

Séance INITIATION - POUSSINS						
date :		Nom Prenom :				
Thème de la séance : La Passe		Seance N° :	1	2	3	
			4	5	6	
cerceaux :	ballons :	barres :	Cycle N° :			
constrifoot :	cônes :	chasubles :		coupelles :	haies :	
différentes parties : (durée)		Objectifs :		EXERCICES		Évolutions
Prise en main (5')						Matériel
1 - Jeu réduit ou jeu à la main (12')	Apprentissage du Jeu (3)			Jeu Réduit 4buts (2 buts à attaquer et 2 buts à défendre) 3 contre 3 Pas de gardien Touches au pied Pas de corner Matches de 3 minutes		10 coupelles par terrain 3 ballons par terrain 8 jalons ou cônes par terrain Chasubles
2 - Coordination - Vivacité (10')	Relais, Circuit, Jeu			Parcours de 12 m marche avant jusqu'au 2ème cône-marche arrière jusqu'au 1er cône-marche avant 3 passages chacun découverte Course de relais ensuite avec 1 passage chacun 1/ sans ballon 2/ Ballon main		4 coupelles par atelier 2 cônes par atelier 1 ballon par atelier
3 - Préparation au défi (15')				Défi Tir Les équipes tirent sur 2 buts distincts. Distance de tir = 13 m environ. 2 portes de départ par équipe à côté du but, et 1 coupelle à 15 m du but. Les 2 équipes empruntent la porte du même côté (droite ou gauche). 1/ 2 passages chacun découverte à droite+ 1 passage compétition 1 contre 1 (2 pts au plus rapide, 1 pt au 2ème et 1 pt le but) 2/ 2 passages chacun découverte à gauche + 1 passage compétition 1 contre 1 (même comptage)		
4 - Apprentissage technique (25 à 30')	Jeu d'Apprentissage Technique			"Jeu des portes" 2 équipes, Terrain de 30 x 30 m Objectif : marquer des points en faisant une passe à son partenaire dans une porte. 5 portes de 3 m de largeur. Variante : interdiction de rejouer dans la même porte		Coupelles 10 Cônes ou coupelles Ballons Chasubles
	Exercice analytique			Par 3, Distance de passe de 10 à 12 m, Contrôle passe 2 touches, insister sur la position du corps pour orienter le ballon. 1/ pied fort 2/ pied faible 3/ changer de sens possibilité de rajouter un 4ème joueur pour un passe et suis		3 Coupelles 1 Ballon par groupe
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		
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