



SAISON 2014-2015

Matériel

| | | | | | | |
|---|---|---|---|---|----|----|
| | | | | | | |
| 2 | 0 | 0 | 0 | 0 | 40 | 20 |

| | | |
|--------------------|--------------------|---------------------------|
| | | |
| Déplacement joueur | Déplacement ballon | Déplacement joueur/ballon |

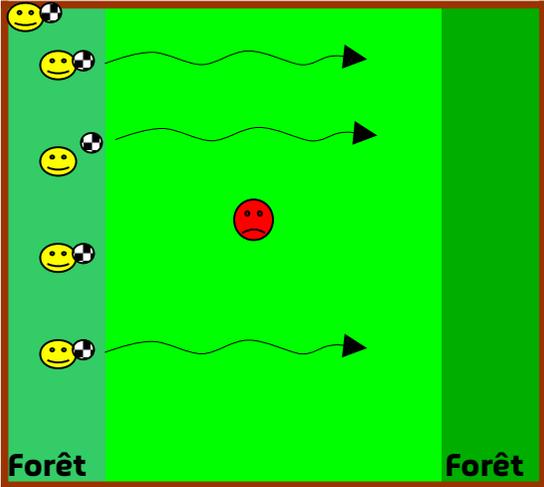
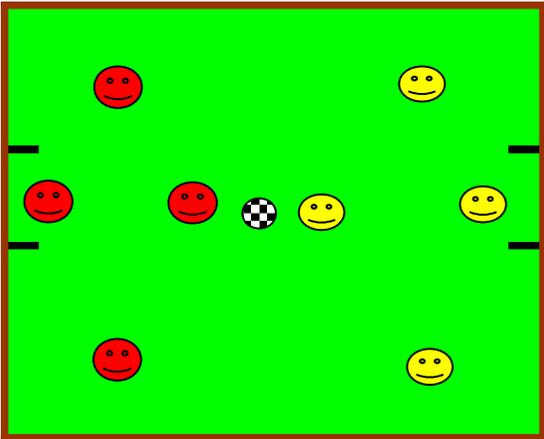
Effectif

| | | | |
|---|---|--|--|
| | | | |
| 9 | 9 | | |

| Parties | Taches | Descriptif | Éléments pédagogiques |
|-------------|--|------------|---|
| Atelier n°1 | Remplir sa maison | | Organisation |
| | Objectifs : Posséder plus de ballon que l'adversaire. | | - 2 couleurs: 4 rouges, 4 bleus. - 1 ballon par joueur. - Séquence de jeu = 30 sec. |
| | Consignes : Au stop de l'éducateur, l'équipe qui a le plus de ballon dans sa maison, Marque 1 point. | | Explications |
| | Évolution 1- A la main. 2- Au pied. | | - Au signal de l'éducateur, chaque joueur part en course chercher un ballon dans la maison des adversaires pour venir le déposer dans sa propre maison, en passant par la forêt gardée par le loup. - A la main(ne pas se faire toucher par le loup) - Au pied(éliminer le loup pour rejoindre sa maison) |
| | Durée | 10 min | |
| | Nbre de joueurs | 8 | |
| | Espaces | 20/20 | |

| | | | |
|-------------|---|--------|--|
| Atelier n°2 | Coordination | | Explications |
| | Objectifs : Motricité | | - 1 pied dans chaque cerceau - Pas chassés entre les barres - Slalom entre constris - Retour course (allure modérée) |
| | Buts : Maîtrise des appuis et déplacements. | | Variantes |
| | Consignes : Réaliser le parcours en respectant les consignes. | | - Cloche pied dans les cerceaux - Course arrière - Flexions - Extensions |
| | Durée | 10 min | |
| | Nbre de joueurs | 8 | |
| | Espaces | | |

Hydratation - Récupération 5'

| | | | | | | |
|-------------|---|-------|-----------------|---|--|--|
| Atelier n°3 | L'épervier | | Durée |  | Explications | |
| | Objectifs : Traverser le terrain sans se faire toucher. | | 10 min | | <ul style="list-style-type: none"> - les cerfs ne doivent pas sortir des limites du terrain - les enfants doivent chanter la chanson. - le cerf touché est fait épervier. | |
| | Buts : Conduite de balle / dribbles. | | Nbre de joueurs | | Variantes | |
| | Consignes : L'épervier doit toucher les cerfs pour qu'ils deviennent éperviers. | | 10 | | <ul style="list-style-type: none"> - Ballon à la main. - Ballon au pied. - Mettre un temps pour sortir de la maison - Rajouter une notion de couleur. | |
| | | | Espaces | | | |
| Atelier n°4 | Objectifs : Intégrer le sens du jeu et retrouver sa place sur le terrain | | Durée |  | Description | |
| | Buts : Marquer | | 20 min | | <p>Mise en place sur terrain entier</p> <p>Organisation en 1-2-1 (si possible)</p> <p>Laisser jouer un maximum sans rentrer encore dans détail et les attentes exigées</p> <p>2 temps de travail de 10 minutes.</p> <p>Veuillez à changer les remplaçants s'il y en a !!</p> | |
| | Consignes : Règles de match | | Nbre de joueurs | | | |
| | | | 8 | | | |
| | | | Espaces | | | |
| | | 15x20 | | | | |

RETOUR AU CALME - ETIREMENTS OBLIGATOIRES - HYDRATATION - BILAN