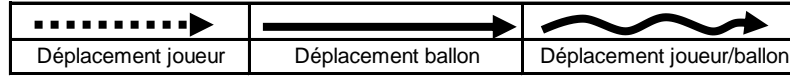
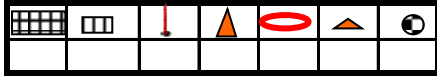


## Thème de séance : Motricité

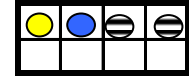
<b>On a le ballon</b>	Conserver / Progresser	Déséquilibrer / Finir
<b>On n'a pas le</b>	S'opposer à la progression	S'opposer pour protéger son but

**U9 / U11**

### Matériel



### Effectif



Parties	Taches		Descriptif	Elements pédagogiques		
<b>Dt moteur</b>	<p><b>Objectifs :</b> Adresse</p> <p><b>But :</b> Conserver son capital point : 5pts</p> <p><b>Consignes :</b> Au signal de l'éducateur, les 4 joueurs doivent conduire le ballon et l'arrêter dans le carré opposé</p> <p>- 1pt : si le jalon est touché, si le ballon n'est pas arrêté</p> <p>Une séquence = une vague de 4 joueurs</p>	Durée		<b>Variables</b>		
		10'		Nbre de joueurs	Contourner le jalon de l'équipe voisine Effectuer le parcours sous forme de relais à 2 N'utiliser que les intérieurs de pied N'utiliser que le pied fort : chaussette levée Ajouter un slalom	
		8		Espaces	<b>Méthodes Pédagogiques - Veiller à ...</b>	<b>DIRECTIVE</b>
		20m x 20m		<b>Expliquer - Démontrer - Faire répéter les gestes</b>		Être exigeant sur et progressif sur la complexité de la conduite Être exigeant sur le fait de stopper le ballon et faire identifier
		<b>la surface à utiliser</b>		<b>Variables</b>	Varier les difficultés Défi vitesse en 1 contre 1 : si le joueur touche un élément, il doit le faire à nouveau + si la passe ne passe pas dans la porte, le joueur ne peut pas marquer	
		<b>Méthodes Pédagogiques - Veiller à ...</b>		<b>DIRECTIVE</b>	Être exigeant sur la gestuelle dans la mesure où le premier objectif est avant tout qualitatif (capital point)	
<b>Expliquer - Démontrer - Faire répéter les gestes</b>						
<b>Dt moteur</b>	<p><b>Objectifs :</b> Adresse</p> <p><b>But :</b> Conserver son capital point : 5pts</p> <p><b>Consignes :</b> Au signal de l'éducateur, un joueur de chaque équipe effectue le même parcours</p> <p>Suite au parcours, il reçoit une passe qu'il contrôle puis redonne.</p> <p>-1pt si : les éléments sont touchés, la passe est mal réceptionnée ou redonnée (ballon dans la porte)</p>	Durée		<b>Variables</b>		
		10'		Nbre de joueurs	Être exigeant sur et progressif sur la complexité de la conduite Être exigeant sur le fait de stopper le ballon et faire identifier	
		8		Espaces	<b>Méthodes Pédagogiques - Veiller à ...</b>	<b>DIRECTIVE</b>
		20mx20m		<b>Expliquer - Démontrer - Faire répéter les gestes</b>		Être exigeant sur la gestuelle dans la mesure où le premier objectif est avant tout qualitatif (capital point)
		<b>la surface à utiliser</b>		<b>Variables</b>	Varier les difficultés Défi vitesse en 1 contre 1 : si le joueur touche un élément, il doit le faire à nouveau + si la passe ne passe pas dans la porte, le joueur ne peut pas marquer	
		<b>Méthodes Pédagogiques - Veiller à ...</b>		<b>DIRECTIVE</b>	Être exigeant sur la gestuelle dans la mesure où le premier objectif est avant tout qualitatif (capital point)	
<b>Expliquer - Démontrer - Faire répéter les gestes</b>						

Dt moteur

Au signal de l'éducateur, les 6 attaquants doivent traverser l'aire de jeu et atteindre l'autre camp sans se faire toucher.  
Compétition sur 2 passages par doublette d'éperviers.  
Les joueurs touchés sur un passage sont réintégrés sur la traversée suivante (pas de joueurs éliminés).

Nbre de joueurs
8
Espaces
20m x 25m



Méthodes Pédagogiques - Veiller à ...

**DIRECTIVE**

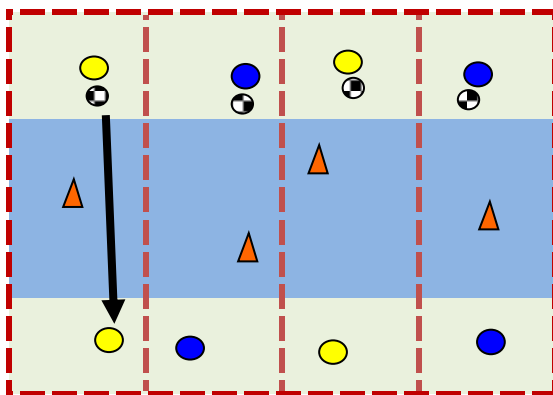
Expliquer - Démontrer - Faire répéter les gestes

Identifier la position des 2 défenseurs  
Identifier la position des refuges et s'ils sont libres  
Identifier l'espace dans lequel les joueurs doivent rester

Dt moteur

**Objectifs :** Adresse  
**But :**  
Effectuer le plus d'échanges possibles.  
1pt pour l'équipe qui a le plus grand nombre d'échanges sur 2'  
**Consignes :**  
2 touches de balles minimum  
Contrôle et passe de l'intérieur du pied  
Jeu au sol.  
Lorsque le ballon s'arrête dans la rivière ou sort du terrain = -1pt  
Modifier les paires de joueurs à chaque séquence

Durée
Séquence de 2' (10')
Nbre de joueurs
8
Espaces
5m x 10m par aire



**Variables**

Ajouter un cône placé de manière différente sur chaque terrain : le cône ne doit pas être touché.  
Trajectoire aérienne : jeu main / pied : un rebond avant de se saisir du ballon

Méthodes Pédagogiques - Veiller à ...

**DIRECTIVE**

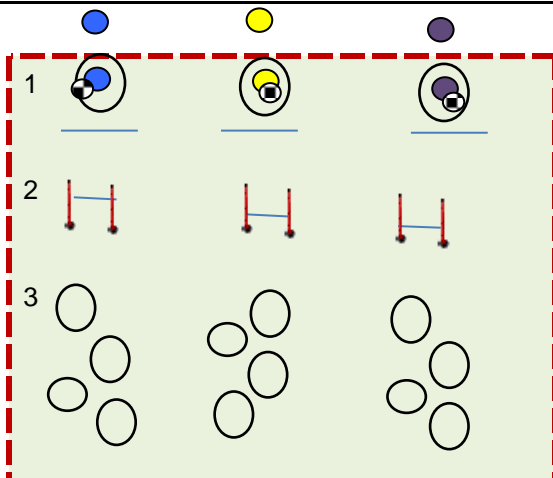
Expliquer - Démontrer - Faire répéter les gestes

Etre capable de doser sa passe en puissance et trajectoire  
Etre capable de maîtriser le ballon proche

Dt moteur

**Objectifs:** Equilibre, rythme, appuis  
**Buts:**  
Réaliser le parcours plus rapidement que les autres.  
**Consignes :**

Durée
10'
Nbre de joueurs
6



**Variables**

- Modifier le parcours : nombre d'obstacles et actions à réaliser  
  
- Changer la passe au partenaire : poser le ballon au sol, de la tête, à la main pendant l'obstacle précédent...

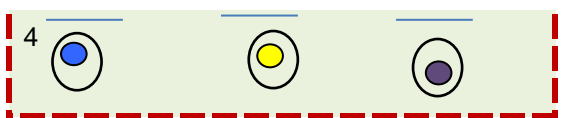
Méthodes pédagogiques - Veiller à ...

**DIRECTIVE**

Expliquer - Démontrer - Faire répéter les gestes

Les joueurs qui partent attendent dans un cerceau.  
 Au signal, les joueurs font le parcours :  
 1) Départ en conduite de balle  
 2) Ballon sous la haie, sauter par-dessus  
 3) Ballon dans les mains, un pied dans chaque cerceau  
 4) Passer main pied à mon partenaire avant la latte

Espaces
20mx20m

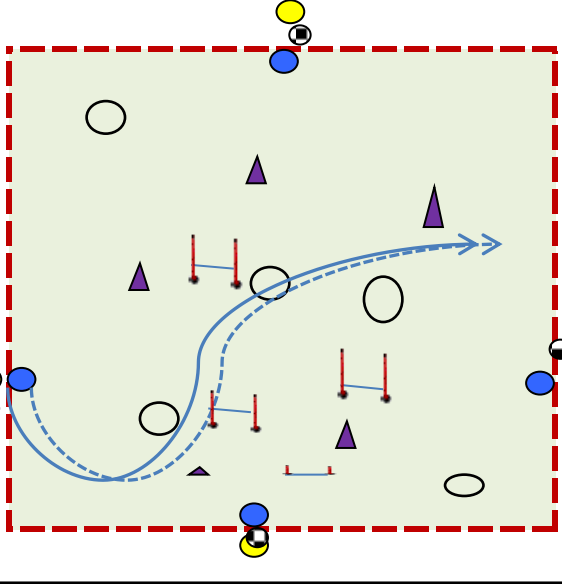


**Objectifs:** Appuis

**Buts:**  
 Réaliser le même parcours que son adversaire

**Consignes :**  
 Les joueurs sont par 2 (un de chaque équipe).  
 Le premier traverse le terrain par un itinéraire.  
 Le second le suit en conduite de balle et doit effectuer le même itinéraire.  
 Tous les joueurs peuvent partir en même temps.  
 Le premier vérifie que le second réalise bien le même itinéraire puis on inverse les rôles.

Durée
Nbre de joueurs
Espaces



**Variables**

Imposer des éléments de l'itinéraire :  
 pour simplifier : ne passer que deux obstacles, passer un cerceau et deux cônes, ne passer uniquement dans les haies...  
 pour complexifier : contraindre le joueur en conduite à s'arrêter dans les cerceaux, faire le tour des obstacles, passer d'abord autour d'un cône...

**Méthodes pédagogiques - Veiller à ...**

**DIRECTIVE**

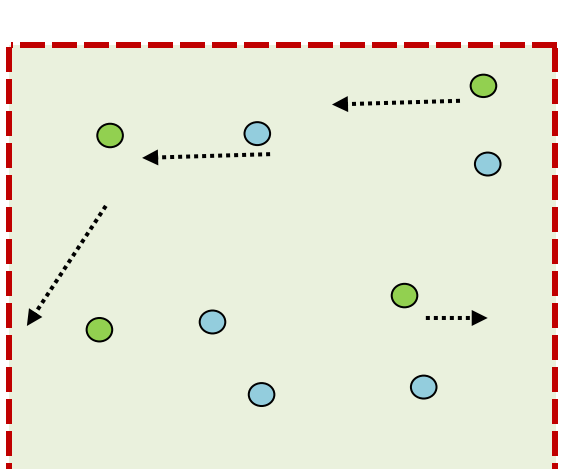
Expliquer - Démontrer - Faire répéter les gestes

**Objectifs :** Equilibre dynamique

**Buts :**  
 Pour les loups : toucher tous les agneaux.  
 Pour les agneaux : ne pas se faire toucher et délivrer les autres.

**Consignes :**

Durée
10'
Nbre de joueurs
12
Espaces



**Variables**

Imposer un type de déplacement : pas chassés, cloche pied, pieds joints, course arrière...  
 Jouer avec un ballon dans les mains puis dans le dos, sur la tête, tenu avec une main...  
 Mettre les joueurs par 2 en se donnant la main

**Méthodes pédagogiques - Veiller à ...**

**DIRECTIVE**

Expliquer - Démontrer - Faire répéter les gestes

**Dt moteur**

**Dt moteur**

Tout agneau touché par un loup est glacé, il s'accroupit et lève la main. Un autre agneau peut le délivrer d'une tape dans la main.  
 Tout agneau qui sort du terrain est glacé.

20mx20m



**Objectifs :** Adresse

Durée

**But\_1** point par atelier réussit. (conduite sans rentrer dans l'adversaire et sans perdre le ballon), appuis sans toucher le matériel.

10'

**Consignes**

Nbre de joueurs

Conduire le ballon sur la diagonale du terrain, puis faire l'atelier des appuis.

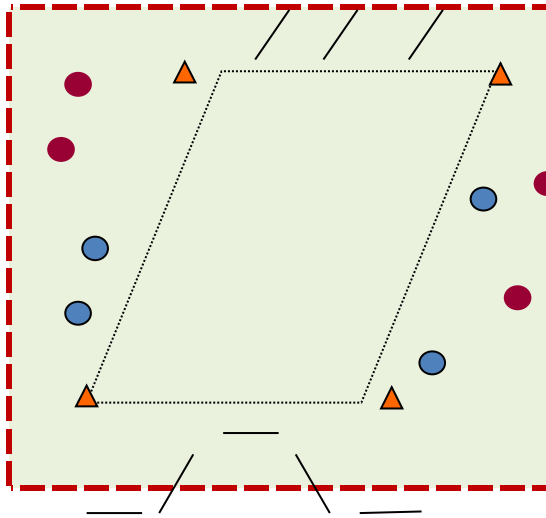
8

Rotation dans le sens des aiguilles d'une montre.

Espaces

. 1 échange = 1 point

20mx20m



Variables

Dt moteur

Méthodes Pédagogiques - Veiller à ...

DIRECTIVE

Expliquer - Démontrer - Faire répéter les gestes

**Objectifs:** Adresse, rythme

Durée

**Buts :**

Séquence de 1 min. (10')

Pour les joueurs autour du terrain :

1 passe vers côté opposé = 3 points.

Pour les joueurs à l'intérieur du terrain:

1 échange du ballon avec rebond = 1 point.

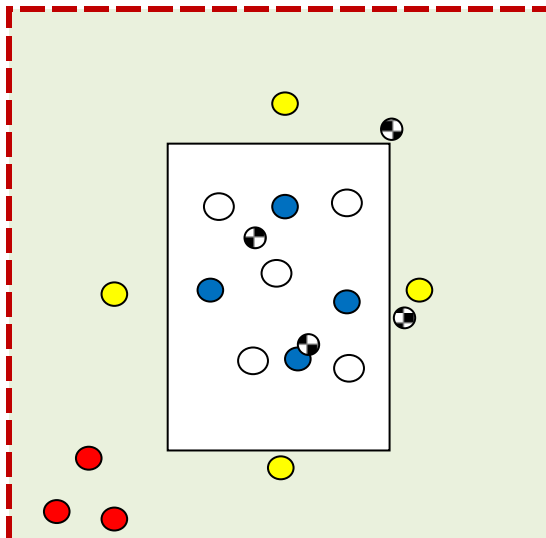
Nbre de joueurs

**Consignes :**

12 (4x3)

Possibilité d'échanger le ballon sur deux côtés consécutifs (pour les joueurs autour du terrain), mais pas de points marqués.

Espaces



Variables

Dt moteur

Méthodes Pédagogiques - Veiller à ...

DIRECTIVE

Expliquer - Démontrer - Faire répéter les gestes

Les joueurs autour du terrain doivent changer de côté après chaque contact avec le ballon.  
Pas le droit de marquer 2 fois de suite dans 1 cerceau.

15mx15m



**Objectifs:** Adresse, appuis

**Durée**

Séquence de 1 min. (7min)

**But :**  
1 point parcours respecté.

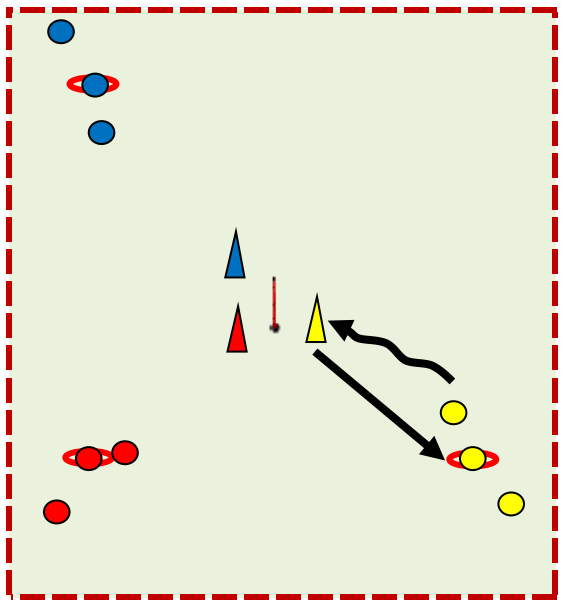
**Consignes :**  
Conduire dans un sens, donner dans un autre, puis courir vers la passe.  
. Jeu au pied directement.  
. Sous la forme d'un relais par le ballon.  
. Le cerceau est le point d'attente.

Nbre de joueurs

9 (3x3)

Espaces

7m



**Variables**

Les 3 actions (conduire, donner et courir) peuvent être modifiées.  
(conduire, conduire et donner)...

**Méthodes Pédagogiques - Veiller à ...**

**DIRECTIVE**

**Expliquer - Démontrer - Faire répéter les gestes**

Il est important d'utiliser la notion de couleur pour les repères des plus jeunes.

**Objectifs:** Adresse

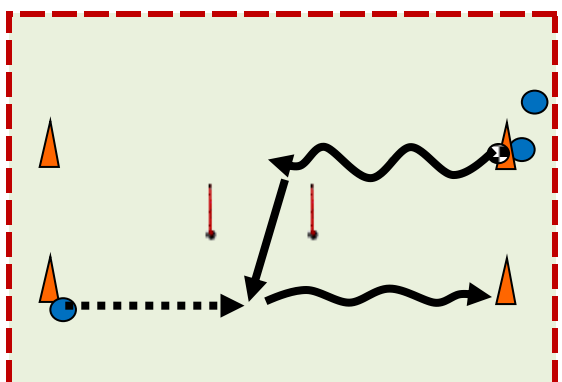
**Durée**

10min

**But :**  
. 1 échange = 1 point

**Consignes :**  
. Conduire et donner sur l'autre rives.

Nbre de joueurs



**Variables**

. Surface de contact ...

**Méthodes Pédagogiques - Veiller à ...**

**DIRECTIVE**

**Expliquer - Démontrer - Faire répéter les gestes**

**Dt moteur**

**Dt moteur**

. Le ballon se transmet uniquement entre les jalons.

Espaces



**Objectifs:** Adresse, Equilibre

**Buts:**  
Réussir 5 fois consécutives ; si on échoue, donner le ballon au camarade

**Consignes :**

1/ lancer – tête – tête – rattraper à la main  
2/ lancer – tête – pied – main  
3/ lancer – pied – tête – main  
4/ lancer – poitrine – pied – main

Durée

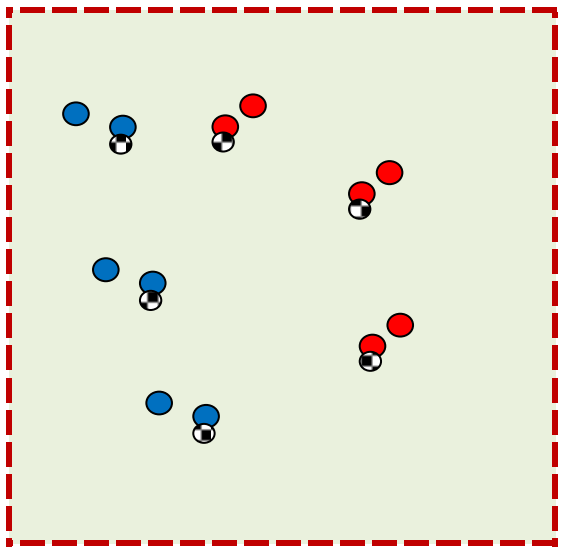
10'

Nbre de joueurs

12

Espaces

20x20m



Variables

Méthodes pédagogiques - Veiller à ...

**DIRECTIVE**

Expliquer - Démontrer - Faire répéter les gestes

**Objectifs :** Adresse

**Buts:**  
Faire rebondir 3 fois le ballon dans le camp adverse

**Consignes :**  
Les joueurs doivent relancer le ballon depuis leur camp, ils n'ont pas le droit de pénétrer dans la zone neutre

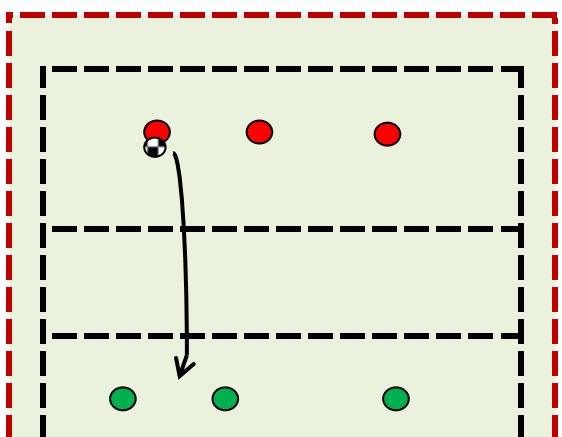
L'équipe adverse doit tenter de récupérer le ballon

Durée

10'

Nbre de joueurs

6



Variables

Ballon joué à la main  
Ballon joué avec les pieds (sous forme de dégagement de gardien de but)  
Diminuer le nombre de rebonds

Méthodes pédagogiques - Veiller à ...

**DIRECTIVE**

Expliquer - Démontrer - Faire répéter les gestes

Dt moteur

Dt moteur

avant qu'il effectue 3 rebonds.

Espaces

10mx10m



**Objectifs :** Equilibre, rythme, appuis

**Buts :**

*Faire le parcours le plus justement possible*

**Consignes :**

Enchaîner :

- o Contourner le cerceau
- o Donner le ballon à un partenaire
- o Passer par-dessus la haie
- o Récupérer le ballon
- o Slalomer entre les piquets
- o Frapper au but

Durée

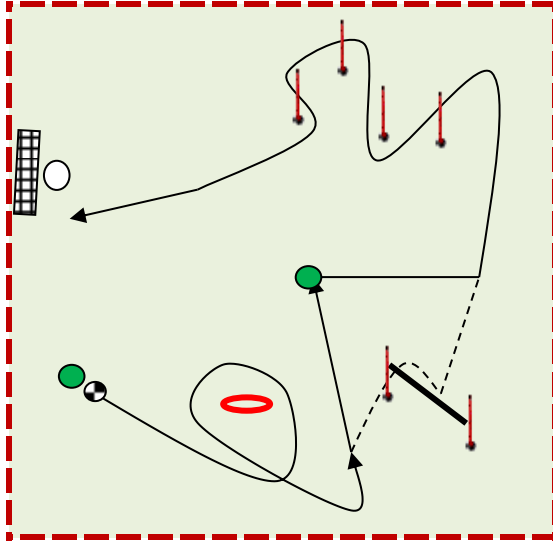
10'

Nbre de joueurs

8

Espaces

10mx10m



**Dt moteur**

Variables

Installer 2 ateliers identiques et faire une compétition entre 2 équipes (*notion de temps*).

Méthodes pédagogiques - Veiller à ...

**DIRECTIVE**

Expliquer - Démontrer - Faire répéter les gestes

**Objectifs :** Equilibre, appuis

**Buts :**

Stop balle derrière la ligne

**Consignes :**

Déplacement uniquement à quatre pattes

On doit toujours avoir 3 appuis au sol au moment de toucher le ballon

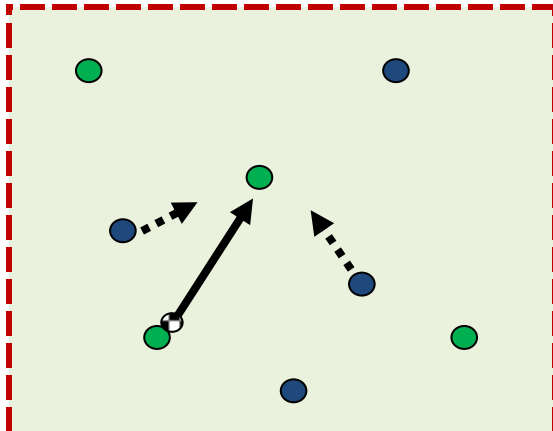
Durée

10'

Nbre de joueurs

8

Espaces



**Dt moteur**

Variables

- 1, genoux+coudes
- 2, pieds+coudes
- 3, pieds+mains
- 4, Déplacement en quadrupédie inversée

Méthodes pédagogiques - Veiller à ...

**DIRECTIVE**

Expliquer - Démontrer - Faire répéter les gestes

Obligation de se tenir à 2 mètres du porteur de balle

Obligation de se tenir à 2 mètres du porteur de balle

10mx10m



**Objectifs :** Rythme, appuis

**Durée**

**Séquence de 2' (10')**

**Nbre de joueurs**

**12**

**Espaces**

**20mx20m**

**Buts :**

*Faire un maximum d'allers-retours*

**Consignes :**

Deux joueurs partent en même temps de chaque côté.

Le premier doit obligatoirement contourner 3 coupelles de son choix alors que le second suit le parcours à l'identique.

Les allers-retours sont comptabilisés lorsque le second arrive.

Durée

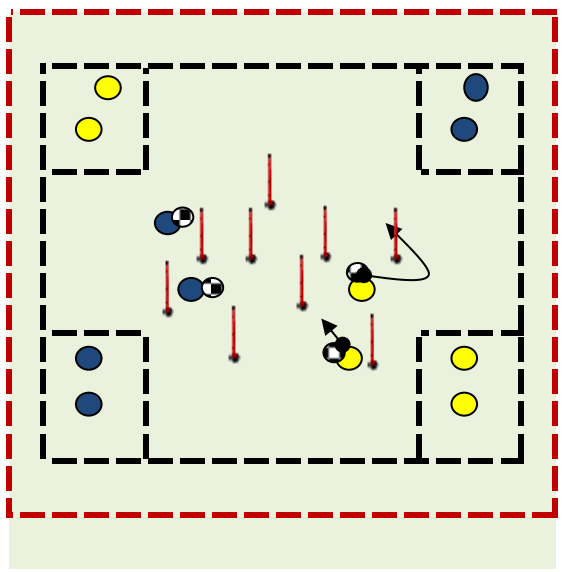
Séquence de 2' (10')

Nbre de joueurs

12

Espaces

20mx20m



Dt moteur

**Variables**

Inverser la position des joueurs.  
Commencer ballon à la main puis au pied

**Méthodes pédagogiques - Veiller à ...**

**DIRECTIVE**

**Expliquer - Démontrer - Faire répéter les gestes**

**Objectifs :** Adresse et appuis

**Durée**

**Séquence de 40" (10')**

**Nbre de joueurs**

**12**

**Buts :**

*Toucher les joueurs des équipes adverses (assis)*

Comptabiliser le nombre de joueurs accroupis à la fin des 40".

**Consignes :**

*1 équipe chasse les 2 autres*

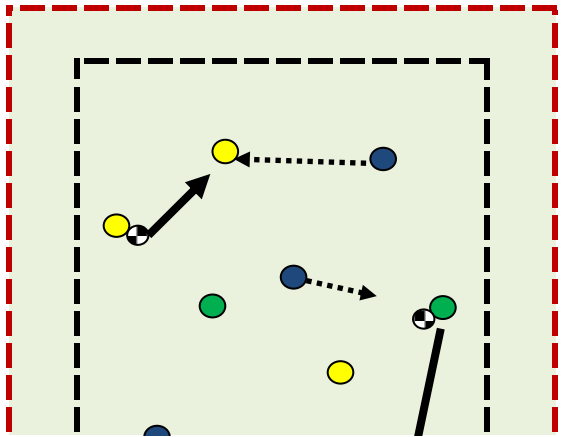
Chaque équipe est en possession d'un ballon (sauf

Durée

Séquence de 40" (10')

Nbre de joueurs

12



Dt moteur

**Variables**

Jouer au pied

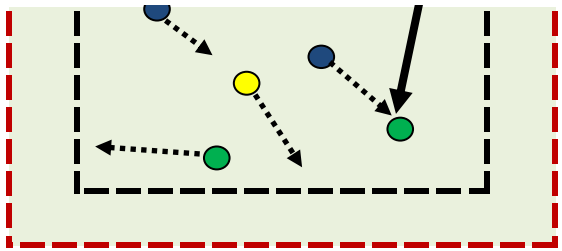
**Méthodes pédagogiques - Veiller à ...**

**DIRECTIVE**



l'équipe qui chasse)  
 Le joueur de chaque équipe en possession du ballon est inattaquable.  
 Les joueurs touchés par les chasseurs doivent se mettre accroupis. Ils peuvent être libérés par un partenaire qui leur transmet le ballon (échange à la main).

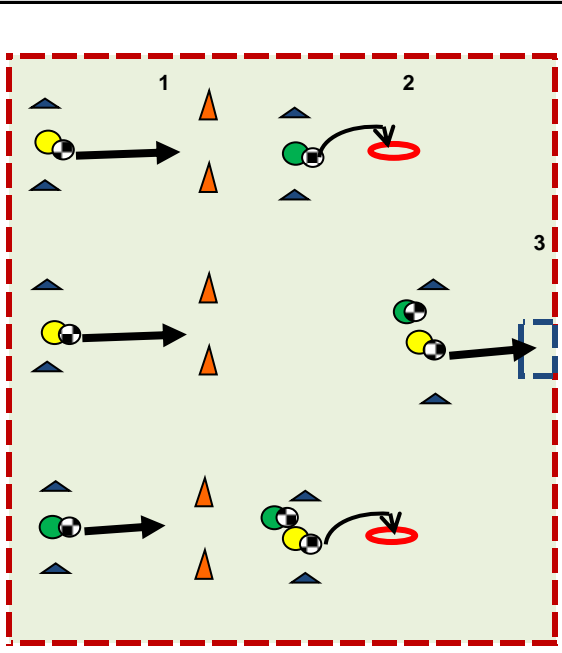
Espaces  
 20mx20m



**Expliquer - Démontrer - Faire répéter les gestes**

**Objectifs:** Adresse  
**But :** réussir tous les étages de la pyramide pour marquer 1pt  
 marquer le plus de point possible  
**Consignes :** jeu à la main  
 étage 1: faire passer le ballon dans la porte  
 étage 2: faire rebondir (1er rebond) le ballon dans le cerceau  
 étage 3: doser le ballon pour qu'il s'arrête dans le carré

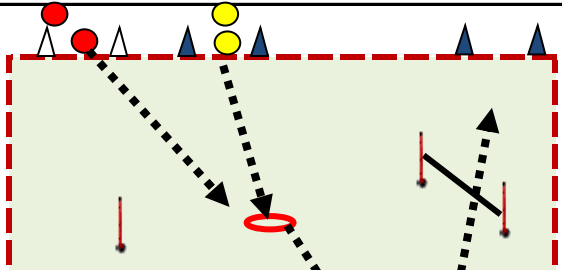
Durée  
 10'  
 Nbre de joueurs  
 8  
 Espaces  
 20mx20m



**Variables**  
 Jouer sur les distances et les règles  
 Compétition individuelle ou par équipe  
 Jeu au pied  
**Méthodes Pédagogiques - Veiller à ...**  
**DIRECTIVE**  
**Expliquer - Démontrer - Faire répéter les gestes**

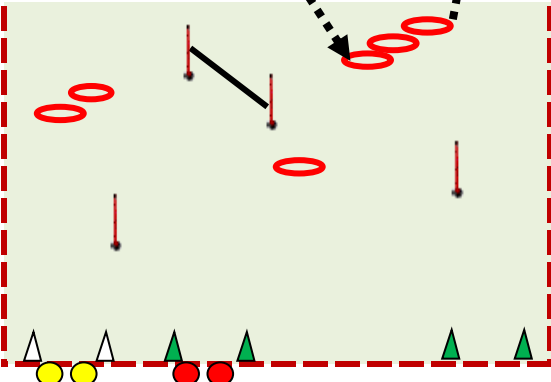
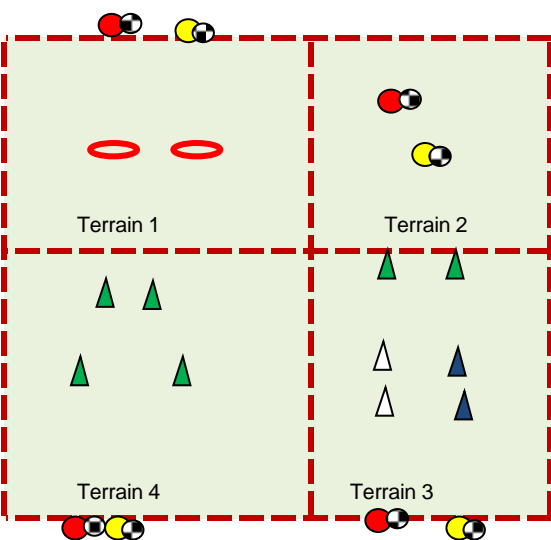
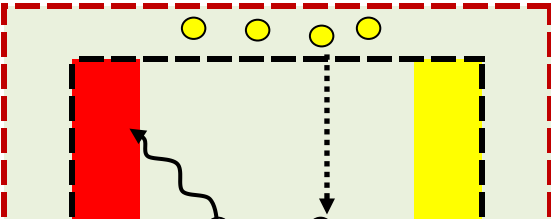
**Objectifs:** Maitrise des appuis  
**But :** 1pt pour la souris si le chat ne la touche pas

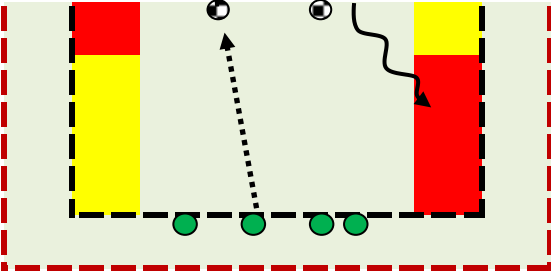
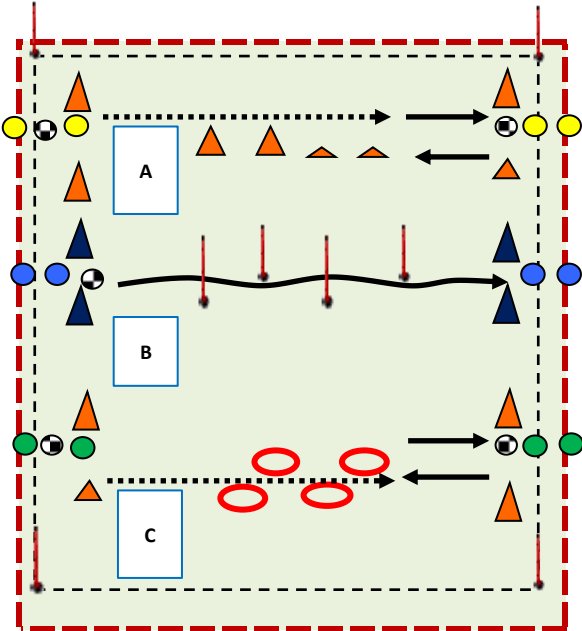
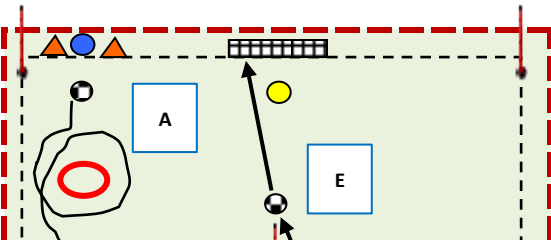
Durée

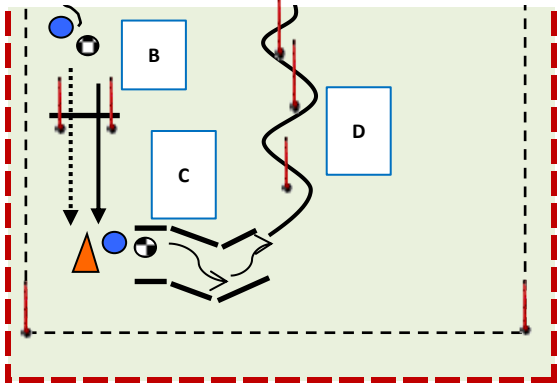
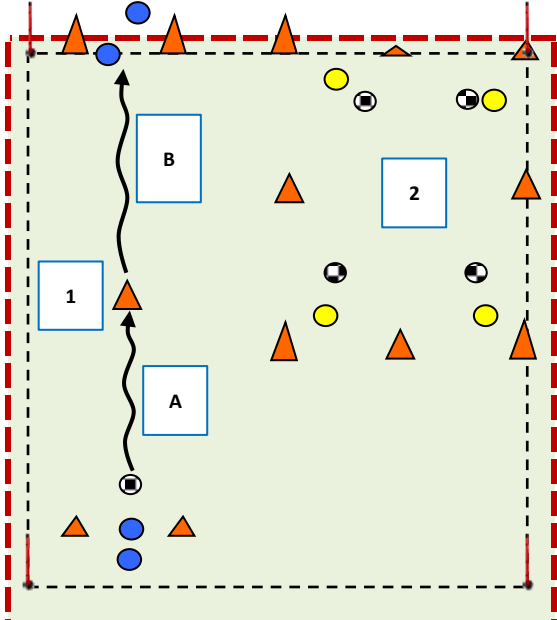
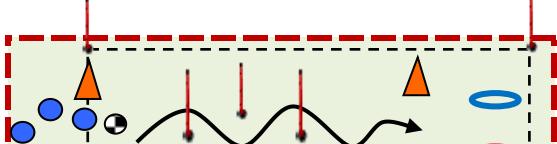


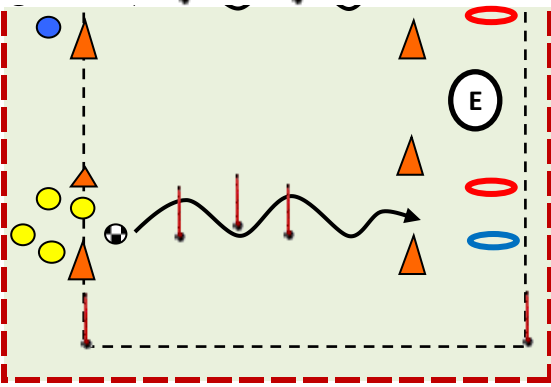
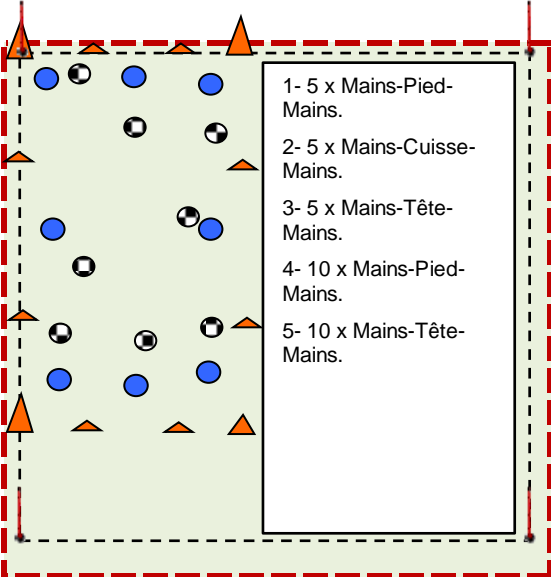
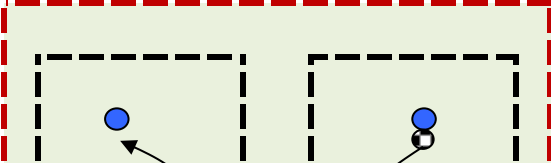
**Variables**  
 Obligation de passer dans au moins 3 obstacles avant de sortir de l'aire de jeu.  
 Les joueurs perdent 1 pt, s'ils touchent un obstacle.  
 Le chat doit effectuer le même parcours et toucher la souris avant qu'elle sorte.

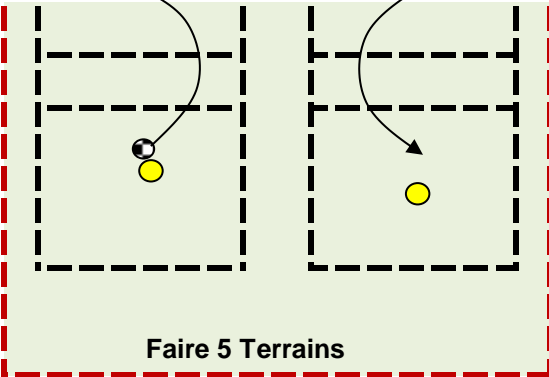
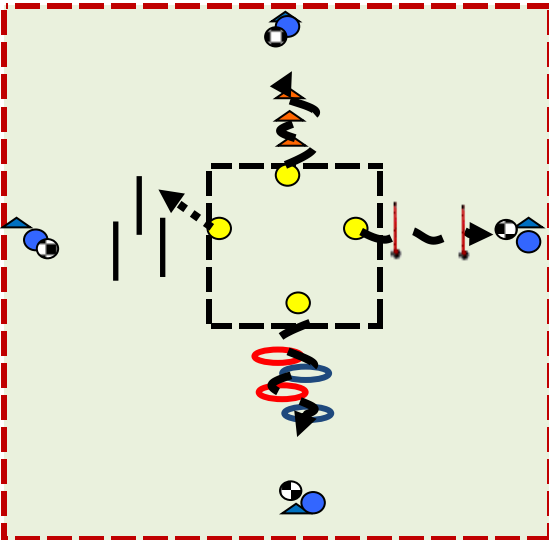
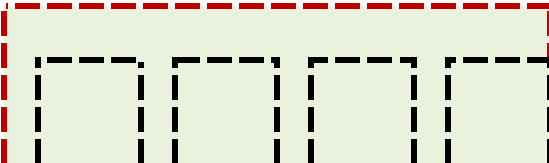
Dt moteur

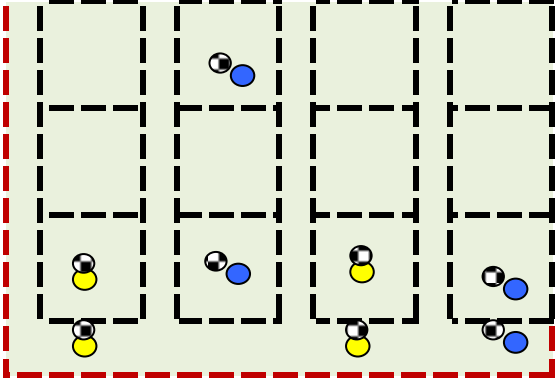
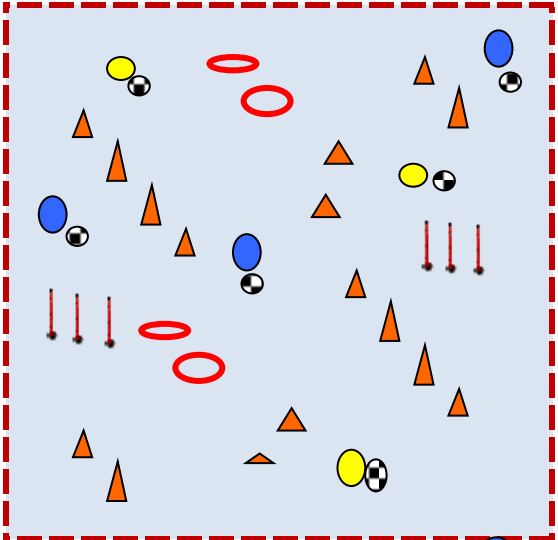
<p><b>Dt moteur</b></p>	<p><b>Consignes :</b></p> <p>Pour la souris : effectuer le chemin de son choix.            Pour le chat : reproduire exactement le même chemin que la souris.            Départ de la souris : debout ( à l'intérieur).            Départ du chat : assis (à l'extérieur).            Sortir par la porte qui correspond à sa couleur.</p>	<p>Nbre de joueurs</p> <p>8</p> <p>Espaces</p> <p>15mx15m</p>		<p>Méthodes Pédagogiques - Veiller à ...</p> <p><b>DIRECTIVE</b></p> <p>Expliquer - Démontrer - Faire répéter les gestes</p>
<p><b>Dt moteur</b></p>	<p><b>Objectifs:</b> Adresse</p> <p><b>But :</b> marquer un maximum de points</p> <p><b>Consignes :</b></p> <p>Terrain 1 : envoyer le ballon dans le cerceau avec la tête = 1pt            Terrain 2 : main - cuisse - main = 1pt            Terrain 3 : parcours conduite de balle correct = 1pt            Terrain 4 : passe dans la porte = 1pt, dans les 2 = 2pts</p>	<p>Durée</p> <p>10'</p> <p>Nbre de joueurs</p> <p>8</p> <p>Espaces</p> <p>20mx20m</p>		<p>Variables</p> <p>Jouer sur les règles et espaces pour complexifier ou simplifier</p> <p>Méthodes Pédagogiques - Veiller à ...</p> <p><b>DIRECTIVE</b></p> <p>Expliquer - Démontrer - Faire répéter les gestes</p>
	<p><b>Objectifs:</b> Changement de rythme</p> <p><b>But :</b> marquer un maximum de points</p> <p><b>Consignes :</b></p>	<p>Durée</p> <p>10</p> <p>Nbre de joueurs</p>		<p>Variables</p> <p>L'éducateur peut modifier la couleur pendant la conduite</p>

<p><b>Dt moteur</b></p>	<p>Numéroter les joueurs de 1 à 4</p> <p>A l'appel de leur numéro, les 2 joueurs vont chercher un ballon</p> <p>Pendant ce temps l'éducateur montre une couleur</p> <p>le 1er qui stoppe son ballon dans la bonne zone marque 1 pt</p>	<p>8</p> <p>Espaces</p> <p>20mx20m</p>		<p>Méthodes Pédagogiques - Veiller à ...</p> <p><b>DIRECTIVE</b></p> <p>Expliquer - Démontrer - Faire répéter les gestes</p>
<p><b>Dt moteur</b></p>	<p><b>Objectifs:</b> Maitrise des appuis</p> <p><b>But :</b> Faire des allers-retours sur l'atelier.</p> <p><b>Consignes :</b></p> <p>Chaque équipe reste 2' sur chaque atelier organisé en aller et retour.</p> <p>A: un appui entre chaque coupelle + passe.</p> <p>B: conduite slalom.</p> <p>C: un appui dans chaque cerceau + passe.</p>	<p>Durée</p> <p>2' par atelier (12')</p> <p>Nbre de joueurs</p> <p>12</p> <p>Espaces</p> <p>20mx20m</p>		<p>Variables</p> <p>1- Atelier A: varier les distances entre les coupelles (rythmes progressifs et dégressifs).</p> <p>2- Atelier B: varier le positionnement des obstacles.</p> <p>3- Atelier C: varier le positionnement des cerceaux.</p> <p>Méthodes Pédagogiques - Veiller à ...</p> <p><b>DIRECTIVE</b></p> <p>Expliquer - Démontrer - Faire répéter les gestes</p>
	<p><b>Objectifs:</b> Equilibre, rythme, appuis</p> <p>*Coordination des actions.</p> <p><b>But :</b></p> <p>*Faire le parcours le plus justement possible.</p>	<p>Durée</p> <p>10'</p>		<p>Variables</p> <p>Installer deux ateliers identiques pour augmenter la répétition.</p>

<p><b>Dt moteur</b></p>	<p><b>Consignes :</b></p> <p>A: tour du cerceau en conduite de balle.</p> <p>B: ballon sous la haie, le joueur passe par dessus.</p> <p>C: conduite de balle entre les lattes.</p> <p>D: slalom entre les jalons.</p> <p>E: tir au but.</p>	<p>Nbre de joueurs</p> <p>8</p> <p>Espaces</p> <p>20mx20m</p>		<p>Méthodes Pédagogiques - Veiller à ...</p> <p><b>DIRECTIVE</b></p> <p>Expliquer - Démontrer - Faire répéter les gestes</p>
<p><b>Dt moteur</b></p>	<p><b>Objectifs:</b> Adresse</p> <p><b>But :</b> Faire les ateliers le plus justement possible.</p> <p><b>Consignes :</b></p> <p>1- Conduite de balle semelle:</p> <p>A: pied droit.</p> <p>B: pied gauche.</p> <p>2- Un ballon par joueur:</p> <p>Mains-Pied-Mains.</p>	<p>Durée</p> <p>10'</p> <p>Nbre de joueurs</p> <p>8</p> <p>Espaces</p> <p>20mx20m</p>		<p>Variables</p> <p>Méthodes Pédagogiques - Veiller à ...</p> <p><b>DIRECTIVE</b></p> <p>Expliquer - Démontrer - Faire répéter les gestes</p>
	<p><b>Objectifs:</b> Rythme et maîtrise des appuis</p>	<p>Durée</p> <p>10'</p>		<p>Variables</p> <p>Modifier le parcours slalom (stimulation perceptive différente).</p> <p>Les joueurs doivent mettre le ballon dans le cerceau qui</p>

<p><b>Dt moteur</b></p>	<p><b>But :</b> Réaliser le slalom et annoncer à l'éducateur la couleur de la coupelle qu'il a montrée pendant le parcours.</p> <p><b>Consignes :</b> Le premier joueur de chaque équipe part en slalom, l'éducateur montre pendant le parcours une coupelle de couleur.</p>	<p>Nbre de joueurs 8 Espaces 15m</p>		<p>correspond à la couleur de la coupelle qui a été montrée par l'éducateur.</p> <p><b>Méthodes Pédagogiques - Veiller à ...</b></p> <p><b>DIRECTIVE</b></p> <p><b>Expliquer - Démontrer - Faire répéter les gestes</b></p>
<p><b>Dt moteur</b></p>	<p><b>Objectifs:</b> Adresse - Jonglerie</p> <p><b>But :</b> Contrat évolutif: Atteindre le niveau 5.</p> <p><b>Consignes :</b> Valider une fois le niveau, pour pouvoir passer au suivant.</p>	<p>Durée 10' Nbre de joueurs 8 Espaces 15mx15m</p>		<p><b>Variables</b></p> <p>Pour les plus débrouillés: Niveau 6: 5 x Mains-Pied-Pied-Mains.</p> <p><b>Méthodes Pédagogiques - Veiller à ...</b></p> <p><b>DIRECTIVE</b></p> <p><b>Expliquer - Démontrer - Faire répéter les gestes</b></p>
<p><b>Buts:</b></p>	<p><b>Objectifs:</b> Adresse</p>	<p>Durée 10'</p>		<p><b>Variables</b></p> <p>Pied fort ou pied faible uniquement. Séparer le terrain en 2 parties (gauche et droite) : le joueur doit passer le ballon dans la partie opposée. Augmenter la taille de la rivière</p>

<p><b>Dt moteur</b></p>	<p>Effectuer un maximum d'échanges en 1 min.</p> <p><b>Consignes :</b></p> <p>Les 2 joueurs doivent coopérer pour effectuer un maximum d'échanges. Les joueurs jouent main-pied. Le ballon doit rebondir une fois dans la zone de son partenaire avant d'être récupéré à la main.</p>	<p>Nbre de joueurs</p> <p>10</p> <p>Espaces</p> <p>10mx5m</p>	 <p>Faire 5 Terrains</p>	<p>Augmenter la taille de la rivière.</p> <p>Méthodes pédagogiques - Veiller à ...</p> <p><b>DIRECTIVE</b></p> <p>Expliquer - Démontrer - Faire répéter les gestes</p>
<p><b>Dt moteur</b></p>	<p><b>Objectifs :</b> Maitrise des appuis</p> <p><b>Buts:</b></p> <p>Réaliser les différents ateliers sans erreurs.</p> <p><b>Consignes :</b></p> <p>Une équipe avec un ballon par joueur réalise un « une-deux » à l'issue de l'atelier. Une équipe sans ballon réalise les 5 ateliers. Les joueurs repassent par la zone centrale après chaque atelier. Ils tournent dans le sens des aiguilles d'une montre.</p>	<p>Durée</p> <p>10'</p> <p>Nbre de joueurs</p> <p>8</p> <p>Espaces</p> <p>20mx20m</p>		<p>Variables</p> <p>Modifier les différents ateliers (distances, organisation, consignes.)</p> <p>Méthodes pédagogiques - Veiller à ...</p> <p><b>DIRECTIVE</b></p> <p>Expliquer - Démontrer - Faire répéter les gestes</p>
<p><b>Dt moteur</b></p>	<p><b>Objectifs : Adresse</b></p> <p><b>Buts :</b></p>	<p>Durée</p> <p>10'</p>		<p>Variables</p> <p>Faire évoluer les contraintes (nombre de contacts, surfaces de contacts...)</p>

<b>Dt moteur</b>	Réussir 4 fois le même geste pour marquer 1 pt <b>Consignes :</b>	Nbre de joueurs		Méthodes pédagogiques - Veiller à ...	
	Les joueurs partent de la zone 1 où ils doivent réaliser une contrainte : ex : départ ballon en mains - 1 contact pied – retour ballon en mains. Cette contrainte doit être répétée dans chaque zone. Si le joueur fait tomber le ballon, il reste dans la même zone jusqu'à la réussite.	8		<b>DIRECTIVE</b>	Expliquer - Démontrer - Faire répéter les gestes
		Espaces			
		10mx5m			
<b>Parties</b>	<b>Taches</b>	<b>Descriptif</b>		<b>Elements pedagogiques</b>	
<b>Exercice</b>	<b>Objectifs:</b> Appuis, Equilibre	Durée		<b>Variables</b>	
	<b>But :</b> Se déplacer dans l'air de jeu en utilisant tous les ateliers	10'		Réaliser quelques passages de découverte des ateliers sans ballon	
		Nbre de joueurs		Réaliser deux passages avec ballon	
	<b>Consignes :</b> Utiliser l'espace (ne pas se suivre) Aller doucement pour bien réaliser chaque atelier (garder la maîtrise du ballon). Compter les ateliers réalisés par son partenaire	8		Réaliser deux passages sous forme de relais (changer d' atelier)	
		Espaces		<b>Méthode pédagogique - Veiller à ...</b>	
		20 X 20		<b>DIRECTIVE</b>	
		Expliquer- Démontrer - Faire répéter les gestes		Bien utiliser l'espace , alterner travail avec et sans ballon et , avoir peu de joueur en attente.	

