

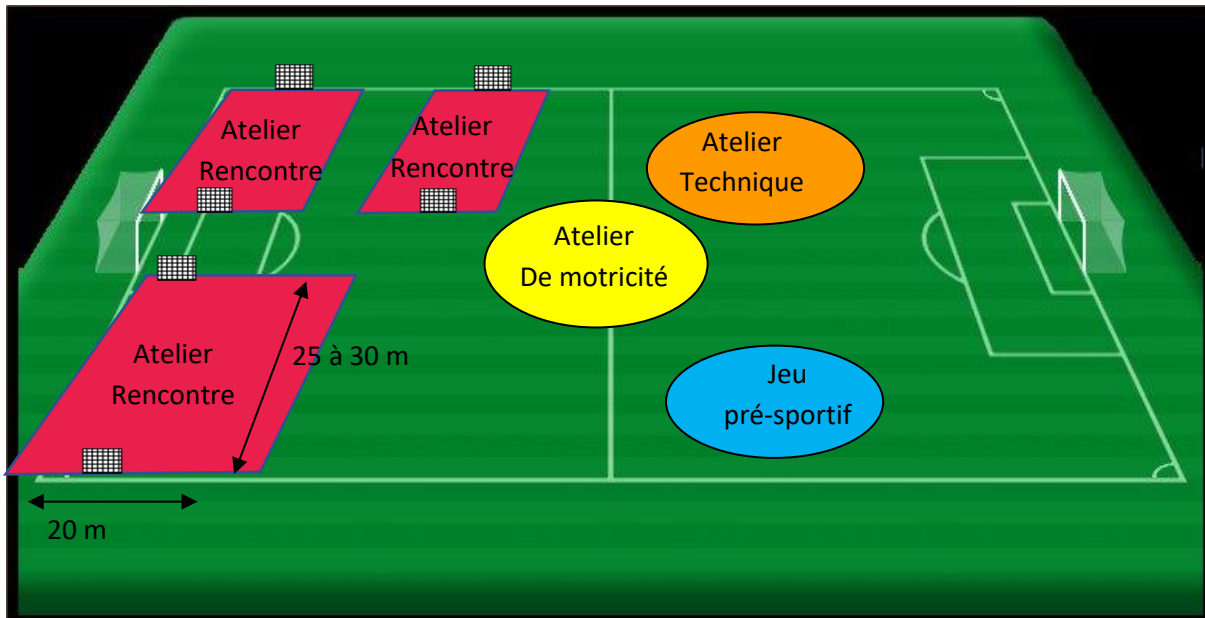


**LIVRET
des PLATEAUX D'APPRENTISSAGE
de la
CATEGORIE U7
(U.6 et U.7)**

Clément LOUDJANI
Conseiller Technique
Développement et Animation des Pratiques

PLATEAUX D'APPRENTISSAGE U.6 et U.7

Voici la disposition pour l'organisation d'un plateau U.6 et U.7.



Le plateau comporte 4 ateliers de 10 minutes:

1 **Atelier de motricité** pour le développement de la coordination ou un **Atelier technique** pour la découverte de la manipulation du ballon ou un **Jeu pré-sportif** pour découvrir les notions de partenaire et d'adversaire.

3 **Ateliers rencontres** pour découvrir l'activité football et son règlement.

Pour chaque plateau, le District de l'Orne a préparé une fiche à suivre pour vous aider dans votre organisation

Si le nombre d'équipes est impaire, le seul atelier qui nécessite deux équipes est l'atelier rencontre.

Lors de chaque plateau, toutes les équipes doivent réaliser les 4 ateliers.

Organisation des plateaux :

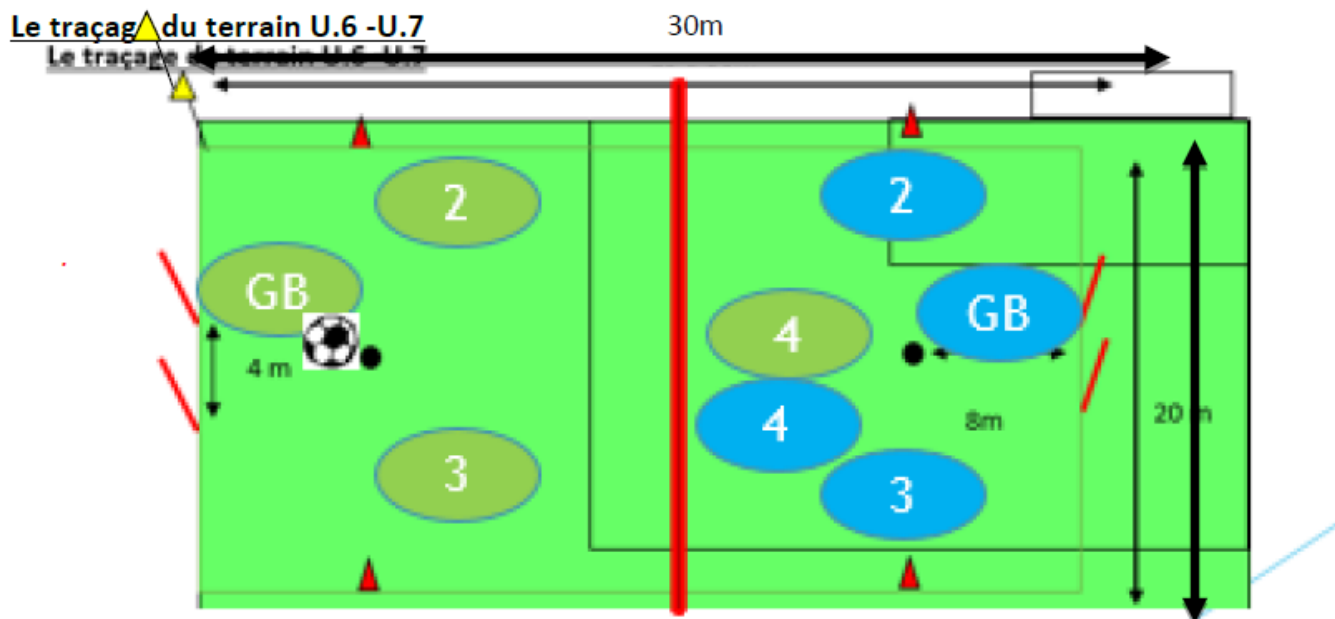
1 atelier obligatoire (au choix) et 3 rencontres.

Pour vous aider dans le choix des ateliers à mettre en place, nous avons noté en **rouge** sur les fiches les **ateliers prioritaires** à effectuer.

Date	Lieu	Club recevant	Numéro de la fiche	Responsable	Téléphone
Rentrée du foot : 28/09/2019					
J1 12/10/2019			Fiche 1 (1 atelier 3 rencontres)		
J2 17/11 /2019			Fiche 2 (1 atelier 3 rencontres)		
J3 19 /10 /2019			Fiche 3 (1 atelier 3 rencontres)		
J4 09/11 /2019			Fiche 4 (1 atelier 3 rencontres)		
J5 30/11/2019			Fiche 5 (1 atelier 3 rencontres)		
J6 07/12/2019			Fiche 6 (1 atelier 3 rencontres)		
Plateaux Futsal :21/12/18 ; 08/02/20					
J7 01/02/2020			Fiche au choix (1 atelier 3 Fiche 5 (1 atelier 3 rencontres)		
J8 07/03/2020			Fiche au choix (1 atelier 3 Fiche 6 (1 atelier 3 rencontres)		
J9 28/03/2020			Fiche au choix (1 atelier 3 rencontres)		
J10 04/04/2020			Fiche au choix (1 atelier 3 rencontres)		
J11 02/05 /2020			Fiche au choix (1 atelier 3 rencontres)		
J12 09/05 /2020			Fiche au choix (1 atelier 3 rencontres)		
J13 16/05/2020			Fiche au choix (1 atelier 3		

Le District de l'Orne de football met à votre disposition 6 fiches techniques qui vous permettront de mettre en place votre plateau d'apprentissage. Pour connaître les ateliers que vous devez mettre en place, vous devez prendre connaissance de la programmation ci-dessus ; Ces fiches peuvent vous servir dans la conception des séances d'entraînement, chaque exercice pouvant être évolutif.

ATELIER RENCONTRE



Modification relance protégée : Sortie de but où GDB en possession du ballon à la main, l'adversaire se replace dans sa propre moitié de terrain. L'adversaire pourra pénétrer dans la zone offensive dès l'instant que le ballon sera touché par un partenaire du GDB

Le terrain de jeu :

- 30m x 20m

Le ballon

- Ballon n°3 .

Nombre de joueurs

4 joueurs dont 1 gardien de but et 1 suppléant maximum.

- Sousclassement : l'équipe peut être composée avec 2 U8 ou entièrement de jeunes filles U8F.

Durée des rencontres

- 1x10 minute. (durée totale 40min)

Hors-jeu

- Pas de hors jeu.

Touches

- Les remises en jeu sur le côté peuvent se faire par une passe au pied avec le ballon au sol ou le joueur pourra rentrer en conduite de balle sans faire de passe.

Coups francs

- Tous les coup-francs sont directs
- **Gardiens de but :** Les dégagements des gardiens se font à la main ou ballon au sol. Le dégagement de volée ou demi-volée est interdit.

Relance protégée à 8m : Sortie de but ou GDB en possession du ballon à la main, l'adversaire se replace dans sa propre moitié de terrain. L'adversaire pourra pénétrer dans la zone offensive dès l'instant que le ballon sera touché par un partenaire du GDB.

Coup de pied de but (sortie de but)

- Le ballon est placé au sol devant le but, à une distance maximale de 8 m de la ligne de but.

Temps de jeu

- Tous les joueurs doivent avoir un temps de jeu au moins égal à 50 % de la durée de la rencontre. L'obligation que chaque joueur débute une rencontre.

Jeu

- **Obligation : interdiction de tacler**

Le football, jeu de société
et école de la vie...



Parents/Educateurs

Le comportement des enfants est influencé par celui des adultes !



Soyons exemplaire !

Ce que j'attends de mes Parents

Je m'appelle Enzo, j'ai 8 ans, j'attends de mes parents :

- ⚽ Qu'ils soient supporters,
- ⚽ Qu'ils m'encouragent,
- ⚽ Qu'ils n'interviennent pas à la place de mon Educateur,
- ⚽ Qu'ils me laissent jouer,
- ⚽ Qu'ils me mettent en confiance,
- ⚽ Qu'ils me valorisent,
- ⚽ Qu'ils encouragent les attitudes Fair-Play.
- ⚽ Qu'ils aident mon éducateur (accompagner, préparer les goûters...)



« Mes erreurs sont nombreuses... mais indispensable pour ma progression »

Ce que j'attends de mon Educateur

TOUS EGAUX EN JEU

- ⚽ Qu'il respecte la philosophie de ma catégorie : Plaisir/ Jeu...
- ⚽ Qu'il me valorise et me mette en confiance sans me crier dessus,
- ⚽ Qu'il comprenne que pour moi, le Foot c'est avant tout :
 - **Un plaisir,**
 - **M'amuser en jouant, matchs et jeux,**
 - **Etre avec mes copains.**
- ⚽ Qu'il me mette au moins 1 fois « titulaire » sur les 4 matchs.
- ⚽ Qu'il me fasse jouer autant de fois que mes copains :
 - **au moins 50% de temps de jeu sur le plateau.**
- ⚽ Qu'il observe sans me commander et me laisse prendre des initiatives dans le jeu,
- ⚽ Qu'il communique avec moi :
 - **me parle, me conseille, me sécurise, me stimule, me recadre.**

« La confiance favorise mon apprentissage »

ORGANISER UN PLATEAU

Faire du plateau une fête, un moment de partage ...

MISSIONS DU CLUB ORGANISATEUR

AVANT

- 🕒 Installer les terrains, les ateliers selon le plateau. Prévoir le matériel, respecter les dimensions préconisées
- 🕒 Préparer la pharmacie, l'eau ...
- 🕒 Répartir les tâches de l'encadrement : accueil, goûter, chargé de gérer les rotations, l'animation des ateliers ...
- 🕒 Remplir la feuille de plateau
- 🕒 Accueillir les équipes
- 🕒 Offrir aux parents un café d'accueil
- 🕒 Réunion de présentation avec les éducateurs et les accompagnateurs
- 🕒 Contrôle des licences
- 🕒 Inviter les parents à assister aux rencontres derrière la main-courante
- 🕒 Placer les équipes sur le terrain

PENDANT

- 🕒 Animer les ateliers selon le plateau
- 🕒 Gérer le temps (chronomètre)
- 🕒 Coordonner les rotations suivant le programme
- 🕒 Prévoir des temps de pause
- 🕒 S'assurer de la participation de tous les enfants
- 🕒 Faire respecter le protocole Fair-Play en début et fin de match
- 🕒 FAIRE RESPECTER L'ESPRIT DU FOOT EDUCATIF : être attentif aux excès des adultes, intervenir avec diplomatie !

APRES

- 🕒 Ranger le matériel
- 🕒 Faire un bilan succinct aux enfants
- 🕒 Accompagner les enfants aux vestiaires
- 🕒 Féliciter tous les enfants
- 🕒 Compléter la feuille de match et l'envoyer au district
- 🕒 Organiser un goûter avec les enfants, les éducateurs et les parents

CONVIVIALITE



Rigueur dans
l'organisation

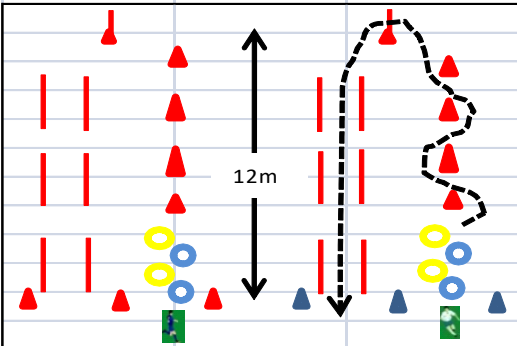
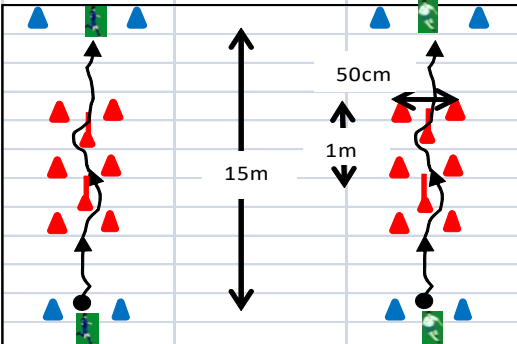
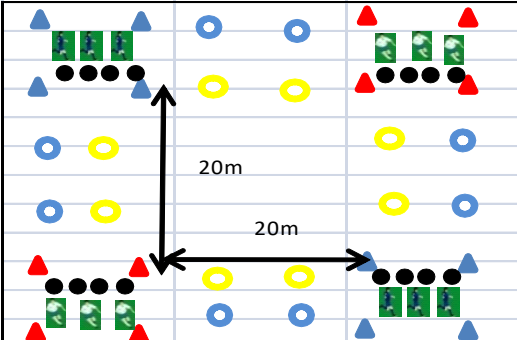
FICHE n° 1

ATELIER MOTRICITE		Différenciation droite-gauche et latéralisation			durée : 10'	
		CONSIGNES		Organisation / Dispositif	Matériel / Joueurs	
		Pose du pied droit dans les cerceaux bleus et du pied gauche dans les cerceaux jaunes, pas-chassés entre les barres.		® 2 parcours ® Découverte de l'atelier 1 par 1 pendant 5' ® Possibilité d'une forme jouée en 1 contre 1 pendant le temps restant	2 équipes 12 cerceaux jaunes 12 cerceaux bleus 8 barres 8 plots	
		BILAN / REMARQUES / POINTS A AMELIORER				
		L'enfant doit différencier la droite et la gauche et apprendre à se déplacer latéralement (pas-chassés). Améliorer la pose des appuis (pointes de pieds) et la coordination gestuelle				

ATELIER TECHNIQUE		Conduite de balle.			durée : 10'	
		CONSIGNES		Organisation / Dispositif	Matériel / Joueurs	
		1) Conduite de balle: faire le tour d'un cerceau, passer derrière le jalon et retour en conduite en ligne droite entre les barres. 2) Faire le tour de deux cerceaux et retour entre les barres. 3) Faire le tour de trois cerceaux et retour entre les barres.		® 2 parcours ® Découverte de l'atelier 2 passages chacun par variante (1 par 1) ® Possibilité d'une forme jouée sous forme de relais pendant le temps restant	2 équipes 6 cerceaux 12 barres 6 plots 2 constri-foot 6 ballons	
		BILAN / REMARQUES / POINTS A AMELIORER				
		Critères de réalisations: Toucher le ballon le plus souvent possible pour conduire le ballon. Lever la tête pour pouvoir se diriger dans la bonne direction.				

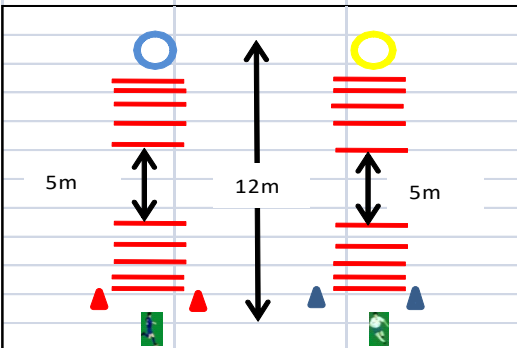
JEU PRE-SPORTIF		"1. 2. 3. soleil"			durée : 10'	
		CONSIGNES		Organisation / Dispositif	Matériel / Joueurs	
		1) Lorsque l'éducateur se retourne pour annoncer "1,2,3 soleil", les enfants (sans ballon) avancent rapidement mais ils doivent être immobile quand l'éducateur se retourne. Si un enfant bouge, l'éducateur le renvoie au départ. Puis l'éducateur répète l'annonce, ceci jusqu'à ce que l'un des enfants franchisse la ligne d'arrivée. 2) idem les enfants ont le ballon dans les pieds		® 2 ou 3 répétitions sans ballon ® le reste du temps avec ballon ® Possibilité d'une forme jouée par équipe	1 ballon par joueur Coupelles	
		BILAN / REMARQUES / POINTS A AMELIORER				
		L'enfant doit apprendre à gérer ses appuis pour s'adapter à l'annonce de l'éducateur et à garder l'équilibre à la fin de celle-ci. Ensuite, l'enfant doit être capable de progresser en gardant toujours le contact avec le ballon pour pouvoir l'arrêter à tout moment.				

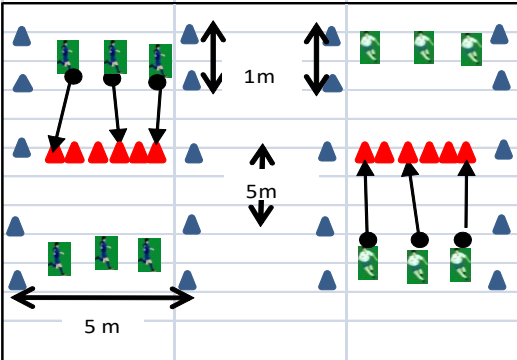
FICHE n° 2 Choix des ateliers : technique ou jeu pré-sportif.

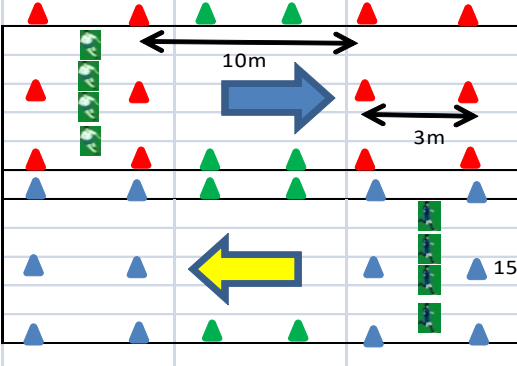
ATELIER MOTRICITE		Déplacement avant et arrière		durée : 10'	
		CONSIGNES	Organisation / Dispositif	Matériel / Joueurs	
		1) déplacement <u>avant</u> dans les cerceaux, dans le slalom et le retour en ligne droite entre les barres.	® 2 parcours ® Découverte de l'atelier 2 passages chacun par variante (1 par 1) ® Possibilité d'une forme jouée sous forme de relais pendant le temps restant	2 équipes 4 cerceaux jaunes 4 cerceaux bleus 12 barres 14 plots 2 constri-foot	
		BILAN / REMARQUES / POINTS A AMELIORER			
		L'enfant doit apprendre à se déplacer, en ligne droite ou en évitant des obstacles que ce soit vers l'avant ou vers l'arrière. Améliorer la pose des appuis (pointes de pieds) et la coordination gestuelle			
ATELIER TECHNIQUE		le dribble		durée : 10'	
		CONSIGNES	Organisation / Dispositif	Matériel / Joueurs	
		1) Conduite - dribble (changement de direction) pour éviter les arbres.	® 2 parcours ® Découverte de l'atelier 2 passages chacun par variante (1 par 1) ® Possibilité d'une forme jouée sous forme de relais pendant le temps restant	2 équipes 8 plots 12 coupelles de 2 couleurs. 4 constri-foot 6 ballons 4 constri-foot 6 ballons	
		BILAN / REMARQUES / POINTS A AMELIORER			
		Critères de réalisations: Toucher le ballon le plus souvent possible. Lever la tête pour prendre des informations visuelles. La maîtrise du ballon doit permettre à l'enfant de changer de direction pour éviter les arbres.			
JEU PRE-SPORTIF		Jeu des maisons		durée : 10'	
		CONSIGNES	Organisation / Dispositif	Matériel / Joueurs	
		1) Aller chercher à la main dans un camp adverse un ballon et le ramener dans sa propre maison sans gêner l'adversaire.	® Les joueurs partent au signal sonore. 1 ballon de plus que de joueurs dans le camp ® 3x3 séquences de 30" à 1min ® 2 équipes en 2 groupes ® L'équipe gagnante est celle qui a le plus de ballons dans ses 2 maisons.	2 équipes 3 joueurs par camp. 16 ballons 16 coupelles de 2 couleurs différentes 12 plots 16 cerceaux de 2 couleurs différentes	
		BILAN / REMARQUES / POINTS A AMELIORER			
		L'enfant apprend à reconnaître son camp et le camp adverse. Lever la tête pour prendre des informations visuelles et pour éviter les autres joueurs.			

1 atelier au choix + 3 ateliers rencontres en 4 contre 4 (1 gardien + 3 joueurs) sur un terrain de 25m de longueur sur 16m50 de large. Les buts ont une largeur de 4m. (voir fiche spécifique)

FICHE n° 3 Choix des ateliers : motricité ou jeu des quilles.

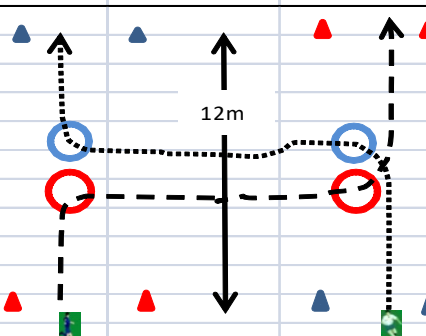
ATELIER MOTRICITE		Accélération et décélération		durée : 10'	
		CONSIGNES 1) un appui entre les lattes en phase d'accélération (l'espace entre les lattes est de + en + grand), puis libre (5m) et un appui entre les lattes en phase de décélération (espace entre les lattes de + en + petit) avec arrêt dans le cerceau. 2) idem mais on enlève les lattes de la phase d'accélération. 3) idem mais on enlève toutes les lattes.		Organisation / Dispositif ® 2 parcours ® Découverte de l'atelier 2 passages chacun par variante (1 par 1) ® Possibilité d'une forme jouée sous forme de relais pendant le temps restant	
				Matériel / Joueurs 2 équipes 20 barres (lattes) 2 cerceaux 4 plots	
BILAN / REMARQUES / POINTS A AMELIORER					
L'enfant doit apprendre à adapter ses appuis pour augmenter sa vitesse et à l'inverse réduire sa foulée pour ralentir et s'arrêter. Améliorer la pose des appuis (pointes de pieds) et la coordination gestuelle (l'action des bras)					

ATELIER TECHNIQUE		Le tir: Jeu des quilles		durée : 10'	
		CONSIGNES 1) Ballon arrêté: 3 joueurs réalisent un tir à partir de la zone de tir. Les 3 autres joueurs récupèrent les ballons et tirent à leur tour etc. 2) Défi: Au signal de l'éducateur les joueurs tentent de faire tomber le plus rapidement possible toutes les quilles. La 1ère équipe qui fait tomber toutes ses quilles marque 1 point.		Organisation / Dispositif ® 2 ateliers ® Découverte de l'atelier 2 passages chacun par variante (1 par 1) ® Possibilité d'agrandir l'espace entre les quilles	
				Matériel / Joueurs 2 équipes 20 coupelles 12 plots 6 ballons	
BILAN / REMARQUES / POINTS A AMELIORER					
Frapper dans le centre du ballon avec le coup de pied, cheville verrouillée, pointe pied vers le bas. Pied d'appui à côté du ballon en direction de la quille visée avec la jambe semi-fléchie. Les épaules orientées vers la cible. Les bras servent à l'équilibre du corps lors de la frappe.					

JEU PRE-SPORTIF		Changement de camp		durée : 10'	
		CONSIGNES Au signal de l'éducateur , les 2 équipes tentent de rejoindre le camp d'en face au complet. 1) Réaliser l'exercice en course sans ballon. 2) Course avec ballon à la main. 3) Conduite de balle, immobiliser le ballon dans le camp.		Organisation / Dispositif ® 2 parcours ® 2 passages chacun par variante. ®L'Equipe qui arrive au complet en 1ère dans son camp, marque 1 point.	
				Matériel / Joueurs 2 équipes 16 coupelles	
BILAN / REMARQUES / POINTS A AMELIORER					
Avec le ballon, l'enfant devra être capable de garder sa maîtrise pour le conduire et l'immobiliser dans son camp. L'enfant doit toucher le ballon le plus souvent possible lors de sa conduite. Lors de chaque variante, il sera intéressant de changer le type de signal de départ (sonore, visuel,...)					

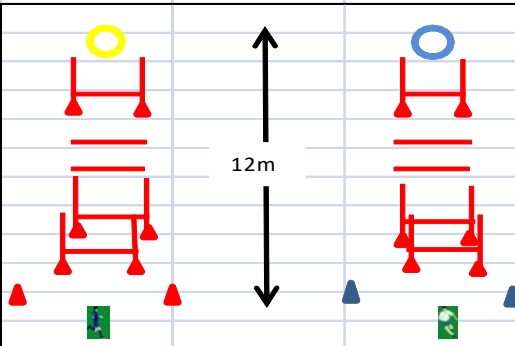
1 atelier au choix + 3 ateliers rencontres en 4 contre 4 (1 gardien + 3 joueurs) sur un terrain de 25m de longueur sur 16m50 de large. Les buts ont une largeur de 4m. (voir fiche spécifique)

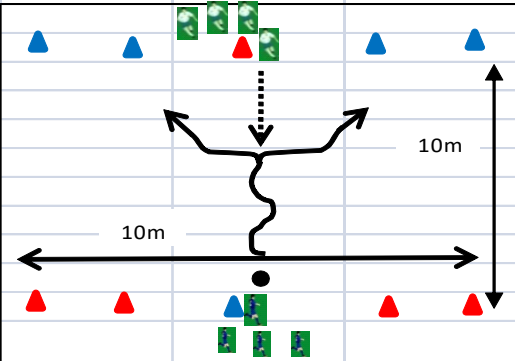
FICHE n° 4. Choix des ateliers : motricité ou jeu du bérêt.

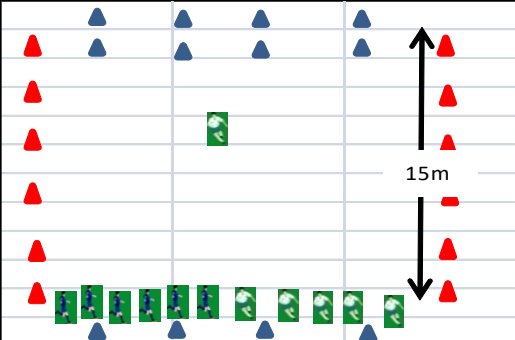
ATELIER MOTRICITE		Changement de direction		durée : 10'	
		CONSIGNES		Organisation / Dispositif	
		1) Obligation de mettre un pied dans les 2 cerceaux de son parcours (bleu ou rouge) avant de rejoindre la porte d'arrivée.		® 2 parcours	
		2) idem, mais on change de côté et donc de couleur de cerceaux.		® Découverte de l'atelier 3 passages chacun par variante (1 par 1)	
		3) relai en aller-retour.		® Possibilité d'une forme jouée sous forme de relais pendant le temps restant	
		BILAN / REMARQUES / POINTS A AMELIORER			
		L'enfant doit savoir changer de direction en adaptant ses appuis et en réduisant le moins possible sa vitesse de course.			
		Améliorer la pose des appuis (orientation du pied dans le cerceau vers la future direction) et la coordination gestuelle.			

1 atelier au choix + 3 ateliers rencontres en 4 contre 4 (1 gardien + 3 joueurs) sur un terrain de 25m de longueur sur 16m50 de large. Les buts ont une largeur de 4m. (voir fiche spécifique)

FICHE n° 5 : Choix de l'atelier : technique.

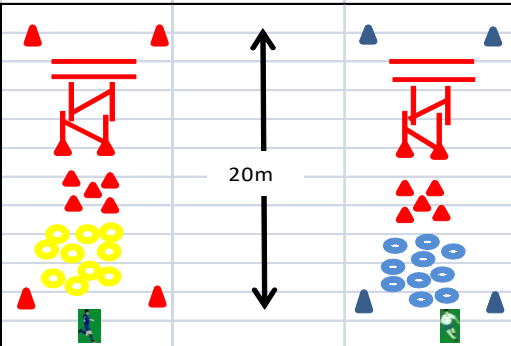
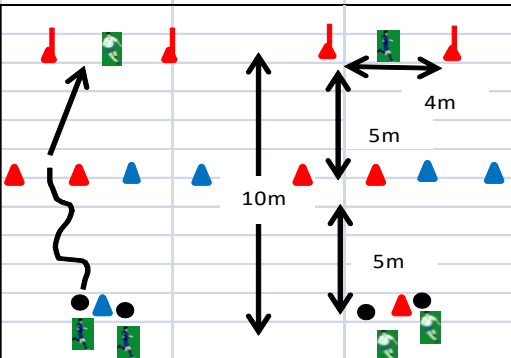
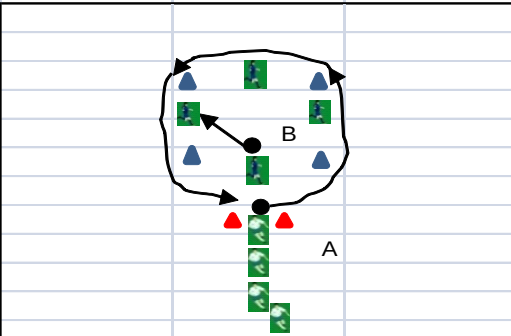
ATELIER MOTRICITE		Saut vertical et horizontal		durée : 10'	
		CONSIGNES	Organisation / Dispositif	Matériel / Joueurs	
		Saut pieds joints entre les 2 premières haies, puis saut par dessus les lattes (rivières) et saut par-dessus la dernière haies. La hauteur des haies est d'environ 10 cm.	® 2 parcours ® Découverte de l'atelier 1 par 1 pendant 5' ® Possibilité d'une forme jouée sous forme de relais pendant le temps restant	2 équipes 10 barres (lattes) 12 constri-foot 4 plots 2 cerceaux	
		BILAN / REMARQUES / POINTS A AMELIORER			
		L'enfant va apprendre à différencier les types d'impulsion avec appel un pied ou deux pieds, et les sauts verticaux et horizontaux. La coordination avec les bras va lui permettre d'avoir une meilleure impulsion et un bon équilibre. L'enfant doit éviter de faire un petit bond entre les deux premières haies.			

ATELIER TECHNIQUE		Le dribble		durée : 10'	
		CONSIGNES	Organisation / Dispositif	Matériel / Joueurs	
		1) Sans ballon, le joueur essaye sans se faire toucher de rejoindre l'une de ses 2 portes. Le joueur adverse tente de le toucher pour l'arrêter. (max 30 seconde par duel) 2) ballon au pied, le joueur essaye de franchir l'une de ses portes (bleu) en conduite de balle. Le joueur adverse tente soit de sortir le ballon de l'aire de jeu, soit de le récupérer pour ensuite aller marquer dans l'une des ses portes (rouge).	Duel 1 contre 1 (max 30 secondes) ® Découverte de l'atelier 2 passages chacun en tant que défenseur et attaquant ® Possibilité d'une forme jouée en comptant le nombre de but marqué par équipe.	2 équipes 10 plots de 2 couleurs 4 ballons coupelles	
		BILAN / REMARQUES / POINTS A AMELIORER			
		La maîtrise du ballon doit permettre à l'enfant de changer de direction pour éviter le joueur adverse. Il lui faudra apprendre à déclencher son dribble à la bonne distance et à changer de rythme pour éviter le retour de l'adversaire.			

JEU PRE-SPORTIF		Jeu de l'épervier		durée : 10'	
		CONSIGNES	Organisation / Dispositif	Matériel / Joueurs	
		1) un joueur se place en temps que chasseur au centre du jeu, à l'annonce "éperviers sortés", les joueurs doivent traverser l'aire de jeu sans se faire toucher par le chasseur et rejoindre le camp opposé. Lorsqu'un épervier sort des limites ou est touché, il devient chasseur à la traversée suivante. Le dernier épervier en jeu gagne la manche et sera le chasseur de la manche suivante. 3) idem mais les éperviers ont un ballon et le chasseur doit sortir les ballons des limites du jeu.	® 2 manches sans le ballon ® Ensuite avec ballon	1 ballon par joueur Coupelles	
		BILAN / REMARQUES / POINTS A AMELIORER			
		L'enfant apprend les premières notion du dribble sans le ballon avec le changement de rythme, le changement de direction, les feintes... Avec le ballon, l'enfant devra être capable de garder sa maîtrise, d'orienter sa conduite de balle pour éviter un maximum le chasseur et en dernier recours essayer de le dribbler. (ballon à 1m maximum du porteur, lever la tête pour prendre les informations).			

1 atelier au choix + 3 ateliers rencontres en 4 contre 4 (1 gardien + 3 joueurs) sur un terrain de 25m de longueur sur 16m50 de large. Les buts ont une largeur de 4m. (voir fiche spécifique)

FICHE n° 6 : Choix de l'atelier : motricité.

ATELIER MOTRICITE		Parcours d'agilité		durée : 10'	
		CONSIGNES	Organisation / Dispositif	Matériel / Joueurs	
		1) 1 appui dans tous les cerceaux, suivi d'un slalom dans la forêt de cônes, puis saut au dessus des barres en diagonales et saut par-dessus les lattes (rivières). 2) idem, mais le passage des haies se fait en dessous des barres en diagonales 2) idem, mais le passage des haies se fait 1 fois au dessus et 1 fois en dessous des barres en diagonales	® 2 parcours ® Découverte de l'atelier 3 passages chacun par variante (1 par 1) ® Possibilité d'une forme jouée sous forme de relais pendant le temps restant	2 équipes 8 barres (lattes) 8 constri-foot 10 plots 20 cerceaux coupelles	
		BILAN / REMARQUES / POINTS A AMELIORER			
		L'enfant doit adapter ses appuis aux obstacles en essayant d'aller le plus rapidement possible. Amélioration de la vitesse d'exécution et de l'équilibre général du corps.			
ATELIER TECHNIQUE		Le tir		durée : 10'	
		CONSIGNES	Organisation / Dispositif	Matériel / Joueurs	
		1) Conduite de balle sur 5m et tir entre les plots bleu (3') 2) Conduite de balle sur 5m et tir entre les plots rouge (3') 3) Pendant 3', les joueurs conduisent le ballon vers les plots bleu ou rouge au choix et tir. On compte le nombre de but marqué par chaque équipe. Toutes les 2', on change le gardien de but.	® 2 parcours ® Découverte de l'atelier 3 passages chacun de chaque côté ® possibilité d'une forme jouée. L'équipe qui marque le plus de but sur un temps donné.	2 équipes 6 plots 1 ballon par joueur 4 constri-foot	
		BILAN / REMARQUES / POINTS A AMELIORER			
		L'enfant ne doit pas arrêter le ballon se reculer et tirer, il doit essayer d'enchaîner la conduite et le tir. Faire attention au positionnement du pied d'appui, à l'orientation des épaules vers le but. Il faut valoriser la frappe coup de pied et la tentative du pied faible.			
JEU PRE-SPORTIF		L'horloge		durée : 10'	
		CONSIGNES	Organisation / Dispositif	Matériel / Joueurs	
		1) Pendant que les joueurs A effectuent le tour du carré en courant, les joueurs B essaient de réaliser le maximum de passes à la main. Une fois que tous les joueurs A ont fait le tour de l'horloge, on comptabilise les passes de l'équipe B. 2) Réaliser l'exercice en conduite de balle autour de l'horloge. Les passes se font aux pieds. 3) Changer le sens de la conduite de balle et de la circulation du ballon de l'horloge.	Comptabiliser le nombre de passe réalisée par l'équipe. ®Inverser le rôle des 2 équipes lorsque tous les joueurs ont effectué le tour de l'horloge. ®1 passage par variante ®L'équipe qui a effectué le plus de passes marque 1 point.	2 équipes 2 ballons coupelles	
		BILAN / REMARQUES / POINTS A AMELIORER			
		Conduire le ballon en touchant le plus souvent possible pour garder la maîtrise du ballon et pour pouvoir tourner (lever la tête pour prendre des informations) Réaliser une passe avec l'interieur du pied, en orientant le pied d'appui vers un co-équipier.			

1 atelier + 3 ateliers rencontres en 4 contre 4 (1 gardien + 3 joueurs) sur un terrain de 25m de longueur sur 16m50 de large. Les buts ont une largeur de 4m. (voir fiche spécifique)