



SAISON 2014-2015

Matériel

2	0	0	10	0	40	20

Déplacement joueur	Déplacement ballon	Déplacement joueur/ballon

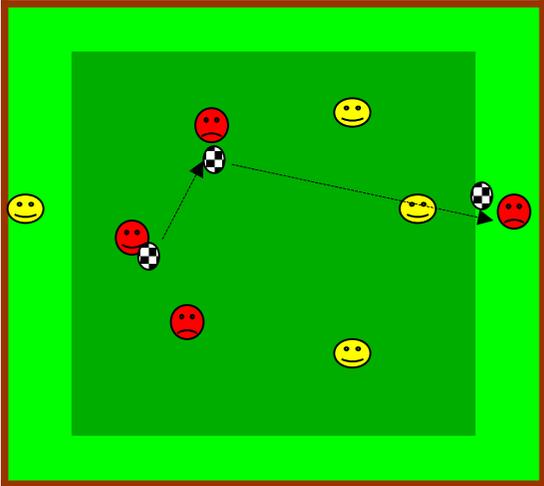
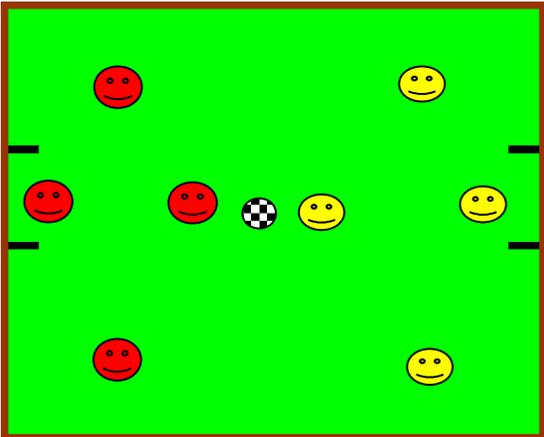
Effectif

9	9		

Parties	Taches	Descriptif	Éléments pédagogiques
Atelier n°1	Les gardiens du château		Organisation
	Objectifs : Conduite de balle / dribble		- Séquences de jeu = 30 à 45 secondes.
	Consignes : Une équipe joue les gardiens du château. Une autre tente de rentrer dans le château.		Explications
	Évolution 1- Changer de rôle entre les joueurs 2- Supprimer les refuges.		- Compter le nombre de ballon rentrés en un temps donné. - les ballons sortis par les gardiens = retour à l'extérieur pour recommencer. - 3 cerceaux qui sont des refuges.
	Durée		
	10 min		
	Nbre de joueurs		
	7		
	Espaces		
	20/20		

Atelier n°2	Coordination		Explications
	Objectifs : Vivacité		- 4 cerceaux de couleur différente. - 4 portes de couleur différente. - Cible désignée par l'éducateur. - Les joueurs sont en mouvement.
	Buts : Réagir à un signal / reconnaître les formes et couleurs.		Variantes
	Consignes : Au signal courir le plus rapidement possible vers la cible désignée.		- sans ballon - avec ballon
	Durée		
	10 min		
	Nbre de joueurs		
	8		
	Espaces		

Hydratation - Récupération 5'

Atelier n°3	<u>Le ballon au capitaine</u>	Durée		Explications	
	Objectifs : Maîtriser l'enchaînement technique	10 min		<ul style="list-style-type: none"> - 1 point à l'équipe qui parvient à transmettre le ballon à son capitaine. - Séquence de jeu = 2 minutes. 	
	Buts : Dribbles / passes.	Nbre de joueurs		10	Variantes
	Consignes : Transmettre le ballon au joueur « capitaine » .	Espaces			<ul style="list-style-type: none"> - 2 capitaines pour chaque équipe.
Atelier n°4	Objectifs : Intégrer le sens du jeu et retrouver sa place sur le terrain	Durée		Description	
	Buts : Marquer	20 min		<ul style="list-style-type: none"> Mise en place sur terrain entier Organisation en 1-2-1 (si possible) Laisser jouer un maximum sans rentrer encore dans détail et les attentes exigées 2 temps de travail de 10 minutes. Veillez à changer les remplaçants s'il y en a !! 	
	Consignes : Règles de match	Nbre de joueurs		8	
		Espaces			
				15x20	

RETOUR AU CALME - ETIREMENTS OBLIGATOIRES - HYDRATATION - BILAN