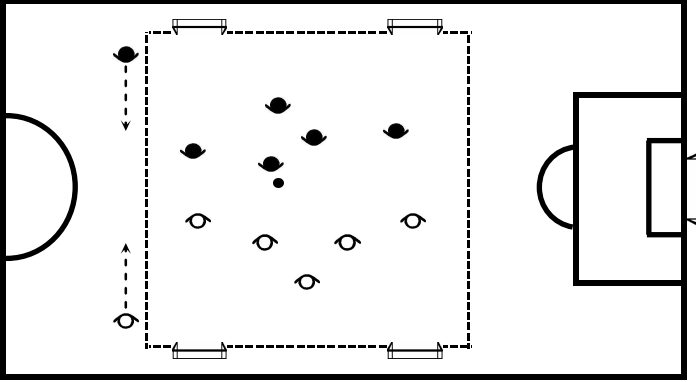
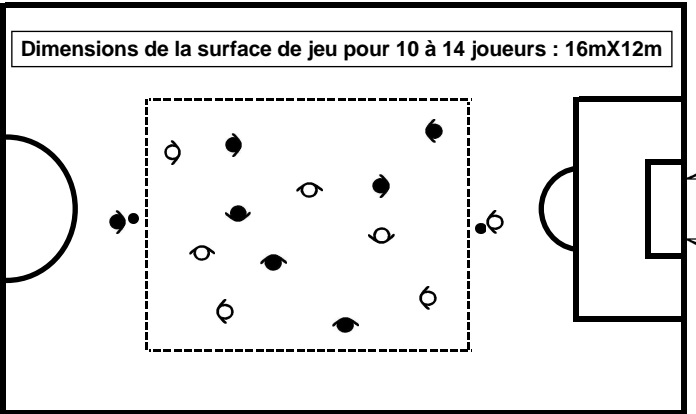
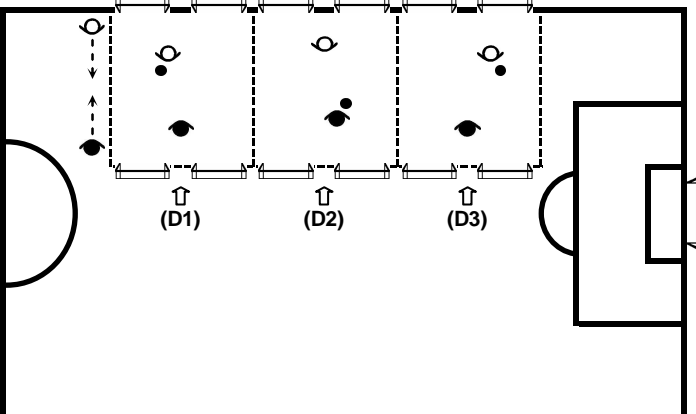


OBJECTIFS	EXERCICES	LEGENDE :=> = Course sans ballon. - - - - => = Course avec ballon. ———=> = Passe ou tir.	MATERIEL
<p><i>Pédagogie active de la découverte // Règles et moyens d'action : Conserver - Progresser, jouer en mouvement.</i></p> <p>Echauffement : 10' Prise en main du groupe</p>	<p>Consignes :</p> <ul style="list-style-type: none"> * Jeu 5 contre 5 sur une surface de 20mX30m. * Marquer en traversant, en conduite, un des 2 buts sans gardien. * Jeu libre aux pieds. * Les touches se font aux pieds. <p>Remarques : Obliger les joueurs à s'écarter du porteur du ballon. Obliger les joueurs à fixer un but pour marquer sur l'autre.</p>		<p>Assiettes</p> <p>8 cônes ou 8 constris pour 4 buts</p> <p>1 ballon</p> <p>2 couleurs de chasubles</p>
<p>Récréation : 05' Maniement du ballon</p>	<p>Jonglerie ⇔ Enchaîner : Taper 2 fois le ballon, le récupérer avec les mains à hauteur de taille. Pédagogie du modèle. (Travail effectué du bon pied).</p>		<p>1 ballon par joueur</p>
<p><i>Pédagogie active de la découverte // Règles et moyens d'action : Conserver - Progresser, jouer en mouvement.</i></p> <p>Jeu Pré-Sportif : 10'</p> <p><u>Découverte technique :</u> La passe</p> <p><u>Découverte tactique :</u> Le démarquage</p>	<p>Consignes :</p> <p>Le délivre joueur :</p> <ul style="list-style-type: none"> * Les joueurs situés hors du carré doivent délivrer leurs partenaires qui sont "Emprisonnés" dans le rectangle. * Pour cela, ils passent le ballon à un de leurs partenaires situé dans le carré. * Si ce dernier réussit à sortir du carré, il est délivré et continue à jouer hors du carré. * La première équipe à ne plus avoir de joueurs dans le carré a gagné la partie. * <u>Variantes :</u> <ul style="list-style-type: none"> - Passe à la main. - Passe aux pieds. 	<p>Dimensions de la surface de jeu pour 10 à 14 joueurs : 16mX12m</p> 	<p>Assiettes</p> <p>2 ballons</p> <p>2 couleurs de chasubles</p>
<p><i>Pédagogie active du guidage // Règles et moyens d'action : Déséquilibre - Finir, créer de l'incertitude.</i></p> <p>Tournoi : 10' Situation</p> <p><u>Tactique individuelle :</u> Découverte d'un adversaire</p>	<p>Consignes :</p> <ul style="list-style-type: none"> * Jeu 1 contre 1 sur une surface de 8mX6m avec des buts de 1,50m. * Marquer dans deux buts sans gardien. * Les touches se font aux pieds et pas de corner. * Toutes les 1'30, changer d'adversaire en utilisant le système Montée/Descente : Chaque rencontre représente un niveau (D1, D2, D3 etc ...). Le joueur qui gagne à un niveau, monte ; Celui qui perd, descend. Si égalité à la première séquence : Tirage au sort pour désigner le vainqueur. Si égalité aux autres séquences : Le joueur qui vient de monter est vainqueur. Le ballon, au début des séquences est donné au joueur qui descend. <p>Remarque : Bien matérialiser les surfaces de jeux.</p>		<p>Assiettes</p> <p>2 cônes ou 2 constris par but</p> <p>1 ballon par terrain</p>