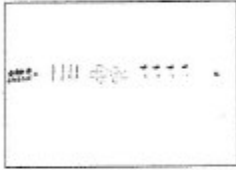
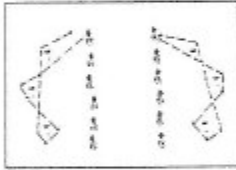
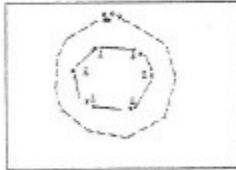
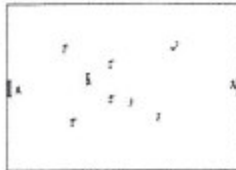


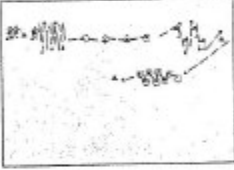



ÉTÉ 2010 Mixte Souca (4 à 6)

WINNER

Thème général: Maîtrise et conduite de balle

BUT / MATIERE	ORGANISATION	VOLUME	MATERIEL
Mise en train:			
Jongleries, conduite de balle		10'	
Phase de performance:			
<p>Matricité skippings normale par-dessus des barres saut dans les cerceaux en alternant droite gauche, slalom entre les piquets</p>		10'	cones, piquet, barres, cerceau
<p>Course/ coordination Mettre les cerceaux en ligne, placer un joueur par cerceau et lui attribuer un numéro. A l'appel du numéro, le joueur quitte son cerceau, fait un changement d'appui entre les contris et se remet dans le cerceau de départ. Le premier arrivé marque un point. Variante: avec ballon, mettre d'autres obstacles...</p>		10'	cerceaux cones
<p>HORLOGE les X font tourner le ballon à la main. Pendant ce temps, chaque O fait un tour autour des X. Quand tous les O sont passés, on compte le nombre de tours des X. Variante: Ceux qui se trouvent aux cones se passent le ballon à la main, ceux qui courent doivent en plus conduire un ballon....</p>		15'	cones dossard ballons
<p>Apprentissage tactique collectif 5 contre 5: placer, conseiller, rassurer et corriger les jeunes pendant 15 (sans trop arrêter le jeu) ensuite laisser jouer librement.</p>		15'	Ballons Dossards
Volume total:		60	0 joueur(s) à disposition

Thème général: Dribble

BUT / MATIERE	ORGANISATION	VOLUME	MATERIEL
Mise en train:			
Jonglerie, conduite de balle		10'	
Phase de performance:			
Développement de la latéralisation slalom pas chassés entre les barres, bondissements latéraux pieds joints, slalom pas chassés entre les piquets, impulsions latérales à 1 pied, pied droit et pied gauche.		10'	cones, dossards, cerceaux, barres
Faire ses courses au signal, les joueurs de chaque équipe viennent chercher à tour de rôle un ballon et le ramènent en conduite de balle, une fois dans sa maison, il tape dans la main d'un camarade qui part à son tour, l'équipe qui ramène le plus vite les ballons a gagné.		10'	ballons, cones, dossards
Duel 2 lignes sont espacées de 10m. Le joueur bleu balle au pied, se trouve sur la ligne 1, le joueur orange sur la ligne 2. Le bleu tente de dribbler le orange et de conduire le ballon au-delà de la ligne 2. Le joueur bleu ne peut reculer.		15'	ballon
Apprentissage tactique collectif 5 contre 5 : placer, conseiller, rassurer et corriger les jeunes pendant 10'(sans trop arrêter le jeu) ensuite laisser jouer librement.		15'	Ballons Dossards
Volume total:		60'	0 joueur(x) à disposition

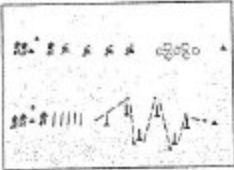
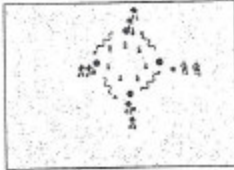
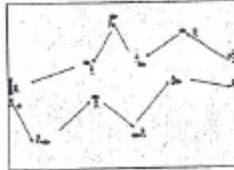
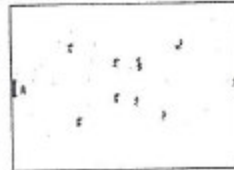
Thème général: controle

BUT / MATIERE	ORGANISATION	VOLUME	MATERIEL
Mise en train: Jonglerie, conduite de balle		10'	
Phase de performance: Slalom entre piquets et frappe Le joueur slalom entre les piquets avant de frapper le ballon qui est déjà placé. Variante : avec une passe ou en conduisant le ballon entre les piquets. Lever la tête, coordination.		10'	Ballons Piquets ou cônes Chasubles
1,2,3 solet! Les joueurs sont alignés avec un ballon dans les pieds et l'éducateur se trouve 20m devant, dos à eux. Lorsque l'éducateur commence à dire «1,2,3 solet!», les joueurs partent en conduite de balle dans sa direction. Dès qu'il a terminé sa phrase et se retourne, les joueurs doivent arrêter leur ballon et faire le stop. Si un joueur est surpris en train de bouger, il repart sur la ligne de départ. Le joueur qui immobilise le ballon en premier a côté de l'éducateur a gagné.		10'	ballons, dossards, cônes
Passe et suivre, 5 joueurs Former un carré. Le joueur A fait une passe au joueur B et prend sa place. Le joueur B corrige, fait une passe à C et prend sa place...		15'	Ballons Cônes
Apprentissage tactique collectif 5 contre 5: placer, conseiller, rassurer et corriger les jeunes pendant 15 (sans trop arrêter le jeu) ensuite laisser jouer librement		15'	Ballons Dossards
	Volume total:	60'	0 joueur(s) à disposition

Thème général: Tir au but

BUT / MATIERE	ORGANISATION	VOLUME	MATERIEL
Mise en train:			
Jongleries, conduite de balle		10'	
Phase de performance:			
Skippings avec tir Le joueur conduit la balle jusqu'à l'entrée des skippis. Il pousse son ballon fait ses skippis et tir au but.		10'	2 buts un ballon chacun 10 barres
Le "pousse-pousse" 2 joueur face à face au signal, l'objectif est de tirer sur le cône pour le pousser dans le camp adverse. à la fin du temps de jeu, on constate la position du cône, le joueur gagnant est celui qui n'a pas le cône dans son camp		10'	ballons, cône, dossards
Frappe au goal en série Exerice par deux. Le premier joueur avec un ballon en main conduit un autre ballon avec les pieds. Arrivé au centre des 2 premier cônes, il stoppe le ballon puis va rapidement placer le deuxième ballon entre les deux cônes suivants. Le deuxième joueur suit le premier et frappe immédiatement au but.		15'	1 but 5 cônes Ballons
Apprentissage tactique collectif 5 contre 5 : placer, conseiller, rassurer et corriger les jeunes pendant 15'(sans trop arreter le jeu) ensuite laisser jouer librement		15'	Ballons Dossards
Volume total:		60'	0 joueur(s) à disposition


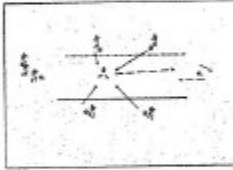

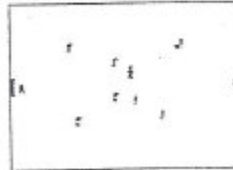
Thème général: controle

BUT / MATIERE	ORGANISATION	VOLUME	MATERIEL
Mise en train: Jonglerie, conduite de balle		10'	
Phase de performance: Motricité A. saut de haies, changement d'appui dans les cerceaux. B. skippings normale par-dessus des barres, skalom entre les conistis		10'	conistis, cones, cerceaux, haies, barres
Relais en cercle les joueurs sont assis sur le rayon d'un cercle de manière à former 4 équipes chaque équipe possède un ballon au signal le premier de chaque équipe doit faire le tour du cercle et revenir à sa place en conduisant le ballon le plus vite possible lorsqu'il revient à sa place il doit le bloquer avec la semelle pour son coéquipier qui continue le jeu le premier équipe qui termine marque 3 points, le seconde 2 points...		10'	cones, ballons, dossards
Controle orienté : passe et suit Placer les joueurs comme sur le schéma. Associer un type de controle à chaque cone intérieur, extérieur, derrière la jambe d'appui..... Le joueur controle, passe au suivant et prends sa place. Le dernier controle et frappe au but		10'	cones, ballons
Apprentissage tactique collectif 5 contre 5 : placer, conseiller, rassurer et corriger les jeunes pendant 15'(sans trop arreter le jeu) ensuite laisser jouer librement		15'	Ballons, Dossards
	Volume total:	60'	0 joueur(s) à disposition

Thème général: Tir au but

BUT / MATIERE	ORGANISATION	VOLUME	MATERIEL
Mise en train:			
Jongleries, conduite de balle		10'	
Phase de performance:			
Parcours avec 2 tir Le joueur conduit la balle jusqu'à l'entrée des skippes, il pousse son ballon fait ses skippes et tir au but. Ensuite il va au poste de slalom avec ballon, fait de nouveau des skippes et tir de nouveau au but.		10'	2 buts un ballon chacun 10 barres 6 cônes
Ballon quille Deux équipes évoluent au pied ou à la main, dans une surface de jeu réduite. Au signal de l'educateur les joueurs de chaque équipe doivent aller chercher un ballon et toucher un cône sur une frappe de la main. La frappe a lieu dans la surface de jeu et hors zone interdite 1 cône touché = un point.		10'	Cônes Ballons Dossards
Conduite de balle sur deux situations le joueur 1 conduit son ballon jusqu'à la porte et frappe au but. le joueur 2 idem mais en faisant le tour du cerceau... utiliser différentes surface de contact (intérieur, extérieur...) utiliser le pied droit et le pied gauche.		15'	ballons, dossards, cerceaux, piquet s.
Apprentissage tactique collectif 5 contre 5: placer, conseiller, rassurer et corriger les jeunes pendant 15 (sans trop arrêter le jeu) ensuite laissez jouer librement.		15'	Ballons Dossards
Volume total:		60	0 joueur(s) à disposition


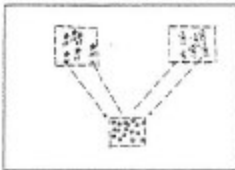

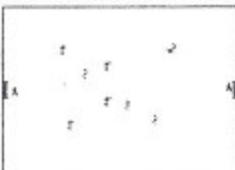
Thème général: Tir au but

BUT / MATIERE	ORGANISATION	VOLUME	MATERIEL
Mise en train: Jongleries, conduite de balle		10'	
Phase de performance: Parcours coordination 1 ballon/joueur Stalom entre les cones, semelle arrière entre les deux petits buts, demi tour accélération, stalom entre les constis et tir au but		10	ballons cones constis
Le couloir dangereux à tour de rôle, les joueurs doivent traverser le couloir qui leur permet de rentrer chez eux, les joueurs de l'autre équipe doivent les en empêcher en leur tirant dessus. Lorsque un joueur est touché, les rôles sont inversés. C'est l'équipe qui a touché le plus de joueurs qui remporte le jeu.		10	ballons, cones, dossards
Initiation au tir Disposer les joueurs comme sur le schéma et faire tirer les jeunes sans gardien de but, par groupe de 5. même exercice avec une légère poussée du ballon de l'extérieur du pied Veiller à la qualité du geste		15'	ballons
Apprentissage tactique collectif 5 contre 5: placer, conseiller, rassurer et corriger les jeunes pendant 10' (sans trop arrêter le jeu) ensuite laisser jouer librement		15'	Ballons Dossards
	Volume total:	60'	0 joueur(s) à disposition

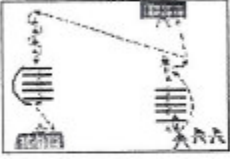


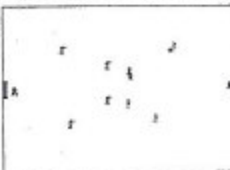
Thème général: controle

BUT / MATIERE	ORGANISATION	VOLUME	MATERIEL
Mise en train:			
Jongleries, conduite de balle		10'	
Phase de performance:			
Controle orienté sur touche + maîtrise des appuis le joueur A fait une touche sur B, ensuite exécute un changement d'appui entre les cones, accélère entre les contrôles et revient à reculons pour prendre la place de B. B fait un contrôle orienté de la poitrine et tire au but.		10'	ballons contrôles cones
L'épervier les éperviers doivent se rendre dans le camp adverse sans se faire attraper par les chasseurs. Tous les éperviers attrapés deviennent chasseurs, le faire sans ballon et ensuite avec ballon.		10'	ballons cones
Amortis et contrôles orientés idem exercice 4, mais : amorti poitrine, contrôle pied et passe int. pied contrôle orienté int. dr. et passe int. gauche contrôle orienté int. g. et passe int. droit Après 1x 4' on inverse les rôles.		15'	5 ballons
Apprentissage tactique collectif 5 contre 5 : placer, conseiller, rassurer et corriger les jeunes pendant 15' (sans trop arrêter le jeu) ensuite laisser jouer librement.		15'	Ballons Dossards
Volume total:		60'	0 joueur(s) à disposition

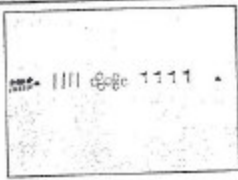
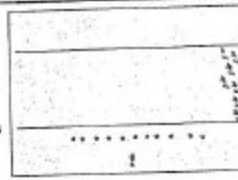
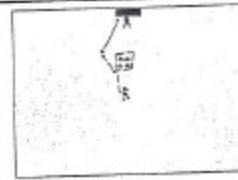
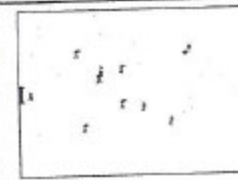
Thème général: Maîtrise et conduite de balle

BUT / MATIERE	ORGANISATION	VOLUME	MATERIEL
Mise en train:			
Jongleries, conduite de balle		10'	
Phase de performance:			
Silom entre piquets et frappe Le joueur silom entre les piquets avant de frapper le ballon qui est déjà placé. Variante : avec une passe ou en conduisant le ballon entre les piquets. Lever le téta, coordination.		10'	Ballons Piquets ou cônes Chausettes
Les provisions Pendant un temps donné, les joueurs de chaque équipe vont chercher le maximum de ballons dans la zone des ballons et les apportent dans leur camp. Variante : aller chercher les ballons dans le camp adverse et faire avec les mains, pied droit, pied gauche...		10'	ballons cônes dossards
Conduite intérieur/extérieur mettre en place deux cônes distants de 10m environ 1 ballon pour les joueurs conduisent le ballon, font le tour du cône et reviennent pour donner le ballon à leur partenaire. Varier les conduites, exiger le tour du cône avec l'extérieur, l'intérieur,....		15'	cônes ballons
Apprentissage tactique collectif 1 contre 5 : placer, conseiller, rassurer et corriger les punies pendant 10'(sans trop arrêter le jeu) ensuite laisser jouer librement		15'	Ballons Dossards
Volume total:		60'	0 joueur(s) à disposition




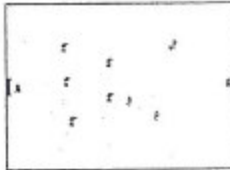
Thème général: Dribble

BUT / MATIERE	ORGANISATION	VOLUME	MATERIEL
Mise en train: Jongleries, conduite de balle		10'	
Phase de performance: Parcours avec 2 tir Le joueur conduit la balle jusqu'à l'entrée des skippes. Il pousse son ballon fait ses skippes et tir au but. Ensuite il va au poste de skalom avec ballon, fait de nouveau des skippes et tir de nouveau au but.		10'	2 buts un ballon chacun 10 skippes 6 cônes
Sauve ballon Dans un espace délimité tous les joueurs ont un ballon But du jeu: Faire sortir le ballon des adversaires hors de l'aire de jeu tout en protégeant son propre ballon. Le joueur dont le ballon sort est éliminé et fait de la conduite de balle autour de l'aire de jeu. Le joueur qui reste en dernier a gagné Variante: ajouter un pied (droit ou gauche), faire par équipe de deux...		10'	ballons cônes
Découverte d'un adversaire Jeu 1 contre 1 sur une surface de 8mX5m environ le but n'est valable que si on a éliminé l'adversaire, interdit de tirer de loin le faire sous forme de tournoi changer d'adversaire à toutes les 2'		15'	cônes ballons dossards
Apprentissage tactique collectif 5 contre 5, placer, conseiller, rassurer et corriger les jeunes pendant 15'(sans trop arrêter le jeu) ensuite laisser jouer librement		15'	Ballons Dossards
	Volume total:	60'	0 joueur(s) à disposition

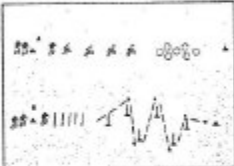
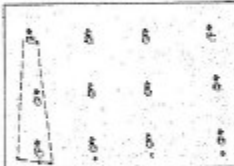
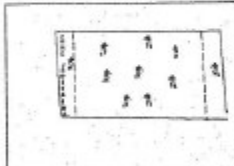
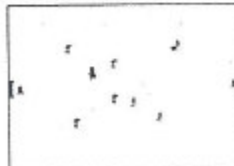
Thème général: Tir au but

BUT / MATIERE	ORGANISATION	VOLUME	MATERIEL
Mise en train: Jongleries, conduite de balle		10'	
Phase de performance: <u>Motricité</u> skippings normale par-dessus des barres saut dans les cerceaux en alternant droite gauche, slalom entre les piquets		10'	cones piquet, barres, cerceaux
<u>Ballons bombardements</u> Mettre en place un espace de 6mX20m: placer les joueurs comme sur le schéma. Au signal, les joueurs doivent traverser le terrain en jongleur, sans se faire toucher par les ballons envoyés par le joueur se trouvant sur la largeur du terrain. Tout joueur touché devient lanceur. Le dernier est le gagnant. Les ballons doivent être lancés en bas de la ceinture, et sans force. Le Ballon étant envoyé du bas vers le haut		10'	ballons cones
<u>Frappe en pivot (tour complet)</u> Le joueur s'élançe et contourne les 4 piquets posés les uns à côté des autres. A la sortie, il frappe immédiatement sans contrôle.		10'	4 cônes Ballons
<u>Apprentissage tactique collectif</u> 5 contre 5: placer, conseiller, rassurer et corriger les jeunes pendant 15' (sans trop arrêter le jeu) ensuite laisser jouer librement		15'	Ballons Dossards
	Volume total:		0 joueur(s) à disposition

Thème général: Tir au but

BUT / MATIERE	ORGANISATION	VOLUME	MATERIEL
Mise en train:			
Jongleries, conduite de balle		10'	
Phase de performance:			
Sialom entre les piquets et frappe au but Deux équipes de 6 à 7 joueurs. Au signal, les joueurs accélèrent, slaloment entre les piquets et frappent dans un petit but avec les lacets. Le faire sous forme jouée en complant les points. élever les exigences en fonction du niveau des jeunes (pied droit, gauche, distance...) le joueur qui tire doit ramener le ballon		10'	piquets ballons
Initiation au tir Disposer les joueurs comme sur le schéma et faire tirer les jeunes sans gardien de but, par groupe de 6. même exercice avec une légère poussée du ballon de l'extérieur du pied Veiller à la qualité du geste		10'	ballons
Jeu de déplacements Mettre en place 3 groupes de 4. Chaque joueur dans un cerceau. Attribuer un numéro à chacune des équipes. Au signal de l'éducateur, les joueurs devront faire le tour de la colonne et revenir à leur cerceau de départ. Varier les courses (en 8 par exemple), le faire avec ballons, mettre des obstacles...		15'	cerceaux dossards Ballons
Apprentissage tactique collectif 5 contre 2 : placer, conseiller, rassurer et corriger les jeunes pendant 15'(sans trop arrêter le jeu) ensuite laisser jouer librement.		15'	Ballons Dossards
Volume total:		60'	0 joueur(s) à disposition

Thème général: La Passe

BUT / MATIERE	ORGANISATION	VOLUME	MATERIEL
Mise en train:			
Jongleries, conduite de balle		10'	
Phase de performance:			
Motricité' A. saut de haies, changement d'appui dans les cerceaux. B. sautings normale par-dessus des barres, slalom entre les constris		10'	constris, cones, cerceaux haies, barres
Jeu de déplacements Mettre en place 3 groupes de 4. Chaque joueur dans un cerceau. Attribuer un numero à chacun des équipes. Au signal de l'éducateur, les joueurs devront faire le tour de la colonne et revenir à leur cerceau de départ. Varier les courses (en 8 par exemple), le faire avec ballons, mettre des obstacles...		10'	cerceaux dossards Ballons
Balle au capitaine Pour marquer un point, il faut qu'une équipe ramène le ballon à la main à son capitaine situé dans une des zones. Il ne peut pas sortir et personne ne peut rentrer dans sa zone. Si le ballon traverse entièrement la zone, le point est comptabilisé pour l'équipe adverse Variante: passe aux pieds		15'	dossards ballons
Apprentissage tactique collectif 5 contre 5 : placer, conseiller, rassurer et corriger les jeunes pendant 15' (sans trop arrêter le jeu) ensuite laisser jouer librement		15'	Ballons Dossards
	Volume total:	60'	0 joueur(s) à disposition