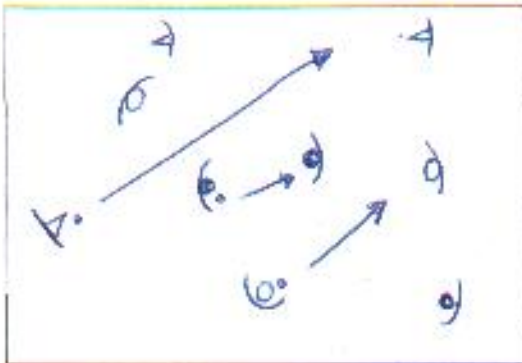


A) JEU D'ÉVEIL : Jeu des 3 couleurs



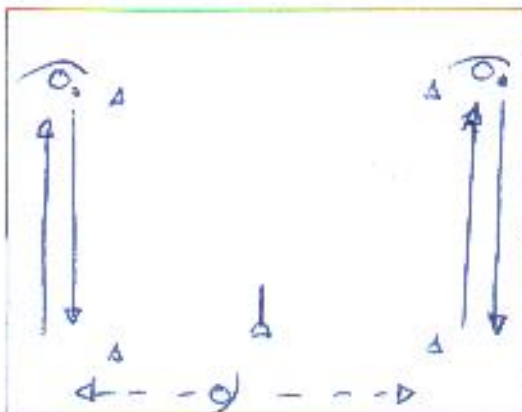
**Surface** de 20 m. par 40 m.

**Matériels;** 30 Dossards (3 couleurs), 14 plots et 6 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 sans nuire aux 2 autres équipes. La conduite de balle est permise pour que le ballon soit toujours en mouvement. Ajouter un deuxième ballon aux équipes qui ne perdent pas le contrôle de leurs ballons.

D  
u  
r  
é  
e  
  
2  
0  
m  
i  
n

B) : Technique; relais 100 passes.



**Surface** de 8 m. par 8 m.

**Matériels;** plots (40), ballons (20) et jalons (10).

**Consignes;** Équipe de 3 joueurs, 2 donneurs de balle et 1 qui fait le relais passe. Exécuter 50 passes intérieurs pied droit (PD) et 50 passes intérieurs pied gauche (PG). Si possible une touche de balle pour passer. Changer les rôles pour que chaque joueur exécute les 100 passes. Recommencer si le temps le permet sur balle avec petits rebonds mais avec une touche de contrôle avant de passer.

D  
u  
r  
é  
e  
  
2  
0  
m  
i  
n

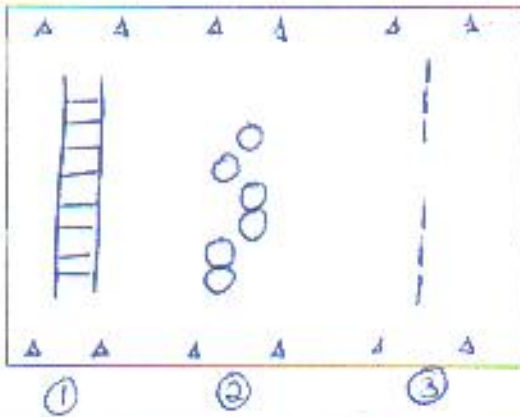
OBSERVATIONS;

- Points d'observation du geste de la passe de l'intérieur du pied.
- Synchronisme des courses pour arriver en même que le ballon.
- Contact visuel pour améliorer le synchronisme passe et appel entre les joueurs.

VARIANTE;

- Ajouter un obstacle entre les passes. (jalon)

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 : Jeu passe à 5 = 1 point.

4 contre 4  
Ou  
5 contre 5

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

**Matériels;** ballons (1), plots (14) et dossards (5+2).

**Consignes;** Pour marquer un point, l'équipe doit réussir 5 passes consécutives sans perdre la possession. L'équipe qui marque 1 point donne le ballon à l'autre équipe.

D  
u  
r  
é  
e  
  
2  
0  
m  
i  
n

**OBSERVATIONS;**

- Occupation du terrain pour l'équipe en possession.
- Démarquage au bon moment.
- Porteur doit lever la tête.
- Chercher le joueur démarqué.

**VARIANTES;**

1. Ajouter 1 ou 2 jokers.