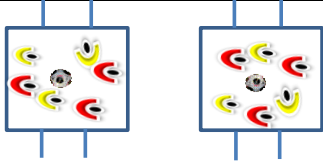
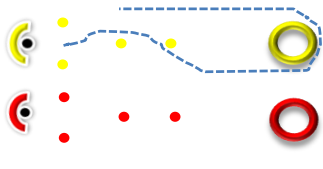
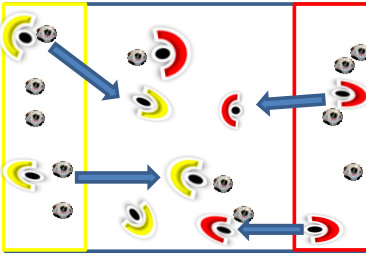
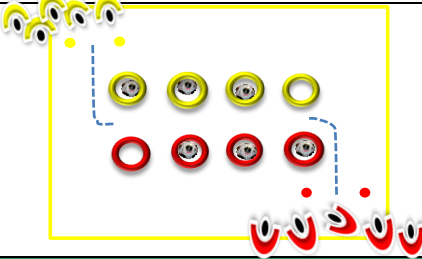
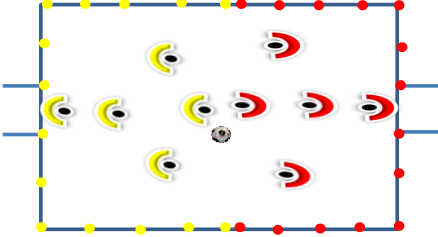


Séance EVEIL - U7, U8, U9

date :		Nom Prénom :			
Thème de la séance :		Séance N° :		1	2
				4	5
cerceaux :	ballons :	barres :	Cycle N° :		3
constrifoot :	cônes :	chasubles :		coupelles :	haies :
différentes parties : (durée)	Objectifs :	EXERCICES		Évolutions	
Prise en main (5')					
1 - Jeu réduit ou jeu à la main (12')	Passage du jeu au jeu Football (3)			Terrain de 15X15 m réduit 2 buts jeu 3 contre 3 touches au pied pas de gardien, buts de 3m	10 coupelles par terrain 4 piquets ou cônes par terrain Chasubles 3 ballons par terrain minimum
2 - Relais de coordination (10')	Développement moteur (1)			Parcours de 12 mètres entre les 2 coupelles et effectuer le tour du cerceau pied fort passages découverte par joueur passage chacun en course de relais des groupes de 5 maxi	Passer 2 Faire 1/ ballon main 2/ ballon pied
Rupture d'attention (5')		Moment d'expression libre : pause			
3 - Jeu Football (12')	Passage du jeu au jeu Football (3)			"je vide/tu remplis" Terrain de match 2 équipes ; Objectif : Amener un maximum de ballons dans le camp adverse et vider dans son camp. Mettre 1 ou 2 joueurs fixes dans son camp . Partir chercher les ballons donnés par les joueurs de la zone. Changer les joueurs à chaque séquence. Les joueurs sont inattaquables. Séquences de 3 minutes 1/ Ballon main 2/ Ballon pied	coupelles chasubles 1 ballon par joueur au moins
4 - jeu d'éveil technique (10')	Découverte globale des gestes du football (2)			"Puissance 4" : Terrain de 25X20 m, 2 équipes. Objectif : remplir ses 4 cerceaux pour faire une ligne de 4 avec les ballons. Prendre un ballon dans les coffres adverses et remplir un de ses coffres. Faire partir qu'un joueur à la fois pour 1 ballon . Compter 1 point par ligne de 4 et recommencer. Entrer entre les 2 lignes de coffres. 1/ ballon main 2/ ballon pied	3 ballons par équipe 8 cerceaux 6 ballons coupelles
Rupture d'attention (5')		Moment d'expression libre : pause			
5 - Match 5x5 (10')	Passage du jeu au jeu Football (3)			match 5 contre 5 Apprentissage d'une règle	
Retour au calme (5')		A			
Nbre de joueurs :		Évaluation de la séance :		N1	N2
				N3	N4