



LACETS, C'EST GAGNÉ !



OCTOBRE

U6 / U9

THÈME 1
Santé

Compétences visées : Apprendre à faire ses lacets en autonomie

L'objectif de l'atelier : Apprendre à faire ses lacets par l'intermédiaire d'un atelier technique

Modélisation de l'atelier :

Consignes de l'atelier :



- Organiser une démonstration collective sur la manière de réaliser ses lacets de chaussures.
- Répartir les joueurs en 2 équipes
- Construire en 2 parcours techniques en identifiant en 3 zones distinctes
 - La zone « lacets » : c'est la zone de laçage de chaussures
 - La zone « vérification » : c'est la zone de vérification de chaussures
 - La zone « technique » : c'est le parcours technique
- Imposer à tous les joueurs de défaire leurs lacets de chaussures
- Demander à chaque joueur de débiter l'atelier par le laçage de ses lacets
- Inviter le joueur à se rendre dans la zone de « vérification » afin de les faire valider par son éducateur
 - Si les lacets sont conformes : autoriser le joueur à poursuivre l'atelier pour y réaliser le « parcours technique ». Demander au joueur de revenir en conduite de balle et de taper dans la main de son partenaire
 - Si les lacets ne sont pas conformes : demander au joueur de retourner dans la zone « lacets » et de refaire correctement ses lacets jusqu'à ce qu'ils soient correctement réalisés
- Organiser l'atelier sous forme de relais chronométrée
- Organiser un débriefing avec les joueurs qui ont encore des difficultés à réaliser leurs lacets

Espace nécessaire :
½ terrain de football
Encadrement souhaité :
2 à 3 personnes
Effectif idéal :
10 à 12 joueurs
Durée de l'action :
20 minutes
Matériel nécessaire :
Coupelles – Cerceaux –
Cônes – Ballons – Chasubles –
Chronomètre

P

PLAISIR

R

RESPECT

Ê

ENGAGEMENT

T

TOLÉRANCE

S

SOLIDARITÉ