

# Scéance Débutants (année 2003–2004–2005)

MISE EN TRAIN

ANIMATION SCHEMA

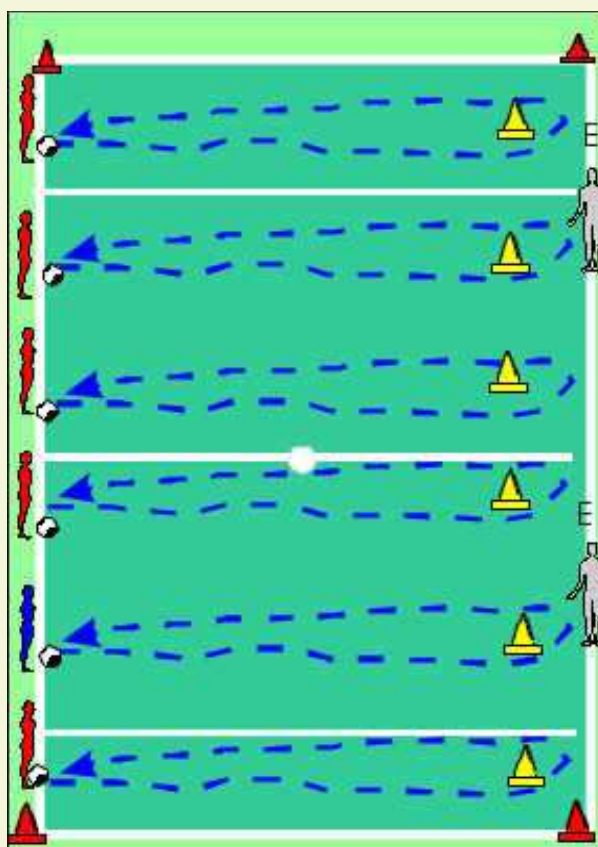
**DUREE DE L'EXERCICE 10 Mn**

**OBJECTIFS**

**Occupation de l'espace,préparation de la séance...**

## ECHAUFFEMENT

- Les joueurs contournent le cône, en conduite de balle intérieur pied droit.
- Alternier intérieur pied droit, pied gauche. Même exercices, mais cette fois au signal de l'educateur, les joueurs arrête le ballon avec la semelle et lèvent le bras .
- Ils repartent au signal.
- Varier, demander de s'asseoir sur le ballon, contourner le ballon en effectuant des petits pas apres l'avoir immobiliser, soyez imaginatif.



LEGENDE

Matériel:

1  par enfant , 1  par enfant + 4  pour delimiter le terrain

## PARCOUR DE COORDINATION

ANIMATION SCHEMA

**DUREE DE L'EXERCICE 10 Mn**

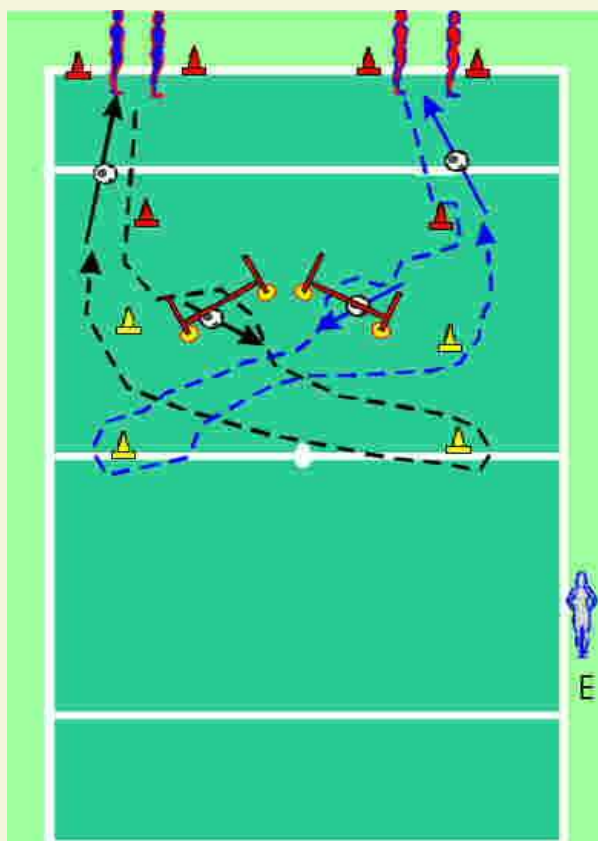
**OBJECTIFS**

**Amusement, appui...**

### PARCOUR DE COORDINATION

#### Faire 2 ateliers

- Départ des 2 ateliers simultanément.
- Le joueur conduit son ballon ,contourne le 1er plot.
- Fait une passe pour lui même sous la haie, saute par dessus celle-ci, et récupère le ballon.
- Il va ensuite contourner le plot suivant, passe derrière, l'autre et revient jusqu'au plot rouge.
- La il adresse le relais a son partenaire, en effectuant une passe de l'intérieur du pied .
- le joueur suivant fait le relais à son tour.
- Animer, sous forme de compétition entre les 2 équipes pour mobiliser tout le monde.



Matériel:

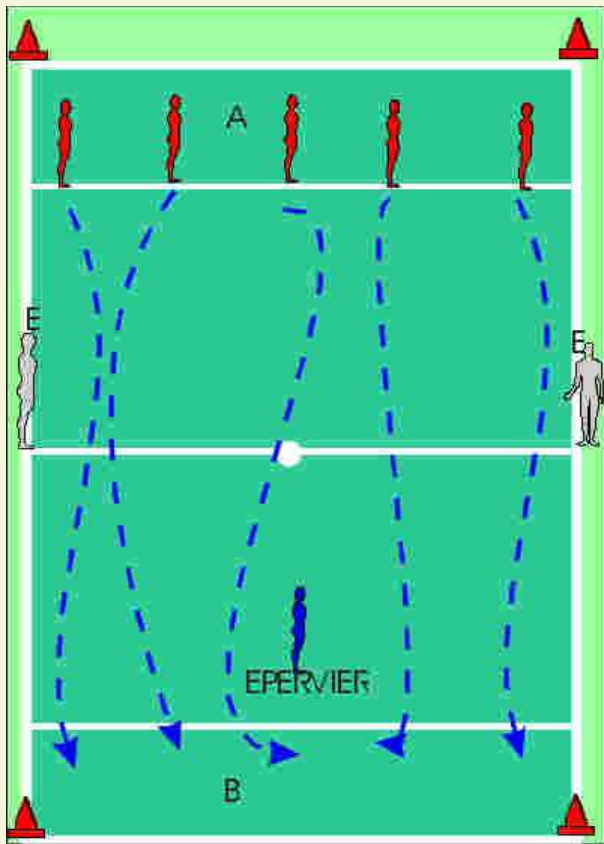


4  , 6  6  4 

**Prevoir expression libre 5 Mn,ne pas oublier de les faire boire .**

## JEU D'VEUIL

ANIMATION SCHEMA

### DUREE DE L'EXERCICE 10 Mn

OBJECTIFS	Eveil, coordination , appui...
<p><b>Jeu scolaire "l'epervier":</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Les joueurs(jaune)doivent regagner le camp B, sans ce faire prendre, par le joueur bleu.</li><li>• Celui qui se fait prendre ,rejoint l'epervier, et lui donne la main , pour capturer les autres.</li><li>• Et ce jusqu'au dernier.</li><li>• Faire le jeu,une fois sans ballon, puis avec ballon.</li></ul>	
Matériel:	1  par enfants, 10  pour delimiter le terrain

## RELAIS TECHNIQUES

ANIMATION SCHEMA

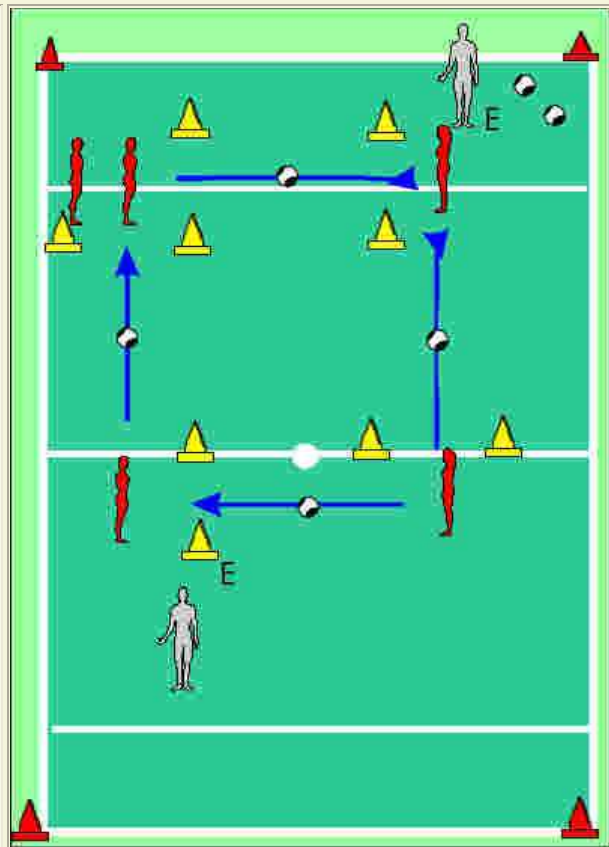
### DUREE DE L'EXERCICE 10 Mn

#### OBJECTIFS

Apprendre a jouer en mouvement,passe ,controle...

#### Passe et suit

- Je vais la ou j'envois le ballon.  
Au départ , placer 2 joueurs ,1 joueur effectus la passe et suit ,pour remplacer le joueur a qui il a fait la passe.le joueur, recoit le ballon,le controle ,et fait la passe a son tour,il va prendre la place du joueur a qui il a adresser le ballon .
- Ainsi de suite.Animer ,corriger les controles,les passes,essayer de mettre du rythme.



Matériel:

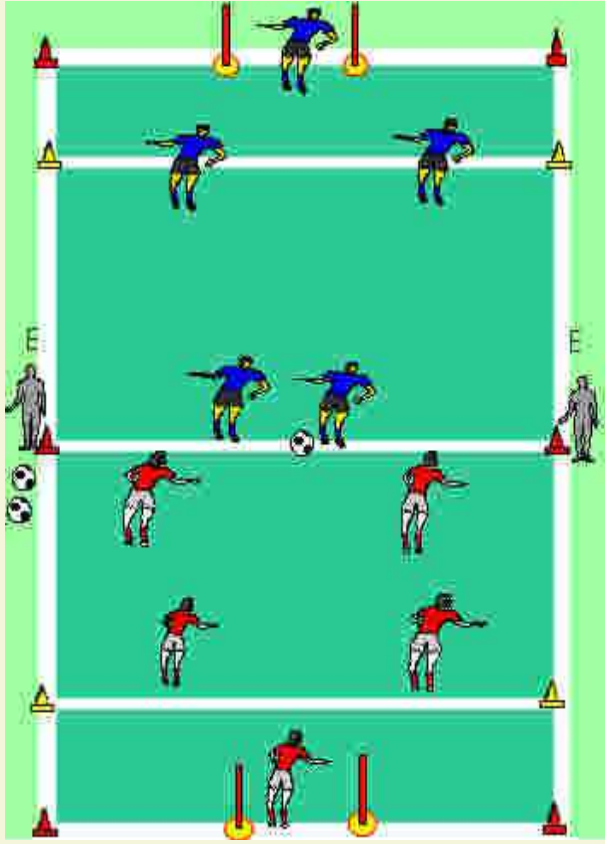




2 , 4  + 9 

Prevoir expression libre 5 Mn,ne pas oublier de les faire boire .

## JEU LIBRE

ANIMATION SCHEMA

### DUREE DE L'EXERCICE 10 Mn

OBJECTIFS	Assimiler les règles du jeu...
<p><b>Petit Match</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Jeu libre 5 contre 5</li><li>• Intervenir le moins possible .</li><li>• Arbitrer du bord du terrain .</li><li>• Si effectif plus de cinq joueur, faire tourner toute les trois minutes.Essayer de recréer l'ambiance cour d'école.</li></ul>	
Materiel:	3  , 4  + 6  , 4  , 5  , 5 