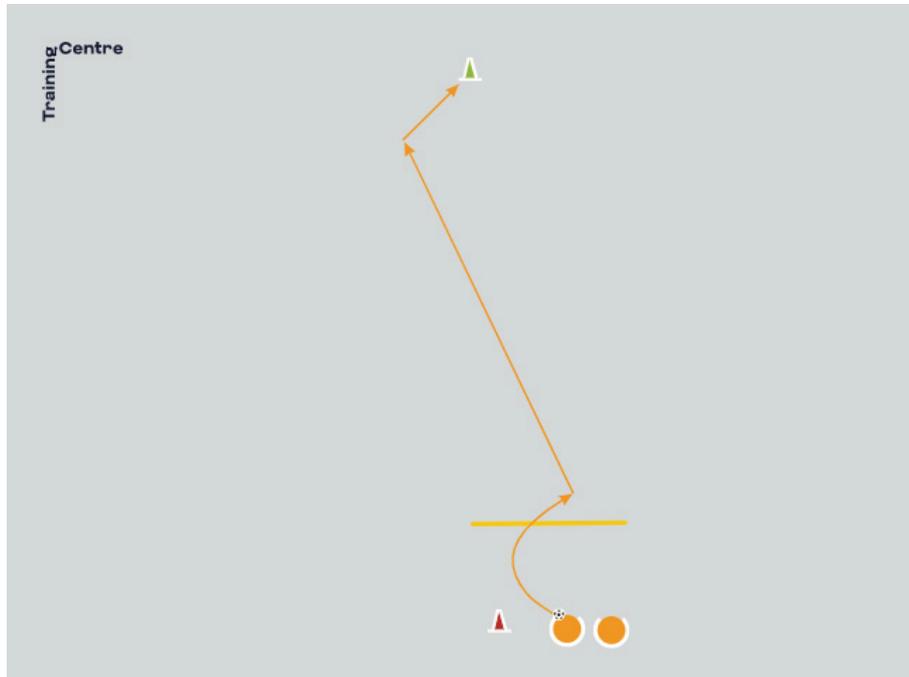


Précision et duels



ÉCHAUFFEMENT : FOOTGOLF



Organisation

- Laissez vos joueurs créer leur propre parcours de footgolf en utilisant les différents éléments disponibles
- Demandez-leur de disposer neuf cibles à atteindre, comme neuf « trous » de golf
- Formez des groupes de deux ; le gagnant de chaque groupe est celui qui termine le parcours en moins de coups possible ou qui remporte le plus de trous
- Encouragez les joueurs à collaborer et à faire preuve de créativité

Comment rendre l'exercice plus facile

- Installez des cibles sur un terrain normal ; les enfants doivent simplement les atteindre avec des passes précises

Comment rendre l'exercice plus difficile

- Disposez des obstacles devant les cibles afin d'obliger les enfants à utiliser différentes techniques pour faire passer le ballon par-dessus les obstacles, en dessous ou pour les contourner

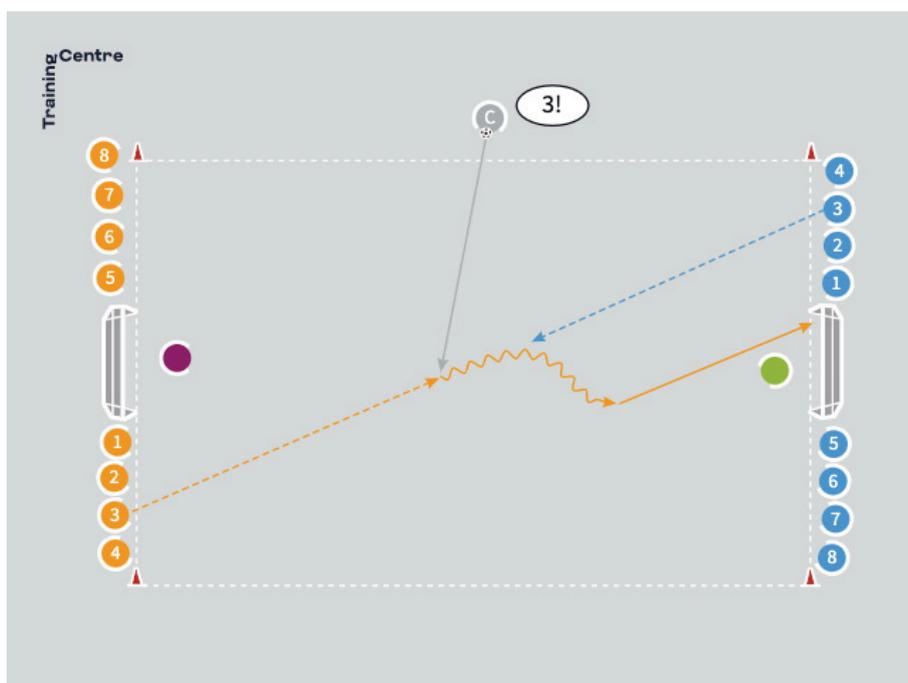
Bonnes questions à poser aux joueurs

- Savez-vous lever la balle quand il le faut ?
- Pouvez-vous doser vos ballons à chaque tentative ?
- Pouvez-vous être créatifs quand vous préparez votre parcours ?
- Pouvez-vous créer un parcours pour les autres ?

Conseils de sécurité

- Inspectez le parcours avant le début de la partie afin de repérer les risques de chute
- Créez un espace de jeu sécurisé

DÉVELOPPEMENT TECHNIQUE : PASSAGE DU 1 CONTRE 1 AU 4 CONTRE 4



Organisation

- Formez deux équipes en nombre égal et attribuez un numéro aux joueurs de chaque équipe (attribuez la même série de numéros aux joueurs des deux équipes) Délimitez un terrain avec un but de chaque côté ; les joueurs attendent derrière leur propre cage, dans une zone éloignée des poteaux
- Appelez un numéro : les joueurs concernés doivent courir sur le terrain et disputer un 1 contre 1
- Vous pouvez également appeler plusieurs numéros afin de générer un 2 contre 2, un 3 contre 3 ou un 4 contre 4
- Vous pouvez aussi appeler deux numéros différents (le premier numéro correspond à l'équipe 1 et le deuxième numéro à l'équipe 2)
- Vous pouvez également attribuer un même numéro aux gardiens

Comment rendre l'exercice plus facile

- Essayez de choisir un adversaire de même niveau pour chaque enfant

Comment rendre l'exercice plus difficile

- Vous pouvez opposer des joueurs plus faibles à des joueurs plus forts selon les numéros que vous choisissez

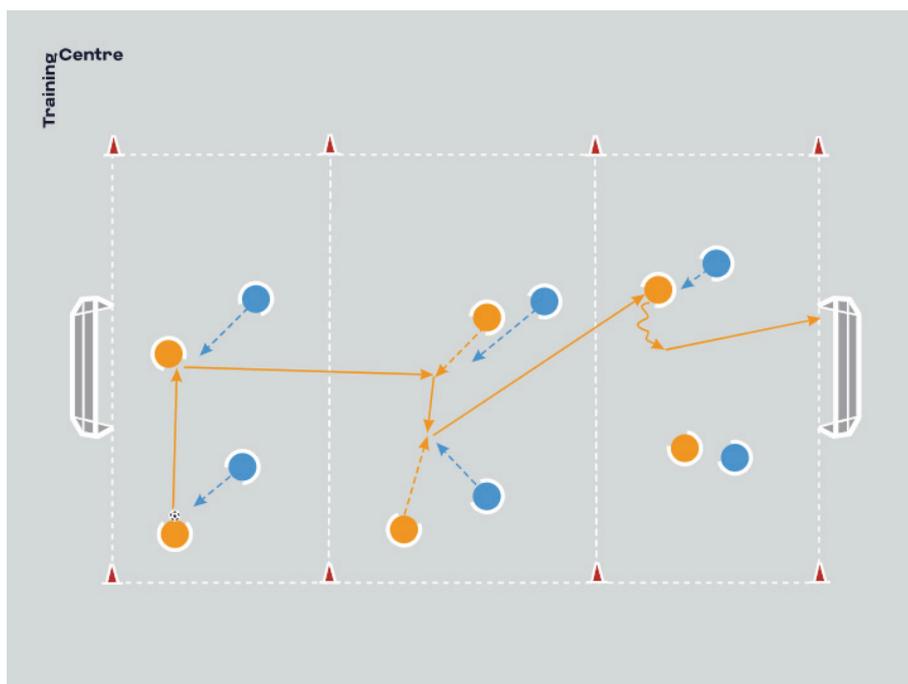
Bonnes questions à poser aux joueurs

- Pouvez-vous arriver en premier sur le ballon et le conserver ?
- Pouvez-vous vous mettre dans le sens du jeu et attaquer le but ?
- Si vous n'arrivez pas en premier sur le ballon, pouvez-vous être patient et essayer d'empêcher votre adversaire d'aller vers le but ou le retarder jusqu'à ce que vous ayez la possibilité d'intervenir et de lui prendre le ballon ?

Conseils de sécurité

- Assurez-vous que le terrain est dégagé avant d'appeler d'autres numéros
- Créez un espace de jeu sécurisé

MISE EN APPLICATION : MATCH EN ZONES À 6 CONTRE 6



Organisation

- Formez deux équipes de six et divisez le terrain en trois zones avec des 2 contre 2 dans chaque zone ; dans un second temps, vous pourrez attribuer un gardien à chaque équipe
- Pour pouvoir marquer, les équipes doivent faire passer le ballon d'une zone à l'autre
- Les joueurs ne peuvent pas sortir de la zone qui leur a été assignée
- Faites passer les joueurs d'une zone à l'autre après chaque but inscrit

Comment rendre l'exercice plus facile

- Une équipe peut jouer en supériorité numérique dans une ou plusieurs zones
- Les joueurs peuvent faire une passe plus longue vers la dernière zone si nécessaire

Comment rendre l'exercice plus difficile

- Une équipe peut jouer en infériorité numérique dans une ou plusieurs zones
- Les équipes doivent faire transiter le ballon par toutes les zones avant de pouvoir marquer

Bonnes questions à poser aux enfants

- Faut-il systématiquement jouer vers l'avant depuis la zone centrale ?
- Pouvez-vous essayer de vous déplacer dans votre zone afin d'offrir des solutions au joueur en possession du ballon ?
- Dans quelle zone préférez-vous jouer ? Pourquoi ?

Conseils de sécurité

- Créez un espace de jeu sécurisé