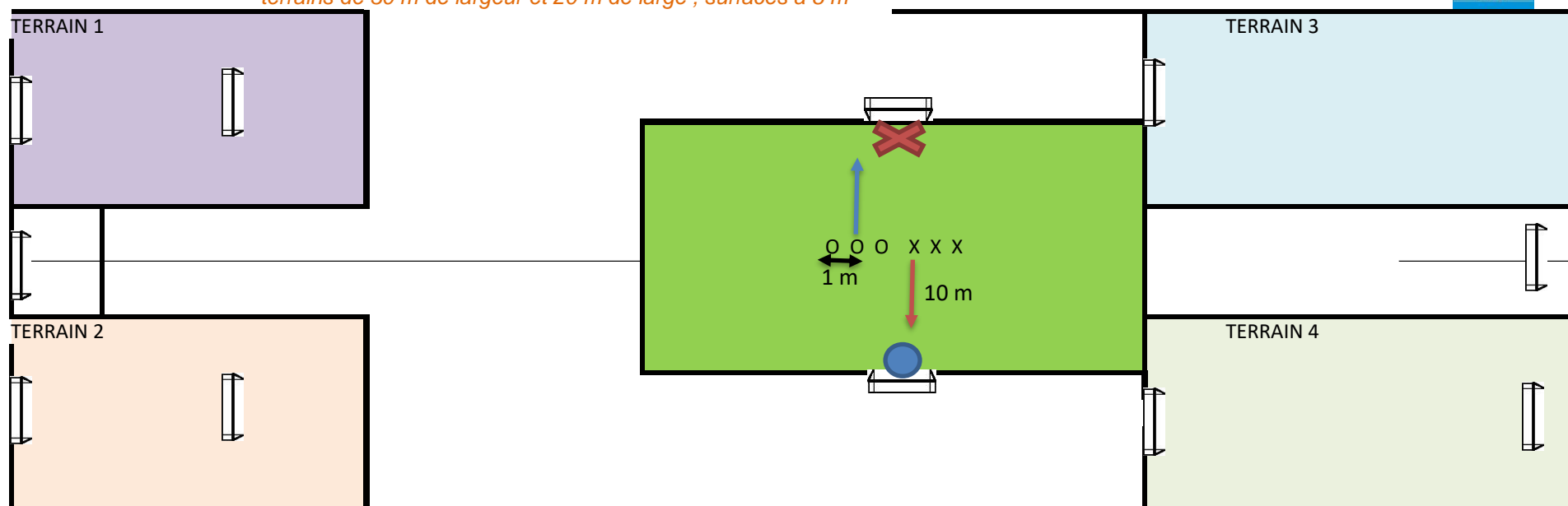


U7 : PLAN AVEC 4 TERRAINS

terrains de 30 m de largeur et 20 m de large ; surfaces à 8 m



Explication de l'atelier pour les plateaux à 6,8 et 10 équipes :

Atelier de 1c1

Un joueur de chaque équipe par en même temps en conduite de balle (distance 10m) pour aller marquer un but, le premier des deux qui marque gagne le point. Les joueurs ont 15 secondes maximum pour marquer.

Matériel à prévoir :

10 ballons (à diviser par 2)

Explication de l'atelier pour les plateaux à 7,9 équipes :

Même atelier mais chronométrer le passage total et comptabiliser le nombre de but. L'équipe qui comptabilisera le meilleur temps et le plus grand nombre de buts à la fin du plateau gagnera le défi.

POUR 8 EQUIPES : (3 rencontres / 1 atelier) **Temps des séquences 10'**

N°	Equipe	Séquence 1	Séquence 2	Séquence 3	Séquence 4
1		Atelier	R1	R2	R3
2		Atelier	R 3	R1	R2
3		R1	Atelier	R2	R1
4		R1	Atelier	R3	R2
5		R 2	R 3	Atelier	R1
6		R 2	R2	Atelier	R3
7		R 3	R2	R1	Atelier
8		R 3	R 1	R3	Atelier

POUR 9 EQUIPES : (4 rencontres / 1 atelier)

Temps des séquences 8'

N°	Equipes	Séquence 1	Séquence 2	Séquence 3	Séquence 4	Séquence 5
1		R 1	R 2	R 3	R 4	Atelier
2		R 2	R 3	R 4	R 1	R 2
3		R1	R 4	R 2	Atelier	R 2
4		R 2	R 1	R 1	R 3	R 3
5		R 3	R 2	Atelier	R 1	R 3
6		R 4	R 3	R 2	R 3	R 4
7		R 3	Atelier	R 3	R 2	R 4
8		R 4	R 1	R 4	R 2	R 1
9		Atelier	R 4	R 1	R 4	R 1

POUR 10 EQUIPES : (4 rencontres / 1 atelier)

Temps des séquences 8'

N°	Equipes	Séquence 1	Séquence 2	Séquence 3	Séquence 4	Séquence 5
1		Atelier	R2	R 3	R 4	R1
2		Atelier	R3	R1	R2	R4
3		R1	Atelier	R4	R2	R3
4		R1	Atelier	R2	R3	R1
5		R 2	R 1	Atelier	R 4	R3
6		R 2	R3	Atelier	R1	R 2
7		R 3	R1	R 4	Atelier	R2
8		R 3	R 4	R3	Atelier	R4
9		R4	R 2	R1	R 3	Atelier
10		R4	R 4	R 2	R1	Atelier

POUR 7 EQUIPES : (4 rencontres / 1 atelier)

Temps des séquences 8'

N°	Equipes	Séquence 1	Séquence 2	Séquence 3	Séquence 4	Séquence 5
1		R 1	Atelier	R 1	R 2	R 3
2		R 1	R 3	R 2	R 1	Atelier
3		R2	R 3	Atelier	R 3	R 1
4		R 2	R 1	R 3	R 1	R 3
5		R 3	R 1	R 2	Atelier	R 1
6		R 3	R 2	R 1	R 3	R 2
7		Atelier	R 2	R 3	R 2	R 2

POUR 6 EQUIPES : (3 rencontres / 1 atelier)

Temps des séquences 10'

N°	Equipes	Séquence 1	Séquence 2	Séquence 3	Séquence 4
1		R 1	R 2	Atelier	R 2
2		R 1	R 1	Atelier	R 1
3		R 2	Atelier	R 1	R 2
4		R 2	Atelier	R 2	R 1
5		Atelier	R 2	R 1	R 3
6		Atelier	R 1	R 2	R 3

