

ATELIERS INTERCLUBS



Exercice n° 4

MÉTHODE PÉDAGOGIQUE

Directive

Expliquer, démontrer, faire répéter les gestes

ORGANISATION

OBJECTIF Améliorer la maîtrise des appuis et les changements de direction.

BUT(S) Conserver ses 10 vies.

CONSIGNES Les joueurs sont par deux (un de chaque équipe). Le premier (locomotive), sans ballon, traverse le terrain de manière aléatoire, en changeant souvent de direction et à allure raisonnable. Le second (wagon) doit le suivre à environ 2 mètres maximum sans toucher les obstacles. À chaque fois que le ballon touche un obstacle ou un autre ballon, le joueur perd une vie. Il possède 10 vies sur l'ensemble de la partie. Toutes les paires partent en même temps.

Veiller à :

- vérifier le rythme et l'activité de tous les joueurs.
- compter les points et valoriser les réussites.
- organiser la rotation sur les différents postes.
- démultiplier les ateliers.

CRITÈRES DE RÉUSSITE

COMPORTEMENTS ATTENDUS

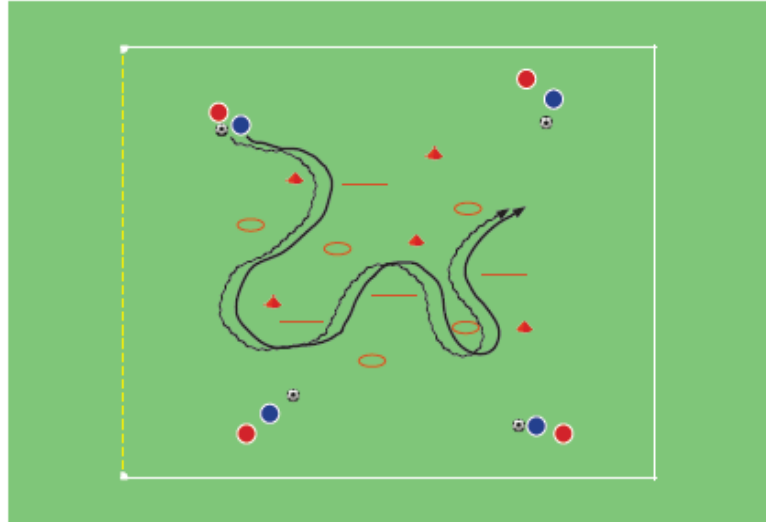
INDIVIDUELS (VEILLER À...)

Être précis dans ses mouvements.

MOYENS ASSOCIÉS

Coordination motrice

IMPACT CHARGE MENTALE	-				
IMPACT CHARGE PHYSIQUE	-				



VARIABLES

Augmenter l'espace entre les obstacles.

Si la locomotive s'arrête dans un cerceau, il donne un défi jonglage au wagon (entre 2 et 5). Si le défi est réussi, une vie est gagnée, si échoué, une vie est perdue.

TRANSITIONS

À LA PERTE

À LA RÉCUPÉRATION

U9

FACILE

BASE

DIFFICILE

SURFACE

Long	12 m
Larg	15 m

DURÉE TOTALE

10' à 15'

SÉQUENCE

n x 5 répétitions

EFFECTIF

Joueurs	10	
●	5	-
●	5	GB

MATÉRIEL

	-
	×
	-
	×
	×
	×
	-
	déplacement

Exercice n° 3

MÉTHODE PÉDAGOGIQUE

Directive

Expliquer, démontrer, faire répéter les gestes

ORGANISATION

OBJECTIF Améliorer la dissociation segmentaire.

BUT(S) Réaliser le parcours le plus rapidement possible = 1 point.

CONSIGNES 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 halle, sauter par dessus.
 3 - ballon dans les mains, un pied dans chaque cerceau.
 4 - passer main pied à son partenaire avant la latte.

Veiller à :

- vérifier le rythme et l'activité de tous les joueurs.
- compter les points et valoriser les réussites.
- organiser la rotation sur les différents postes.
- démultiplier les ateliers.

CRITÈRES DE RÉUSSITE

COMPORTEMENTS ATTENDUS

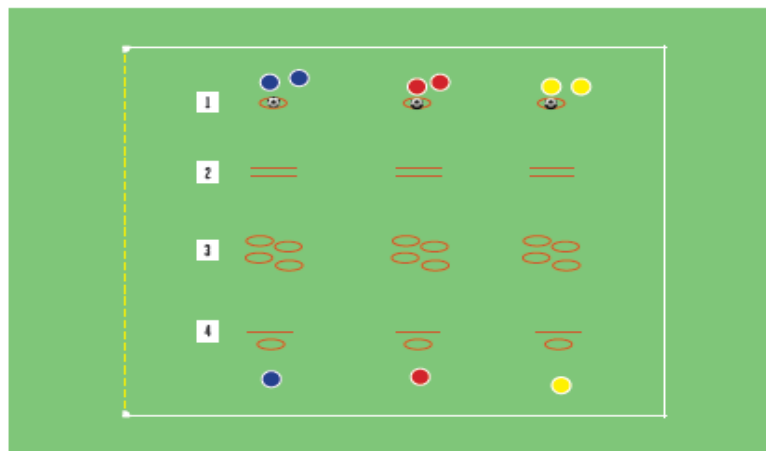
INDIVIDUELS (VEILLER À...)

Être précis dans ses mouvements.

MOYENS ASSOCIÉS

Coordination motrice

IMPACT CHARGE MENTALE	-				
IMPACT CHARGE PHYSIQUE	-				



VARIABLES

Pas de contrainte de temps.
1 point si le parcours est réussi, ballon en main.

Le retour est réalisé par le partenaire.

TRANSITIONS

À LA PERTE

À LA RÉCUPÉRATION

U9

FACILE

BASE

DIFFICILE

SURFACE

Long	12 m
Larg	15 m

DURÉE TOTALE

10' à 15'

SÉQUENCE

n x 5 répétitions

EFFECTIF

Joueurs	9	
●	3	3
●	3	GB

MATÉRIEL

	-
	×
	-
	×
	-
	×
	-
	déplacement
	conduite
	passe / tir

U7

Jeu

Objectif : <i>Reconnaitre la cible</i>	Durée		Variables
But : L'équipe qui aura le moins de ballons dans sa maison marque 1 pt.	10' (séquences de 30")		Méthode Pédagogique
Consignes : Au signal, je dois vider ma maison : amener en conduite de balle le ballon dans le jardin de l'équipe adverse. Les partenaires vident le jardin pour remplir la maison adverse.	Nbre de joueurs 10		ACTIVE Laisser jouer - Observer - Questionner
Un joueur est dans la maison et pour la vider il doit faire une passe à un partenaire.	Espace 40 X 20		Veiller à ... L'activité des enfants Bien compter les points Encourager et valoriser

Jeu

Objectif : <i>Reconnaitre la cible</i>	Durée		Variables
But : C'est l'équipe qui sera regroupée la première dans les coins correspondant à sa couleur qui marque un point.	10'		Méthode Pédagogique
Consignes : Chaque joueur conduit son ballon dans son camp. Au signal de l'éducateur, chaque joueur ira déposer son ballon en conduite de balle dans un des coins correspondant à sa couleur. Deux joueurs minimum doivent être dans chaque coin.	Nbre de joueurs 10		ACTIVE Laisser jouer - Observer - Questionner
	Espace 40 X 20		Veiller à ... L'occupation de l'espace L'activité des enfants Encourager et valoriser