

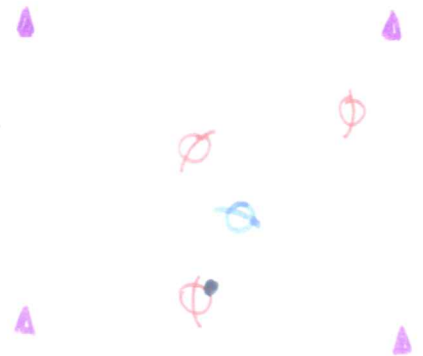


Échauffement

TORO. - Passé à 10-

Durée : 10'

- 3 c/ 1 dans un terrain de 15x15
- jeu de conservation de balle
- Jeu à la main - 5'
- Jeu au pied - 5'



Développement Moteur

Les Sorciers - Maîtrise de appuis

Durée : 10'

2 sorciers et 7 joueurs.

- Les 2 sorciers doivent toucher les autres joueurs.
Quand un J est touché par un sorcier, il reste sur place en écartant les jambes.

Pour être délivré, un partenaire doit leur passer entre les jambes.

⇒ changer les sorciers toutes les 2'

↳ veillez à équilibrer les couples avec un enfant plus éveillé et l'autre un peu moins.

⇒ cadrer l'adolescence, s'organiser par défense à deux



La Fusée

Durée : 10'

Jeu

Comme pour le bêtet, les joueurs sont numérotés de 1 à 3.

L'Éducateur appelle un numéro, ce J part chercher le ballon dans le cercueil et se place en haut du triangle. Dans le même temps les autres joueurs se placent sur les coupelles libres à la base du triangle.

Le J avec le ballon effectue un échange avec chaque joueur puis va remettre le ballon dans le cercueil.

Tous les J reviennent dans leur camp.

- Mise en train 2'

- Relais — 8'

→ Équilibrer les équipes



Match à thème

Durée : 10'

2 fois.

① Recherche du jeu en profondeur

1 ATO fixe dans une zone de 4 m de large devant les buts.

Les partenaires doivent faire une passe à l'ATO pour qu'il marque. Les DEF ne peuvent pas défendre dans la zone.

② Jeu libre en insistant sur les règles du football.

Match

