b></p> <p>Le joueur ayant subi la faute ou son partenaire se positionne au centre de sa zone de défense pour tirer sans opposition.</p> <p><b>ATTENTION! Si le tireur envoie le ballon dans la cible rouge, le score de son équipe revient à 0 !</b></p>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Anti-jeu à répétition</li> <li>• Manque de respect à l'arbitre ou aux joueurs</li> <li>• Gestes trop dangereux</li> <li>• Non respect des consignes de sécurité</li> </ul>		<p><b>DÉFAITE ARBITRALE</b></p> <p>L'équipe sanctionnée perd instantanément sur le score de 15 à 0.</p>

# CONTENU PÉDAGOGIQUES

CHALLENGES & MINI-JEUX

Scannez-moi





Grâce à nos années d'expérience et à l'analyse de vos retours lors d'événements organisés par notre équipe (événements, séminaires, interventions dans les écoles / centres de loisirs, compétitions Home Ball®), nous avons développé de nombreux challenges, mini-jeux & exercices adaptés à tous les âges et tous les publics.

Nous souhaitons que tous les utilisateurs d'équipements Home Ball® puissent bénéficier des meilleures animations possibles pour progresser et, surtout, s'amuser.

Pour cela, nous avons créé l'application mobile Home Ball, pour profiter de notre contenu pédagogique à tout moment. Téléchargez-la dès maintenant sur votre appareil Apple Android !

Grâce à ce cahier pédagogique et l'application, valorisez votre acquisition avec des animations pro, adaptées et faciles à encadrer.

**Pleins de mini-jeux** pour profiter d'une grande variété d'animations / d'entraînements.

**Des challenges en équipe** pour la cohésion de groupe, tout en favorisant l'inclusion.

**Des challenges individuels** où chaque joueur se bat contre le chronomètre.

Le contenu pédagogique Home Ball® est un ensemble de mini-jeux, challenges et exercices adaptés à une pratique sans contact idéale pour débiter, pour des jeunes publics ou des non-sportifs.

Profitez-en à tout moment pour varier vos entraînements, séances en club ou stages sportifs !

HOME BALL, UN ÉQUIPEMENT LUDO-ÉDUCATIF QUI DEVIENT INCONTOURNABLE !  
VOTRE ALLIÉ POUR CAPTER L'ATTENTION DE TOUS LES PUBLICS !



ANIMATION EN À CLAIREFONTAINE



ANIMATION EN CENTRE DE LOISIRS



CYCLE SCOLAIRE

# HOME BALL® MAX ONE

FOOT & HAND

## MATÉRIEL

- Terrain Home Ball®
- 1 cerceau / délimitation au sol
- 1 ballon
- 1 chronomètre
- 1 fiche de score

## ENCADREMENT

- 1 animateur ou éducateur sportif par terrain
- Difficulté : simple

## PUBLIC

- À partir de 5 ans
- Adapté à tous (sportifs et non-sportifs)

## DÉVELOPPEMENT DES APTITUDES

- Précision
- Concentration (gestion du stress)
- Rapidité

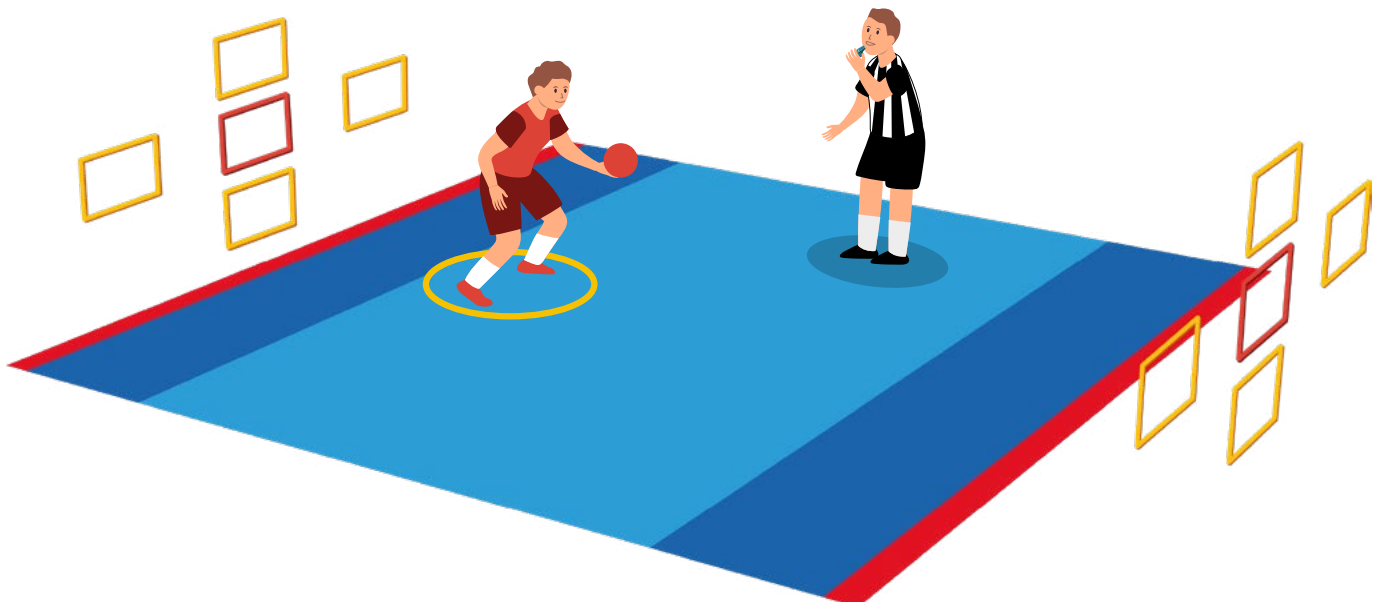
## MISE EN PLACE DE L'ATELIER

1

- Positionner 1 cerceau (en jaune sur l'illustration) ou 1 marquage au sol qui déterminera l'endroit d'où seront exécutés les tirs.
- Déposer 1 ballon (en rouge sur l'illustration) dans le cerceau ou sur la ligne de marquage.

2

L'animateur et un joueur entrent dans le terrain, les autres restent à l'extérieur.





# DÉROULEMENT DU JEU

## LES RÈGLES

**Objectif :** Marquer le plus de points possible en 1 minute.

Le joueur prend le ballon et se positionne dans le cerceau d'où il effectuera ses tirs.

Après chaque tir, le joueur doit aller récupérer le ballon le plus rapidement possible et revenir dans le cerceau pour tirer de nouveau.

L'animateur compte les points (voir valeur des cibles ci-contre).

**Attention**, si le ballon est envoyé dans la cible rouge, le score revient à 0.



**Variantes possibles :**

- 30 secondes de tirs main direct + 30 secondes de tirs main à rebond
- 30 secondes de tirs main (direct ou rebond) + 30 secondes de tirs au pied
- 20 secondes de tirs main direct + 20 secondes de tirs main à rebond + 20 secondes de tirs au pied

L'animateur annonce le lancement du challenge et le changement de mode de tir par un coup de sifflet.

En résumé...

### 1 - L'ANIMATEUR CHOISIT LE MODE DE TIR

AU PIED

À LA MAIN TIR DIRECT

À LA MAIN TIR À REBOND

Pour rendre les parties encore plus amusantes, l'animateur peut demander que le tir soit réalisé avec la « mauvaise » main ou le « mauvais » pied.

### 2 - IL DONNE LE TOP DÉPART ET COMPTE LES POINTS

### 3 - APRÈS 1 MINUTE, IL SIFFLE LA FIN DU CHALLENGE



## CONSIGNES POUR L'ANIMATEUR ARBITRE

- Déterminez la distance du tir en fonction du niveau et des capacités de votre groupe
- Vérifiez que les joueurs tirent du bon endroit et de la bonne façon
- Pour davantage de statistiques, notez l'ensemble des tirs réalisés (échoués + marqués)

# DUEL HOME BALL® MAX ONE

FOOT & HAND

## MATÉRIEL

- Terrain Home Ball®
- 2 cerceaux ou délimitations au sol
- 1 ballon
- 1 chronomètre
- 1 fiche de score

## ENCADREMENT

- 1 animateur ou éducateur sportif par terrain.
- Difficulté : simple

## PUBLIC

- À partir de 5 ans
- Adapté à tous (sportifs et non-sportifs)

## DÉVELOPPEMENT DES APTITUDES

- Précision
- Concentration (gestion du stress)
- Rapidité
- Endurance

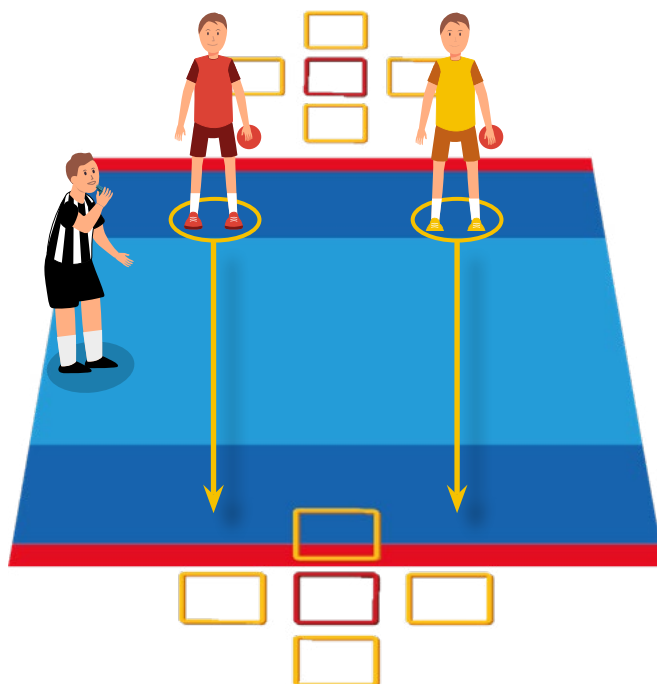
## MISE EN PLACE DE L'ATELIER

1

- Positionner 2 cerceaux (en jaune sur l'illustration) ou 2 lignes de marquage au sol qui détermineront l'endroit d'où seront exécutés les tirs.
- Déposer un ballon (en rouge sur l'illustration) dans chaque cerceau.

2

L'animateur et les deux joueurs entrent dans le terrain, les autres restent à l'extérieur.



# DÉROULEMENT DU JEU

## LES RÈGLES

**Objectif :** Marquer plus de points que son adversaire dans la cible 2 points en face de soi pour gagner.

Les deux joueurs se positionnent dans le cerceau d'où ils effectueront leurs tirs, et prennent un ballon.

Au coup de sifflet de l'animateur, le challenge commence. Les joueurs doivent marquer le plus de points possible en 1 minute dans la cible 2 points située en face d'eux. À chaque tir réussi, le joueur augmente son score de 2 points.

Après chaque tir, le joueur doit aller récupérer le ballon le plus rapidement possible et revenir dans le cerceau pour tirer de nouveau. **Attention**, si le ballon est envoyé dans la cible rouge, le score du tireur revient à 0.

### Variantes possibles :

- Duels de 30 secondes
- Obligation pour les participants de jouer avec leur mauvaise main / mauvais pied

L'animateur annonce la fin du duel avec un coup de sifflet. **Le vainqueur est celui qui aura marqué le plus de points !**

En résumé...

### 1 - L'ANIMATEUR CHOISIT LE MODE DE TIR

AU PIED

À LA MAIN TIR DIRECT

À LA MAIN TIR À REBOND

### 2 - IL DONNE LE TOP DÉPART ET COMPTE LES POINTS

### 3 - APRÈS 1 MINUTE, IL SIFFLE LA FIN DU CHALLENGE



## CONSIGNES POUR L'ANIMATEUR ARBITRE

- Déterminez la distance du tir en fonction du niveau et des capacités de votre groupe
- Vérifiez que les joueurs tirent du bon endroit et de la bonne façon
- Pour davantage de statistiques, notez l'ensemble des tirs réalisés (échoués + marqués)

### LES + DE L'EXERCICE

- Adapté à tous types de joueurs
- Idéal pour créer des duels à élimination directe
- Duels en battle fun qui développent l'esprit de compétition

# HOME BALL® TOUR CHALLENGE

FOOT & HAND

## MATÉRIEL

- Terrain Home Ball®
- 1 ballon
- 1 chronomètre
- 1 fiche de score

## PUBLIC

- À partir de 5 ans
- Adapté à tous (sportifs et non-sportifs)

## ENCADREMENT

- 1 animateur ou éducateur sportif par terrain.
- Difficulté : simple à moyen

## DÉVELOPPEMENT DES APTITUDES

- Précision
- Concentration (gestion du stress)
- Rapidité

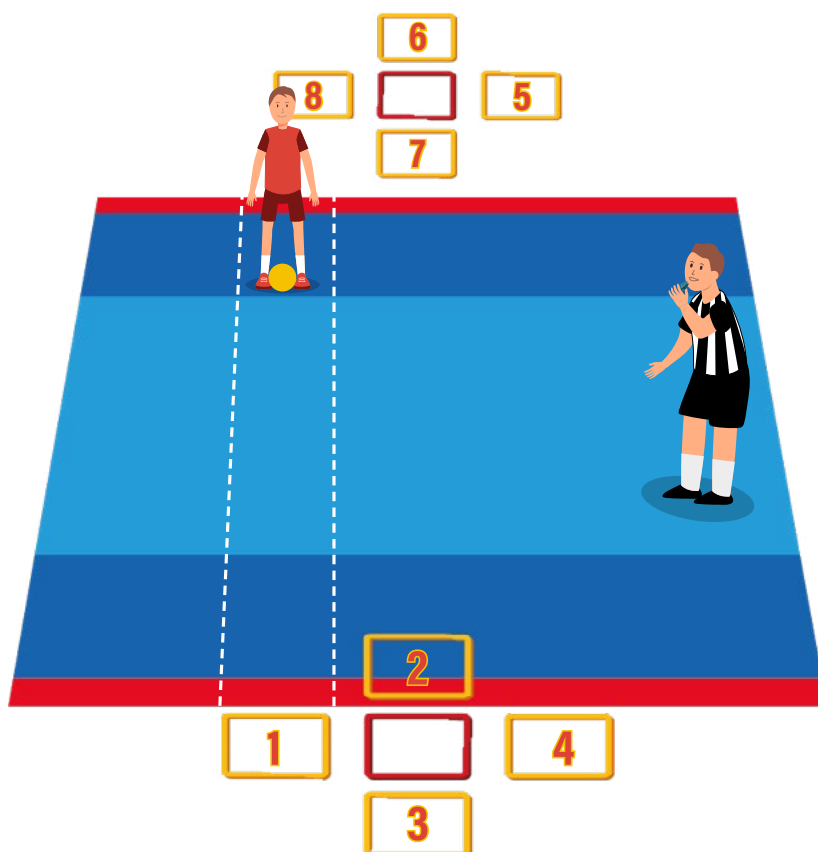
## MISE EN PLACE DE L'ATELIER

1

L'animateur et le joueur entrent dans le terrain, les autres restent à l'extérieur.

2

Avec un ballon, le joueur se positionne dans la zone de défense, face à la cible n°1.



# DÉROULEMENT DU JEU

## LES RÈGLES

**Objectif :** Marquer le plus vite possible dans les 8 cibles jaunes du terrain de Home Ball® en respectant l'ordre de tir demandé.

- Les tirs s'effectuent sur la ligne de défense face de la cible visée.
- Il faut marquer pour passer à la cible suivante, et suivre l'ordre indiqué. Si un joueur rate son tir, il doit recommencer jusqu'à le réussir.
- Après chaque tir, le joueur doit aller chercher le ballon et revenir derrière la ligne de défense, en face de sa cible visée.

**Attention,** si le ballon est envoyé dans la cible rouge, le joueur recommence le challenge depuis le début sans remettre le chronomètre à 0.

### Contraintes possibles :

- Tir à rebond (à la main)
- Tir du mauvais pied / de la mauvaise main

En résumé...

### 1 - L'ANIMATEUR CHOISIT LE MODE DE TIR

AU PIED

À LA MAIN TIR DIRECT

À LA MAIN TIR À REBOND

### 2 - IL DONNE LE TOP DÉPART ET LANCE LE CHRONO

### 3 - DÈS QUE LE JOUEUR MARQUE DANS LA CIBLE 8, IL ARRÊTE LE CHRONO



## CONSIGNES POUR L'ANIMATEUR ARBITRE

- Déterminez la distance du tir en fonction du niveau et des capacités de votre groupe
- Vérifiez que les joueurs tirent du bon endroit et de la bonne façon
- Notez le temps réalisé pour chaque joueur (voir fiche page 36)

# JEU DES NUMÉROS EN ÉQUIPES

FOOT & HAND

## MATÉRIEL

- Terrain Home Ball®
- 2 cerceaux ou délimitations au sol
- 2 ballons
- 1 chronomètre
- 1 fiche de score

## PUBLIC

- À partir de 5 ans
- Adapté à tous (sportifs et non-sportifs)

## ENCADREMENT

- 1 animateur ou éducateur sportif par terrain.
- Difficulté : simple

## DÉVELOPPEMENT DES APTITUDES

- Précision
- Concentration (gestion du stress)
- Rapidité
- Cohésion d'équipe (encouragement...)
- Réactivité

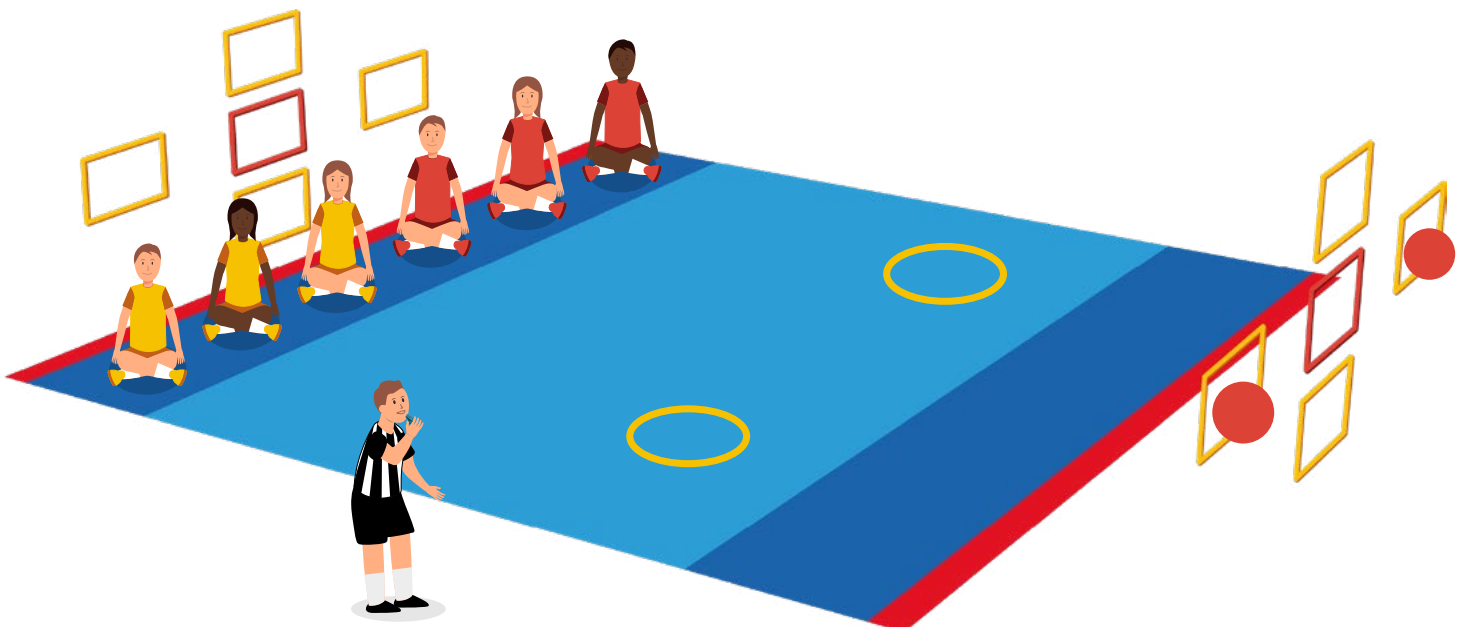
## MISE EN PLACE DE L'ATELIER

1

- Positionner 2 cerceaux (en jaune sur le schéma) ou 2 lignes de marquage au sol à égale distance et face aux cibles jaunes de valeur 2 points.
- Déposer les 2 ballons (en rouge sur le schéma) : 1 dans chaque cible jaune de valeur 2 points.

2

L'animateur et les deux équipes composées de 2 à 5 joueurs entrent sur le terrain.



# DÉROULEMENT DU JEU

## LES RÈGLES

**Objectif :** Terminer avec plus de points que l'équipe adverse, en marquant le plus vite possible.

Avant le début du jeu, chaque joueur se voit attribuer un ou plusieurs numéros.

L'animateur annonce un numéro (au hasard), les joueurs appelés vont chercher le plus rapidement possible le ballon situé dans la cible jaune face à eux, et vont se positionner dans le cerceau (ou derrière la ligne de marquage au sol) pour tirer dans cette même cible.

À chaque échec, les tireurs doivent recommencer. Le joueur qui marque en premier fait gagner 2 points à son équipe. Il reste alors 3 tentatives à l'adversaire pour réussir son tir et remporter 1 point. S'il échoue, son équipe ne marque aucun point.

L'animateur note les scores puis appelle un autre numéro (préconisation de 3 appels max par numéro).

*En résumé...*

### 1 - LES JOUEURS DE CHAQUE ÉQUIPE CHOISISSENT UN NUMÉRO

L'animateur peut demander à chaque joueur de choisir deux numéros (par exemple, pour une équipe de 3, les joueurs de chaque équipe se répartissent deux numéros allant de 1 à 6).

### 2 - LES JOUEURS S'ASSOIENT SUR LE SOL, DOS AU FILET, FACE À LEUR CIBLE JAUNE 2 PTS

### 3 - L'ANIMATEUR CHOISIT LE MODE DE TIR

AU PIED

À LA MAIN TIR DIRECT

À LA MAIN TIR À REBOND

*Pour rendre les parties encore plus amusantes, l'animateur peut demander que le tir soit réalisé avec la « mauvaise » main ou le « mauvais » pied.*

### 4 - IL DONNE LE TOP DÉPART ET APPELLE LE PREMIER NUMÉRO



## CONSIGNES POUR L'ANIMATEUR ARBITRE

- Déterminez la distance du tir en fonction du niveau et des capacités de votre groupe
- Vérifiez que les joueurs tirent du bon endroit et de la bonne façon
- Notez les numéros appelés et les scores après chaque passage (voir fiche page 37)

# RELAIS DE TIRS EN ÉQUIPES

FOOT & HAND

## MATÉRIEL

- Terrain Home Ball®
- 2 cerceaux ou délimitations au sol
- 2 ballons
- 1 chronomètre
- 1 fiche de score

## ENCADREMENT

- 1 animateur ou éducateur sportif par terrain.
- Difficulté : simple

## PUBLIC

- À partir de 5 ans
- Adapté à tous (sportifs et non-sportifs)

## DÉVELOPPEMENT DES APTITUDES

- Précision
- Concentration (gestion du stress)
- Rapidité
- Cohésion d'équipe (encouragement...)

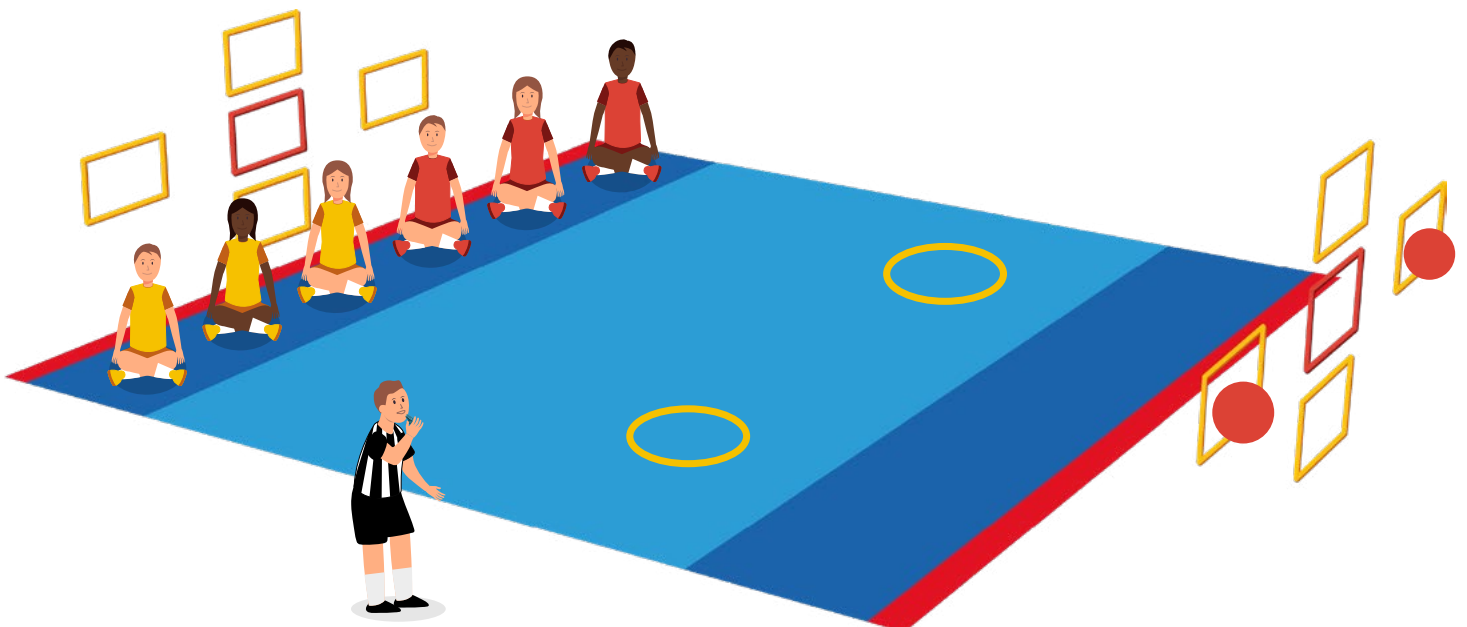
## MISE EN PLACE DE L'ATELIER

1

- Positionner 2 cerceaux (en jaune sur le schéma) ou 2 lignes de marquage au sol à égale distance et face aux cibles jaunes de valeur 2 points.
- Déposer les 2 ballons (en rouge sur le schéma) : 1 dans chaque cible jaune de valeur 2 points.

2

L'animateur et les deux équipes composées de 2 à 5 joueurs entrent sur le terrain.





# DÉROULEMENT DU JEU

## LES RÈGLES

**Objectif :** Terminer le relais avant l'équipe adverse.

Avant le début du jeu, chaque équipe attribue un ordre de passage pour tous ses joueurs.

Au coup de sifflet de l'animateur, les joueurs n°1 de chaque équipe vont chercher le plus rapidement possible le ballon situé dans la cible jaune face à eux, et vont se positionner dans le cerceau (ou derrière la ligne de marquage au sol) pour tirer dans cette même cible.

À chaque échec, les tireurs doivent recommencer. Une fois que le tir est réussi, le tireur vient taper dans la main du prochain joueur de son équipe, qui devra à son tour aller marquer. L'équipe gagnante est celle dont le dernier tireur réussit à marquer son tir (préconisation de 3 passages ou 3 manches gagnantes).

Attribution des points :

Équipe victorieuse : 2 points | Équipe deuxième : 1 point (0 point si l'équipe n'arrive pas à finir son relais)

*En résumé...*

### 1 - CHAQUE ÉQUIPE DÉTERMINE L'ORDRE DE PASSAGE DES JOUEURS

Equipe rouge : joueur 1, joueur 2, joueur 3, etc. | Equipe jaune : joueur 1, joueur 2, joueur 3, etc.

### 2 - LES JOUEURS S'ASSOIENT SUR LE SOL, DOS AU FILET, FACE À LEUR CIBLE JAUNE 2 PTS

Les joueurs n°1 de chaque équipe se positionnent dans les angles et les numéros suivants à leur côté.

### 3 - L'ANIMATEUR CHOISIT LE MODE DE TIR

AU PIED

À LA MAIN TIR DIRECT

À LA MAIN TIR À REBOND

### 4 - IL DÉTERMINE LE NOMBRE DE PASSAGE ET DONNE LE TOP DÉPART

Nous préconisons minimum 2 passages pour permettre à chaque joueur de jouer avec de l'enjeu. Si vous mettez en place le challenge avec seulement un tir, les derniers tireurs de l'équipe vaincue joueront sans pression ni motivation.



## CONSIGNES POUR L'ANIMATEUR ARBITRE

- Déterminez la distance du tir en fonction du niveau et des capacités de votre groupe
- Vérifiez que les joueurs tirent du bon endroit et de la bonne façon
- Notez les scores après chaque passage (voir fiche page 38)

# JEU DU TAUREAU

FOOT & HAND

## MATÉRIEL

- Terrain Home Ball®
- 12 coupelles de délimitation ou marquage au sol
- 1 à 2 ballon(s)
- 1 chronomètre

## ENCADREMENT

- 1 animateur ou éducateur sportif par terrain.
- Difficulté : simple (2 taureaux) à moyen (3/4 taureaux)

## PUBLIC

- À partir de 5 ans
- Adapté à tous (sportifs et non-sportifs)

## DÉVELOPPEMENT DES APTITUDES

- Joueur d'angle : réactivité, feinte, rapidité et précision.
- Joueur taureau : pressing et anticipation

## NOMBRE DE JOUEURS

- Joueurs d'angle : 4
- Joueurs taureaux : 2 à 4

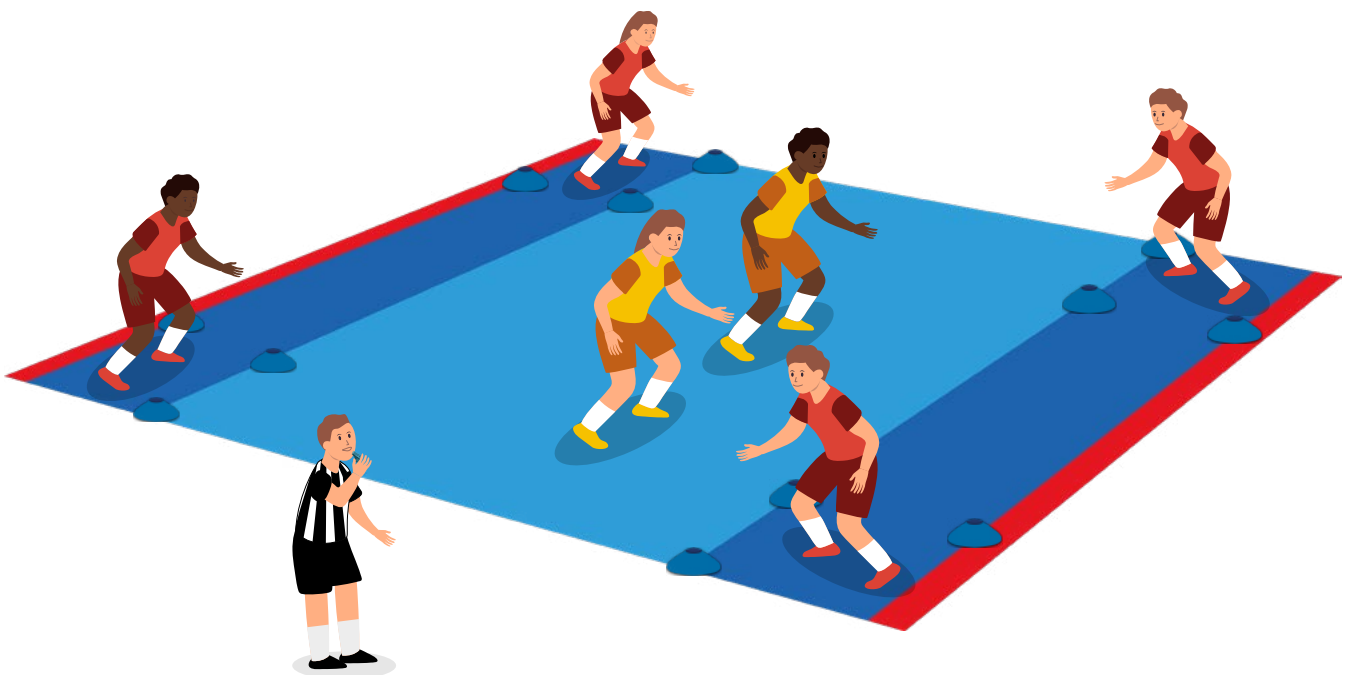
## MISE EN PLACE DE L'ATELIER

1

- Positionner les coupelles de délimitation au sol.
- Déterminer le nombre de ballons pour le jeu (1 ou 2 maximum)

2

L'animateur fait entrer tous les joueurs sur le terrain.



# DÉROULEMENT DU JEU

## LES RÈGLES

**Objectif :** Les joueurs d'angle doivent se faire des passes sans que le ballon ne soit attrapé par un joueur taureau.

Lorsqu'un joueur taureau récupère le ballon, il prend soit la place du joueur d'angle ayant manqué sa passe, soit la place du joueur ayant mal réceptionné une passe réussie.

### Contraintes OBLIGATOIRES :

Les joueurs d'angle ne peuvent pas conserver la balle plus de 5 secondes, ni sortir de leur zone.

### Contraintes FACULTATIVES :

- Obligation de jouer de sa mauvaise main / mauvais pied
- Interdiction de repasser la balle au dernier joueur ayant effectué une passe
- À la main, obligation de passer la balle avec un rebond ou, au contraire, en passe direct.

En résumé...

## 1 - L'ANIMATEUR RÉPARTIT LES JOUEURS

Les 4 joueurs d'angle se placent dans les zones situées aux quatre coins du terrain.

Les joueurs taureaux se placent au centre du terrain.

## 2 - IL CHOISIT LE MODE DE TIR

AU PIED

À LA MAIN TIR DIRECT

À LA MAIN TIR À REBOND

## 3 - IL DÉTERMINE LE NOMBRE DE BALLON

1 BALLON

2 BALLONS

## 4 - IL DONNE LE TOP DÉPART



## CONSIGNES POUR L'ANIMATEUR ARBITRE

- Déterminez la distance du tir en fonction du niveau et des capacités de votre groupe
- Vérifiez que les joueurs tirent du bon endroit et de la bonne façon
- Ajoutez des contraintes facultatives pour varier les parties

# HOME BALL® FOOT BILLARD ONE

INDIVIDUEL OU EN ÉQUIPES

## MATÉRIEL

- Terrain Home Ball®
- 1 ballon
- 1 fiche de score

## PUBLIC

- À partir de 6 ans
- Adapté à tous (sportifs et non-sportifs)

## ENCADREMENT

- 1 animateur ou éducateur sportif par terrain.
- Difficulté : moyen
- Auto-arbitrage possible

## DÉVELOPPEMENT DES APTITUDES

- Précision
- Concentration (gestion du stress)
- Réflexion
- Habileté

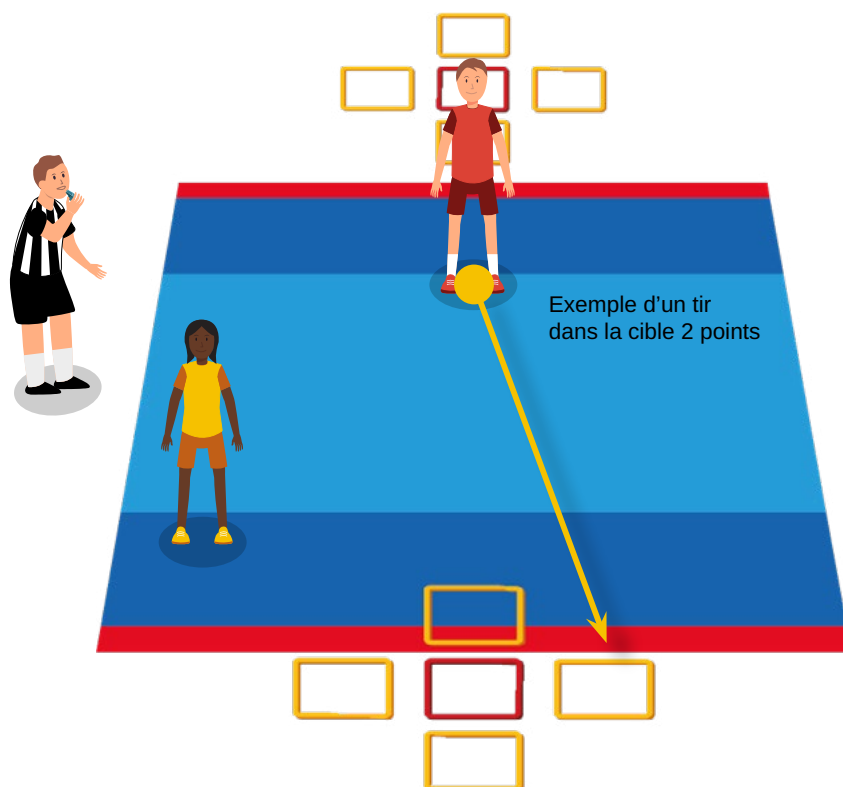
## MISE EN PLACE DE L'ATELIER

1

Positionner le ballon au centre du terrain et faire entrer les joueurs qui se placent chacun dans un camp.

2

L'arbitre se place face à la porte du terrain et les joueurs spectateurs, face à lui, derrière le filet de l'autre côté du terrain.



**Pour le jeu en équipe :**  
Seuls les joueurs directement impliqués dans l'action en cours sont sur le terrain. Les autres joueurs doivent sortir pour laisser le champ libre au jeu.

# DÉROULEMENT DU JEU

## LES RÈGLES

**Objectif :** Marquer dans les cibles jaunes du camp adverse.

Être le premier à atteindre un score de 20pts ou + pour gagner son match.

**Mode de tir :** pieds uniquement

Valeur des cibles



### 1 - LES JOUEURS FONT UN PIERRE / FEUILLE / CISEAUX



### 2 - LE GAGNANT CHOISIT SON CAMP ET ENGAGE

#### ENGAGEMENT

Le joueur prend le ballon et le place où il le souhaite dans sa zone de défense afin d'exécuter son tir.

### 3 - DEUX POSSIBILITÉS DE JEU

#### 2 POSSIBILITÉS

#### LE TIR EST RÉUSSI

Le but marqué se cumule au score du joueur. L'adversaire récupère le ballon et engage.

#### ENGAGEMENT

#### DÉPLACEMENT DU BALLON

Avant d'exécuter son tir, le joueur peut déplacer son ballon dans un rayon de 1m pour faciliter sa phase de tir.

#### LE TIR EST RATÉ

L'adversaire reprend la main et essaye de marquer depuis l'endroit où s'est arrêté le ballon.

#### IMPORTANT !



- Le ballon doit être immobile avant chaque nouvelle phase de jeu.
- Les joueurs ont interdiction de contrer ou de gêner leur adversaire.
- Les phases de jeu ne doivent pas dépasser 30 secondes.
- En équipes de 2 ou 3, les joueurs respectent un ordre de passage défini, déterminé au début du jeu.
- Interdiction d'arrêter volontairement un ballon avant une nouvelle phase de jeu.

## CONSIGNES POUR L'ANIMATEUR ARBITRE



- Assurez-vous que les joueurs ne se gênent pas entre eux et jouent rapidement
- Comptez les points

#### Vous pouvez choisir d'ajouter des contraintes de jeu :

- Exécuter les tirs du mauvais pied uniquement
- Déplacer le ballon avant le tir de ~20 cm au lieu du mètre autorisé



Idéal comme exercice de récupération

# HOME BALL® FOOT BILLARD TWO

INDIVIDUEL OU EN ÉQUIPES

## MATÉRIEL

- Terrain Home Ball®
- 1 fiche de score
- 1 ballon Home Ball® Foot (jaune)
- 1 ballon Home Ball® Hand (rouge)

## PUBLIC

- À partir de 8 ans
- Adapté à tous (sportifs et non-sportifs)

## ENCADREMENT

- 1 animateur ou éducateur sportif par terrain.
- Difficulté : moyen
- Auto-arbitrage possible

## DÉVELOPPEMENT DES APTITUDES

- Précision
- Concentration (gestion du stress)
- Réflexion
- Habileté

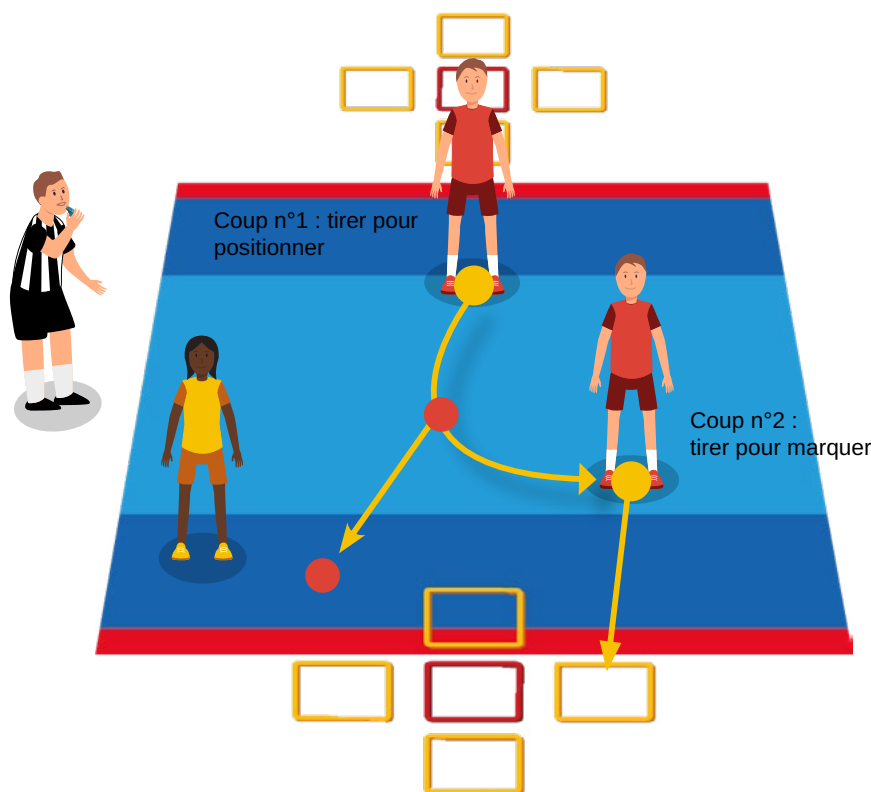
## MISE EN PLACE DE L'ATELIER

1

Positionner le ballon de Home Ball® Hand (rouge) au centre du terrain et faire entrer les joueurs qui se placent chacun dans un camp.

2

L'arbitre se place face à la porte du terrain et les joueurs spectateurs, face à lui, derrière le filet de l'autre côté du terrain.



# DÉROULEMENT DU JEU

## LES RÈGLES

**Objectif :** Marquer dans les cibles jaunes du camp adverse.

Être le premier à atteindre un score de 20pts ou + pour gagner son match.

**Mode de tir :** pieds uniquement

Valeur des cibles



### 1 - LES JOUEURS FONT UN PIERRE / FEUILLE / CISEAUX



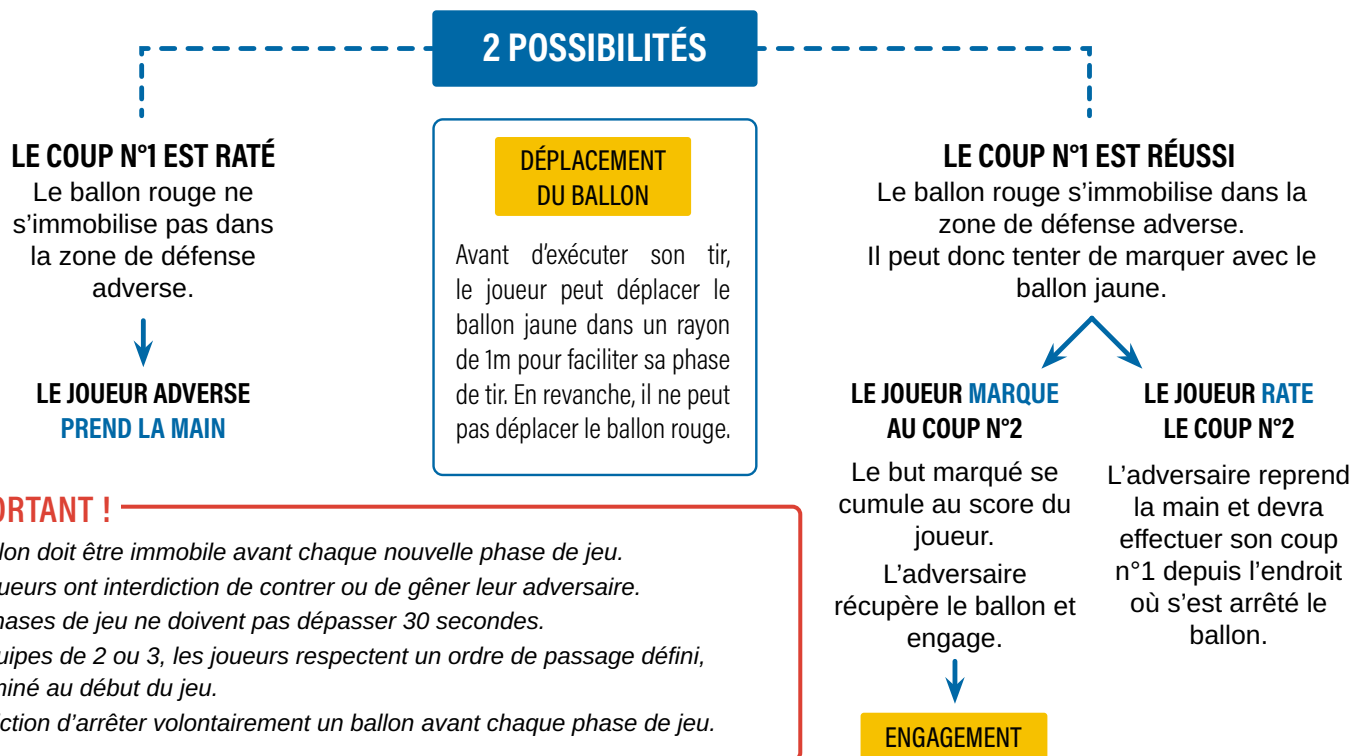
### 2 - LE GAGNANT CHOISIT SON CAMP ET ENGAGE

#### L'ENGAGEMENT

Le joueur prend le ballon de Home Ball® Foot (jaune) et le place où il le souhaite dans sa zone de défense pour exécuter le coup n°1.

**Objectif :** Pousser le ballon rouge à l'aide du ballon de Home Ball® Foot (jaune) pour le faire s'immobiliser dans la zone de défense adverse. **ATTENTION**, dans le cas où le joueur ne touche pas le ballon rouge lors de l'engagement, il perd immédiatement la main et son adversaire a un coup supplémentaire pour son prochain tir.

### 3 - DEUX POSSIBILITÉS DE JEU LORSQUE LE JOUEUR A RÉUSSI À TOUCHER LE BALLON ROUGE



#### IMPORTANT !

- Le ballon doit être immobile avant chaque nouvelle phase de jeu.
- Les joueurs ont interdiction de contrer ou de gêner leur adversaire.
- Les phases de jeu ne doivent pas dépasser 30 secondes.
- En équipes de 2 ou 3, les joueurs respectent un ordre de passage défini, déterminé au début du jeu.
- Interdiction d'arrêter volontairement un ballon avant chaque phase de jeu.

## CONSIGNES POUR L'ANIMATEUR ARBITRE



- Assure-vous que les joueurs ne se gênent pas entre eux et jouent rapidement
- Comptez les points

**Vous pouvez choisir d'ajouter des contraintes de jeu :**

- Exécuter les tirs du mauvais pied uniquement
- Déplacer le ballon avant le tir de ~20 cm au lieu du mètre autorisé

# HOME BALL® HAND BILLARD TWO

INDIVIDUEL OU EN ÉQUIPES

## MATÉRIEL

- Terrain Home Ball®
- 1 fiche de score
- 1 ballon Home Ball® Foot (jaune)
- 1 ballon Home Ball® Hand (rouge)

## PUBLIC

- À partir de 8 ans
- Adapté à tous (sportifs et non-sportifs)

## ENCADREMENT

- 1 animateur ou éducateur sportif par terrain.
- Difficulté : moyen
- Auto-arbitrage possible

## DÉVELOPPEMENT DES APTITUDES

- Précision
- Concentration (gestion du stress)
- Réflexion
- Habileté

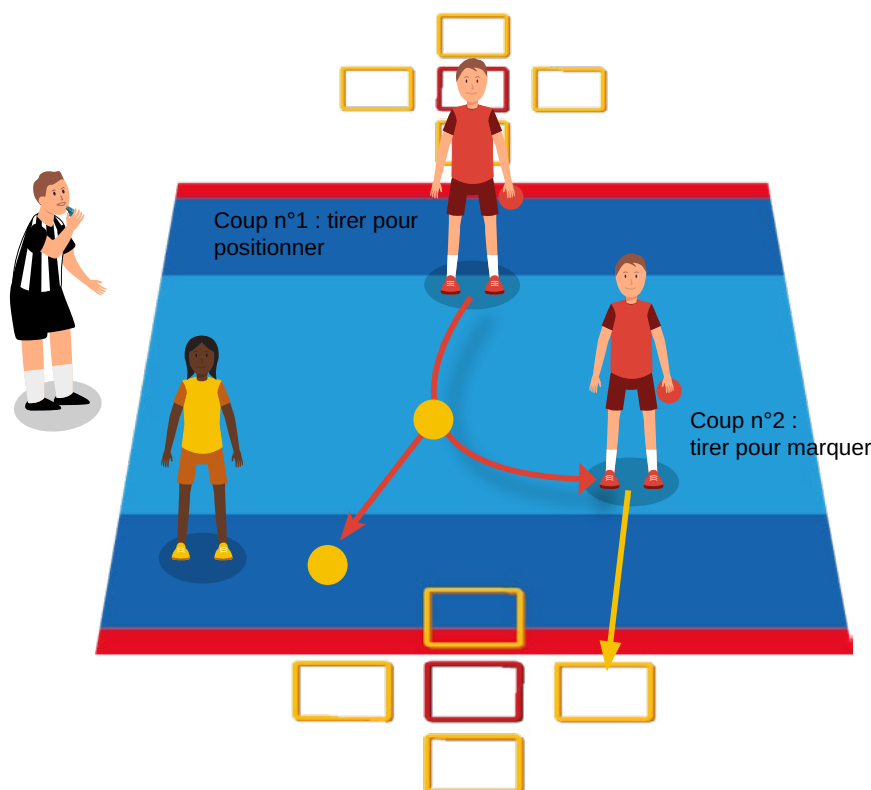
## MISE EN PLACE DE L'ATELIER

1

Positionner le ballon de Home Ball® Foot (jaune) au centre du terrain et faire entrer les joueurs qui se placent chacun dans un camp.

2

L'arbitre se place face à la porte du terrain et les joueurs spectateurs, face à lui, derrière le filet de l'autre côté du terrain.





# DÉROULEMENT DU JEU

## LES RÈGLES

**Objectif :** Marquer dans les cibles jaunes du camp adverse.

Être le premier à atteindre un score de 20pts ou + pour gagner son match.

**Mode de tir :** mains uniquement

Valeur des cibles



### 1 - LES JOUEURS FONT UN PIERRE / FEUILLE / CISEAUX



### 2 - LE GAGNANT CHOISIT SON CAMP ET ENGAGE

#### L'ENGAGEMENT

Le joueur prend le ballon de Home Ball® Hand (rouge) et se place où il veut dans sa zone de défense pour exécuter le coup n°1.

**Objectif :** Pousser le ballon jaune à l'aide du ballon de Home Ball® Hand (rouge) pour le faire s'immobiliser dans la zone de défense adverse. **ATTENTION**, dans le cas où le joueur ne touche pas le ballon jaune lors de l'engagement, il perd immédiatement la main et son adversaire a un coup supplémentaire pour son prochain tir.

### 3 - DEUX POSSIBILITÉS DE JEU LORSQUE LE JOUEUR A RÉUSSI À TOUCHER LE BALLON JAUNE

#### 2 POSSIBILITÉS

#### LE COUP N°1 EST RATÉ

Le ballon jaune ne s'immobilise pas dans la zone de défense adverse.



**LE JOUEUR ADVERSE PREND LA MAIN**

#### DÉPLACEMENT DU BALLON

Avant d'exécuter son tir, le joueur doit placer son pied d'appui à l'endroit où se situait le ballon rouge au sol. Il n'a pas le droit de le bouger.

#### LE COUP N°1 EST RÉUSSI

Le ballon jaune s'immobilise dans la zone de défense adverse. Il peut donc tenter de marquer avec le ballon rouge (avec rebond).



**LE JOUEUR MARQUE AU COUP N°2**

Le but marqué se cumule au score du joueur. L'adversaire récupère le ballon et engage.



**ENGAGEMENT**

**LE JOUEUR RATE LE COUP N°2**

L'adversaire reprend la main et devra effectuer son coup n°1 depuis l'endroit où s'est arrêté le ballon.

#### IMPORTANT !

- Le ballon doit être immobile avant chaque nouvelle phase de jeu.
- Les joueurs ont interdiction de contrer ou de gêner leur adversaire.
- Les phases de jeu ne doivent pas dépasser 30 secondes.
- En équipes de 2 ou 3, les joueurs respectent un ordre de passage défini, déterminé au début du jeu.
- Interdiction d'arrêter volontairement un ballon avant chaque phase de jeu.

## CONSIGNES POUR L'ANIMATEUR ARBITRE



- Assure-vous que les joueurs ne se gênent pas entre eux et jouent rapidement
- Comptez les points

**L'animateur peut choisir d'ajouter des contraintes de jeu :**

- Exécuter les tirs de la mauvaise main uniquement
- Autoriser les tirs directs

# MATCH ADAPTÉ ZÉRO CONTACT

FOOT & HAND

## MATÉRIEL

- Terrain Home Ball®
- 1 cerceau ou délimitations au sol
- 1 ballon
- 1 chronomètre
- 1 fiche de score

## ENCADREMENT

- 1 animateur ou éducateur sportif par terrain.
- Difficulté : simple

## PUBLIC

- À partir de 5 ans
- Adapté à tous (sportifs et non-sportifs)

## DÉVELOPPEMENT DES APTITUDES

- Précision
- Concentration (gestion du stress)
- Rapidité
- Frappe d'instinct
- Réflexes
- Vision périphérique

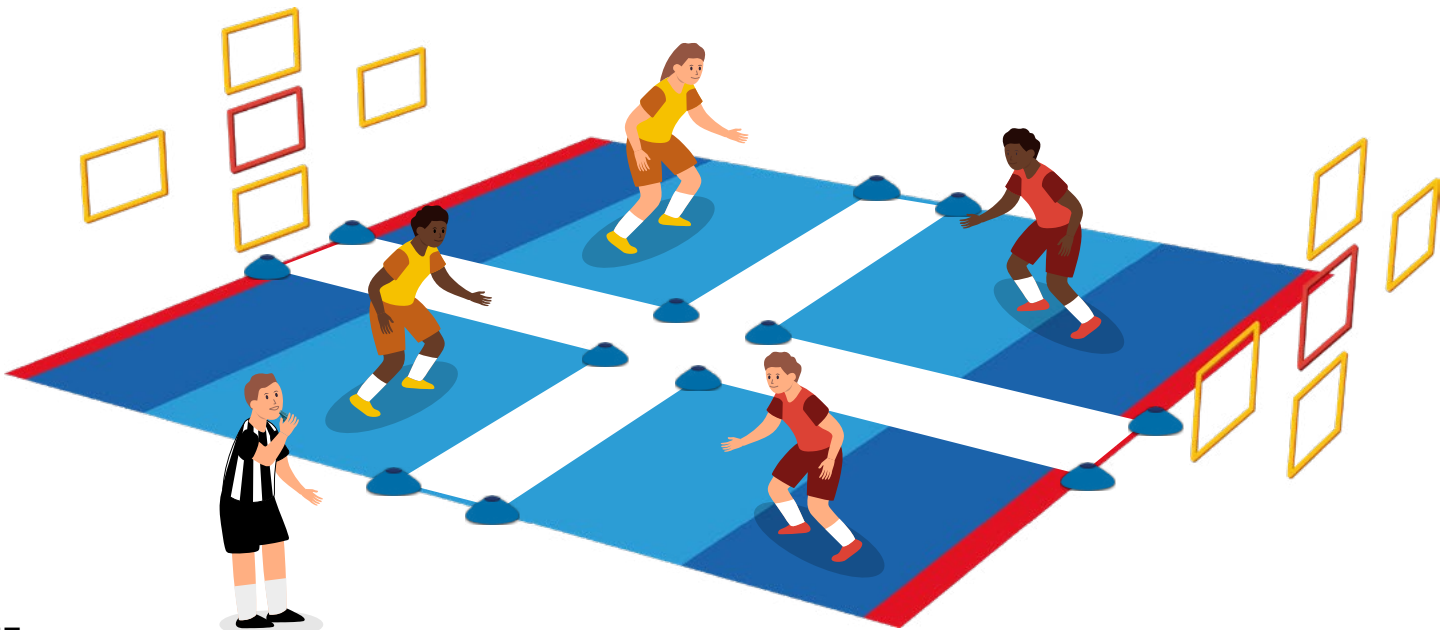
## MISE EN PLACE DE L'ATELIER

1

Placer les coupelles pour délimiter 4 zones de jeu dans les 4 coins du terrain, séparés par 2 couloirs de 0,5m qui porte le nom de Zone Interdite Centrale.

2

Les 4 joueurs entrent dans le terrain et se placent dans leurs zones de jeu respectives. L'animateur donne 1, 2 ou 3 ballon(s) en fonction de la configuration choisie.



# DÉROULEMENT DU JEU

## LES RÈGLES

**Objectif :** Gagner son match en marquant plus de points que l'équipe adverse.

- Au coup de sifflet de l'animateur, le match commence. Les valeurs des cibles sont celles des règles officielles.
- Concernant les déplacements, les joueurs sont strictement limités à leur zone respective et ne doivent pas en sortir, ni mettre un pied en dehors de celle-ci.
- Si un ballon est perdu et qu'il s'arrête dans un des couloirs qui sépare les différentes zones :
  - En version Hand, les joueurs peuvent se pencher pour ramasser le ballon dans la zone interdite.
  - En version Foot, les joueurs peuvent "gratter" le ballon dans la zone interdite sans poser le pied dans celle-ci.

En résumé...

### 1 - L'ANIMATEUR CHOISIT LE MODE DE TIR

AU PIED

À LA MAIN TIR DIRECT

À LA MAIN TIR À REBOND

### 2 - IL DÉTERMINE LE NOMBRE DE BALLON

1 BALLON

2 BALLONS

### 3 - IL DONNE LE TOP DÉPART DU MATCH ET COMPTE LES POINTS



## CONSIGNES POUR L'ANIMATEUR ARBITRE

- Déterminez la distance du tir en fonction du niveau et des capacités de votre groupe
- Vérifiez que les joueurs tirent du bon endroit et de la bonne façon



L'arbitre peut faire appel à un arbitre assistant pour l'aider à comptabiliser les points. C'est un excellent moyen de sensibiliser et d'impliquer les pratiquants à l'arbitrage.

### LES + DE L'EXERCICE

- *Adapté aux joueurs ayant une faible condition physique*
- *Jeu sans contact qui permet aux débutants de s'exprimer sur le terrain*
- *Distanciations physiques respectées*

# FICHE DE SCORE CHALLENGES

POUR VOUS ACCOMPAGNER DANS VOS ANIMATIONS



# FICHE MAX ONE | TOUR CHALLENGE



## CHOIX DU MODE DE TIR

TIR AU PIED

TIR À LA MAIN

TIR À REBOND (bonne main)

TIR DU MAUVAIS PIED

TIR MAUVAISE MAIN

TIR À REBOND (mauvaise main)

## TABLEAU DES SCORES

N°	NOM DU JOUEUR	SCORE
1		
2		
3		
4		
5		
6		
7		
8		
9		
10		
11		
12		
13		
14		
15		
16		
17		
18		
19		
20		

## CLASSEMENT

1 <sup>er</sup>	2 <sup>ème</sup>	3 <sup>ème</sup>

# FICHE JEU DES NUMÉROS EN ÉQUIPES

## NOM DES ÉQUIPES

ÉQUIPE A : \_\_\_\_\_

ÉQUIPE B : \_\_\_\_\_



## CONSIGNES DE L'ANIMATEUR

L'animateur appelle un numéro et annonce le mode de tir :

- Pied
- Tir à la main direct
- Tir à la main avec rebond

Attribution des points :

- Victoire +4 pts
- Nul +2 pts
- Défaite 0 pt

## TABLEAU DES SCORES

N°	SCORE ÉQUIPE A	MODE DE TIR			SCORE ÉQUIPE B
		MAIN DIRECT	TIR PIED	MAIN REBOND	
SCORE TOTAL ÉQUIPE A		SCORE TOTAL ÉQUIPE B			

**ÉQUIPE GAGNANTE**

# FICHE RELAIS DE TIRS EN ÉQUIPES

## NOM DES ÉQUIPES

ÉQUIPE A : \_\_\_\_\_

ÉQUIPE B : \_\_\_\_\_



## CONSIGNES DE L'ANIMATEUR

L'animateur détermine le mode de tir pour chaque passage :

- Pied
- Tir à la main direct
- Tir à la main avec rebond

L'animateur inscrit le nom des joueurs dans le tableau qui déterminera leur ordre de passage. Il devra ensuite cocher au fur et à mesure les joueurs qui viennent d'effectuer leur tir.

## PASSAGES

PASSAGE	MODE DE TIR
1 <sup>ER</sup>	Main (rebond) Pied <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
2 <sup>ÈME</sup>	Main (rebond) Pied <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
3 <sup>ÈME</sup>	Main (rebond) Pied <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>

## CONTROLE PASSAGE JOUEURS

ÉQUIPE A	PASS. 1	PASS. 2	PASS. 3	ÉQUIPE B



Nous préconisons un nombre maximum de 3 passages.



Une équipe est composée de 6 joueurs maximum. L'arbitre doit bien veiller à ce que les ordres de passage et les modes de tirs soient respectés.

TEMPS ÉQUIPE A	TEMPS ÉQUIPE B
ÉQUIPE GAGNANTE	



Si vous souhaitez organiser un tournoi, notez les temps de chaque équipe pour pouvoir effectuer un classement.

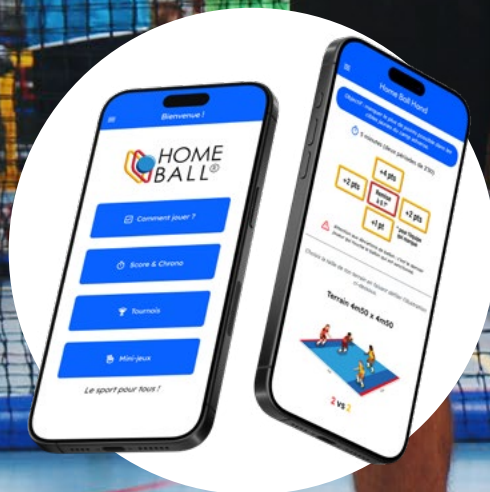
# FICHE DE SCORE **TOURNOIS**

POUR TOUTES VOS COMPÉTITIONS

Scannez-moi



**NOUVEAU !**



Organisez vos tournois  
avec l'appli Home Ball !



# FICHE DE SCORE MATCH

HOME BALL® FOOT | HAND | HAND FAUTEUIL



## ÉQUIPE 1 :

Points marqués par l'équipe 1

But n°	1 PT	2 PTS	4 PTS	RETOUR 0
1				
2				
3				
4				
5				
6				
7				
8				
9				
10				
11				
12				
13				
14				

Total points 1<sup>ère</sup> mi-temps :

But n°	1 PT	2 PTS	4 PTS	RETOUR 0
1				
2				
3				
4				
5				
6				
7				
8				
9				
10				
11				
12				
13				
14				

Total points 2<sup>ème</sup> mi-temps :

## ÉQUIPE 2 :

Points marqués par l'équipe 2

But n°	1 PT	2 PTS	4 PTS	RETOUR 0
1				
2				
3				
4				
5				
6				
7				
8				
9				
10				
11				
12				
13				
14				

Total points 1<sup>ère</sup> mi-temps :

But n°	1 PT	2 PTS	4 PTS	RETOUR 0
1				
2				
3				
4				
5				
6				
7				
8				
9				
10				
11				
12				
13				
14				

Total points 2<sup>ème</sup> mi-temps :

**SCORE FINAL ÉQUIPE 1**

**SCORE FINAL ÉQUIPE 2**

1<sup>ÈRE</sup> MI-TEMPS

2<sup>ÈME</sup> MI-TEMPS

1<sup>ÈRE</sup> MI-TEMPS

2<sup>ÈME</sup> MI-TEMPS

ÉQUIPE A : \_\_\_\_\_ ÉQUIPE B : \_\_\_\_\_ ÉQUIPE C : \_\_\_\_\_

### CONSIGNES ARBITRE



**VALEUR  
DES CIBLES**

+4 pts

+2 pts

Remise  
à 0!\*

+2 pts

+1 pt

\* pour l'équipe  
qui marque

### TEMPS DE JEU

PREMIÈRE PÉRIODE

2'30

MI-TEMPS

1'

DEUXIÈME PÉRIODE

2'30

### ATTRIBUTION DES POINTS

**VICTOIRE**

+4 POINTS

**NUL**

+2 POINTS

**DÉFAITE**

0 POINT

### GOAL AVERAGE (GA)

Le Goal Average (GA) est la différence entre les points marqués par une équipe et les points qu'elle a encaissés au cours du match. Formule pour le calculer :

**Goal Average (GA) = Pts marqués - Pts encaissés**

## RÉSULTAT DES MATCHS

MATCHS	ÉQUIPE	SCORE	ÉQUIPE	SCORE
A/B	A		B	
B/C	B		C	
A/C	A		C	

ÉQUIPE A	POINTS	GA
MATCH 1		
MATCH 2		
<b>TOTAL</b>		

ÉQUIPE B	POINTS	GA
MATCH 1		
MATCH 2		
<b>TOTAL</b>		

ÉQUIPE C	POINTS	GA
MATCH 1		
MATCH 2		
<b>TOTAL</b>		

## CLASSEMENT FINAL



1 <sup>er</sup>	2 <sup>ème</sup>	3 <sup>ème</sup>

Pour départager deux équipes à égalité de points au terme de la phase de poule, celle ayant le meilleur Goal Average (GA) l'emporte.

ÉQUIPE A : \_\_\_\_\_

ÉQUIPE B : \_\_\_\_\_

ÉQUIPE C : \_\_\_\_\_

ÉQUIPE D : \_\_\_\_\_

### CONSIGNES ARBITRE



VALEUR  
DES CIBLES

+4 pts

+2 pts

Remise  
à 0!\*

+2 pts

+1 pt

\* pour l'équipe  
qui marque

### TEMPS DE JEU

PREMIÈRE PÉRIODE

MI-TEMPS

DEUXIÈME PÉRIODE

2'30

1'

2'30

### ATTRIBUTION DES POINTS

**VICTOIRE**

+4 POINTS

**NUL**

+2 POINTS

**DÉFAITE**

0 POINT

### GOAL AVERAGE (GA)

Le Goal Average (GA) est la différence entre les points marqués par une équipe et les points qu'elle a encaissés au cours du match. Formule pour le calculer :

**Goal Average (GA) = Pts marqués - Pts encaissés**

### RÉSULTAT DES MATCHS

MATCHS	ÉQUIPE	SCORE	ÉQUIPE	SCORE
A/B	A		B	
C/D	C		D	
A/C	A		C	
B/D	B		D	
A/D	A		D	
B/C	B		C	

ÉQUIPE A	POINTS	GA
MATCH 1		
MATCH 2		
MATCH 3		
TOTAL		

ÉQUIPE B	POINTS	GA
MATCH 1		
MATCH 2		
MATCH 3		
TOTAL		

ÉQUIPE C	POINTS	GA
MATCH 1		
MATCH 2		
MATCH 3		
TOTAL		

ÉQUIPE D	POINTS	GA
MATCH 1		
MATCH 2		
MATCH 3		
TOTAL		

### CLASSEMENT FINAL

<b>1<sup>er</sup></b>		
<b>2<sup>ème</sup></b>	<b>3<sup>ème</sup></b>	<b>4<sup>ème</sup></b>



Pour départager deux équipes à égalité de points au terme de la phase de poule, celle ayant le meilleur Goal Average (GA) l'emporte.

ÉQUIPE A : \_\_\_\_\_ ÉQUIPE B : \_\_\_\_\_

ÉQUIPE C : \_\_\_\_\_ ÉQUIPE D : \_\_\_\_\_ ÉQUIPE E : \_\_\_\_\_

### CONSIGNES ARBITRE



**VALEUR  
DES CIBLES**



### TEMPS DE JEU

PREMIÈRE PÉRIODE	MI-TEMPS	DEUXIÈME PÉRIODE
2'30	1'	2'30

### ATTRIBUTION DES POINTS

VICTOIRE	NUL	DÉFAITE
+4 POINTS	+2 POINTS	0 POINT

### GOAL AVERAGE (GA)

Le Goal Average (GA) est la différence entre les points marqués par une équipe et les points qu'elle a encaissés au cours du match. Formule pour le calculer :

$$\text{Goal Average (GA)} = \text{Pts marqués} - \text{Pts encaissés}$$



Pour départager deux équipes à égalité de points au terme de la phase de poule, celle ayant le meilleur Goal Average (GA) l'emporte.

### RÉSULTAT DES MATCHS

MATCHS	ÉQUIPE	SCORE	ÉQUIPE	SCORE
A/B	A		B	
C/D	C		D	
A/E	A		E	
B/C	B		C	
D/E	D		E	
A/C	A		C	
B/D	B		D	
C/E	C		E	
A/D	A		D	
B/E	B		E	

### CLASSEMENT FINAL

1 <sup>er</sup>	2 <sup>ème</sup>	3 <sup>ème</sup>
4 <sup>ème</sup>	5 <sup>ème</sup>	

ÉQUIPE A	POINTS	GA
MATCH 1		
MATCH 2		
MATCH 3		
MATCH 4		
TOTAL		
ÉQUIPE B	POINTS	GA
MATCH 1		
MATCH 2		
MATCH 3		
MATCH 4		
TOTAL		
ÉQUIPE C	POINTS	GA
MATCH 1		
MATCH 2		
MATCH 3		
MATCH 4		
TOTAL		
ÉQUIPE D	POINTS	GA
MATCH 1		
MATCH 2		
MATCH 3		
MATCH 4		
TOTAL		
ÉQUIPE E	POINTS	GA
MATCH 1		
MATCH 2		
MATCH 3		
MATCH 4		
TOTAL		

### SCORE

HUITIÈME 1

ÉQUIPE 1

ÉQUIPE 2

HUITIÈME 2

ÉQUIPE 3

ÉQUIPE 4

HUITIÈME 3

ÉQUIPE 5

ÉQUIPE 6

HUITIÈME 4

ÉQUIPE 7

ÉQUIPE 8

HUITIÈME 5

ÉQUIPE 9

ÉQUIPE 10

HUITIÈME 6

ÉQUIPE 11

ÉQUIPE 12

HUITIÈME 7

ÉQUIPE 13

ÉQUIPE 14

HUITIÈME 8

ÉQUIPE 15

ÉQUIPE 16

**LE GAGNANT DE CHAQUE MATCH EST  
QUALIFIÉ POUR LES QUARTS DE FINALE**

### FINALES

**PETITE-FINALE**

PERDANT DEMI 1	SCORE
PERDANT DEMI 2	SCORE

**FINALE**

GAGNANT DEMI 1	SCORE
GAGNANT DEMI 2	SCORE

**GAGNANT DU TOURNOI**

### DEMI-FINALES

**DEMI 1**

GAGNANT QUART 1	SCORE
GAGNANT QUART 2	SCORE

**DEMI 2**

GAGNANT QUART 3	SCORE
GAGNANT QUART 4	SCORE

### QUARTS DE FINALE

**QUART 1**

ÉQUIPE 1	SCORE
ÉQUIPE 2	SCORE

**QUART 2**

ÉQUIPE 3	SCORE
ÉQUIPE 4	SCORE

**QUART 3**

ÉQUIPE 5	SCORE
ÉQUIPE 6	SCORE

**QUART 4**

ÉQUIPE 7	SCORE
ÉQUIPE 8	SCORE



# Télécharge l'appli

# HOME BALL



Télécharger dans  
l'App Store

DISPONIBLE SUR  
Google Play