



SAISON 2014-2015

Matériel

2	0	0	0	0	40	20

Déplacement joueur	Déplacement ballon	Déplacement joueur/ballon

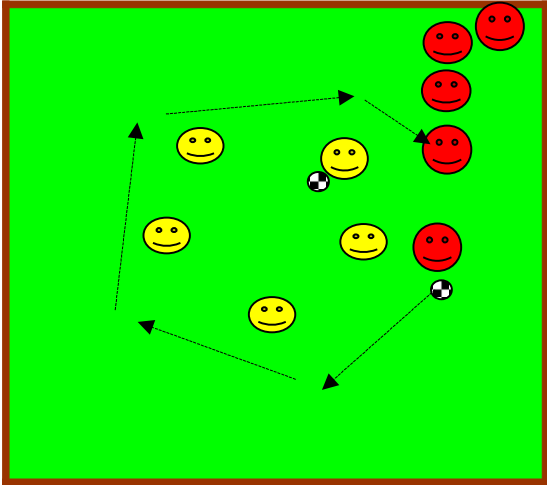
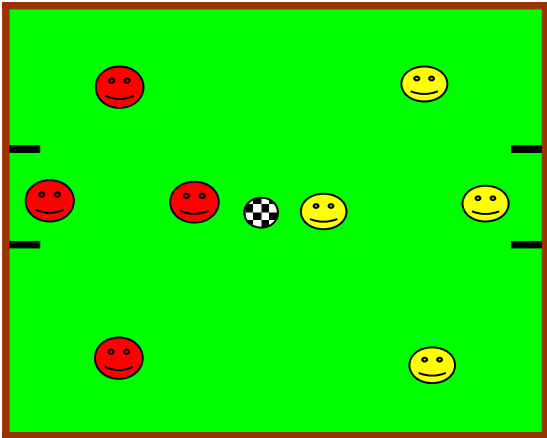
Effectif

9	9		

Parties	Taches	Descriptif	Éléments pédagogiques
Atelier n°1 Jeu scolaire	<u>Le déménageur</u>		Organisation
	Objectifs : Arriver le plus rapidement possible à déplacer tous les ballons d'une maison à l'autre		- 2 couleurs(max), 4 rouge, 4 bleus. - 8 ballons (4 par maison).
	Consignes : L'équipe qui arrive à mettre tous ses ballons dans sa 2e maison en premier a gagné.		Explications
	Évolution 1- A la main. 2- Au pied.		- Lorsque l'éducateur donne le signal de départ, le joueur dans la première maison lance le ballon à son copain qui fait de même jusqu'à ce que le ballon arrive dans la 2e maison, - Quand le 1e ballon arrive dans la 2e maison, le receveur crie le signal(cri de guerre de l'équipe) pour que le 2e ballon parte.
	Durée 10 min		
	Nbre de joueurs 8		
	Espaces /		

Atelier n°2	<u>Coordination</u>		Explications
	Objectifs : Dissociation de la marche avant de la marche arrière		- 1 ballon par joueur. - Enchaîner la course arrière après la course avant. - Réaliser le parcours en regardant toujours l'éducateur devant.
	Buts : Arriver à se déplacer vers l'avant puis vers l'arrière.		Variantes
	Consignes : Selon le parcours avancer ou reculer.		- Avec un ballon dans les mains. - Avec un ballon dans les pieds.
	Durée 10 min		
	Nbre de joueurs 8		
	Espaces		

Hydratation - Récupération 5'

Atelier n°3 Jeu scolaire	<u>L'horloge</u>	Durée		Explications	
	Objectifs : Maîtrise du ballon.	10 min		<ul style="list-style-type: none"> - les joueurs jaune font tourner le ballon à la main en se le passant. Chaque tour correspond à une heure. - Les joueurs rouge doivent faire le tour de l'horloge en courant le plus rapidement possible. 	
	Buts : l'équipe en position d'horloge doit faire le plus d'heure(+ de tours possibles)	Nbre de joueurs		10	Variantes
	Consignes :	Espaces			<ul style="list-style-type: none"> 1- Ballon dans les mains. 2- Ballon au pied pour les 2 équipes.
Atelier n°4	Objectifs : Intégrer le sens du jeu et retrouver sa place sur le terrain	Durée		Description	
	Buts : Marquer	20 min		<ul style="list-style-type: none"> Mise en place sur terrain entier Organisation en 1-2-1 (si possible) Laisser jouer un maximum sans rentrer encore dans détail et les attentes exigées 2 temps de travail de 10 minutes. Veuillez à changer les remplaçants s'il y en a !! 	
	Consignes :	Nbre de joueurs		8	
	Règles de match	Espaces		15x20	

RETOUR AU CALME - ETIREMENTS OBLIGATOIRES - HYDRATATION - BILAN