



SAISON 2014-2015

### Matériel

2	0	0	0	0	40	20

Déplacement joueur	Déplacement ballon	Déplacement joueur/ballon

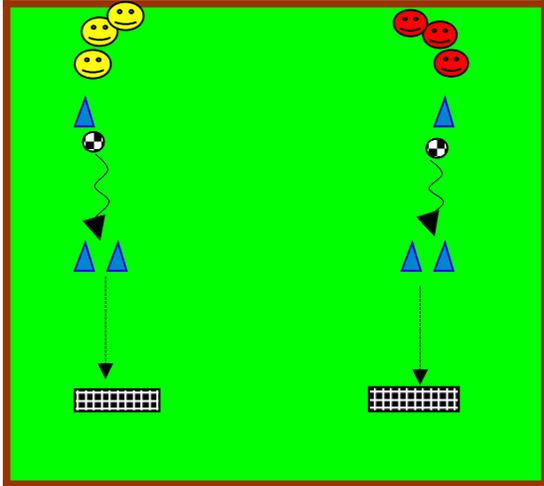
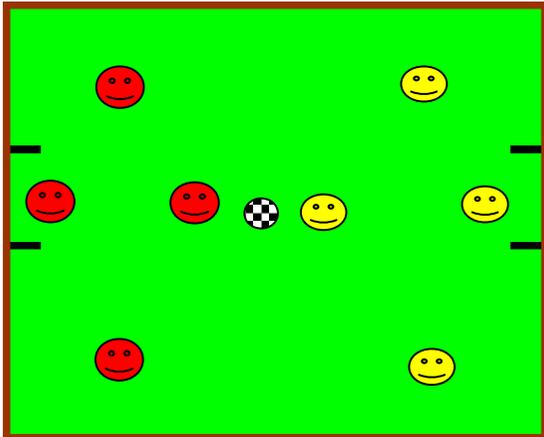
### Effectif

9	9		

Parties	Taches	Descriptif	Éléments pédagogiques
Atelier n°1	<b>Abattre les quilles</b>		<b>Organisation</b>
	<b>Objectifs :</b> Viser les quilles en tirant avec le ballon.		- 1 ballon par joueur. -1 quille en face de chaque joueur.
	<b>Consignes :</b> Chaque joueur possède un ballon et doit renverser la quille de sa couleur.		<b>Explications</b>
	<b>Évolution</b> 1- possibilité d'utiliser plusieurs ballons.		- Lorsque l'éducateur donne le signal de départ, les joueurs tirent dans la quille en face d'eux et essayent de la renverser. - A la fin du temps de jeu (30s), on compte les quilles qui sont tombées. -Ou bien l'équipe qui fait tomber ses quilles en 1e est déclaré gagnante.
	<b>Durée</b>		
	<b>10 min</b>		
	<b>Nbre de joueurs</b>		
	<b>8</b>		
	<b>Espaces</b>		
	<b>/</b>		

Atelier n°2	<b>Coordination</b>		<b>Explications</b>
	<b>Objectifs :</b> Maîtrise des appuis (avant et arrière)		- 1 couloir par équipe. - course avant dans le couloir puis retour vers la colonne. - mise en place d'un relais
	<b>Buts :</b> Courir dans le couloir sans toucher les barres et ne pas tomber.		<b>Variantes</b>
	<b>Consignes :</b>		- Avec un ballon dans les mains. - Avec un ballon dans les pieds.
	<b>Durée</b>		
	<b>10 min</b>		
	<b>Nbre de joueurs</b>		
	<b>8</b>		
	<b>Espaces</b>		

# Hydratation - Récupération 5'

Atelier n°3	<b>Conduite de balle + tir</b>	Durée		Explications	
	<b>Objectifs :</b> Maîtrise du ballon.	10 min		<ul style="list-style-type: none"> <li>- les joueurs conduisent le ballon, traversent la porte et tirent au but.</li> <li>- Varier les gardiens de but.</li> </ul>	
	<b>Buts :</b> Conduite de balle +tir.	Nbre de joueurs		10	Variantes
	<b>Consignes :</b> Utilisation du pied gauche et du pied droit.	Espaces			
Atelier n°4	<b>Objectifs :</b> Intégrer le sens du jeu et retrouve sa place sur le terrain	Durée		Description	
	<b>Buts :</b> Marquer	20 min		<ul style="list-style-type: none"> <li>Mise en place sur terrain entier</li> <li>Organisation en 1-2-1 (si possible)</li> <li>Laisser jouer un maximum sans rentrer encore dans détail et les attentes exigées</li> <li>2 temps de travail de 10 minutes.</li> <li>Veuillez à changer les remplaçants s'il y en a !!</li> </ul>	
	<b>Consignes :</b> Règles de match	Nbre de joueurs		8	
		Espaces		15x20	

**RETOUR AU CALME - ETIREMENTS OBLIGATOIRES - HYDRATATION - BILAN**