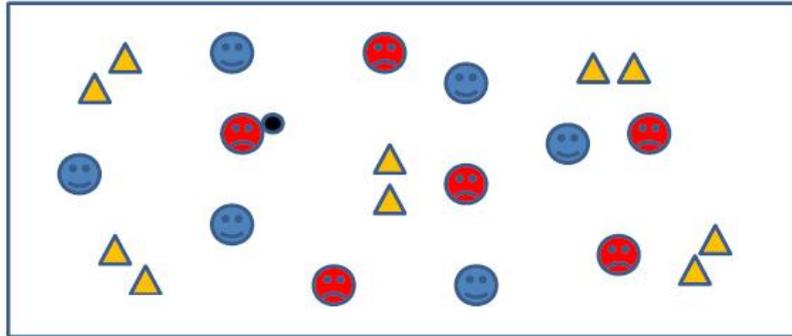


Entraînement pour débutants

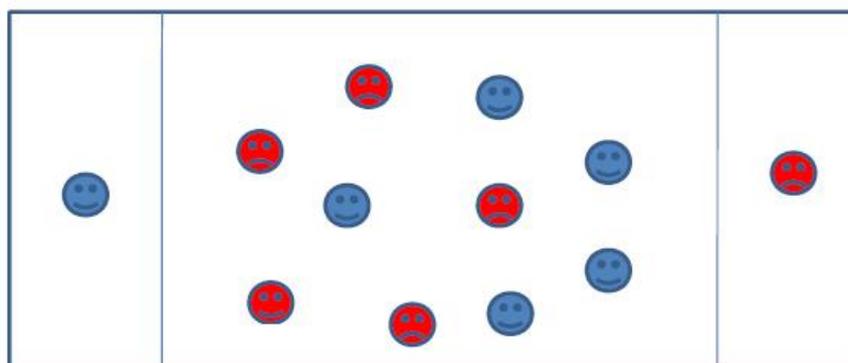
Séance 4

Atelier technique 1



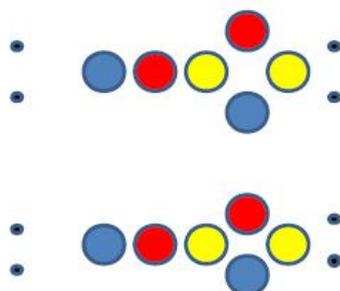
- **Descriptifs** : Les enfants doivent faire passer le ballon dans une porte pour marquer un point (pas en conduite, à l'aide de passe).
- **Evolutions** : Ballon à la main, ballon au pied.
- **Organisations** : 2 équipes de 6 joueurs, 1 ballon, 30 coupelles, 10 cônes.

Atelier technique 2



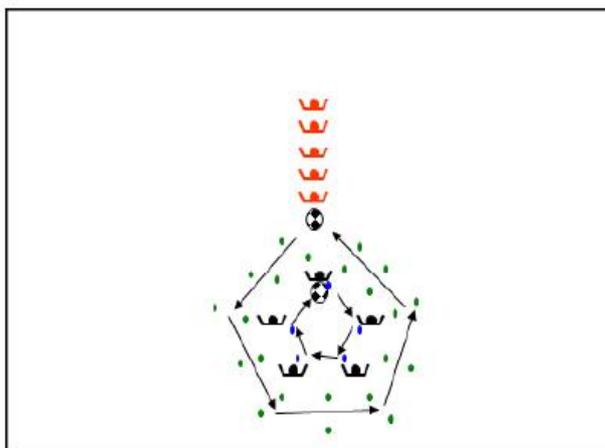
- **Descriptifs** : Les enfants doivent donner le ballon à leur capitaine en lui faisant une passe. Celui qui lui a donné le ballon prend sa place et devient capitaine.
- **Evolutions** : Ballon à la main, ballon au pied. (Puis obliger un nombre de passe si trop facile).
- **Organisations** : 2 équipes de 6 joueurs, 1 ballon par joueur, 20 coupelles.

Coordination / Motricité



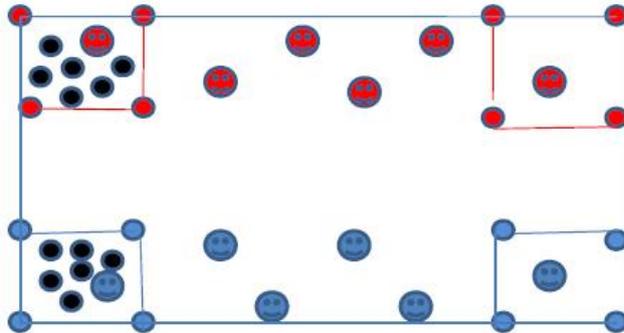
- **Descriptifs** : Les enfants doivent mettre le pied gauche dans le cerceau bleu, le droit dans le rouge et sauter à pieds joints dans le cerceau jaune.
- **Evolutions** : Sans ballon, Ballon à la main, Relais.
- **Organisations** : 2 équipes de 5 joueurs, 1 ballon par joueur, 8 coupelles, 12 cerceaux (4 rouges, 4 bleus, 4 jaunes).

Exercice technique : l'horloge



- **Descriptifs** : Les enfants de l'équipe noire se passent la balle à la main dans le sens des aiguilles d'une montre en comptant le nombre de tours effectués. 1 tour = 1 heure. L'équipe Rouge court entre les coupelles vertes sous forme de relais. L'équipe ayant effectuée le plus de tours lorsqu'elle était au milieu gagne la manche. Le gagnant du jeu est l'équipe ayant remportée 2 manches.
- **Evolutions** : les enfants du milieu se passent le ballon au pied. Les enfants de l'extérieur font le tour avec le ballon au pied. Les enfants tournent dans l'autre sens aussi bien au milieu qu'à l'extérieur.
- **Organisations** : Les enfants du milieu sont à 5m des uns des autres. 2 équipes de 5 joueurs, 2 ballons, 20 coupelles.

Jeu scolaire : le jeu du déménageur



- **Descriptifs** : Les enfants doivent transporter les ballons d'une maison à une autre en faisant des passes. Pour lancer un 2^{ème} ballon, quand le dernier enfant de la chaîne reçoit le ballon il crie « suivant ».
- **Evolutions** : Ballon à la main, Ballon au pied.
- **Organisations** : 2 équipes de 5 joueurs, 12 ballons, 24 coupelles (12 rouges et 12 bleues).