

Fiche exercice

Eveil
U6/U7

Amélioration Physique Maitrise Appuis Coordination

Maîtrise du ballon , éveil technique

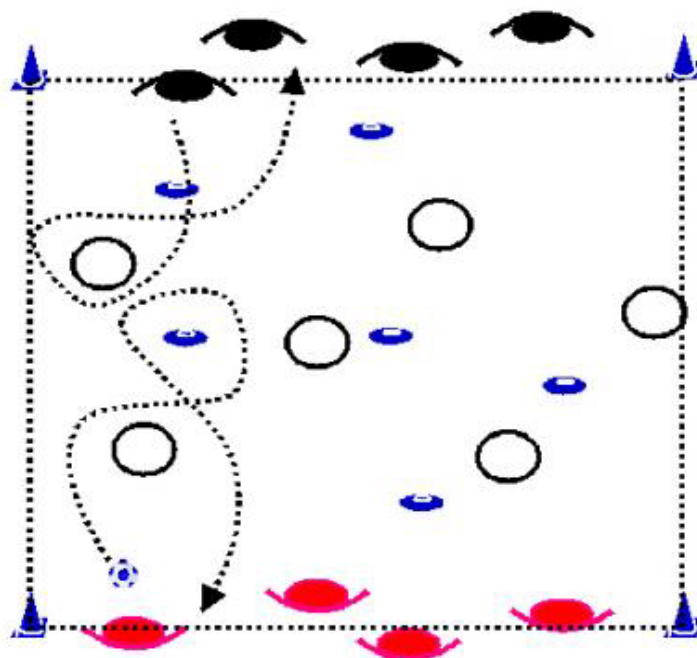
Thème secondaire :

Objectif :

Apprendre à maîtriser le ballon avec les pieds

Effectif :

8 joueurs



- 10 minutes

Dimensions :

Matériel :

6 coupelles 5 à 6 cerceaux

Mise en place / Organisation et consignes :

- 2 équipes de 4 joueurs Les joueurs avant de revenir dans leur camp : - Doivent passer entre les obstacles - Contourner un des obstacles - Contourner 2 obstacles Une équipe après l'autre Deux équipes ensemble Celle qui va le plus vite