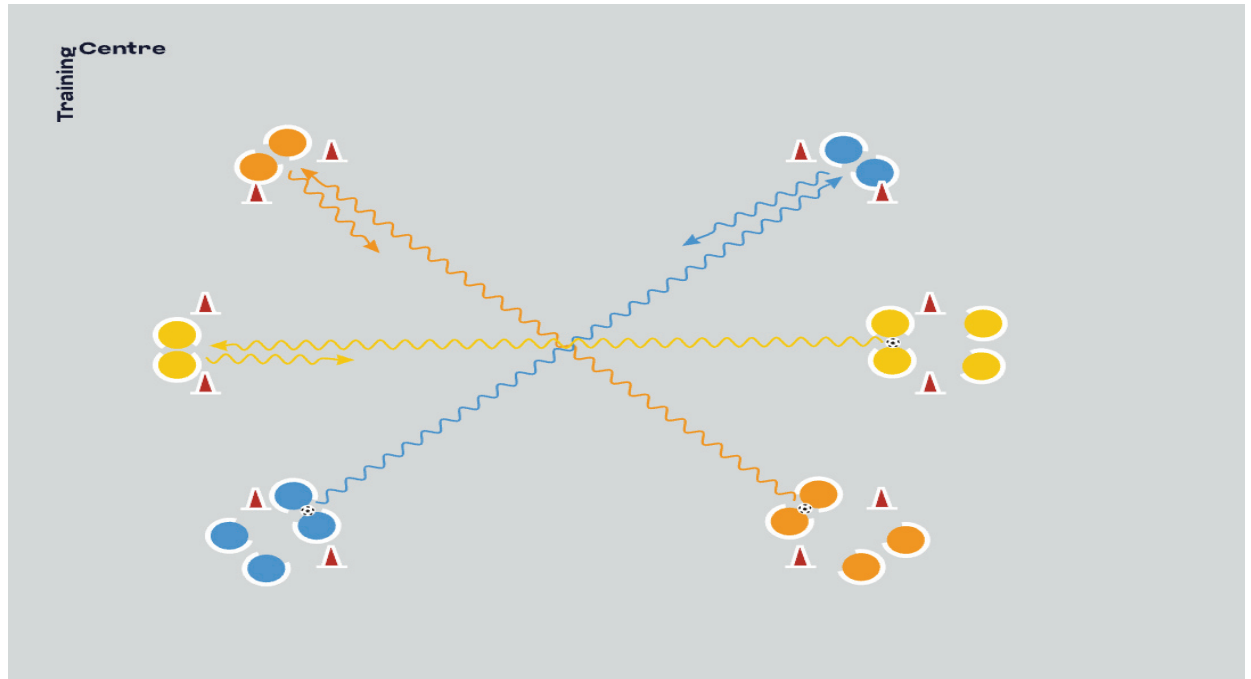


Ensemble vers le but

ÉCHAUFFEMENT : TRAVAIL EN ÉQUIPE ET COOPÉRATION



Organisation

- Formez trois équipes et divisez chaque équipe en deux, puis placez les deux moitiés l'une en face de l'autre de part et d'autre d'un carré ou d'un cercle
- Demandez aux enfants de se répartir par paires et demandez à chaque paire de passer le ballon de l'autre côté vers la paire suivante de la même équipe
- Faites-leur faire la course : la première équipe à accomplir toutes les tâches gagne
- Si vous avez un effectif réduit, les enfants peuvent courir un par un et effectuer différents déplacements avec le ballon

Comment rendre l'exercice plus facile

- Vous pouvez organiser les équipes de façon à ce qu'elles n'aient pas besoin d'en croiser d'autres au milieu

Comment rendre l'exercice plus difficile

- Élargissez la zone pour rendre l'exercice plus exigeant sur le plan physique
- Augmentez la difficulté de la tâche en demandant aux joueurs de porter le ballon ou de se le passer entre eux

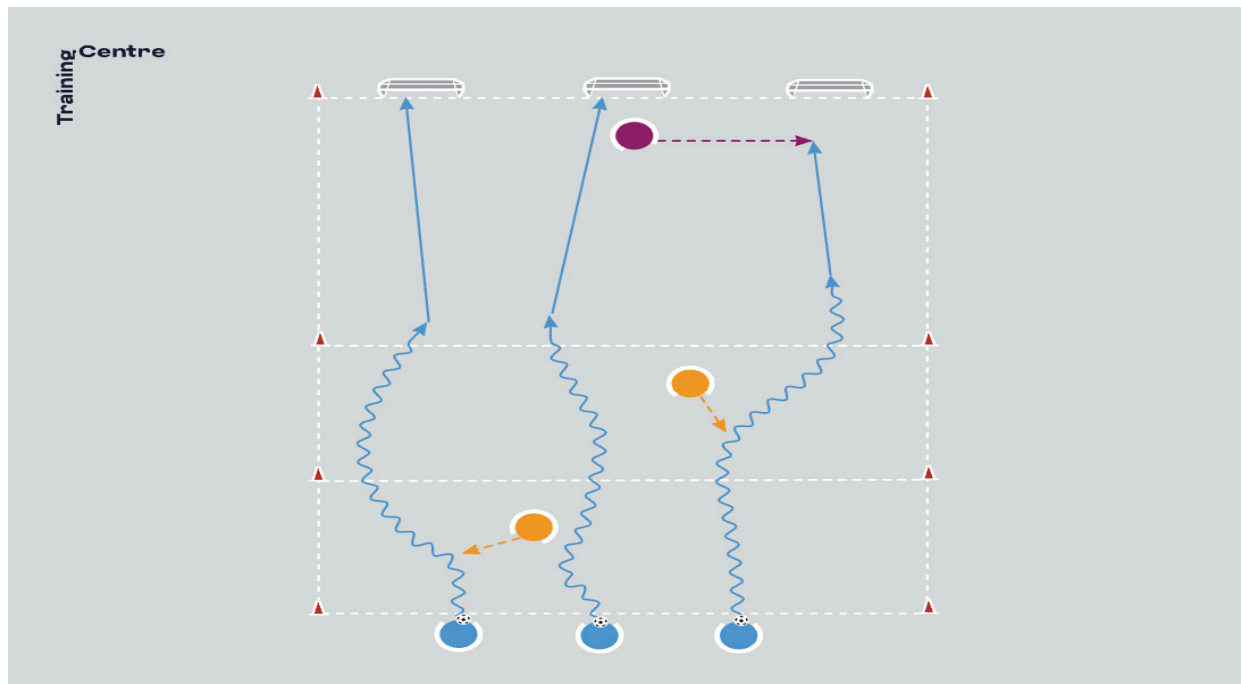
Bonnes questions à poser aux enfants

- Pouvez-vous essayer de faire les choses ensemble pour réussir ?
- Pouvez-vous vous parler et vous encourager pendant l'exercice ?
- Pouvez-vous me montrer une manière différente de vous passer le ballon entre vous ?

Conseils de sécurité

- Veillez à ce que les enfants fassent attention aux autres paires lorsqu'ils passent par la zone centrale
- Créez un espace sécurisé pour jouer

DÉVELOPPEMENT TECHNIQUE : DRIBBLES ET TIRS



Organisation

- Formez trois équipes sur un terrain divisé en trois zones : deux avec des défenseurs et une avec un gardien qui tente de protéger trois buts
- Chaque équipe envoie un joueur à la fois pour essayer de dribbler les deux défenseurs dans leur zone avant d'aller marquer un but
- Les joueurs commencent tous au même moment et peuvent essayer de jouer en finesse, en cherchant les espaces, ou bien de gagner leur duel face à chaque défenseur. Lorsqu'ils arrivent dans la zone finale, ils doivent essayer de tirer dans un but vide pour battre le gardien volant
- Pensez à faire tourner les défenseurs et le gardien volant pour que tous les joueurs puissent occuper les différents postes

Comment rendre l'exercice plus facile

- Commencez avec un seul défenseur ou sans gardien

Comment rendre l'exercice plus difficile

- Ajoutez un troisième défenseur ou un deuxième gardien

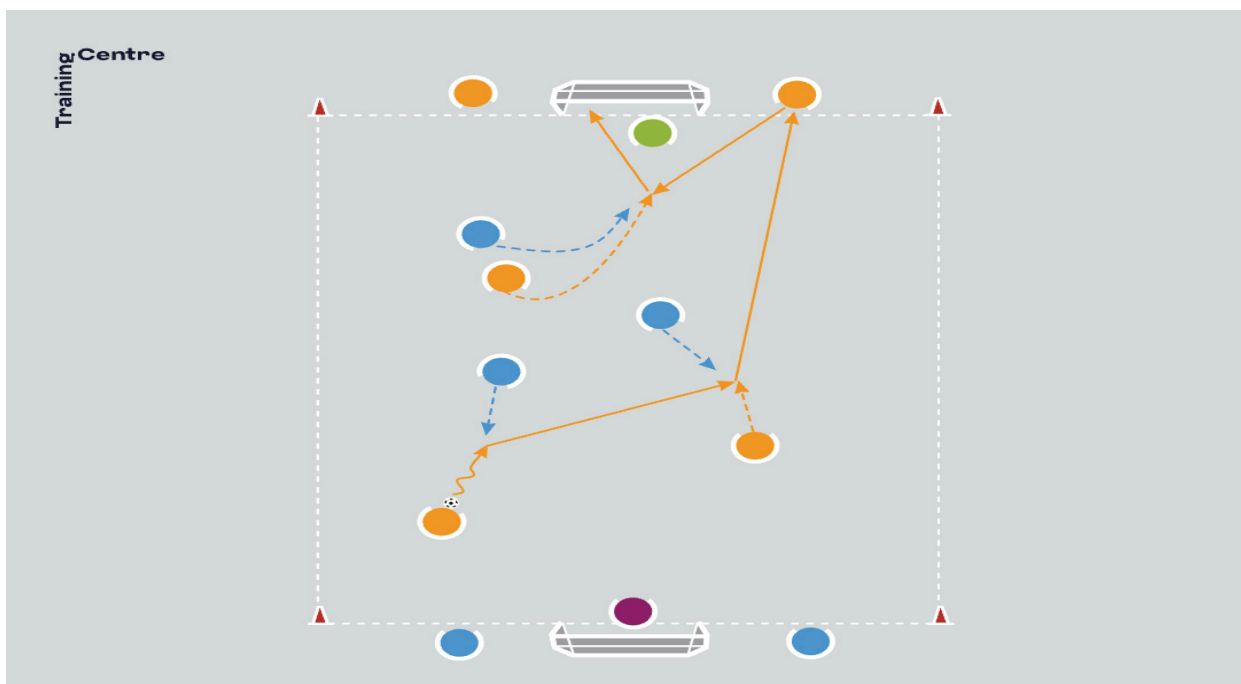
Bonnes questions à poser aux enfants

- Pouvez-vous décider sur le moment s'il vaut mieux prendre l'espace ou essayer de battre un défenseur en duel ?
- Si vous tentez de dribbler le défenseur, pouvez-vous me montrer un geste technique pour l'éliminer ?
- Allez-vous essayer de mettre le ballon dans un but vide ou bien tirer là où est le gardien ?

Conseils de sécurité

- Chaque joueur doit garder la tête haute en dribblant
- Créez un espace sécurisé pour jouer

MISE EN APPLICATION : JEU RÉDUIT, APPRENDRE EN JOUANT



Organisation

- Match à 3 contre 3 avec deux joueurs en appui sur les côtés de chaque but
- L'équipe en possession du ballon peut marquer un point en faisant une passe au joueur en appui ou trois points en marquant dans le but où il y a un gardien
- Encouragez les joueurs au milieu à utiliser les joueurs en appui pour créer le surnombre
- Les joueurs en appui peuvent se déplacer le long de la ligne de fond
- N'oubliez pas que le but du jeu est de marquer : jouez vers l'avant quand vous le pouvez
- Faites tourner les joueurs pour qu'ils puissent tous évoluer en tant que joueur en appui

Comment rendre l'exercice plus facile

- Commencez en jouant à la main
- Sans gardiens

Comment rendre l'exercice plus difficile

- Limitez le nombre de touches de balles
- Avant de pouvoir marquer dans le but, il faut recevoir le ballon de la part d'un joueur en appui

Bonnes questions à poser aux enfants

- Pourquoi est-il important d'utiliser les joueurs en appui ?
- Comment pouvez-vous créer des espaces en jouant en équipe ?
- Pouvez-vous essayer de faire des passes vers l'avant ?

Conseils de sécurité

- Créez un espace sécurisé pour jouer