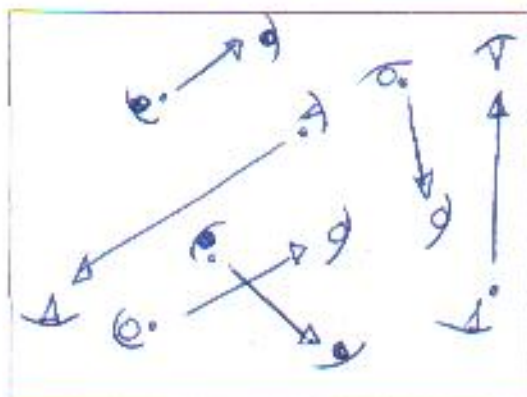


A) JEU D'ÉVEIL : Jeu des 3 couleurs



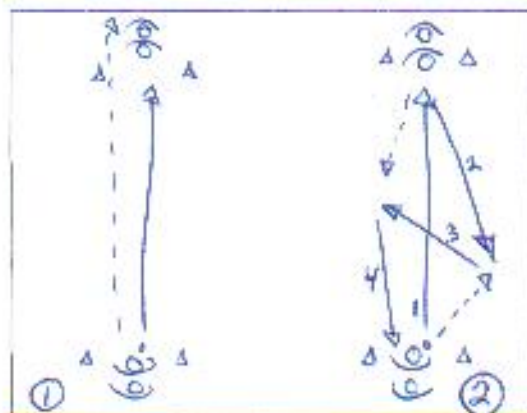
**Surface** de 20 m. par 40 m.

**Matériels;** 30 Dossards (3 couleurs), 14 plots et ballons.

**Consignes;** Former 3 équipes avec 1 ballon par équipe. Chaque équipe occupe la surface de jeu (salade de fruits) et se font des passes. La conduite de balle est permise pour que le ballon soit toujours en mouvement. Ajouter un deuxième et un troisième ballon aux équipes qui ne perdent pas le contrôle de leurs ballons. Par la suite, permettre aux équipes de voler les ballons des autres. Redonner les ballons qui sortent de la surface à l'équipe méritante.

D  
u  
r  
é  
e  
  
2  
0  
m  
i  
n

B) : RELAIS TECHNIQUE; passe et suit longue et courte.



**Surface** de 10 m. par 20 m.

**Matériels;** plots et ballons.

**Consignes;**

- 1) Passe et suit.
- 2) Longue passe à son partenaire de face. Puis faire un appel de balle vers la droite ou la gauche. Contrôle et remise dans la course du joueur qui prolonge la passe à la colonne d'en face. **A passe vers B. B remet vers l'appel de A. A contrôle et remet dans la course de B. Puis B contrôle et passe à C.**

D  
u  
r  
é  
e  
  
2  
0  
m  
i  
n

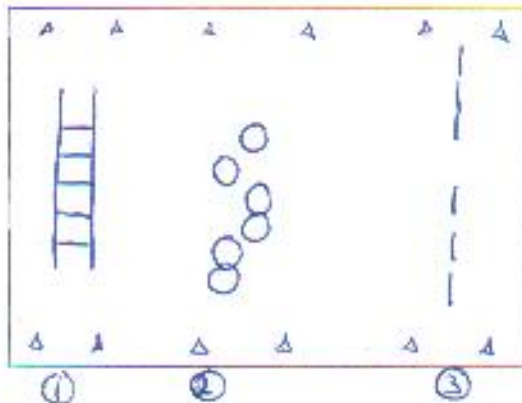
OBSERVATIONS;

1. Passe bien dosée selon les distances.
2. Contact visuel avec son partenaire.
3. Donner le ballon dans la course du partenaire.

VARIANTES;

1. Commencer avec une passe très forte.
2. Commencer avec une passe lobée.

C) PSYCHO-MOTRICITÉ :



**Matériels;** Plots (12) et échelle(1)de psychomotricité, cerceaux(6) et barres constri-foot(6), ballons(3).

- 1) Parcours avec 1 appui dans chaque échelon. Vers l'avant puis en pas chassé.
- 2) Alternance de cloche pied dans les cerceaux.
- 3) Prise d'appuis le plus près des 3 premières barres et prise d'appuis inversés sur les 3 dernières.

**Pour chaque parcours ajouter une passe à la fin du trajet.**

D  
u  
r  
é  
e  
  
2  
0  
m  
i  
n

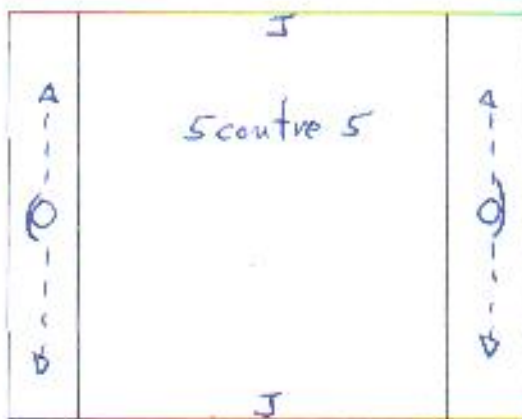
**OBSERVATIONS;**

- Enchaîner rapidement le parcours après l'exécution des passes.
- Bonne prise d'appuis.

**VARIANTES;**

1. Passe sur ballon à rebonds.
2. Varier les angles des corridors de passe.

D) JEU À THÈME : Soccer avec joueur but.



**Surface** de 20 par 40m.

**Matériels;** ballons, plots et dossards.

**Consignes;** 5 contre 5 avec deux joueurs but dans leur zone respective. Pour marquer 1 point, il faut réussir à donner le ballon a un joueur but dans sa zone par une passe. L'équipe qui marque est toujours en possession et essaie d'atteindre l'autre joueur but.

D  
u  
r  
é  
e  
  
2  
0  
m  
i  
n

**OBSERVATIONS;**

Les joueurs but doivent être mobiles dans leur zone pour être accessible. L'équipe en possession doit exploiter la largeur et la profondeur.

**VARIANTE;**

Retirer 1 joueur par équipe et les transformer en 2 jokers qui vont se positionner dos aux lignes de touche.