



ACTIVITY GUIDE

Jeux Poull Ball

Introduction

Deux équipes mixtes (filles et garçons) se disputent un gros ballon sur un terrain de Basketball. En coopération, le but est de renverser une des deux cibles (cubes) situées sur les côtés. Un choix peut être fait entre les deux cibles car elles n'appartiennent à aucune équipe. On peut attaquer délibérément des deux côtés.

Matériel officiel

- Un gros ballon (55cm de diamètre)
- Deux bases (matériel immobile)
- Deux cibles (cubes/dés déposés sur les socles)
- Deux zones circulaires impénétrables.

Instruction pour gonfler le cube

- Veiller à gonfler le cube jusqu'au moment où celui-ci ne présente plus de plis
- A gonfler avec :
 - un compresseur pour ballons géants
 - une pompe à pied conçue pour les matelas gonflables

Précaution d'emploi

- Stockage à l'abri du gel et de la lumière.
- Ne pas exposer à une température supérieure à 50 °C pour préserver les propriétés du cube.
- Ceci n'est un jouet et ne peut être détourné de son utilisation initiale de cible.
- Ne pas utiliser comme siège ou module de grimpe

Règles de base

1/ COMMENT MARQUER ?

Le but est de renverser un cube situé sur un des deux socles.

La technique de tir est libre :

- soit à une main ou deux mains
- soit en manchette ou passe avant haute

Une équipe remporte :

1 point lorsqu'elle a renversé un cube situé sur un des deux socles.

2 points si le cube est renversé de volée (prime de risque) :

- soit le joueur n'a pas les pieds au sol
- soit il lance sans réceptionner (tape, déviation de la balle)

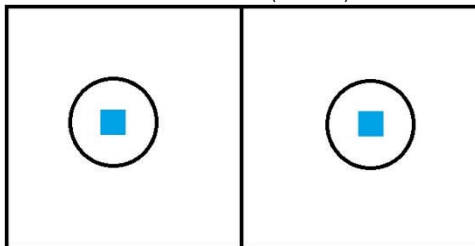
En jeu ludique et à l'école : **3 points ou +**, en utilisant les couleurs du cube

2/ LA REMISE EN JEU SE FAIT DU CENTRE APRÈS AVOIR MARQUÉ UN BUT.

3/ LES RENTRÉES SE FONT DE L'ENDROIT OÙ LA BALLE EST SORTIE.

4/ CIRCULATION DE LA BALLE ET PROGRESSION :

- **Obligatoire** : 3 passes avant de tirer, maximum 5 secondes balle en main
- **Autorisé** : 3 pas, balle en main (changer une fois de pied pivot)
- **Interdit** : Le dribble, la pénétration des zones infranchissables (cercles)



Terrain vu du haut avec ses cibles et ses zones infranchissables



ACTIVITY GUIDE

5/ FAUTES

▪ Non-respect des 3 pas ▪ Non-respect des 3 passes	Rentrée
Faute ayant un impact direct sur une occasion de but	Penalty
▪ Un défenseur contre le tir dans la zone ▪ Un défenseur touche le cube	Tir comptabilisé = +1 or 2 point(s) aux opposants

TOUT CONTACT EST INTERDIT !

- Contact sur le porteur de balle : **Rentrée latérale à la perpendiculaire**
- Contact au moment du tir : **Penalty**

6/ LES REMPLACEMENTS

- La **mixité** doit être respectée à tout moment
- Le nombre de remplacements est **illimité**
- Le remplacement doit obligatoirement se faire **lors d'un arrêt de jeu**

7/ LE PENALTY

Il se joue du **milieu de terrain** (en fonction de l'espace). Les pieds du tireur sont face à la cible opposée, il est donc **dos à la cible** qu'il doit faire tomber par un lancer sans pouvoir pivoter.

8/ LA MARQUE

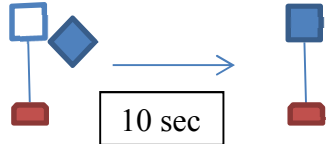
Lorsque les équipes marquent un ou deux points, **l'ensemble des joueurs est amené à applaudir** le geste quelle que soit l'équipe concernée.

9/ DÉBUT ET FIN DE PARTIE

Les deux équipes sont alignées au centre du terrain, elles se croisent et se serrent la main.



ACTIVITY GUIDE

Séquence type d'une activité découverte Poull Ball		
Objectifs désirés	Vision périphérique Vitesse de réaction Utilisation de l'espace	
Organisation spatiale	Terrain complet	
Matériel nécessaire	2 cubes et 1 balle	
Nombre de joueurs	10 à 20	
Description	Une équipe à son tour. Les joueurs sont placés tout autour du cercle. Une balle passe du premier au dernier joueur sans exception. Une fois qu'elle a fait le tour, le dernier joueur la lance sur le cube. A partir de ce moment, le chrono démarre. Sans dribbler et sans marcher avec la balle, il faut aller marquer un point de l'autre côté dans un temps imparti (exemple : 10 secondes).	
Méthodologie	Dans un premier temps, laisser la stratégie libre. Dans le respect des règles du jeu, observer les différentes tactiques mises en place. Sensibiliser les élèves à une vitesse de réaction. Inciter les joueurs à courir sans la balle. La vitesse de démarquage et la qualité des passes sont les deux grands critères de réussite du défi.	
Erreurs fréquentes	Précipitation dans les passes.	
Variantes	Obliger tous les joueurs à toucher la balle même dans la traversée. Imposer l'équipe de marquer de volée Mettre un défenseur	

Objectifs recherchés :

Circulation de balle rapide (artifice chrono)
Responsabiliser tous les joueurs d'une équipe (jouer avec tout le monde)
Développer la contre-attaque (verticalité et changement de cible)
Utiliser un maximum d'espace (360° et terrain entier)

Variantes sur cette situation :

Le départ est le même pour chaque situation. Les joueurs sont en cercle autour de la 1^{ère} cible. Tout le monde touche la balle, le dernier tire ! Le chrono démarre quand la cible tombe. Les joueurs ne s'occupent pas du cube, ils démarrent vers l'autre cible directement en fonction des défis proposés (voir ci-dessous). Les suivants remettent le cube tombé et s'apprêtent pour le défi.

Verticalité et utilisation de l'espace

- 1/ Ils ont 10 secondes pour faire tomber la cible de l'autre côté uniquement par passes.
- 2/ Ils ont 10 secondes pour faire tomber l'autre cible, mais tout le monde doit retoucher la balle.
- 3/ Ils ont 10 secondes pour faire tomber l'autre cible, mais l'attaquer de derrière (espace arrière).
- 4/ Ils ont 10 secondes pour faire tomber l'autre cible, mais sur une reprise de volée.
- 5/ Mixer variante 3 + 4 par exemple (volée de derrière...)

Contre-attaque avec opposition.

- 1 / Même exercice contre 1 défenseur (par exemple, le marqueur de l'action précédente)
- 2/ Même exercice contre 2 défenseurs (par exemple, le marqueur et le passeur décisif)
- 3/ Même exercice contre 1 défenseur mais on doit attaquer de l'espace arrière

Méthodologie : L'important est de toujours favoriser l'attaque ! Privilégier une supériorité numérique ou un temps (chrono) adapté. Il est de notre tâche d'arbitrer déjà les erreurs de règlement (Un marché avec la balle, une faute de contact, une entrée dans la zone...)

Bonne partie !



ACTIVITY GUIDE

Poull Ball Game

Introduction

Two mixed teams (boys and girls) play against each other with a large ball on a basketball court. By working together, the team members must try to knock off one of the two targets (cubes) placed on each side of the court. Either of the two targets can be targeted as neither belongs to a particular team, and the teams can choose to aim for both targets.

Official equipment

- One large ball (55 cm in diameter)
- Two non-moving bases
- Two targets (cubes or dice), each standing on a base
- Two circular zones that players are not permitted to enter.

Cube inflation instructions

- Inflate the cube until all creases on the surface have disappeared.
- It can be inflated with:
 - a compressor for use with giant balls
 - a foot pump for use with inflatable mattresses

Precautions

- Store in a frost-free, dark place.
- To preserve the cube's properties, do not expose it to temperatures of more than 50 °C.
- This is not a toy and must not be used for anything other than its intended use as a target.
- Do not use the cube as a seat or climbing object.

Basic rules

1/ HOW TO SCORE

The aim is to knock one of the cubes off its base.

There are two ways of shooting:

- hitting with one or both hands
- with a forearm smash or high forward pass

A team scores:

1 point when it knocks one of the cubes off its base.

2 points if the cube is knocked off by a volley shot (difficult shot):

- either when the player is not touching the floor
- or if the player makes the shot without catching the ball first (volleying or diverting it)

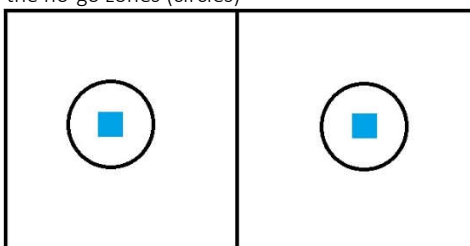
Recreational/school version: **3 points or more** if the cube is knocked off by hitting a face of particular colour.

2 / AFTER A GOAL IS SCORED PLAY IS RESTARTED FROM THE CENTRE.

3 / THROW-INS ARE TAKEN AT THE SPOT WHERE THE BALL WENT OUT OF BOUNDS.

4 / MOVING THE BALL AND MOVING AROUND THE COURT:

- **Compulsory:** 3 passes before a shot is taken, players may hold the ball for no more than 5 seconds
- **Permitted:** players may take 3 steps while holding the ball (with one change of pivot foot)
- **Prohibited:** dribbling, and entering the no-go zones (circles)



Aerial view of the court showing the targets and no-go zones



ACTIVITY GUIDE

5/ FOULS

▪ Taking more than 3 steps with the ball ▪ Not passing the ball at least 3 times before shooting	Throw-in
Foul that directly affects an opportunity to score	Penalty
▪ A defender blocks a shot in the no-go zone ▪ A defender touches the cube	Goal awarded = 1 or 2 points awarded to the opposing team

NO CONTACT IS PERMITTED!

- Contact with the ball holder: **throw-in from the sideline (opposite the point of foul)**
- Contact during a shot on goal: **penalty**

6/ SUBSTITUTION

- Each team must be made up of **male and female players** at all times
- **Unlimited** substitutions are permitted
- Substitutions can be made only **when play is stopped**

7/ PENALTIES

Penalties are taken from the **centre of the court** (depending on the space available). The penalty taker must face the opposite target **with their back to the penalty target**, throwing the penalty shot behind them without turning round.

8/ SCORING

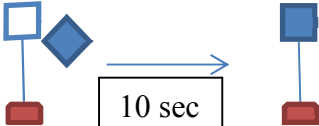
When a team scores one or two points, **all players on both teams are expected to applaud** the score.

9/ START AND END OF THE GAME

The two teams line up in the centre of the court and file past each other shaking hands.



ACTIVITY GUIDE

Example Poull Ball introductory session		
Learning objectives	Peripheral vision Reaction speed Use of space	
Spatial organisation	Full court	
Equipment required	2 cubes and 1 ball	
Number of players	10 to 20	
Description	Each team has a turn. The players take up position all around the circle. The ball is passed from one team member to the next, without exception. Once the ball has been passed all the way around, the last player throws it at the cube. At this point, the clock is started. Without dribbling or walking with the ball, the team must go and score a point on the other side of the court within the allocated time (for example 10 seconds).	
Teaching method	To begin with, allow the team to devise their own strategy. Observe the different tactics used within the rules of the game. Stress the importance of speed of reaction. Encourage the players to run when they don't have the ball. Getting into space quickly and passing accurately are the two main success criteria.	
Frequent errors	Passing too hastily.	
Variations	All players must touch the ball when the team progresses across the court too. A volley shot must be used to score A defender stands at the target	

Learning objectives

- Circulating the ball quickly (against the clock)
- Giving each player equal importance (playing with all other team members)
- Developing counter-attack strategies (playing the ball high and switching targets)
- Using as much space as possible (360° and the whole court)

Variations:

The start of play is the same for every situation. The players stand in a circle around the first target. Everyone must touch the ball, and the last player to touch it shoots! The clock starts when the target is knocked off. The players ignore the cube and start progressing towards the other target straight away, facing the challenges set (see below). The next team puts the cube back on the base and prepares to begin the challenge.

Use of height and space

- 1/ The team have 10 seconds to knock off the target on the other side using passes only.
- 2/ The team have 10 seconds to knock off the other target and every team member must touch the ball a second time.
- 3/ The team have 10 seconds to knock off the other target, attacking from behind (from the far side).
- 4/ The team have 10 seconds to knock off the other target, using a volley shot only.
- 5/ Combination of variations 3 + 4 for example (volley shot from behind, etc.)

Defended counter-attack

- 1/ The same exercise against 1 defender (for example, the person who scored the last goal)
- 2/ The same exercise against 2 defenders (for example, the person who set up and the person who scored the last goal)
- 3/ The same exercise against 1 defender but the attack must come from the far side of the target

Teaching method: The key is to encourage players to attack at all times! It is a good idea to give one team more players or to restrict the time available (against the clock). The instructor's role is to make players aware of contraventions of the rules (walking with the ball, contact fouls, entering the no-go zone, etc.)

Have a great game!

www.poull-ball.com



ACTIVITY GUIDE

Poull Ball Spiel

Einleitung

Zwei Mixed-Teams aus Mädchen und Jungen kämpfen auf einem Basketballfeld mit einem großen Ball um Punkte. Das Ziel besteht darin, in Zusammenarbeit mit dem Team eines der beiden Ziele (die Würfel auf den beiden Seiten des Spielfeldes) abzuschießen. Die Wahl des Ziels ist frei, da die Teams auf beiden Seiten des Feldes Angreifer und Verteidiger zugleich sind.

Offizielles Equipment

- 1 großer Ball (55 cm Durchmesser)
- 2 feststehende Fuß/ Ständer
- 2 Ziele/Würfel (zum Platzieren auf den Ständern)
- 2 Kreiszonen, die nicht betreten werden dürfen

Anleitung zum Aufpumpen der Würfel

- Pumpen Sie die Würfel so weit auf, dass sie keine Falten mehr aufweisen.
- Hilfsmittel zum Aufpumpen:
 - Ballkompressor
 - Fußpumpe für Luftmatratzen

Sicherheitshinweise

- Das Material in einem dunklen Raum lagern und keinen Minustemperaturen aussetzen.
- Die Würfel keinen Temperaturen über 50 °C aussetzen, um die Materialeigenschaften zu erhalten.
- Es handelt sich bei den Würfeln um Spielzeug, das nicht zweckfremdet werden darf.
- Die Würfel dürfen nicht als Sitze oder Kletterhilfe verwendet werden.

Grundregeln

1/ PUNKTWERTUNG:

Das Ziel besteht darin, die beiden Würfel abzuschießen, die sich auf den Ständern befinden.

Dafür können unterschiedliche Wurftechniken genutzt werden:

- ein- oder beidhändige Würfe
- Schläge mit der flachen Hand oder hoher Wurf

Punktwertung:

1 Punkt für das Team, das einen Zielwürfel mit dem Ball abschießt.

2 Punkte für das Team, dessen Spieler einen Zielwürfel mit dem Ball mit einem Risikoball abschießt. Als Risikobälle gelten ...

- a) Aktionen, bei denen der Spieler die Füße nicht am Boden hat.
- b) das direkte Weiterleiten des Balles ohne vorheriges Annehmen durch Antippen oder Umlenken der Flugbahn.

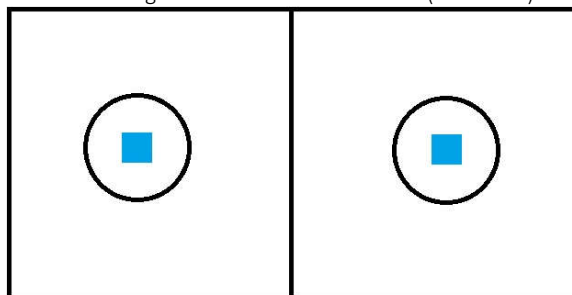
Als Lernspiel oder in der Schule: **3 Punkte oder mehr** für Treffer vorgegebener Farbflächen.

2/ DIE WIEDERAUFNAHME DES SPIELS ERFOLGT NACH EINEM TREFFER VOM ZENTRUM AUS.

3/ DIE EINWÜRFE ERFOLGEN AN DEM PUNKT, WO DER BALL DAS SPIELFELD VERLASSEN HAT.

4/ PÄSSE UND BALLVORTRAG:

- **Vorgeschrieben** sind 3 Pässe vor dem Wurf. Ein Spieler darf den Ball maximal 5 Sekunden am Stück in der Hand halten.
- **Zugelassen** sind 3 Schritte mit dem Ball in der Hand.
- **Verboten** sind das Dribbeln und das Vordringen in die verbotenen Zonen (die Kreise).



Spielfeld in der Draufsicht, inklusive der Zielwürfel und verbotenen Zonen.



ACTIVITY GUIDE

5/ FOULS

▪ Verstoß gegen die 3-Schritte-Regel ▪ Verstoß gegen die 3-Pässe-Regel	Einwurf
Fouls mit direkter Auswirkung auf eine Torchance	Strafwurf
▪ Abblocken eines Wurfs durch einen Verteidiger in der Zone ▪ Berühren des Würfels durch einen Verteidiger	Wertung des Wurfes (= 1 oder 2 Punkte)

JEDE ART DES KONTAKTS MIT DEM GEGNER IST VERBOTEN!

- Bei Kontakt mit dem ballführenden Spieler: **Einwurf von der Seite** (im 90-Grad-Winkel zur Seitenauslinie)
- Bei Kontakt während eines Zielwurfs: **Strafwurf**

6/ AUSWECHSLUNGEN

- Es muss zu jedem Zeitpunkt ein **Mixed-Team** auf dem Feld stehen.
- Die Zahl der Auswechslungen ist **begrenzt**.
- Es darf nur während der **Spielpausen** gewechselt werden.

7/ STRAFWURF

Der Strafwurf wird (je nach Spielfeldgröße) von der **Spielfeldmitte** aus durchgeführt. Der Werfer muss sich dafür um 180 Grad vom Zielwürfel weg drehen. Er steht also mit dem **Rücken zum Ziel**, das er abschießen will, und darf sich beim Wurf nicht umdrehen.

8) TREFFER

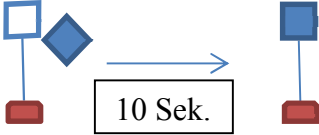
Fährt ein Team erfolgreich einen oder zwei Punkte ein, sind **sämtliche Spieler dazu angehalten, für die Szene Applaus zu spenden** – und zwar unabhängig davon, für welches Team sie spielen.

9/ BEGINN UND ENDE DER PARTIE

Die beiden Mannschaften stehen sich in zwei Reihen auf der Mittellinie gegenüber und laufen dann zum Shakehands aneinander vorbei.



ACTIVITY GUIDE

Beispielhafter Ablauf einer Poull Ball-Trainingsrunde		
Lernziele	Peripheres Sehen Reaktionsschnelligkeit Nutzung des Raums	
Räumlicher Aufbau	Komplettes Spielfeld	
Notwendiges Equipment	2 Würfel und 1 Ball	
Zahl der Spieler	10 bis 20	
Beschreibung	Die Mannschaften sind abwechselnd an der Reihe. Die Spieler gehen zunächst um den Kreis herum in Position. Der Ball wird im Anschluss jedem einzelnen Spieler zugepasst. Wenn der Ball einmal durch die eigenen Reihen gelaufen ist, wirft der letzte Spieler auf den Würfel. In diesem Augenblick wird die Stoppuhr gestartet. Es geht dann darum, ohne zu dribbeln und ohne mit dem Ball zu laufen auf der anderen Seite des Spielfeldes innerhalb einer gewissen Zeit (z. B. 10 Sekunden) einen Punkt/Punkte zu erzielen.	
Strategie	In den ersten Spielen sollte die Strategie offen bleiben. Es können aber unter Berücksichtigung der Spielregeln unterschiedliche Taktikvorgaben gemacht werden. Dabei lässt sich gut die Reaktionsschnelligkeit der Kinder schulen. Die Teilnehmer sollten fürs Spiel ohne Ball sensibilisiert werden. Sie lernen, dass Erfolg und Niederlage hauptsächlich davon abhängen, wie schnell sie sich freilaufen und wie gut sie sich den Ball zupassen.	
Häufige Fehler	Zu hektisches Pass-Spiel	
Varianten	Leiten Sie die Kinder dazu an, alle Teammitglieder mit einzubeziehen – auch während des Ballvortrags zur anderen Seite. Zählen Sie nur Sprungwürfe. Stellen Sie einen Verteidiger im Spiel auf.	

Lernziele

Schnelle Ballzirkulation (Zeit stoppen)
Sensibilisierung der Spieler fürs Teamplay
Entwicklung des Umschaltspiels (schneller vertikaler Ballvortrag zum neuen Ziel)
Bestmögliche Nutzung des Raumes (360 Grad und gesamte Spielfläche)

Varianten

Der Einstieg sieht immer gleich aus. Die Spieler stellen sich kreisförmig um das erste Ziel herum auf. Dann wandert der Ball von einem Spieler zum anderen. Der letzte Spieler wirft. Sobald das Ziel fällt, läuft die Zeit. Die Spieler kümmern sich jedoch nicht weiter um den Würfel, sondern starten je nach Zielvorgabe (s. unten) direkt durch zur anderen Seite des Spielfelds. Das nächste Team legt den umgeschossenen Würfel wieder auf und macht sich bereit für den eigenen Einsatz.

Vertikales Spiel und Nutzung des Raums

- 1/ Das Team hat 10 Sekunden Zeit, um den Ball durch Pässe auf die andere Seite zu befördern und dort das Ziel abzuschießen.
- 2/ Das Team hat 10 Sekunden Zeit, das andere Ziel abzuschießen. Allerdings muss bis dorthin jeder einzelne Spieler den Ball noch einmal berührt haben.
- 3/ Das Team hat 10 Sekunden Zeit, um das andere Ziel abzuschießen, diesmal allerdings von hinten.
- 4/ Das Team hat 10 Sekunden Zeit, um das andere Ziel abzuschießen, diesmal allerdings mit einem Sprungwurf.
- 5/ Kombinieren Sie die obigen Varianten (z. B. Variante 3 + 4).

Gegenangriff mit Verteidigern

- 1 / Lassen Sie dieselbe Übung mit 1 Gegenspieler ausführen (beispielsweise mit dem Schützen des vorherigen Spielzugs als Verteidiger).
- 2 / Lassen Sie dieselbe Übung mit 2 Gegenspielern ausführen (beispielsweise mit dem Schützen und dem Assistenten des vorherigen Spielzugs als Verteidigern).
- 3 / Lassen Sie dieselbe Übung mit 1 Gegenspieler ausführen – mit dem Unterschied, dass das Ziel diesmal von hinten umgeschossen werden muss.

Strategie: Wichtig ist, dass das Hauptaugenmerk immer auf dem Angriff liegt! Tendenziell sollten dabei außerdem das Überzahlspiel und das schnelle Umschalten im Vordergrund stehen. Der Übungsleiter muss während des Spiels außerdem Regelfehler erkennen und korrigierend eingreifen (Schritte, Kontakte zwischen Spielern, Vordringen in die verbotene Zone etc.).

Viel Spaß beim Spielen!

www.poull-ball.com



ACTIVITY GUIDE

Poull Ball Spel

Inleiding

Twee gemengde ploegen (meisjes en jongens) strijden om een grote bal op een basketbalterrein. Het is de bedoeling om een van de twee doelen (blokken) langs de zijkanten van het veld omver te werpen. Beide doelen zijn goed want ze behoren niet aan een bepaalde ploeg toe. De spelers kunnen opzettelijk langs beide kanten aanvallen.

Officieel materiaal

- Een grote bal (55 cm diameter)
- Twee basispunten (onverplaatsbaar materiaal)
- Twee doelen (blokken/dobbelstenen op een paaltje)
- Twee ondoordringbare cirkelvormige zones.

Instructies om de blokken op te blazen

- Zorg ervoor het blok op te blazen wanneer er geen ploegen meer te zien zijn
- Opblazen met:
 - een compressor voor reuzenballen
 - een voetspomp voor luchtmatrassen

Voorzorgsmaatregelen

- Op een donkere en vorstvrije plaats bewaren.
- Niet blootstellen aan temperaturen hoger dan 50°C om de eigenschappen van de blokken te behouden.
- Dit is geen speelgoed en mag enkel voor de oorspronkelijke bestemming van doel worden gebruikt.
- Niet gebruiken om op te zitten of te klimmen.

Basisregels

1/ HOE SCOREN?

Het is de bedoeling om een blok van een van de twee paaltjes **af te werpen**.

De werptechniek is vrij:

- met een of met beide handen
- ofwel met een onderarmse worp of een voorwaartse pass

Een team behaalt:

1 punt wanneer het een schuimblok van een van de tweepaaltjes heeft geworpen.

2 punten als het schuimblok in de vlucht wordt afgeworpen (risicopremie)

- ofwel omdat de voeten van de speler de grond niet raken
- ofwel om dat hij werpt zonder te vangen (via een slag, afwijken van de bal)

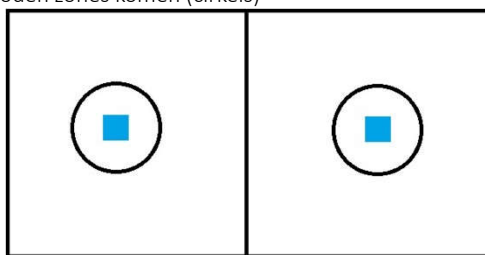
Als spel en op school: **3 punten of meer** door de kleuren van het blok te gebruiken

2/ NA EEN DOELPUNT WORDT DE BAL VANUIT HET MIDDEN TERUG IN HET SPEL GEBRACHT.

3/ EEN BAL WORDT OPNIEUW IN HET SPEL GEBRACHT VANAF DE PLAATS WAAR HIJ BUITEN IS GEGAAN.

4/ BALCIRCULATIE EN VOORUITGANG:

- **Verplicht:** 3 passes vooraleer op doel te schieten, de bal maximaal 5 seconden vasthouden
- **Toegestaan:** 3 stappen met de bal in de handen (een keer van draaivoet veranderen)
- **Niet toegestaan:** Dribbels, in verboden zones komen (cirkels)



Terrein van bovenaf gezien, met de doelen en verboden zones.



ACTIVITY GUIDE

5/ FOUTEN

▪ Niet naleven van de 3 stappen ▪ Niet naleven van de 3 passes	Inworp
Fout met een rechtstreekse impact op een doelkans	Penalty
▪ Een verdediger tegen het schieten in de zone ▪ Een verdediger raakt het blok	Een geldig doelpunt = +1 of 2 punt(en) voor de tegenstanders

ALLE CONTACT IS VERBODEN!

- Contact met speler met balbezit: **Inworp vanaf de zijlijn**
- Contact op het moment dat er wordt geschoten: **Penalty**

6/ VERVANGINGEN

- Het **gemengde karakter van het spel** moet altijd worden gerespecteerd
- Het aantal vervangingen is **onbeperkt**
- De vervanging kan enkel gebeuren **wanneer het spel stilstligt**

7/ DE PENALTY

De penalty gebeurt **in het midden van het terrein** (afhankelijk van de ruimte). De voeten van de schutter staan gericht naar het doel aan de overkant. Hij staat dus **met zijn rug naar het doel** dat hij moet omvergooien zonder zich te kunnen draaien.

8/ SCOREN

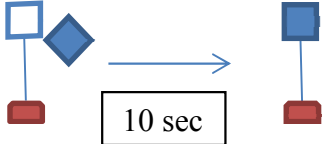
Wanneer de ploegen een of twee punten scoren, **worden alle spelers ertoe aangezet hiervoor te applaudisseren**, ongeacht welke ploeg het doelpunt heeft gemaakt.

9/ BEGIN EN EINDE VAN DE MATCH

Beide ploegen staan in het midden van het veld opgesteld, ze kruisen elkaar en schudden elkaar de hand.



ACTIVITY GUIDE

Typische sequentie van een Poull Ball-ontdekkingsactiviteit		
Gewenste doelstellingen	Perifeer gezichtsveld Reactiesnelheid Gebruik van de ruimte	
Ruimtelijke organisatie	Volledig terrein	
Benodigd materiaal	2 blokken en 1 bal	
Aantal spelers	10 tot 20	
Omschrijving	Elk team op zijn beurt. De spelers nemen plaats rond de cirkel. Een bal wordt zonder uitzondering van de eerste naar de laatste speler doorgegeven. Wanneer de bal de laatste speler bereikt, gooit die hem naar het blok. Vanaf dat ogenblik begint de tijd te lopen. Zonder te dribbelen of met de bal te lopen, moet in een vooraf bepaalde tijd (bijvoorbeeld: 10 seconden) aan de andere kant een punt worden gescoord.	
Methodologie	Laat de spelers eerst vrij hun strategie bepalen. Observeer welke verschillende tactieken de spelers gebruiken, natuurlijk zonder de spelregels te overtreden. Spoor de leerlingen aan sneller te reageren. Spoor de spelers aan zich ook zonder bal te verplaatsen en te lopen. De snelheid van het vrijspelen en de kwaliteit van de passes zijn twee belangrijke criteria om in de uitdaging te slagen.	
Vaak voorkomende fouten	Te gehaaste passes.	
Varianten	Verplicht alle spelers om de bal aan te raken. Laat het team tijdens de vlucht scoren Zet een verdediger in	

Doelstellingen:

Snelle balcirculatie (met de chronometer)

Alle spelers van de ploeg bij het spel betrekken (met iedereen spelen)

De tegenaanval ontwikkelen (verticaliteit en veranderen van doel)

Een maximum aan ruimte gebruiken (360° en het volledige terrein)

Varianten op deze situatie:

Het begin is hetzelfde voor elke situatie. De spelers zijn in een cirkel rond het 1^{ste} doel opgesteld. Iedereen moet de bal aanraken, de laatste gooit naar het doel! Wanneer het doel omvervalt, begint de tijd te lopen. De spelers trekken zich niets aan van het blok, in functie van de gestelde uitdaging gaan ze meteen op het andere doel af (zie hieronder). De volgende ploeg zet het blok terug op zijn plaats en maakt zich klaar voor de uitdaging.

Verticaliteit en gebruik van de ruimte

1/ Ze krijgen 10 seconden om het doel aan de overkant omver te gooien en dit uitsluitend via passes.

2/ Ze krijgen 10 seconden om het andere doelwit omver te werpen, maar iedereen moet de bal eerst opnieuw aanraken.

3/ Ze krijgen 10 seconden om het andere doelwit omver te werpen, maar alleen door het langs achter aan te vallen (ruimte achteraan).

4/ Ze krijgen 10 seconden om het andere doelwit omver te werpen, maar tijdens de vlucht.

5/ Combineer bijvoorbeeld varianten 3 + 4

Tegenaanval met verdediging.

1/ Zelfde oefening maar met 1 verdediger (bijvoorbeeld, diegene die bij de vorige actie heeft gescoord)

2/ Zelfde oefening maar met 2 verdedigers (bijvoorbeeld diegene die heeft gescoord en diegene die de beslissende pass heeft gegeven)

3/ Zelfde oefening met 1 verdediger maar waarbij vanuit de ruimte achteraan moet worden aangevallen

Methodologie: Het belangrijkste is dat de aanval altijd voorrang krijgt! Zorg ervoor dat de aanvallers met meer zijn of dat ze een aangepaste tijd krijgen. Wij moeten om te beginnen als scheidsrechter optreden wanneer er fouten tegen het reglement worden gemaakt (lopen met de bal, een contactfout, binnen de zone komen...)

Goede match!

www.poull-ball.com