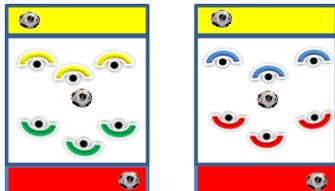
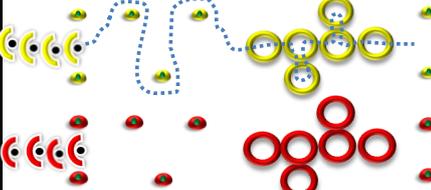
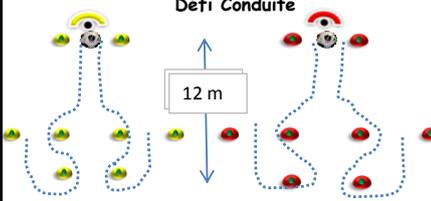
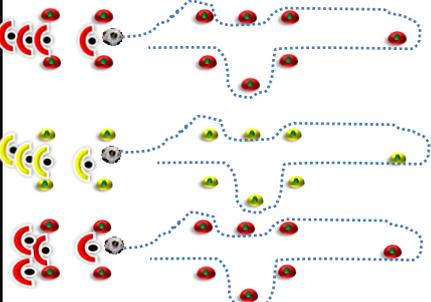
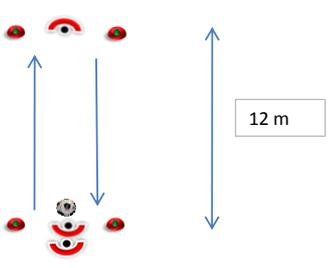
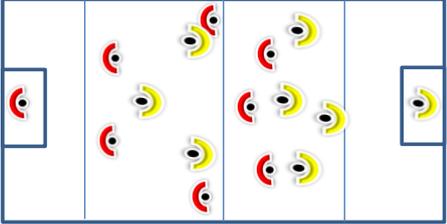


Séance INITIATION - POUSSINS						
date :		Nom Prenom :				
Thème de la séance : La Conduite		Seance N° :	1	2	3	
			4	5	6	
cerceaux :	ballons :	barres :	Cycle N° :			
constrifoot :	cônes :	chasubles :		coupelles :	haies :	
différentes parties : (durée)	Objectifs :	EXERCICES		Evolutions		Matériel
Prise en main (5')						
1 - Jeu réduit ou jeu à la main (12')	Apprentissage du Jeu (3)			Jeu Réduit "Stop Ball" (stopper le ballon dans la zone adverse) 3 contre 3 Pas de gardien Touches au pied Pas de corner Matches de 3 minutes		18 coupelles par terrain 3 ballons par terrain Chasubles
2 - Coordination - Vivacité (10')	Relais, Circuit, Jeu			Parcours de 12 m Pas chassés entre les coupelles et bondissements 2 pieds dans les cerceaux 3 passages chacun découverte Course de relais ensuite avec 1 passage chacun 1/ sans ballon 2/ Ballon main		17 coupelles par atelier 6 cerceaux par atelier 1 ballon par atelier Chasubles
3 - Préparation au défi (15')				<b>DEFI CONDUITE n°2</b> Parcours de 12 m, portes d'1 m Les 2 équipes sortent du même côté à chaque fois. 1/2 passages découverte à droite + 1 passage compétition 1 contre 1 2/ 2 passages découverte à gauche + 1 passage compétition 1 contre 1		
4 - Apprentissage technique (25 à 30')	Jeu d'Apprentissage Technique			Relais Conduite : Course de relais, donner le ballon dans la zone de transition 1/ passage pied fort 2/ passage pied faible 3/ passage libre parcours de 12 m		11 coupelles par atelier 1 ballon par atelier Chasubles
	Exercice analytique			Parcours de 12 m Par 3, amener le ballon en conduite en face. 1 / libre 2/ pied fort 3/ pied faible 4/extérieur du pied fort		Ballons (1 pour 3) 4 coupelles par atelier
Rupture d'attention (5')		Moment d'expression libre : pause				
5 - Match 7x7 (15')	Passage du jeu au jeu Football (3)			Match sur terrain normal avec 13 m matérialisés. 2 x 7 minutes Arbitrage par les jeunes à tour de rôle Apprentissage d'une règle Correction du placement		Ballons Chasubles Cônes
Retour au calme (5')		Bilan de la séance - Rangement du matériel avec les enfants				
Nbre de joueurs :		Evaluation de la séance :		N1	N2	N3
						N4