JEU A EFFECTUER EN CAS DE NOMBRE IMPAIR D'EQUIPES SUR LE PLATEAU

U6/U7

PLATEAU 1

Samedi 01 Février

Et

PLATEAU 2

Samedi 08 Mars

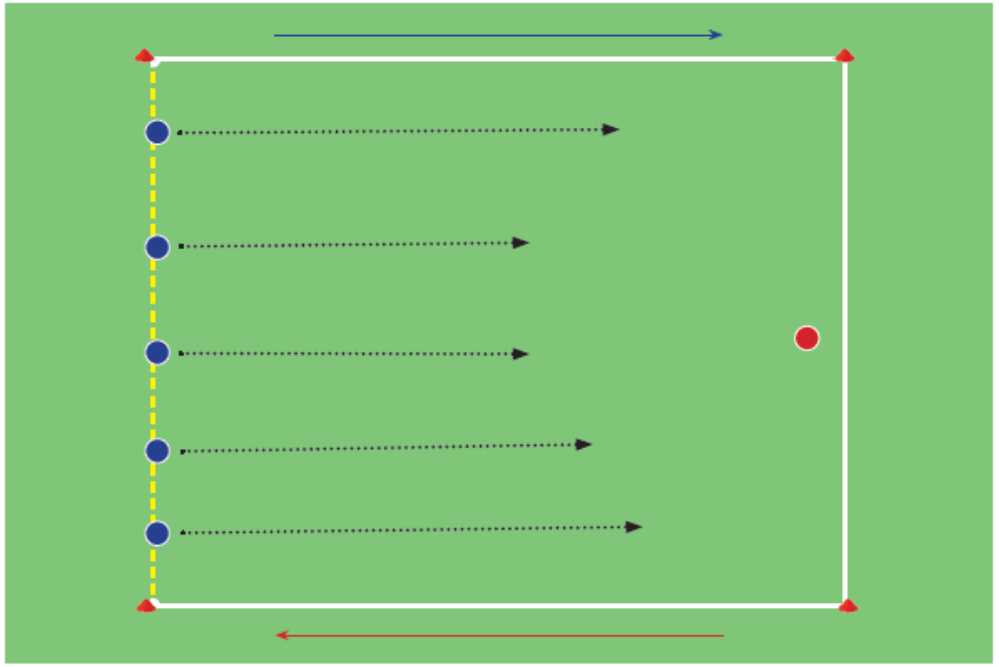
MÉTHODE PÉDAGOGIQUE
Active
Laisser jouer, observer, questionner

MOYENS ASSOCIÉS	Coordination motrice
IMPACT CHARGE MENTALE	- +
IMPACT CHARGE PHYSIQUE	- +

FACILE
BASE
DIFFICILE

ORGANISATION

OBJECTIF	Améliorer l'équilibre et la réactivité.
BUT(S)	Atteindre le côté opposé en premier = 1 point.
CONSIGNES	Tous les joueurs partent en même temps d'un coté du terrain. Les joueurs doivent traverser le terrain. Un joueur de dos placé de l'autre coté du terrain jongle trois fois (pied-main) en comptant à voix haute « 123 soleil » et se retourne. À ce moment là, les joueurs doivent stopper leur course et rester immobiles, jusqu'à ce que le joueur se retourne et se remette à compter. Si un joueur est vu en mouvement il retourne au départ. Veiller à : - équilibrer et structurer les équipes. - compter les points et valoriser les réussites.
CRITÈRES DE RÉUSSITE	



SURFACE	
Long	12 m
Larg	15 m

DURÉE TOTALE
10' à 15'

SÉQUENCE
2 x 5'

EFFECTIF			
Joueurs	6		
●	5	●	-
●	1	GB	-

MATÉRIEL	
	-
	-
	-
	-
	-
	×
	×
	-
	déplacement
	conduite
	passe / tir

COMPORTEMENTS ATTENDUS

COLLECTIFS (VEILLER À...)

Reconnaître son camp.
Acquérir le sens du jeu.
Découvrir la cible et l'adversaire.

INDIVIDUELS (VEILLER À...)

Réagir vite.
S'équilibrer.

VARIABLES

Ballon dans les mains.

Obligation de rester sur un appui. Le ballon peut continuer de rouler.

TRANSITIONS

À LA PERTE

À LA RÉCUPÉRATION

DISTRICT DU CHER DE FOOTBALL

JEU A EFFECTUER EN CAS DE NOMBRE IMPAIR D'EQUIPES SUR LE PLATEAU

U6/U7

PLATEAU 3

Samedi 22 Mars

Et

PLATEAU 4

Samedi 26 Avril

MÉTHODE PÉDAGOGIQUE	MOYENS ASSOCIÉS
Directive Expliquer, démontrer, faire répéter les gestes	Coordination motrice

IMPACT CHARGE MENTALE -

IMPACT CHARGE PHYSIQUE -

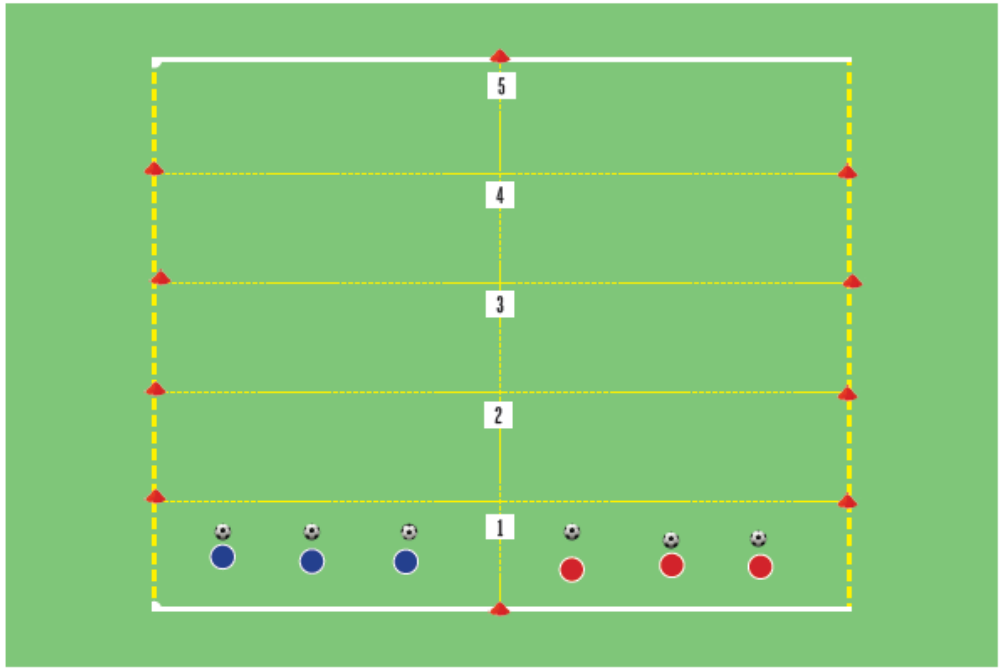
FACILE

BASE

DIFFICILE

ORGANISATION

OBJECTIF	Améliorer la maitrise technique par le jonglage.
BUT(S)	Arriver en **zone 5** en 2' maximum.
CONSIGNES	1 ballon par joueur. Pour monter d'une zone, le joueur doit réaliser un contrat 3 fois. **Contrat 1 :** je frappe ma balle et je la récupère à la main. **Contrat 2 :** je frappe ma balle, 1 rebond, je frappe ma balle, 1 rebond, je frappe ma balle, je la récupère à la main. **Contrat 3 :** idem **contrat 1** mais 2 contacts du pied. **Contrat 4 :** idem **contrat 2** mais 2 contacts entre chaque rebond. **Contrat 5 :** idem **contrat 1** mais 3 contacts du pied.
CRITÈRES DE RÉUSSITE	



SURFACE	
Long	12 m
Larg	15 m

DURÉE TOTALE
10' à 15'

SÉQUENCE
n x 5 répétitions

EFFECTIF			
Joueurs	10		
●	5	●	-
●	5	GB	-

MATÉRIEL	
	-
	-
	-
	-
	-
	×
	×
	-
	déplacement
	conduite
	passe / tir

COMPORTEMENTS ATTENDUS (VEILLER À...)

COLLECTIFS (VEILLER À...)

INDIVIDUELS (VEILLER À...)

Frapper le ballon du cou du pied (os en haut des lacets), pointe de pied tendue (pied en plateau) et cheville verrouillée.
Fixer le ballon du regard.
Frapper le ballon au milieu et par en dessous (du bas vers le haut).
Avoir la jambe alternativement semi-fléchie puis tendue au moment de la frappe.
Avoir le pied d'appui sous le bassin pour assurer l'équilibre général.
Se servir des bras pour renforcer l'équilibre.

VARIABLES

Contrat 1 dans chaque zone.

Contrat avec le pied faible uniquement.

TRANSITIONS

À LA PERTE

À LA RÉCUPÉRATION

DISTRICT DU CHER DE FOOTBALL

JEU A EFFECTUER EN CAS DE NOMBRE IMPAIR D'EQUIPES SUR LE PLATEAU

U6/U7

PLATEAU 5

Samedi 10 Mai

Et

PLATEAU 6

Samedi 24 Mai

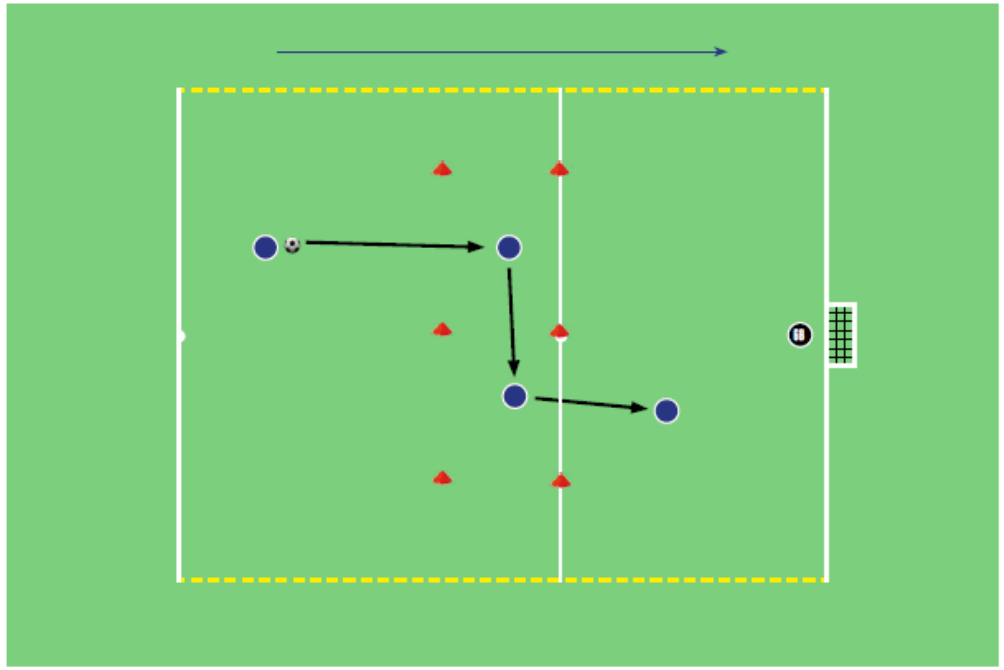
MÉTHODE PÉDAGOGIQUE
Directive
Expliquer, démontrer, faire répéter les gestes

PHASE DE JEU	ON A LE BALLON - Conserver - Progresser
PRINCIPE DE JEU	Créer et utiliser des espaces
MOYENS ASSOCIÉS	Les contrôles (au sol)
IMPACT CHARGE MENTALE	- +
IMPACT CHARGE PHYSIQUE	- +

FACILE
BASE
DIFFICILE

ORGANISATION

OBJECTIF	Améliorer les contrôles (au sol).
BUT(S)	L'équipe qui marque le plus rapidement marque 1 point.
CONSIGNES	Par groupes de 4, effectuer le cheminement imposé par l'éducateur. Minimum 2 touches de balle par joueur. Veiller à : - vérifier le rythme et l'activité de tous les joueurs. - compter les points et valoriser les réussites. - organiser la rotation sur les différents postes. - démultiplier les ateliers.
CRITÈRES DE RÉUSSITE	



SURFACE	
Long	20 m
Larg	10 m

DURÉE TOTALE
10' à 15'

SÉQUENCE
n x 5 répétitions

EFFECTIF			
Joueurs	5		
●	4	●	-
●	-	GB	1

MATÉRIEL	
	-
	×
	-
	-
	-
	×
	×
	-
	déplacement
	conduite
	passe / tir

COMPORTEMENTS ATTENDUS

COLLECTIFS (VEILLER À...)

INDIVIDUELS (VEILLER À...)

Regarder le ballon.
Accélérer et orienter la prise de balle au sol, selon le sens ou les contraintes du jeu.
Laisser le ballon en mouvement pour enchainer rapidement.
Accueillir le ballon au moment de l'impact.
Adapter la position du corps et utiliser une surface de contact large.
Dissocier haut et bas du corps si l'adversaire est présent.
Être sur des appuis dynamiques.

VARIABLES

Libre dans le nombre de touches de balle.

3 touches de balle obligatoire pour chaque joueur.

TRANSITIONS

À LA PERTE

À LA RÉCUPÉRATION

DISTRICT DU CHER DE FOOTBALL