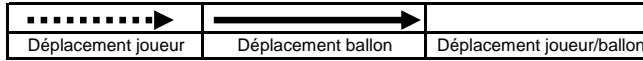
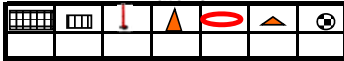


Séance d'entraînement U9

Séance N° 2

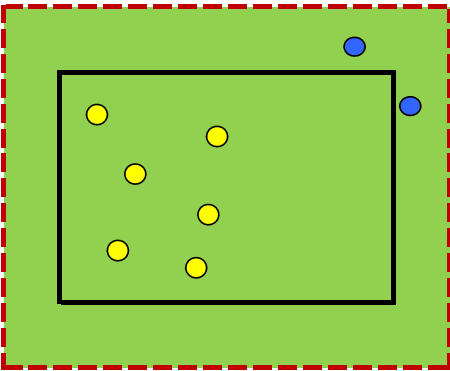
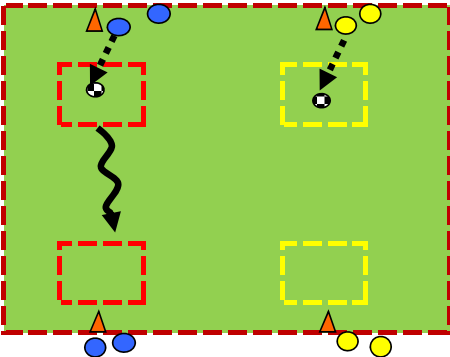
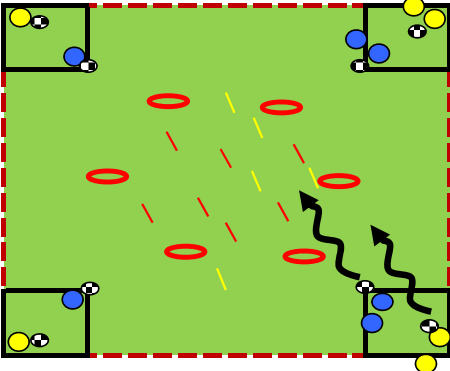
Matériel

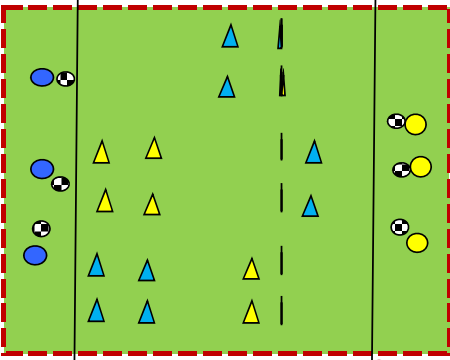
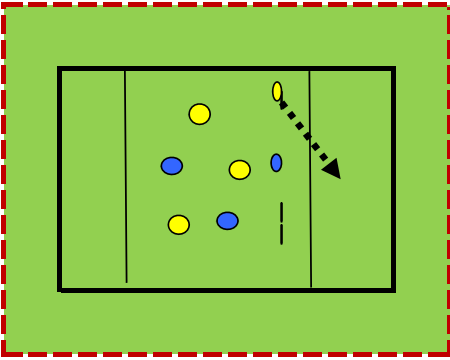


Effectif



Parties	Taches		Descriptif	Elements pedagogiques
Exercice	Technique : Passes courtes	Durée		Variantes
	But : Envoyer le ballon cible dans le camp adverse	12'		- Augmenter/ diminuer les distances cible/joueur - Imposer une surface de contact (intérieur du pied) - Imposer le pied droit ou le pied gauche
	Règles : - Les joueurs ne peuvent pas rentrer dans le terrain hormis pour récupérer le ballon - Obligation de tirer depuis son camp	Nbre de joueurs		Comportements à observer
		8		- Est-ce que le joueur est bien positionné par rapport à son ballon ? (corps au dessus du ballon, pied appuyé à la bonne distance, - Utilise-t-il bien l'intérieur du pied ?
		Espaces		
Exercice	Extension du champ perceptif	Durée		Variables
	But : Annoncer à l'arrivée la couleur de la coupelle montrée par l'éducateur	10' - 12'		Jouer sous forme de relais Montrer 2 coupelles à la suite. Veiller à changer d'adversaires.
	Consignes : Deux joueurs partent simultanément en slalom. En chemin, l'éducateur montrera brièvement l'une des trois (ou plus) coupelles qu'il cache dans son dos.	Nbre de joueurs		Méthodes Pédagogiques - Veiller à ...
	Règles: Couleur annoncée par 1 équipe et pas par l'autre (ou par le 1er arrivé) = 1 pt	8		Adapter sa course en fonction de la trajectoire du ballon. Utiliser les surfaces de contacts adaptées pour donner la bonne trajectoire au ballon. Respect des règles, les joueurs doivent percevoir la couleur de la coupelle et non pas en donner une au hasard.
		Espaces		
		8 - 10m		
Exercice	Calculs optico- moteurs	Durée		Variables
	But : Envoyer le ballon dans la zone rouge adverse			Interdire la passe à un partenaire Mettre 2 voire 3 ballons en jeu
	Consignes : Interdiction de lever le ballon Le joueur qui récupère le ballon tente de l'envoyer dans la zone de fond adverse ou fait une passe à un partenaire.	Nbre de joueurs		Jouer sur la taille de la zone de fond (moins grande pour plus de difficultés)
	Règles: Ballon envoyé dans la zone adverse= 1pt			Méthodes Pédagogiques - Veiller à ...
		Espaces		Capacité à anticiper les trajectoires et doser les frappes de balle Faire identifier les zones libres (extension du champ perceptif) Notion de coopération défensive (et offensive).

Exercice	développement des habiletés motrices	Durée		Variables
	But : Toucher tous les agneaux en un minimum de temps.			<p>Jouer sur le rapport nombre de loups / nombre d'agneaux.</p> <p>Jouer sur la taille et la forme du terrain (triangle, sablier...)</p> <p>Possibilité de se déglacer entre agneaux</p> <p>Mettre une porte qui permet de délivrer tout le monde si un agneau passe dedans.</p>
	Consignes : Une fois touché, les agneaux s'accroupissent.	Nbre de joueurs		Méthodes Pédagogiques - Veiller à ...
		Espaces		<p>Faire identifier les zones libres (extension du champ perceptif)</p> <p>Notion de coopération défensive (et offensive).</p>
Exercice	développement des habiletés motrices	Durée		Variables
	But : Remporter un maximum de manches Manche en 3 points	10' - 12'		<p>Jouer "croisé".</p> <p>Jouer sous forme de relais (2-3 ou 4 joueurs).</p> <p>Rajouter des obstacles sur le trajet (portes, slalom...).</p> <p>Interdire de sortir par certains côtés du carré.</p> <p>Veiller à changer d'adversaires.</p>
	Consignes : Conduire, le plus vite possible, le ballon dans le carré en face, et toucher la quille.	Nbre de joueurs		Méthodes Pédagogiques - Veiller à ...
		8		<p>Adapter sa course en fonction de la trajectoire du ballon.</p> <p>Utiliser les surfaces de contacts adaptées pour donner la bonne trajectoire au ballon.</p>
		Espaces		
	8 - 10m			
Exercice	Extension du champ perceptif	Durée		Variables
	But : Faire un maximum d'aller retour			<p>Obliger de contourner 3 obstacles différents avant d'aller sur le coin opposé</p> <p>Obliger de contourner 3 obstacles de couleurs différentes</p>
	Consignes : Un binôme dans chaque carré, les bleus doivent faire un parcours est aller dans le carré opposé sans se faire toucher Les Jaunes partent dans le coin opposé de leur carré, et doivent faire le même parcours que le bleu	Nbre de joueurs		Méthodes Pédagogiques - Veiller à ...
	Règles: 1 point si le jaune fait le même parcours que le bleu. 3 points s'il arrive à le toucher	Espaces		<p>Lever la tête pour faire le même parcours que l'adversaire</p> <p>Faire des binômes de niveau</p>

Exercice	développement des habiletés motrices	Durée		Variables	
	But : Remporter un maximum de manches 1 pt à l'équipe qui remporte la manche.	12 à 15		Positionner des carrés de couleur identique mais en garder seulement 7: l'équipe qui arrivera 2e ne pourra pas positionner le dernier ballon.	
	Consignes : Au signal de l'éducateur, le 1er joueur de chaque équipe doit conduire son ballon dans un carré correspondant à sa couleur. Lorsqu'il stoppe le ballon dans un carré, son partenaire peut partir à son tour. L'équipe qui remporte la manche est celle qui a amener ses 4 ballons dans les carrés.	Nbre de joueurs		Obligation de passer dans un carré de sa couleur avant d'aplatir (travail du changement de direction). Pied faible. Conduite d'un pied, arrêt du ballon de l'autre pied.	
		10		Enseignement	
		Espaces		Etre exigeant sur le fait que le ballon doit être maîtrisé et arrêté dans les carrés. De plus, le joueur devra apprendre à lever la tête durant le temps de conduite pour amener le ballon dans la zone définie.	
		25 x 35m			
Exercice	développement des habiletés motrices	Durée		Variables	
	But : Marquer: 1 pt	12 à 15		Interdiction de redonner le "ballon" au même joueur.	
	Consignes : Le jeu des pré-noms s'effectuent sans ballon. Le joueur doit entrer dans l'embut adverse sans être touché par un adversaire. Le ballon fictif se transmet en annonçant le prénom d'un partenaire. Le porteur de balle fictif doit lever la main. Lorsque le porteur de balle fictif est touché, le "ballon" passe à l'équipe adverse.	Nbre de joueurs			
		10		Enseignement	
		Espaces		La situation permet aux joueurs d'apprendre à lever la tête pour identifier les adversaires et les partenaires. De plus, les joueurs devront construire l'évitement dans le cas où ils n'ont pas le temps de s'informer sur la position de leurs partenaires.	
		25 x 35m			